

**И. А. Трегубенко, С. В. Выходцев**

## **Воспоминания о детских обонятельных ощущениях и вкусовых предпочтениях**

В статье анализируются воспоминания о запахах и вкусах в детстве. Показана связь обоняния и вкуса в воспоминаниях. Описывается отношение к еде и различным запахам в детском возрасте. Анализируются сюжетные схемы ранних воспоминаний о вкусах и запахах.

*Ключевые слова:* обонятельные и вкусовые ощущения; предпочтения в еде; ранние воспоминания; детский опыт

**Ilya Tregubenko, Sergei Vykhodtsev**  
**Memories of Childhood Olfactory  
Sensations and Taste Preferences**

The article analyzes memories of smells and tastes in childhood. The connection of smell and taste in memories is shown. The article describes the attitude to food and various smells in the childhood. The plot schemes of early memories of tastes and smells are analyzed.

*Keywords:* olfactory and taste sensations; food preferences; early memories; childhood experience

Обонятельные и вкусовые ощущения играли в филогенезе очень важную роль. Хеморецепция позволяла живому организму анализировать химический состав среды, что определяло направление его движения. Б. Г. Ананьев в своей работе «Теория ощущений» отмечает: «Вкусовые и обонятельные ощущения являются анализом не только химических свойств среды, но и особой формы движения химической материи» [1, с. 339]. Хемотаксис обеспечивает выживание за счет движения в сторону питательных

веществ и уход от тех сред, которые могут быть потенциально опасными.

Чувствительность к химическому составу среды, по всей видимости, появилась первой в процессе эволюционного развития. Е. И. Николаева указывает: «Неосвещенная водная среда, являющаяся колыбелью жизни, создавала условия, в которых такого рода детекция была необходима» [7, с. 166]. И в то же самое время эти виды ощущений наименее изучены, в отличие от зрительных и слуховых.

Ощущение вкуса тесно связано с запахом. Это очень ярко показано в экспериментах на определение вкуса продукта со свободным и закрытым носовым дыханием. Кроме того, при насморке искается и ухудшается определение не только запаха, но и вкуса. Наконец, эпидемия Covid-19 показала связанность и значимость данных видов чувствительности.

Обоняние и вкус играют важную роль в формировании пищевого поведения. Уже на ранних этапах развития ребенка закладываются основы вкусовых предпочтений, может сформироваться неофобия в еде [3; 4; 5]. В дальнейшем это проявляется в дошкольном и школьном детстве, что можно использовать в процессе психодиагностики [6].

Стоит отметить, что обонятельные ощущения имеют особую значимость в коммуникации и биографической памяти. В частности, в литературе описывается феномен Пруста – «процесс обретения воспоминаний через запахи» [2, с. 8]. Сформированный обонятельный опыт и представления о нем влияют на способы межличностного взаимодействия. Особую роль запахи играют в любовном общении: «Важным компонентом динамического параметра выражения личности можно рассматривать ольфакторную самопрезентацию, играющую важную роль в романтическом общении, направленную на манипулирование впечатлениями и эмоциональными переживаниями партнера» [8, с. 76]. Опыт познания мира через запахи и вкусы является первичным как в филогенезе, так и в онтогенезе. Однако с развитием у человека дистантных ощущений зрения и слуха, которые становятся приоритетными в познании и оценке реальности, обоняние и вкус отступают на

второй или даже третий план. В то же самое время они незримо влияют на наше поведение, оценку ситуации, а также процессы установления доверительных и романтических отношений.

Учитывая столь значимый скрытый смысл запаха, мы решили провести эмпирическое исследование воспоминаний о данных ощущениях в детстве. Нами была поставлена цель: выявление роли обонятельных ощущений и вкусовых предпочтений в детских воспоминаниях. Для эмпирического исследования обонятельных и вкусовых ощущений проводилось интервью и анкетирование. Выборку составили 233 человека из разных городов России: 171 женщина и 62 мужчины в возрасте от 19 до 47 лет. В процессе проведения интервью выяснилась интересная особенность: некоторым респондентам было очень легко вспоминать запахи из детства – они живо описывали свои детские обонятельные впечатления, погружались в детство, то есть данный опыт был для них легкодоступным. Другим же это давалось непросто – они говорили, что не помнят, а также отвечали формулировками: «не знаю», «ничего не приходит в голову». Этот момент можно преодолеть, если двигаться через вкусовые ощущения, при этом таким людям просто назвать то, что в детстве из еды не нравилось.

Вкусовые ощущения являются более осознаваемыми и подконтрольными, поскольку они контактные. Для многих людей стало открытием, что запах очень сильно связан со вкусом и при отсутствии обоняния ощущения от продуктов могут меняться или даже теряться. Обонятельные ощущения являются менее осознаваемыми и трудно поддаются контролю (ведь они дистантные). Можно предположить, что «закрытость» обонятельного опыта может быть связана со сложностью к обращению к собственному детству и первым детским впечатлениям. Поскольку таким людям легче двигаться через отрицательные вкусовые ощущения, то это подтверждает идею об уязвимости в ранних детских воспоминаниях. Выдвинутые интерпретации требуют дополнительной проверки. По всей видимости, здесь еще имеет место стратегия переработки детского опыта, когда вместо первичных обонятельных впечатлений возникают зрительные схемы, а они формируются позже.

Рассмотрим результаты ассоциативного эксперимента. Респондентам предлагалось назвать ассоциации на слово «вкусно». Далее мы провели частотный анализ лексем.

Таблица 1

**Результаты ассоциативного эксперимента с понятием «вкусно»**

Ассоциация	Абсолютная частота	Относительная частота, %
аромат	47	20,17
сочный	38	16,31
приятно	33	14,16
свежий	30	12,88
яркий	26	11,16
сладкий	26	11,16
красивый	23	9,87
еда	20	8,58
наслаждение	18	7,73
сытный	17	7,30
мама	12	5,15
тепло	11	4,72
аппетитный	10	4,29
горячий	10	4,29
запах	9	3,86
пицца	9	3,86
полезно	8	3,43
специя	8	3,43
удовольствие	8	3,43
готовить	7	3,00
мясо	7	3,00
торт	7	3,00
выпечка	6	2,58
кофе	6	2,58

Ассоциация	Абсолютная частота	Относительная частота, %
кухня	6	2,58
насыщенный	6	2,58
нежный	6	2,58
острый	6	2,58
радость	6	2,58
соленый	6	2,58

Мы видим, что наиболее частотной является ассоциация «аромат». Это демонстрирует связь вкуса и запаха. Кроме того, стоит отметить, что максимальное удовольствие человек испытывает перед самой трапезой, когда он вдыхает аромат и предвкушает прием пищи. Отметим также, что в магазинах часто пользуются ароматами (например, кофе, выпечка) для повышения покупательской активности. Заметим также, что само понятие «запах» тоже встречается в ассоциациях.

Далее следует определение «сочный». Фактически это один из синонимов слова «вкусный». Здесь подчеркивается элемент насыщенности, плотности, наполненности, а также выразительности. Понятие «приятно» отображает эмоциональный тон вкуса, его оценку. Ассоциации «яркий» и «красивый» являются визуальными метафорами вкуса. Они позволяют выразить вкус через зрительную модальность. Здесь можно увидеть синестезические пересечения ощущений.

Понятие «сладкий» описывает собственно модальность вкуса и чаще других рассматривается как привлекательное. Из вкусовых ощущений также упоминается «соленый» и «острый» (хотя это тоже метафора), но значительно реже, нежели сладкий вкус. Слово «свежесть» близко к понятию сочность и характеризует вкус как безопасный, пригодный.

Интересно отметить, что среди ассоциаций встречается слово «мама». Вкусная еда чаще всего связывается с материнской фигурой. Можно предположить, что эти ассоциации выражают комфорт и заботу. К этому также присоединяется понятие «тепло».

Лексемы «удовольствие», «наслаждение» и «радость» обращают нас к теме награды от мозга в процессе трапезы. Отметим, что сам ассоциативный эксперимент позволяет погрузить в приятные воспоминания и представления. Кроме того, в ассоциациях встречаются отдельные продукты (торт, мясо, выпечка, мороженое, кофе, пицца), что выражает индивидуальные предпочтения в еде.

Можно заметить, что ассоциации на слово «вкусно» выражают связь вкуса и обоняния. Ведущими характеристиками привлекательного вкуса являются его сочность, яркость, свежесть и сладость. Воспоминания о вкусных блюдах вызывают положительные эмоции и позволяют вернуться к модели безопасного общения с матерью (здесь уместно вспомнить и о самом первом акте кормления). Также вкус наполняется синестетическими (прежде всего визуальными) метафорами.

Теперь рассмотрим воспоминания о любимых блюдах в детстве. Основные ответы представлены в *таблице 2*. Стоит сразу же отметить очень большое разнообразие ответов, поэтому в таблице показаны самые частотные из них и примеры отдельных вариантов. Можно заметить, что на первом месте ответ «готовила мама». Его называют почти 90 % опрошенных. Еда как у мамы – главный элемент притягательности того или иного блюда. На втором месте ответ «готовила бабушка». Вспомним также, что сам акт кормления – это не только процесс питания, но и способ передачи заботы и любви. Блюда, которые готовятся для своей семьи или лично для тебя, дают возможность почувствовать себя значимым и любимым. Воспоминания об этом сопровождаются ностальгическими чувствами и желанием рассказать об этом подробнее.

*Таблица 2*

**Результаты опроса на тему «Любимые блюда в детстве»**

Ответ	Абсолютная частота	Относительная частота, %
готовила мама	207	88,84
готовила бабушка	157	67,38

<b>Ответ</b>	<b>Абсолютная частота</b>	<b>Относительная частота, %</b>
суп	61	26,18
блины	44	18,88
картошка	35	15,02
хлеб	27	11,59
пюре	24	10,30
каша	33	14,16
готовил папа	30	12,88
сыр	22	9,44
макароны	28	12,02
салат	20	8,58
курица	19	8,15
сметана	13	5,58
выпечка	12	5,15
торт	10	4,29
пицца	8	3,43
рыба	8	3,43
сырники	8	3,43
вареники	7	3,00
готовил дедушка	7	3,00
запеканка	7	3,00
колбаса	7	3,00
плов	7	3,00
сгущенка	7	3,00
варенье	6	2,58
клубника	6	2,58
печенье	5	2,15
творог	5	2,15
гречка	8	3,43
вермишель	7	3,00

Заметим, что блюда, которые готовили папа (почти 13 %) и даже дедушка (хотя последнее редкость), тоже встречаются. Важно, что любимая еда прежде всего домашняя. Справедливости ради скажем, что ответы «Макдоналдс» и «кафе» тоже встречались, но чаще как исключение, чем правило. Кроме того, их описание скорее сюжет семейного похода в любимое заведение.

В процессе интервью выяснилось, что не все могут сразу сказать про любимую еду в детстве (с нелюбимой обычно у таких респондентов проще). Однако «сломать лед» помогает ассоциативный эксперимент на слово «вкусно». Как упоминалось в начале, есть люди, которые легко актуализируют обонятельный и вкусовой детский опыт, а есть те, кому это сделать довольно трудно. В этом случае для актуализации опыта лучше начинать со вкусовых ощущений. Когда же поднимается обонятельный опыт, картина начинает расширяться и воспоминания обретают образность и объемность.

Анализируя упоминаемые блюда, отметим широкую представленность углеводных и белковых продуктов. Тем не менее сладости не заняли первых мест в опросе. И в целом мы видим традиционные блюда русской кухни. Многое, конечно, определялось доступностью продуктов, с одной стороны, и кулинарной изобретательностью мамы – с другой.

Перейдем к рассказам о нелюбимых блюдах в детстве. Основные ответы представлены в *таблице 3*.

Таблица 3

**Результаты опроса на тему «Нелюбимые блюда в детстве»**

Ответ	Абсолютная частота	Относительная частота, %
рыба	34	14,59
каша	32	13,73
оливки	28	12,02
лук	27	11,59
суп	26	11,16
грибы	25	10,73

<b>Ответ</b>	<b>Абсолютная частота</b>	<b>Относительная частота, %</b>
мясо	24	10,30
овощи	23	9,87
капуста	22	9,44
баклажан	21	9,01
молоко	19	8,15
печень	17	7,30
холодец	17	7,30
творог	14	6,01
перец	13	5,58
помидор	13	5,58
кабачок	12	5,15
тыква	11	4,72
сало	10	4,29
свекла	9	3,86
яйцо	9	3,86
селедка	8	3,43

Здесь также есть разнообразие, но оно меньше, чем в любимых блюдах. Заметим интересный момент, что при просьбе вспомнить нелюбимую еду некоторые респонденты тут же называли ее. Это означает, что данный опыт хорошо запечатлен и человек к нему не раз обращался. Для других испытуемых требовалось некоторое время и размышление, и особенно помогало, когда они слышали ответы других людей. Рассказы сопровождались эмоциональными оценками.

Самыми частотными нелюбимыми продуктами оказались рыба и овощи (последние описывались как в целом – «овощи», так и по отдельности: капуста, баклажан и т. д.). Рыба вызвала особое сопротивление у тех, кто ел ее в детском саду («ее готовили отвратительно», «ужасный запах, от которого тошнило»). То есть если любимые блюда готовились в основном в семье, то нелюбимые

чаще относятся к детскому саду и школьной столовой. Важно сказать, что нелюбимые продукты часто описывались через крайне неприятный запах. Это в очередной раз демонстрирует нам связь запаха и вкуса. Далее в ответах представлена широкая группа овощей. Особое неприятие вызывал лук и вареные овощи.

Рассмотрим результаты ответа на вопрос об изменениях вкуса. На вопрос «Изменились ли ваши вкусовые предпочтения сейчас (по сравнению с детским возрастом)?» 55% респондентов ответили, что их вкусовые предпочтения изменились, 26% указали, что изменились относительно, и только 19% сказали, что изменений не было. Здесь стоит заметить, что в основном вкусовые симпатии расширяются и становятся более разнообразными. Некоторые респонденты отмечали, что стало возможным есть продукты, которые раньше вызывали аллергию (хотя, скорее всего, речь шла про диатез). Полюбились те блюда, которые в детском возрасте не нравились. Например: «Да! Я попробовала заново многие продукты, и теперь у меня более широкий рацион питания». Другой вариант ответа: «Да, теперь я не так привередлива. Я все еще не люблю свеклу, каши, паштеты и печень, но к остальной еде, которая меня отвращала в детстве, у меня теперь другое отношение. Что-то сейчас мне нравится, а что-то является вполне съедобным, пусть и не божественно вкусным. Вообще больше продуктов вошло в мой рацион». У некоторых вкусы поменялись кардинально: «Да! Сейчас я люблю есть все то, что не любила в детстве». Хотя есть и исключения, например, такой ответ: «В детстве была более всеядной, сейчас не ем практически ничего». Скорее всего, это связано с социальными установками. Многие пишут о том, что стали любить овощи, которые в детском возрасте не переносили. Также заявляют о том, что стали легче переносить запахи, которые не нравились раньше.

Часть опрошенных говорят об относительных и небольших изменениях. Например: «Несильно, но есть какие-то блюда, которые полюбила с возрастом». Интересно, что в ответах действительно встречаются примеры кардинального изменения отношения к оливкам от неприятия к любви: «Мои вкусовые

предпочтения в целом не изменились, я все так же не люблю и практически не ем супы (кроме крем-супов), из остальной еды начала любить только оливки» или «Нет, единственное, что оливки сейчас люблю». Тут мы уже встречаем ответы о стабильности вкусовых предпочтений.

Перейдем к описанию детских обонятельных ощущений. Ранее мы уже видели, что вкус сильно связан с запахом. Начнем с анализа ассоциаций на стимул «запах детства».

Таблица 4

**Результаты ассоциативного эксперимента  
на стимул «Запах детства»**

Ассоциация	Абсолютная частота	Относительная частота, %
трава	37	15,88
деревня	31	13,30
еда	28	12,02
лето	27	11,59
свежесть	25	10,73
скошенная трава	25	10,73
квартира	23	9,87
воздух	22	9,44
дождь	22	9,44
дача	19	8,15
мамины духи	19	8,15
выпечка	18	7,73
мама	18	7,73
картошка	17	7,30
лес	17	7,30
асфальт	16	6,87
белье	16	6,87
весна	16	6,87

Ассоциация	Абсолютная частота	Относительная частота, %
земля	16	6,87
молоко	16	6,87
улица	16	6,87
бабушкина выпечка	16	6,87
костер	15	6,44
краска	15	6,44
кухня	15	6,44
сад	15	6,44
детский сад	14	6,01
море	14	6,01
сирень	14	6,01
солнце	14	6,01
теплые воспоминания	14	6,01
хлеб	14	6,01

Ведущей ассоциацией здесь является «трава» и «скошенная трава». Можно в целом выделить запахи деревенской природы. Отметим, что для тех, кто легко вспоминает запах детства, он звучит как ресурс: «Запах детства – это что-то, что отсылает в прошлое, и становится хорошо». Темы летней и весенней природы, дождя и солнца, яркости. Что строит для нас отдельный сюжет, в который включается запах, вкус и визуальный образ, мы увидим далее, когда будем описывать ведущие сюжеты воспоминаний. Значимо также появление фигур мамы и бабушки. Вспоминается запах дома, квартиры, в которых человек бывал в детстве. Есть городские запахи (асфальт, улица), искусственные запахи (краска, бензин). Отдельные заведения: детский сад и школа, в которых запах отличается от домашнего. Причем домашний запах, будучи привычным, не осознается как специфический. Интересно, что встретились ответы «младенец». Ведь младенческий запах особенный и хорошо уловимый. Скорее всего, у этих респондентов был опыт общения с младенцами, который хорошо запомнился.

Ответы на отдельный вопрос о любимых запахах в детстве почти полностью совпадали с предыдущей таблицей, то есть при ответе на вопрос о запахе детства те, кто может легко на него ответить, вспоминают именно любимые запахи – они обычно положительно оцениваются, дают возможность попасть в детство как в ресурс.

Поэтому далее мы рассмотрим запахи, которые в детстве пугали, вызвали страх. Основные ответы можно увидеть в *таблице 5*.

*Таблица 5*

**Результаты ассоциативного эксперимента  
на стимул «Пугающий запах»**

Ответ	Абсолютная частота	Относительная частота, %
больница	28	12,02
бензин	25	10,73
сигарета	24	10,30
алкоголь	22	9,44
запах гари	17	7,30
рыба	16	6,87
запах перегара	15	6,44
сырость	11	4,72
запах крови	11	4,72
туалет (уличный)	11	4,72
газ	10	4,29
подвал	10	4,29
запах жареного лука	10	4,29
туалет (школьный)	10	4,29
запах сырости	9	3,86
мясо	9	3,86
детский сад	8	3,43
дым	8	3,43

запах жареного мяса	8	3,43
запах пьяных	8	3,43
одеколон	8	3,43
поликлиника	8	3,43
транспорт	6	2,58
спирт	5	2,15
яйцо	4	1,72

Стоит сказать, что ответы «нет», а также «не помню» встречались достаточно часто. На первом месте среди пугающих детских запахов оказался запах больницы, к нему можно присоединить запах поликлиники. Медицинские учреждения вызывали страх у многих детей (да и для взрослых это обычно не самые приятные помещения), ассоциировались с болью, неприятными переживаниями. Семантически они связаны с темой смерти, поэтому этот ответ вполне понятен и логичен. Далее упоминается запах бензина, который является неприятным и достаточно опасным.

Отдельная группа – запахи, связанные с вредными привычками и зависимостями: сигареты, алкоголь, запах пьяных и перегара. Это описывает ситуацию в семье, где были пьющие и курящие родственники. Речь тут идет о травматических воспоминаниях, к которым примыкают дисфункциональные семейные правила, конфликты, скандалы и драки.

В детстве некоторых респондентов пугал запах неприятной еды, который вызывал тошноту и отвращение. Запах туалета (уличного и школьного) связан с его нечистотой, неприязнью, школьные туалеты до сих пор у многих взрослых вызывают неприятные ассоциации.

Запах транспорта, который пугает, характерен для детей, которых укачивало. Возникала тошнота, и по механизму условного рефлекса закреплялась реакция неприятия.

Таким образом, обращаясь к разным сторонам обонятельного опыта, можно понять ряд биографических моментов, которые переживал человек. У обонятельного опыта может быть как ресурсный, так и травматический аспекты.

Рассмотрим, по каким сюжетным схемам описываются воспоминания о детских вкусовых и обонятельных ощущениях. Прежде всего в очередной раз заметим, что не всем удается легко актуализировать в памяти ранние обонятельные и вкусовые впечатления. С возрастом визуальный опыт становится для человека ведущим: «лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать», а обоняние и вкус как бы уходят на второй план. Однако эти ощущения первичны как в философии, так и в онтогенезе. Истинность же ранних воспоминаний показывает как раз представленность вкусового и ольфакторного кода. Приведем пример такой закрытости опыта: «Связанного с запахом и вкусом на ум ничего не приходит. У меня больше визуальных картинок в голове возникает». Еще одно симптоматичное рассуждение: «Сложный вопрос. Я будто бы помню вещи визуально, но для остальных органов чувств мозг будто „додумывает“ картинку». Тут отметим, что визуальному образу человек доверяет, а вот остальным чувствам не очень, полагая, что они реконструируются. В реальности часто происходит наоборот: визуальные образы биографическая память значительно перестраивает, и они формируются обычно позже.

Один из интересных типов сюжетов – описание эстетических переживаний через запах, цвет, вкус. Приведем пример такого текста: «Я маленький, мне, наверное, лет пять-шесть. Меня привезли весной на дачу. На майские праздники. Я бегу по полю, ярко светит солнце... и очень сильно пахнут молодая трава и цветы...». Яркая образная картинка, насыщенная различными сенсорными впечатлениями. Даже при чтении этого текста создается приятное легкое ощущение свободы и полета. В нем представлены наиболее часто упоминаемые ассоциации запахов детства (мы это видели в таблице 4). Такое воспоминание вполне можно отнести к ресурсным.

Сходной структурой обладают некоторые воспоминания, в которых также описываются эстетические впечатления, но кроме этого есть мы-взаимодействие: «Запах весны, когда начинает все таять, ты выходишь с друзьями на улицу и играешь во дворе, делая из луж и ручейков водные протоки». Другой пример подобного типа: «Почти каждый день летом мы с соседскими

ребятами выходили во двор играть в самые разные игры, и я помню, как мы играли в догонялки до самого позднего часа, и помню тот летний прохладный запах летней ночи, когда так набегался, приходишь домой, выпиваешь стакан воды и открываешь окно проветрить комнату перед сном, и оттуда пахнет настоящим счастливым летом». Отнесем их к типу эстетических впечатлений о мы-взаимодействии, в которых реализуется ресурсная функция детских воспоминаний.

Другой тип сюжета – воспоминания о поездках и встрече с новыми запахами. Приведем пример: «Когда мы путешествовали с родителями по Европе на машине, мы остановились в придорожном отеле где-то в Литве. Было темно, и я не знала, где мы находимся. Утром я вышла на улицу, был свежий утренний воздух, туман, еловый запах и красивый пейзаж с нежно-розовым небом. А потом мы завтракали вкусной яичницей с беконом и таким сыром, который продаётся только в Европе (он вообще-то был не очень вкусный, но просто у нас такого нет)». Привычные вкусы и запахи уходят в неосознаваемый план, и поэтому, сталкиваясь с чем-то новым и непривычным, человек начинает осознавать особость этих типов ощущений. Запахи и вкусы начинают увязываться с определенными городами и странами. Хотя сама идея «запах города» критиковалась не раз (понятно, что в любом городе есть места, которые пахнут хорошо или плохо), но для отдельного человека формируется устойчивая ассоциативная связь.

Еще один сюжет – запах, связанный с местом работы родителей. Рассмотрим подобное воспоминание: «Так как меня не с кем было оставлять, мама периодически брала меня с собой на работу. Больше всего мне запомнилось утро, где-то 6–7 часов утра, и сладкий аромат, распространявшийся по округе от кондитерского завода, мимо которого мы шли на работу». Здесь есть встреча с новой интересной средой, которая обладает своим особым запахом. Встречаясь с этим запахом во взрослом возрасте, человек погружается в ностальгические воспоминания о детских переживаниях.

Теперь обратимся к негативным сюжетам. Чаще всего они представлены воспоминаниями о больнице и/или лечении. Пример:

«Запах столовой из больницы, там было невкусно и грустно, когда я в четыре года лежала в больнице и ходила в столовую. Собственный запах от логопеда, иногда, но редко, чувствуя такой же запах от других людей». Мы встречались с этим, когда рассматривали пугающие запахи детства. Доступность подобного опыта дает нам возможность переработать его и интегрировать в личностную историю. Здесь звучит тема одиночества, покинутости и тема запахов в коммуникации с людьми, которая наполнена страхом встретиться с подобным опытом. Приведем еще кусочек другого рассказа: «Когда мама попала в больницу, я нюхала крышечку ее духов, чтобы уснуть».

К негативному опыту можно отнести рассказы «вкус проигрыша». Приведем пример: «Когда бабушка принесла из магазина два йогурта, почему-то разные. Один был с шоколадными шариками, а второй с киви. В ожесточенной схватке за шоколадные шарики победил брат. Я ела ужасный невкусный йогурт с киви. С тех пор я не люблю киви. Вкус поражения запомнился слишком четко». Тема борьбы за еду хоть и нечасто, но встречается. Ситуация также требует интеграции в личностную историю. Кроме того, есть обида на бабушку, которая допустила такое развитие событий. К этому типу сюжета можно отнести и рассказы о «предательстве» (обещал, что положит в рот вкусное, а оказалось что-то горькое и противное).

Чтобы не заканчивать рассмотрение сюжетных схем на негативе, приведем еще один тип – воспоминание о празднике. Чаще всего это Новый год. Например: «Наш дом наполнялся каким-то новогодним ароматом, запах елки, морозных шуб, лака для волос и духов. Это запах праздника». Подобные рассказы отражают семейное взаимодействие и связь с традициями.

Итак, можно выделить несколько типов детских воспоминаний о вкусовых и обонятельных ощущениях. Это эстетические переживания через запах, вкус и цвет, реализованные как я- и мы- ситуации; воспоминания о поездках и встречах с новыми запахами и вкусами; запах, связанный с работой родителей; негативные сюжеты про болезнь и вкус поражения и, наконец, воспоминания о праздниках и семейных традициях.

## БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Ананьев Б. Г.* Теория ощущений. Л. : Изд-во ЛГУ, 1961. 459 с.
2. Ароматы и запахи в культуре. Изд. 2-е, испр. / сост. О. Б. Вайнштейн. М. : Новое лит. обозрение, 2010. Кн. 1. 616 с.
3. *Дурнева М. Ю.* Формирование пищевого поведения: путь от младенчества до подростка. Обзор зарубежных исследований // Клиническая и специальная психология. 2015. Т. 4. № 3. С. 1–19. URL: [https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2015\\_n3/Durneva](https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2015_n3/Durneva) (дата обращения: 10.09.2023).
4. *Захарова И. Н., Дмитриев Ю. А., Мачнева Е. Б., Цуцаева А. Н.* Вкусовые ощущения: история изучения, эволюционная целесообразность и стратегии формирования правильных вкусовых предпочтений у детей // Медицинский совет. 2020. № 10. С. 65–73. URL: [https://www.med-sovet.ru/jour/article/view/5713?locale=ru\\_RU](https://www.med-sovet.ru/jour/article/view/5713?locale=ru_RU) (дата обращения: 10.09.2023).
5. *Захарова И. Н., Дмитриева Ю. А., Гордеева Е. А.* От чего зависит формирование вкусовых предпочтений у младенцев? // Вопросы современной педиатрии. 2012. № 11(6). С. 69–74. URL: [https://vsp.spr-journal.ru/jour/article/view/402?locale=ru\\_RU](https://vsp.spr-journal.ru/jour/article/view/402?locale=ru_RU) (дата обращения: 10.09.2023).
6. *Луговая В. Ф., Трегубенко И. А.* Психодиагностические методы и развивающие программы в деятельности школьной психологической службы : учеб.-методич. пособ. СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2012. 191 с.
7. *Николаева Е. И.* Психофизиология : Учебник для вузов. СПб. : Питер, 2021. 704 с.
8. *Трофимова Н. А., Мамцева В. В.* Любовь и запахи: презентация ольфакторности в любовном дискурсе (на материале немецкого языка) СПб. : Изд-во СПбГЭУ, 2020. 94 с.