

Сергей Сергеевич Степанов

Что написано на роду? Сценарий вашей судьбы

—

Текст предоставлен правообладателем <http://www.litmir.net>

«Что написано на роду? Сценарий вашей судьбы»: Питер; Санкт-Петербург; 2002

ISBN 5-318-00424-5

Аннотация

Верите ли вы в судьбу? Часто ли читаете гороскопы и разгадываете свои сны? А задумывались ли вы, насколько обоснованы научно старые, как мир, методы предсказания будущего? Новая книга Сергея Степанова «Что написано на роду? Сценарий вашей судьбы» – это взгляд психолога на самые разнообразные теории человеческой предопределенности: от реинкарнации до физиогномики. С помощью этой книги вы сможете выбрать, кем вы предпочитаете быть: орудием в руках всемогущей судьбы или хозяином своей жизни.

Сергей Степанов

Что написано на роду? Сценарий вашей судьбы

Судьба глазами психолога. Вместо предисловия

Для внимательного взора судьба – это только развитие характера.

Астольф де Кюстин

Во все времена люди верили в Судьбу, в Фатум, в предначертанный свыше жизненный путь, и стремились с помощью разнообразных приемов найти скрытое от человеческого разума решение этой загадки. Отголоски этих верований и ритуалов присутствуют и в сознании современного человека. Насколько обоснованы эти представления, существует ли их научное объяснение? Опыт многих поколений свидетельствует, что некоторая предопределенность жизненного пути действительно существует. Вот только предлагаемые объяснения по большей части еще дальше уводят от решения древней загадки. В то же время в психологии накоплена немало интересных наблюдений, позволяющих кое-что объяснить в этой туманной сфере, более того – использовать это знание для того, чтобы научиться, пускай и не всецело, управлять собственной судьбой.

В одном из департаментов Франции, как рассказано в известном романе, существовало поверье, согласно которому преступник рождается в определенный день недели – среду. Образованное население местности смеялось над суеверием неграмотных крестьян до тех пор, пока в голову кому-то не пришло проверить, в какой день недели родились заключенные местной тюрьмы (мы обычно знаем дату, но не помним, в какой день недели родились). И оказалось: большинство заключенных родились... в среду!

Дело в том, что ребенок, родившийся в среду, уже был в отличие от тех, кто родился в четверг или понедельник, согласно поверью, несчастьем для семьи. Родителей жалели соседи. В доме царило безрадостное настроение. И если о том, когда родились все остальные дети, вскоре никто не помнил, того, кто родился в среду, не забывали. Если кто-то из мальчишек в округе набедокурил, подозрение чаще всего падало на него. Если компания школьников прогуляла урок – зачинщиком, естественно, был он. И так далее. Не удивительно, что само общественное мнение подталкивало его к противоправным действиям, как бы предсказывая всю будущую судьбу.

В самом деле, многое в нашей жизни отнюдь не случайно, а закономерно. Некоторые

такие закономерности совершенно очевидны и понятны всем. Коли родился мужчиной, то вполне вероятно станешь отцом, но уж матерью – никак. Если унаследовал от родителей слабое зрение, то, может быть, найдешь себя в науке, политике или музыке, но вот карьера снайпера тебе точно не суждена.

Но есть и не столь явные предначертания, которые ускользают от нашего взора. Их-то, не в силах их понять, мы и называем судьбой. И вместо того, чтобы открыть закономерности нашего жизненного пути, пытаемся их выдумать или принимаем выдумки фантазеров, чье воображение богаче нашего. А стоит поверить в любую выдумку, как подтверждения ей не замедлят найтись. Более того, наша вера способна «сказку сделать былью». Самое важное – что это за сказка. Ибо с человеком как правило и происходит то, чего он ждет от жизни.

Об этом и написана данная книга. Точнее – собрана из различных размышлений автора о смысле всевозможных теорий человеческой судьбы. (Некоторые такие рассуждения были уже обнародованы автором в других книгах, некоторые публикуются впервые.) Поклонники того или иного теоретика – будь то Фрейд, Адлер или Хаббард – могут остаться книгой недовольны, так как ни одну теорию автор не находит безупречной и исчерпывающей, а некоторые и вовсе, похоже, высосаны из пальца. Но рациональное зерно содержится почти во всяком подходе. Надо лишь рассмотреть любую теорию трезво и критически, дабы понять, какую пользу можно из нее извлечь.

Эта книга написана не для того, чтобы пропагандировать какую-то теорию или, наоборот, дискредитировать ее. Моя цель – помочь читателю с опорой на взгляды очень разных ученых разобраться в своей собственной натуре, которая и определяет судьбу каждого из нас. Многие читатели этой книги, возможно, не согласятся с автором, иные даже рассердятся. Но большинство, надеюсь, – крепко призадумаются. Для этого книга и написана.

Пальцем в небо

Вселенная так рассуждала: “Поверьте,
О счастье и горе, рождение и смерти
Всегда я толкую правдиво, понятно,
Но вы понимаете суть их превратно...”

Рабиндранат Тагор

Трагические события 11 сентября 2001 года потрясли весь цивилизованный мир и заставили ликовать мир варваров. В тот день в Нью-Йорке по вине исламских фанатиков тысячи мирных граждан погибли под обломками зданий Всемирного торгового центра. В этой ситуации поражает беспомощность американской охраны, проворонившей преступные замыслы террористов. Впрочем, опростоволосившихся пинкертонов отчасти можно понять: ни им, ни кому бы то ни было другому даже в голову не могла прийти возможность столь дерзкой и масштабной диверсии. Но речь сейчас не о них, а о других специалистах по предвидению – об астрологах. Накануне трагедии никто из них даже о ней не предупредил! (Запоздалые попытки некоторых астрологов доказать свою проницательность задним числом выглядят нелепо и несолидно. Если вы и в самом деле заранее знали о трагедии, почему ограничились туманными намеками, а не кричали во весь голос?!) Астрологи сели в ту же лужу, что и спецслужбы. Им точно так же даже не хватило воображения, чтобы оценить вероятность столь маловероятного события. А ведь событие произошло поистине грандиозное. Неужели оно никак заранее не высветилось на звездном небе – там, где миллионы поклонников астрологии ухитряются усматривать предсказания своих мелких недомоганий и копеечных сделок? А может быть, и невозможно было в небе узреть предсказание, потому что его там просто не было? Как не было в головах тех, кто с надеждой

смотрит в небо...

Интересно и другое. 11 сентября 2001 года под обломками небоскребов-близнецов нашли свою страшную смерть несколько тысяч людей разного пола, возраста и национальности. Буквально в одночасье все они разделили одну общую трагическую судьбу. Наверняка были среди них и те, кто заранее сверял жизненные планы с персональным гороскопом. Ведь по некоторым статистическим данным почти половина населения развитых промышленных стран верит в астрологические прогнозы. Почему же никто из них в этот день не удержался от того, чтобы направиться навстречу ужасной смерти? Не потому ли, что ни один гороскоп не указал на такую вероятность с достаточной ясностью? Наверняка будущим жертвам были предсказаны мелкие бытовые аварии, хвори вроде насморка, склоки с коллегами или нелады в семье... Но где же самое главное – яркий и трагический исход всего жизненного пути? Неужели астрология на это не способна? Похоже, что так.

Астрологи утверждают, что судьба человека зависит от сугубо индивидуального сочетания звезд в момент его рождения. Однако для тысяч разных людей, родившихся в разных концах Земли в разные годы и дни, 11 сентября 2001 года в их судьбе была поставлена одинаковая трагическая точка. Что скажут на это астрологи? Похоже, что сказать им нечего. По крайней мере, ничего вразумительного.

Достоверность астрологических портретов и прогнозов у многих здравомыслящих людей вызывает сильные сомнения. С целью ее проверки было предпринято несколько простых, но весьма показательных опытов.

Так, психолог Бернард Силвермен из Мичиганского университета изучил судьбы 2978 семейных пар и 478 разведенных, а потом сравнил их астрологические предначертания с тем, что получилось в действительности. Стоит ли говорить, что он не нашел никакой сколько-нибудь значимой зависимости: “несовместимые” по знакам Зодиака мужчины и женщины сочетались между собой браком и расставались не чаще и не реже, чем “совместимые”.

Физик Шон Карлсон пошел еще дальше: он набрал группу добровольцев и заказал для них гороскопы в солидной астрологической фирме. Затем каждому добровольцу психологи на основании объективного тестирования составили описание его характера. Требовалось угадать, какое из трех предлагавшихся описаний характера относится к человеку с данным гороскопом. Из 116 вариантов было угадано лишь 34 процента. Даже при подбрасывании монетки вероятность угадать выпадение орла или решки составляет большую величину – 50 %!

Джеффри Дин из Австралии в астрологическом описании характеров у 22 человек заменил все характеристики на противоположные. Так 21 человек из 22 опрошенных (95 %) посчитал, что его характер описан совершенно правильно.

Особо следует отметить эксперименты, проведенные Мишелем и Франсуазой Гоклен, французскими учеными-статистиками. С целью определить, можно ли считать астрологию достоверной наукой, они провели довольно любопытное исследование – разослали по 150 адресам гороскоп маньяка-убийцы и попросили адресатов оценить, насколько гороскоп им подходит. 94 % опрошенных в этом описании узнали себя!

Почему же вопреки здравому смыслу миллионы людей во всем мире продолжают возлагать надежды на астрологию, как делали это еще тысячелетия назад их неграмотные полудикие предки? Наверное, не потому, что гороскопы способны полно и исчерпывающе предсказать грядущие события, как это видно хотя бы на приведенном выше примере. Но то, что они предсказывают, в самом деле каким-то необъяснимым образом порой сбывается. Впрочем, если разобраться, то вполне объяснимым.

Каждый из нас знает, какие существуют популярные астрологические толкования и схемы. Сегодня почти любая газета содержит астрологическую рубрику. Открываем наугад одну из свежих газет, и читаем, например, совет, который дается рожденным под созвездием Рака: “Избегайте спорных тем. Старшее, более опытное лицо даст вам полезный совет”. Родившемуся под созвездием Козерога предсказывается: “Сторонитесь несдержанных и

раздражительных людей, так как общение с ними может принести сильное огорчение. Телефонный звонок принесет неожиданную весть от давнего знакомого”. Волшебным образом оба предсказания говорят правду, но при этом каждое в большей или меньшей мере применимо и к другой персоне! Рак может получить телефонный звонок от бывшего одноклассника или прежнего сослуживца, а Козерог – получить дельный совет от пожилого товарища или родственника (не секрет, что советы – любимый конек стариков; наверное, они потому так любят давать добрые советы, что уже не могут служить дурным примером). Другие рекомендации (избегать дискуссионных тем и вздорных людей) являются столь общими и содержат настолько большую долю простого здравого смысла, что их ценность совсем невелика.

Американские психологи Р.Солсо, Х.Джонсон и К.Бил провели небольшой эксперимент со своими студентами, изучающими экспериментальную психологию. Студентам три раза в неделю выдавали “их” гороскопы, а через две недели попросили оценить достоверность полученных предсказаний. Большинство студентов оценили прогнозы как скорее точные, чем неточные. Особенность эксперимента состояла в том, что лишь половина группы получила “правильные” гороскопы, а половине достались гороскопы, не соответствовавшие их дате рождения, то есть они получили гороскопы, составленные для других лиц. Тем не менее в определении предсказательной ценности обеими группами не было обнаружено никаких различий. Люди охотно принимали на веру любой вариант прогноза. Можно ли это объяснить с психологической точки зрения?

В целом отношение психологов к астрологии двойственно. Хотя они и не склонны игнорировать это древнее учение. Некоторые даже сами практикуются в составлении гороскопов. Автор этих строк не составляет исключения. Накануне нового 1999 года мною был опубликован гороскоп собственного составления. При этом я даже взялся утверждать, что достоверность его весьма высока, поскольку он составлен с учетом закономерностей человеческой психологии. Насколько это справедливо, каждый может проверить сам. Вот этот гороскоп.

ОВЕН . Вам свойственно умение предвидеть будущее. В новом году сбудутся ваши надежды, правда, не в той мере, в какой они расцвечены вашим воображением. Оправдаются и кое-какие опасения. Но не беспокойтесь раньше времени. Ведь ожидание неприятностей порой страшнее самих неприятностей. Не забывайте мудрую шутку Марка Твена: “В жизни мне довелось пережить множество несчастий. Некоторые из них случились на самом деле”.

ТЕЛЕЦ . Отношение к вам окружающих далеко не всегда будет доброжелательным. Но в этом есть и свои плюсы. Ваши недруги гораздо точнее и взыскательнее, чем друзья, укажут на те ваши промахи и недостатки, исправляя которые, вы немало преуспеете в самосовершенствовании.

БЛИЗНЕЦЫ . Надеждам на крупное наследство, фантастические дивиденды или небывалый выигрыш в лотерею сбыться, судя по всему, не суждено. Но вы можете улучшить свое материальное положение, избежав непродуманных трат.

РАК . По натуре вы – человек общительный, но жизнь научила вас осторожности: лишь немногим, самым близким людям вы полностью доверяетесь. Новый год подтвердит вашу правоту. Встречи со злыми и нечестными людьми могут принести большие огорчения. Но вам предстоят встречи и с людьми, по-настоящему добрыми и порядочными, и это утвердит вашу исконную веру в добро и справедливость.

ЛЕВ . Проблемы в личной жизни смягчатся, если вы перестанете искать, кто в этих проблемах виноват, а всерьез задумаетесь о своей роли в их возникновении.

ДЕВА . Непредвиденные обстоятельства не позволят вам осуществить свои намерения в точности так, как вы задумали.

ВЕСЫ . Отношения с начальством, как и прежде, останутся неоднозначными, порой противоречивыми. Окажись вы на месте своего начальника, вы со многими проблемами справились бы гораздо лучше. Уверенность в этом покинет вас лишь в том случае, если вы действительно займете его место.

СКОРПИОН. Радикальное улучшение жизни, обещанное политиками, практически не коснется лично вас. Вы обретете намного больше, если поверите не в чью-то предвыборную программу, а в собственные силы.

СТРЕЛЕЦ. Излишняя критичность оттолкнет от вас кое-кого из тех, с кем вы могли бы неплохо поладить. Старайтесь быть к людям не более требовательны, чем к себе.

КОЗЕРОГ. Начать с Нового года новую жизнь едва ли удастся. Ведь груз прожитых лет не сбросишь с плеч, как изношенный кафтан. Постарайтесь просто не повторять прежних ошибок.

ВОДОЛЕЙ. В новом году вас ожидает успех. Однако судьба скорее преподнесет вам не сам успех на золотом блюде, а возможность добиться его, проявив свои способности. Постарайтесь не упустить эту возможность.

РЫБЫ. Наступающий год избавит вас от некоторых старых заблуждений и подарит много новых.

Данному гороскопу сопутствовал заключительный комментарий: “Многие психологи недоверчиво относятся к астрологии, ибо большинство гороскопов составлены из суждений, более или менее подходящих любому человеку. То есть, во многом искусство астролога состоит не в прозрении истины в звездном небе, а в знании житейской психологии. Честно говоря, именно по такому принципу и построен данный гороскоп. Так что вы не слишком ошибетесь, если, не обращая особого внимания на знаки Зодиака, примете на свой счет любое из приведенных суждений...”

В составлении этого гороскопа, который мало отличается от многих подобных, автор действительно опирался на безусловную психологическую закономерность. Она состоит в следующем: люди верят в астрологические анализы и предсказания, потому что они, как это ни парадоксально, верны. Но (и это очень важное “но”!) верны они потому, что эти высказывания настолько общи, уклончивы и туманны, что пригодны для всех и ни для кого.

Здесь работает известное психологам явление, названное эффектом Барнума в честь известного в прошлом веке американского антрепренера и владельца цирка Финеаса Барнума, который говорил, что “ежеминутно на Земле рождается один простофиля”, и гордился тем, что в программе его цирка и ярмарочных балаганов каждый мог найти что-то для себя. Эффект Барнума можно сформулировать так: человек склонен принимать на свой счет общие, расплывчатые, банальные утверждения, если ему говорят, что они получены в результате изучения каких-то непонятных ему факторов. Видимо, это связано с глубоким интересом, который каждый из нас испытывает к собственной личности и, конечно, к своей судьбе. Эффект Барнума исследуется психологами уже около сорока лет. За это время они смогли определить, в каких условиях человек верит предложенным ему высказываниям, какие люди склонны верить, а какие нет и какие высказывания вызывают доверие.

Так, в конце 50-х годов классическое исследование провел американский психолог Росс Стагнер. Он дал заполнить 68 кадровикам различных фирм психологическую анкету, которая позволяет составить детальное психологическое описание личности, а после этого составил одну общую фальшивую характеристику, использовав 13 фраз из разных гороскопов. Затем Стагнер попросил испытуемых прочитать эти характеристики, сказав им, что они разработаны на основании данных научного психологического теста. Каждый участник опыта должен был отметить после каждой фразы, насколько, по его мнению, она верна и насколько истинно отражает его характер. Градации оценок были предложены такие: поразительно верно, довольно верно, “серединка на половинку”, скорее ошибочно и совершенно неверно. Более трети испытуемых сочли, что их психологические портреты набросаны поразительно верно, 40 % – довольно верно, и почти никто не счел свою характеристику совершенно ошибочной. А ведь это были заведующие отделами кадров, то есть люди, казалось бы, опытные в оценке личных качеств!

Этот эксперимент раскрыл еще одну любопытную сторону эффекта Барнума. Вот какие две фразы участники опыта сочли наиболее верными: “Вы предпочитаете некоторое

разнообразие в жизни, определенную степень перемен, и начинаете скучать, если вас ущемляют различными ограничениями и строгими правилами” и “Хотя у вас есть некоторые личные недостатки, вы, как правило, умеете с ними справляться”. Первое из них сочли “поразительно верным” 91 % участников, а второе – 89 %. Напротив, наименее верным были признаны такие два утверждения: “В вашей сексуальной жизни не обходится без некоторых проблем” и “Ваши надежды иногда бывают довольно нереалистичны”. В общем, эффект Барнума срабатывает на положительных утверждениях, и это неудивительно: всем нам не особенно приятно узнать о себе что-то отрицательное.

Подобные исследования не раз повторялись в различных вариантах. Так, в конце 60-х годов один французский психолог поместил в газетах рекламу, предлагая свои услуги в качестве астролога. Он получил сотни заказов и выслал всем клиентам один и тот же “гороскоп”, составленный в общих, неопределенных выражениях. И что же? Более двухсот заказчиков написали ему письма с благодарностью за удивительно точный, мастерски составленный гороскоп.

Австралийский профессор психологии Роберт Треветен регулярно заставляет студентов-первокурсников записывать свои сны или описывать то, что они видят в причудливых чернильных кляксах (известный тест Роршаха). Затем, якобы обработав принесенный ему материал, профессор под большим секретом выдает каждому студенту тот же самый “анализ личности” из 13 фраз, который использовал Стагнер, и просит высказать мнение о его правильности. Только после того, как при всей аудитории каждый студент заявит, что вполне удовлетворен правильностью анализа, Треветен позволяет заглянуть в бумаги друг друга. Он считает, что это отличная практическая работа для введения в курс психологии.

Какие дополнительные факторы, кроме осторожного выбора уклончивых, но в целом положительных фраз, влияют на веру в результат гадания? Конечно, наивные и легковверные люди попадаютсся легче. Эффекту Барнума одинаково подвержены и мужчины, и женщины. Престиж и известность астролога влияют мало, но, в общем, никогда не вредно подчеркнуть, что он, скажем, пользуется тайными знаниями ассирио-вавлонских жрецов, расшифрованные лично им по глиняным табличкам.

Важный фактор – какие вопросы задает астролог для анализа. Например, больше веры тем, кто требует указать точное время и место рождения. Так, американский психолог Росс Снайдер дал своим испытуемым один и тот же гороскоп. Им оказались более удовлетворены те, у кого “для составления гороскопа” он предварительно спрашивал не только год и месяц, но и день и час рождения.

Еще один важный фактор в действии эффекта Барнума состоит в том, что мы любим комплименты, но относимся с сомнением к критическим высказываниям в наш адрес. Это не значит, что гороскоп, чтобы в него поверили, должен состоять из одних восхвалений. Допустимы и указания на некоторые простительные недостатки характера. В одном эксперименте Снайдер и его сотрудники установили, что результаты астрологического анализа личности казались особенно приемлемыми в том случае, если в них было в пять раз больше положительных замечаний о характере, чем отрицательных. И напротив, люди отказывались узнавать себя в описаниях, содержащих вдвое больше отрицательных черт, чем положительных. Вот, например, описание личности, полученное, правда, не у астролога, а у графолога, но разница тут невелика: “Оптимист, всегда устремлен в будущее. Экстраверт. Обладает развитым интеллектом. Культурен. Решителен. Имеются признаки упрямства. Ум быстрый, но в работе плохо справляется с мелочами и нуждается в сотрудниках, которым их можно было бы поручить”. Это типичный образец в целом положительного заключения, которое охотно будет принято любым заказчиком. Отмечено два недостатка, но с каким тактом это сделано! Они смотрятся почти как достоинства: “имеются признаки упрямства” (а ведь упрямство – почти упорство!) и “плохо справляется с мелочами” (нуждается в помощниках по этой части, значит способен руководить людьми). Подумайте, многие ли признали бы правильным заключение с такими выводами: “имеются признаки интеллекта” и

“тугодум, но хорошо справляется с мелочами”?

Еще один фактор, работающий в пользу эффекта Барнума, таков: к астрологам чаще обращаются люди несчастные, озабоченные, запуганные жизнью, впавшие в депрессию, опасющиеся будущего. Кстати, не объясняет ли этот набор симптомов внезапную веру в астрологию, охватившую наше общество в последние годы? Таким людям особенно нужна положительная и основанная на “древней науке” информация об их характере и будущем. Для них это еще и своеобразная форма психотерапии, ослабляющая волнения, страхи, неуверенность в будущем. В отличие от других форм терапии, которые требуют усилий от клиента, чтобы признать и понять свои внутренние проблемы, а затем изменить свое отношение к жизни и поведение, здесь требуется только дать астрологу о времени и месте рождения.

С ходом времени предсказания кажутся всё более и более оправдывающимися. На эту особенность памяти обратил внимание еще Фрейд: человеку свойственно помнить положительные высказывания о себе и своем будущем и забывать отрицательные. Важно и то, что услуги астролога, как правило, довольно дорого стоят. Заплатив за личную консультацию или за журнал, посвященный гороскопам, вы подсознательно не пожелаете признать, что выбросили деньги зря.

И еще один эффект, известный психологам как “самоподтверждающееся пророчество”. Гороскопы оказывают определенное влияние на людей, для которых они составлены. Так, прочитав, что вашему знаку Зодиака свойственна особенная честность, вы будете стараться не ударить в грязь лицом и поддержать репутацию своего созвездия.

Так или иначе, любая попытка составить психологический портрет личности на основе зодиакальной принадлежности рискует оказаться далека от истины. Еще в далекой древности знаменитый оратор Цицерон в полемике с астрологами указывал на очевидный факт: люди, рожденные в один и тот же момент, имеют весьма несхожие характеры, не говоря уже о судьбе.

Однозначно можно судить лишь об одном. Если некто безразлично или с иронией относится к астрологии, то наверняка перед нами человек трезвый, здравомыслящий, не подверженный иллюзиям, не склонный поддаваться внушению, достаточно сильный и уверенный в себе.

Означает ли всё сказанное, что астрологические толкования и прогнозы и вовсе лишены всякого смысла и никак не связаны с мироощущением человека и его судьбой? Не будем торопиться с категоричным ответом. Ибо некоторая зависимость все-таки установлена, хотя она тоже скорее носит характер предрассудка. Как заявил французский журнал “Сьянс э ви”, опубликовавший исследование ученых Калифорнийского университета, знание суеверными людьми своего гороскопа может существенно сказаться на состоянии их здоровья и даже сократить им жизнь. Калифорнийские психологи обследовали большую выборку американцев китайского происхождения. Многие из них вполне ассимилировались на новой родине и отошли от восточных традиций. Иные, напротив, сохранили приверженность многим убеждениям своих предков, в частности – веру в восточную астрологию. В китайской астрологии череда лет делится на циклы, в каждом цикле каждый год проходит под знаком одного из природных элементов – огня, воды, земли, металла и дерева. Те же элементы “ответственны” и за функционирование определенных органов человеческого тела и определяют заболевания этих органов. Так, огонь в китайской астрологии ассоциируется с сердцем. Поэтому считается, что человек, родившийся в год огня, будет подвержен сердечно-сосудистым заболеваниям и, скорее всего, от них и умрет, причем именно в год огня. Если человек искренне верит такому прогнозу, то оно также способно обернуться “самовоплощающимся пророчеством”. Ведь от самовнушения до заболевания путь недолог. Анализ ученых показал, что свято верящие в гороскопы люди в обследованной ими выборке живут в среднем на пять лет меньше, чем те, кто скептически относится к астрологии.

Однако нельзя отрицать и того факта, что определенные различия, обусловленные датой рождения (увязывать которую или нет со знаком Зодиака – вопрос вкуса) все-таки

существуют. Психологи в значительной степени допускают, что такие факторы, как влияние солнечной активности на эмбрион, а также время зачатия (зима, весна, лето, очень – что связано с питанием матери и ее еще не родившегося ребенка), могут обусловить некоторые психологические особенности человека. Например, выдвигается следующая гипотеза. После того, как на Земле установился современный климат, весь животный мир планеты из поколения в поколение приносился к устойчивому “графику любви”. Из потомства, появлявшегося на свет в разное время года, в средних широтах выживали лишь те детеныши, которые рождались в конце одной зимы и успевали окрепнуть до наступления следующей. Соответственно и прилив любовной энергии животные “привыкли” ощущать именно тогда, когда зачатие гарантирует весеннее деторождение.

Существует научная теория, что и люди в те времена влюблялись только в мае с тем, чтобы родить детей через девять месяцев, в конце зимы – в феврале. Косвенным подтверждением этой теории можно признать очевидную любовную активность человечества по весне, и резкий взлет статистики изнасилований в этот период. Со временем человек создал себе искусственную окружающую среду – дома, одежду, и всё больше детей, зачатых не в мае, благополучно выживали. Так постепенно в комфорте жилищ медовый месяц май растянулся на медовый год. И дети стали появляться не только в феврале, но и в любое другое время года. Вместе с человеком “заниматься любовью во всякое время” стали и некоторые домашние животные, например, кошки и собаки.

Согласно той же теории, февральские младенцы по всем биологическим показателям должны выигрывать у всех остальных – их генетическое благополучие “оплатили” тысячи поколений предков. Это подтвердили исследования российского ученого Евгения Виноградова. Он обработал демографическую статистику десяти европейских стран и вывел график рождаемости талантов. Результат получился однозначный – по количеству гениев всех времен и народов февраль является безусловным лидером. Сомневающиеся могут провести несложный, хотя и утомительный опыт: проштудируйте Большую Советскую Энциклопедию. Больше всего выдающихся личностей, упомянутых в БСЭ, родились именно в феврале.

А американский профессор Д.Фиклинг не поленился проанализировать биографические данные десятков тысяч людей, упомянутых в современных энциклопедиях. Он поставил задачу установить среднюю продолжительность жизни в зависимости от даты рождения, то есть от принадлежности к определенному знаку Зодиака. Понятно, что в подсчетах использовались данные только тех, кто умер естественной смертью. На основании скрупулезных подсчетов Фиклинг составил следующую таблицу продолжительности жизни мужчин и женщин в зависимости от зодиакальной принадлежности.

Козерог (22 декабря – 20 января) – мужчины – 77,5, женщины – 80 лет.

Водолей (21 января – 19 февраля) – соответственно 71,5 и 71,5.

Рыбы (20 февраля – 20 марта) – 71 и 75.

Овен (21 марта – 20 апреля) – 79 и 78.

Телец (21 апреля – 21 мая) – 81,5 и 79,5.

Близнецы (22 мая – 21 июня) – 78 и 81,5.

Рак (22 июня – 23 июля) – 68 и 73.

Лев (24 июля – 23 августа) – 74 и 74,5.

Дева (24 августа – 23 сентября) – 76,5 и 80,5.

Весы (24 сентября – 23 октября) – 73 и 77.

Скорпион (24 октября – 22 ноября) – 68,5 и 72,5.

Стрелец (23 ноября – 21 декабря) – 62 и 63,5.

С этими данными отчасти перекликаются результаты другого исследования. Как обнаружили статистики из Института демографических исследований в Ростке (Германия), люди, рожденные между октябрем и декабрем, живут в среднем на полгода дольше тех, кто рожден в апреле-июне. Массив обработанной информации охватывает более миллиона данных о сроках рождения и смерти граждан Австрии и Дании. Когда для сравнения

привлекли сведения о жителях Австралии, оказалось, что в Южном полушарии преимущество имеют рожденные во втором квартале, когда там осень. Предполагается, что дело тут в насыщенности витаминами пищи матери во время беременности.

Выявленные зависимости трудно беспристрастно оценить, однако статистические факты – вещь упрямая. Впрочем, к психологии эти исследования имеют косвенное отношение. Иное дело – сугубо психологические параллели, которые, оказывается, тоже были выявлены.

В 1978 году в “Журнале социальной психологии” была опубликована статья Д.Мэйо, О.Уайта и Г.Айзенка, в которой авторы предположили, что существует связь между двумя основными характеристиками личности, измеряемыми с помощью теста английского психолога Г.Айзенка: экстраверсией-интроверсией, неустойчивостью-стабильностью – и зодиакальным месяцем, в котором родился человек.

Первая характеристика подразделяет людей на экстравертов (“обращенных наружу”) и интровертов (“обращенных в себя”). Экстраверты требуют постоянной стимуляции от внешней среды, они общительны, стремятся к новым впечатлениям, склонны к риску, любят перемены, готовы к быстрым реакциям. Для них характерна раскованность поведения, оптимизм, веселость, а также вспыльчивость, некоторая агрессивность, поверхностность в восприятии людей и явлений.

Интроверты, наоборот, стимулы жизненной активности черпают изнутри, живут своим богатым внутренним миром. Они замкнуты, малообщительны, медлительны, серьезны, сдержанны, любят порядок, склонны к самосозерцанию, дружат преданно, но с немногими, избегают шумных компаний.

Вторая характеристика подразделяет людей на тревожных (нестабильных), то есть повышено чувствительных к неудачам и ошибкам, склонных к самообвинениям, постоянно стремящихся к совершенствованию, – и эмоционально стабильных, то есть уравновешенных, стрессоустойчивых.

Английские психологи обнаружили следующие зависимости: Овен, Близнецы, Лев, Весы, Стрелец и Водолей являются преимущественно экстравертами, а Телец, Рак, Дева, Скорпион, Козерог и Рыбы – интровертами. При этом Рак, Скорпион, Рыбы являются более эмоциональными, чем другие знаки Зодиака.

Отечественные психологи также пытались выявить зависимость выраженности личностных черт от зодиакального месяца рождения. Согласно данным психолога В.Н.Дружинина, женщины, рожденные под знаками Телец, Дева, Водолей в большей степени экстраверты, чем рожденные в другие месяцы, а Лев и Козерог – более интроверты. Мужчины-Водолеи, в отличие от женщин этого знака, – интроверты. Что касается второй личностной характеристики, то женщинам, рожденным в Тельце, Льве, Скорпионе, скорее присуща эмоциональная устойчивость, а Овнам, Ракам, Весам – тревожность. Мужчины же Овны, Львы, Скорпионы, Водолеи, Тельцы отличаются уравновешенностью и стрессоустойчивостью. Кроме того, и мужчины, и женщины – Львы, Тельцы, Скорпионы, Водолеи обладают, как правило, высоким интеллектом и самоконтролем, они редко пасуют в сложных ситуациях.

Возможно, новые исследования откроют нам другие, не менее интересные точки соприкосновения психологического и астрологического знания о человеке. А пока будем осторожны в своих суждениях по этому поводу, дабы не стать очередными жертвами эффекта Барнума.

О вещих снах

Мне снился Фрейд. Что бы это значило?
Станислав Ежи Лец

Традиционные сонники толкуют сны исходя из веры в то, что сны могут предсказывать

будущее. Можно иронизировать над попытками разного рода толкователей, и в большинстве случаев такая ирония вполне оправдана. Однако символика сновидений является не только предметом досужих догадок, но и серьезных психологических исследований. В качестве примера можно привести своеобразный “сонник”, который точнее было бы назвать сонником наоборот. Он не пытается предсказать будущее, а толкует прошлые и теперешние состояния нашего подсознания, проявляющиеся в форме сновидений. Приснившиеся образы можно понимать как символы того, что волнует человека, о чем он думает, что испытывает наяву, по тем или иным причинам не всегда четко осознавая свои страхи, надежды и заботы. Эти подавленные мысли могут появляться из подсознания во сне в виде символов.

Предлагаемая расшифровка этих символов, составленная на основе психоаналитической теории, не может рассматриваться как единственно верная и пригодная во всех случаях, для каждого из нас. Символика снов во многом индивидуальна.

АВТОМОБИЛЬ символизирует прогресс, комфорт, независимость, энергию, жизненный успех. Если вам снилось, что вы за рулем, это может означать ощущение движения к цели или, напротив, желание убежать от опасности. Если снится, что вы теряете управление, это может означать, что в глубине души вы не уверены в себе и опасаетесь потерять самоконтроль.

АНГЕЛ – чаще всего символ матери, чистоты. Иногда может означать страх смерти.

ВОДА – универсальный символ бессознательного, эмоций, иногда – тайны, опасности. Выход из воды – символ рождения (возможно, рождения новой идеи, нового периода в жизни).

ВРЕМЯ СУТОК может означать стадию в жизни спящего. Закат может говорить об уходе от активной жизни, о желании спрятаться от нее. Восход – чувство оптимизма, пробуждение, молодость.

ДОМ – символ самого себя, своего тела, своей души. Увиденный во сне уютный сельский дом выражает стремление спящего к спокойной и простой жизни.

ЗМЕЯ – распространенный символ сексуальности, а по мнению некоторых психоаналитиков, – первого грехопадения человека.

ЗУБЫ – один из самых универсальных, трудно толкуемых символов. Если вы видите во сне, что вам удаляют зуб, это может означать страх смерти, мысли о старости, потере жизненной энергии, растерянность, бессилие и пассивность. По древним представлениям, потеря зуба во сне означает страх за кого-то из близких (пустое место во рту, оставшееся от зуба, зияет как пустое место в семье после смерти одного из родственников).

КЛЮЧ чаще всего снится тем, кто ищет решение какой-то личной проблемы. Может означать также желание преодолеть некий барьер, препятствие.

КНИГА – вечный символ мудрости, знания, понимания. Чтение во сне может означать стремление что-то узнать, найти решение сложной проблемы. Такое сновидение может также выражать стремление спящего к власти, престижу, которые должны прийти со знанием. Но чтение может также означать стремление убежать от повседневной жизни, недовольство ею.

ЛОШАДЬ – мужественность, страстность, импульсивность.

ОБНАЖЕННОСТЬ обычно ассоциируется с сексом, но чаще она символизирует во сне незащищенность, открытость, чистосердечие. Примерно так же толкуются и сны с частичной обнаженностью: вы являетесь на работу или в гости без какой-либо существенной детали туалета. Сны такого рода говорят обычно о внутренней незащищенности, неуверенности в себе.

ОГОНЬ всегда считают символом любви, страсти, желания; огонь в печи, очаге, камине означает удовольствие, теплоту, уют.

ОПОЗДАНИЕ на самолет, поезд, на свидание, деловую встречу – распространенная тема в снах людей, переживающих глубокие психологические трудности. Вы ощущаете, что упускаете что-то в жизни, чувствуете бесполезность своих усилий, возможно, вас раздражают противоречивые желания. Сны с опозданием чаще бывают у крайне усталых, даже

истощенных людей.

ПАДЕНИЕ обычно говорит о повышенном уровне беспокойства. Если снится падение, это означает, что вы пасуете перед трудностями, уступаете в жизненной борьбе (или по крайней мере в глубине души появилось желание махнуть рукой и сдаться), теряете контроль над собой, признаете свою беспомощность.

ПИЩА – общий символ любви и силы. Видение пищи во сне может говорить о чувстве защищенности, иногда – о сексуальном желании.

ПЕСОК – распространенный символ времени: песок в песочных часах, блуждающие пески пустыни, погребаящие под собой древние города... Сновидение с участием песка может означать страх смерти, опасения за свое здоровье (время уходит!) или желание спящего оставить свой след в жизни (след на песке). Песчаный пляж – стремление расслабиться, нужда в отдыхе, желание умерить темп жизни, избавиться от забот. Песок в детской песочнице – желание вернуться в детство, когда все было проще и яснее. Иногда приснившаяся детская песочница означает, что вы слишком много волнуетесь о несущественных деталях жизни, упуская что-то более важное.

ПОГОНЯ, независимо от того, гонятся ли за вами или вы в роли догоняющего, – распространенная тема ночных кошмаров. Это символ преследования цели. Повторяющиеся сны о погоне бывают у тех, кто никак не достигнет поставленной перед собой цели.

ПОЛЕТ – символ положительного значения. Это один из самых приятных снов. Он может означать свободу, способность преодолевать препятствия и решать проблемы. Полет – символ превосходства, самостоятельности, иногда – желания “улететь” от повседневности.

РУКИ обычно видятся в каком-то жесте. Скажем, молитвенно сложенные руки – это просьба о помощи или благодарность. Рукопожатие говорит о дружбе. Хватающая рука – страх перед возможной потерей чего-то (или кого-то) очень нужного и любимого (многие, наверное, вспомнят навязчивый сон с хищной рукой, преследовавший Михаила Зощенко и описанный им в “Книге о разуме”).

СОЛНЦЕ – вечный символ жизни. Солнечный день, увиденный во сне, – довольство, спокойствие, удовлетворение. Восход говорит о новых планах, новом этапе в жизни. Закат – о завершении какого-то жизненного этапа, иногда – о страхе смерти или беспокойстве за свое здоровье.

ЦВЕТА: сны далеко не всегда бывают цветными. Можно предложить наиболее распространенные толкования некоторых цветов. Чаще всего в снах появляются зеленый и красный цвета. Зеленый означает надежду, исцеление, но также зависть и ревность. Красный – цвет опасности, тревоги, по аналогии со светофором – сигнал остановиться или замедлить движение. Кроме того, это символ силы и возбуждения.

Нередко с помощью научного подхода специалистам удается объяснить загадочные явления человеческой психики, относящиеся к сфере бессознательного. Однако бывает и так, что излишнее психологизирование выливается в поиски скрытого подтекста, которого часто просто не существует.

Американский психолог П.Мейбрук написал книгу-исследование о сновидениях. Когда, по заведенной в США традиции, он ездил по стране, рекламируя свой труд, его пригласили на радишоу. Позвонил слушатель передачи и стал рассказывать о постоянно мучавшем его кошмаре: “Мне снится. Что я нахожусь в горящем доме. Страшный жар, языки пламени рвутся вверх, и, прежде чем я сам начинаю гореть, я просыпаюсь. Прошу вас, помогите мне избавиться от этого ужасного сна”.

Психолог принялся объяснять, что большинство снов – это символическое отражение наших скрытых переживаний. Возможно, слушателя тревожат какие-то серьезные, требующие срочного решения проблемы? “Да нет, ничего такого особенного...” Тогда исследователем было высказано предположение, что позвонивший тратит слишком много денег и этот сон – символическое предостережение: “Не “прожигай” жизнь!”

Но и это толкование не соответствовало действительности. Напрасны были все

попытки найти хоть какую-то ассоциацию с огнем и жаром. В конце концов психолог поинтересовался: “А что у вас за работа?” – “Я пожарник”, – последовал ответ.

Издавна во всем мире роль психологов и психотерапевтов успешно играли рассказчики притч и назидательных историй. Часто их рассказы помогали человеку, утратившему душевное равновесие, по-новому взглянуть на проблему и найти в себе силы для ее решения.

Этот древний метод решил использовать немецкий психотерапевт Н.Пезешкян. Людям, которые приходят к нему за советом, он рассказывает старинные восточные притчи. Вот одна из этих историй.

Однажды восточный властитель увидел страшный сон, будто у него один за другим выпали все зубы. Это считается дурным предзнаменованием, и властитель сильно обеспокоился. В волнении он призвал толкователя снов. Тот выслушал его и сказал с тревогой:

Владыка, я должен сообщить тебе печальную весть. Ты потеряешь, подобно зубам во сне, одного за другим всех своих близких.

Такое объяснение вызвало гнев повелителя. Он приказал бросить в тюрьму несчастного толкователя снов и позвать другого. Тот выслушал сон и сказал:

Я счастлив сообщить тебе радостную весть: ты переживешь всех своих родных.

Властелин обрадовался и щедро наградил его за эти слова.

Придворные недоумевали:

Ведь ты сказал то же самое, что и твой несчастный предшественник. Но почему же тот был наказан, а ты вознагражден?

На что толкователь ответил:

*Мы оба одинаково объяснили сон. Но дело не только в том, **что** сказать, но и в том, **как** сказать.*

По мнению Н.Пезешкяна, выйти из душевного кризиса нам помогает механизм, который он назвал позитивным переосмыслением. Любая проблема, рассмотренная с разных сторон, перестает казаться удручающей. Подойдя к любому явлению с позитивной стороны, легче справиться с возникающими трудностями.

Может быть, так и следует толковать сны?

Гены и здоровье

Даже самый умный не подозревает, сколько недостатков он может таскать с собой в своих хромосомах.

Вильгельм Швебель

“Через девять месяцев, в феврале будущего года вы умрете от рака печени в клинике Первого МГУ, в четвертой палате.” Как помнят читатели романа “Мастер и Маргарита”, именно такое пророчество обрушилось однажды на ничего не подозревавшего буфетчика театра “Варьете”. В панике бедняга бросился к врачам, что, впрочем, его так и не спасло...

Никому из нас не дано жить вечно, и почти каждому его дни сократит какой-то недуг. А хотелось бы вам, подобно несчастному буфетчику, заранее узнать и срок, и диагноз? К счастью, человек избавлен от этого трагического знания. Иначе жизнь омрачилась бы страхом неотвратимо надвигающейся болезни.

Но человек во все века стремился перехитрить судьбу и узнать то, что ему самой природой знать не позволено. Древнейшая хитрость такого рода – астрологический прогноз. Вооружившись знанием древней науки, люди пытаются заранее проследить жизненный путь своей души и тела. Каков же результат? Весьма показательное исследование этой проблемы американскими учеными подробно описано в предыдущей главе. Оно недвусмысленно свидетельствует: у тех, кто верит в астрологию, разного рода болезни действительно обострялись (порой с летальным исходом) в соответствии с гороскопом. Те, кто в это не

верит, не подвержены этой зависимости и вообще живут в среднем на пять лет дольше.

Астрология – наука спорная. А вот данные наследственности четко записаны в наших генах и сомнению не подлежат. Поэтому специалисты советуют изучить свою родословную, с тем чтобы предвидеть вероятность будущих недугов. Но не рискуем ли мы тем самым подменить мистическую веру в гороскопы материалистической верой в генетику, причем с тем же печальным результатом? Может быть, судьбу, и правда, лучше не знать?

Важно понимать, что наследственность и судьба – вещи хоть и взаимосвязанные, но довольно косвенно.

Оставим в стороне врожденные пороки развития, обусловленные наследственностью. В этих случаях речь идет не о вероятности болезни, а, увы, о свершившемся факте. Иное дело, когда родословная указывает на риск более позднего возникновения патологии. Можно ли воспрепятствовать грозящей беде?

Ученые давно ведут спор о том, в какой мере наследственность определяет нашу судьбу. Одни считают, что все индивидуальные особенности человека заложены в генах, и влияние внешней среды ничего не может изменить по существу. Их противники, наоборот, решающее влияние приписывают среде. Но эти крайние точки зрения, как и любые крайности, наверное далеки от истины. Самым удачным кажется мнение одного из генетиков, который сказал: “Все на 100 % определяется наследственностью, и все на 100 % определяется средой”. Парадокс этого суждения – только кажущийся. Дело в том, что генетическая предрасположенность – это величина потенциальная, которая в той или иной мере реализуется в зависимости от факторов среды, проще говоря – от образа жизни. В соответствующих условиях унаследованная склонность развивается и актуализируется, в иных условиях – остается в зародыше, никак себя не проявляя. И это касается почти всех индивидуальных свойств – будь то умственная одаренность, физическая сила или склонность к алкоголизму.

Например, по сей день точно не установлены причины, по которым человек заболевает шизофренией. Предполагается, что наследственность тут играет не последнюю роль. Дети родителей-шизофреников гораздо чаще страдают этой болезнью, чем дети здоровых отца и матери. Однако известно немало случаев усыновления таких детей здоровыми родителями, и в этих случаях вероятность заболевания резко снижалась. То есть сама атмосфера жизни семьи служит мощным катализатором наследственной предрасположенности либо тормозит ее.

При этом внешние факторы могут сыграть и всецело определяющую роль в возникновении заболевания. Так, потомок жизнерадостных предков может оказаться в столь критической ситуации, что естественным ее результатом явится депрессия. Либо, не имея в роду ни одного пьяницы, но попав в нездоровую среду, человек может вне всякой наследственной зависимости скатиться к алкоголизму. Если до этого он произвел на свет ребенка, то в генетическом наборе последнего никак не отразится пугающая тенденция. А вот взросление в семейной атмосфере, окрашенной в алкогольные или депрессивные тона, скорее всего скажется не лучшим образом.

Одна и та же болезнь может поразить и человека,отягощенного наследственной предрасположенностью, и человека без такой предрасположенности. Только первому для развертывания “программы” болезни достаточно незначительного внешнего толчка, тогда как второй заболеет лишь в очень неблагоприятных условиях. И для одного, и для другого образ жизни явится решающим условием, разница – лишь в мере отрицательных влияний.

Поможет ли нам изучение нашей генеалогии в предотвращении грозящих недугов? Ответ на этот вопрос вовсе не однозначен. Каждый может найти в своем роду какую-то патологию. И если спроецировать эту тенденцию на себя и мучительно прислушиваться к малейшим симптомам в своем организме, то не исключено, что эти симптомы не замедлят проявиться, как в случае с китайским гороскопом. Специалисты утверждают, что знание наследственности позволит правильно организовать свою жизнь, воздерживаясь от вредоносных влияний и культивируя свое здоровье. Но кто мешает заняться этим вне всякой

связи с наследственностью?

Кроме того, в наших условиях очень непросто получить квалифицированное заключение о своих наследственных склонностях. Специалистов, умеющих провести такой анализ, вы в районной поликлинике не найдете. А самостоятельное копание в родословной может породить лишь болезненную мнительность – как выясняется, весьма небезопасную.

Поэтому все суждения о наследственных склонностях правильнее расценить как информацию к размышлению, чем как рекомендацию к действию. Но так или иначе, правильно организовать режим питания и сна, обеспечить необходимую физическую нагрузку, избавиться от вредных привычек следует независимо от того, от чего умер ваш прадедушка.

Магия имени. Как назвали, так и проживешь?

Non est omen (Имя – это предначертание)

Древнеримское суждение

Джульетта, героиня бессмертной трагедии Шекспира, терзаясь от невозможности соединить свою жизнь с любимым, принадлежащим к враждебному клану (иначе сказать – к другой фамилии), взывала к возлюбленному Ромео:

Одно ведь имя лишь твое – мне враг,
А ты – ведь это ты, а не Монтекки.
Монтекки – что такое это значит?
Ведь это не рука, и не нога,
И не лицо твое, и не любая
Часть тела. О, возьми другое имя!
Что в имени? То, что зовем мы розой, —
М под другим названьем сохраняло б
Свой сладкий запах! Так, когда Ромео
Не звался бы Ромео, он хранил бы
Все милые достоинства свои
Без имени. Так сбрось же это имя!
Оно ведь даже и не часть тебя...

(перевод Т.Щепкиной-Куперник)

Впрочем, если верить популярным ныне теориям, юная итальянка была не права. Не будь она Джульеттой, судьба ее сложилась бы совсем иначе и, возможно, даже не пересеклась бы с судьбой Ромео, если б он звался по-другому. Ибо само имя (а также фамилия, которая, по сути дела, есть часть имени) предопределяет весь склад личности человека и его жизненный путь.

На эту тему в последние годы выполнено множество изысканий (которые, увы, при всем желании невозможно назвать научными), и сегодня на любом книжном прилавке можно встретить с десяток книг под красноречивыми названиями: «Имя и судьба», «Тайна имени» и др. Люди охотно раскупают эти книги, пытаются отыскать в них тайные предначертания, связанные с их собственными именами. Особое внимание к этой проблеме проявляют будущие родители в стремлении дать своим детям «правильные» имена. Насколько оправданы их ожидания?

Раскритиковать эту теорию очень легко с помощью простых примеров. И хотя одной лишь критикой в данном случае ограничиться недопустимо, с нее, однако ж, и начнем. Для примера возьмем простое и широко распространенное (причем у многих народов) женское имя Анна. Выберем наугад несколько известных личностей, носивших или носящих это имя, и попробуем сравнить их жизненный путь.

Анна Болейн – английская королева, мать королевы Елизаветы I. Судя по немногочисленным свидетельствам историков, была чрезвычайно яркой и интересной женщиной. Стала предметом бурной страсти любвеобильного Генриха VIII – ради нее он не только развелся со своей первой женой (всего их у него было шесть), но и предпринял с этой целью церковную реформу, поскольку не мог получить одобрения развода со стороны Римского Папы. Однако вскоре Анна была обвинена в супружеской неверности и в возрасте 29 лет казнена.

Анна Австрийская – еще одна августейшая особа, дочь испанского короля Филиппа III. Замуж была выдана за французского короля Людовика XIII, причем сугубо по политическим мотивам, ни о каких пылких чувствах там не было и речи (ситуация, увы, обыденная для царственных особ). После смерти мужа выступала регентшей при своем несовершеннолетнем сыне Людовике XIV; государством тем временем фактически правил ее фаворит кардинал Мазарини. После воцарения сына удалилась в монастырь, где умерла в возрасте 64 лет.

Анна Иоановна – русская царица, племянница Петра I. Недолгое время царствовала на Руси в начале 18 века. Недалекого ума, ленивая и малообразованная, уделяла мало времени государственным делам, предаваясь пирам и развлечениям. Скончалась в возрасте 47 лет.

Анна Ахматова – известная русская поэтесса, человек исключительного творческого дара и интеллигентности. Счастлива, но недолго была замужем за поэтом Н.Гумилевым, казненным по обвинению в антигосударственном заговоре. Ее сын стал известным ученым. Прожила долгую (77 лет), но нелегкую жизнь, в которой признание ее поэзии в кругах интеллигенции сочеталось с официальной обструкцией со стороны властей.

Анна Фрейд – единственная из детей основоположника психоанализа Зигмунда Фрейда, кто продолжил дело отца. Прожила 87 лет, замужем не была, детей не имела, всю себя отдала психоанализу. Получила широкое признание как крупнейший специалист в этой области.

Анна Курникова – всемирно известная современная теннисистка, сумевшая, несмотря на сравнительно скромные спортивные результаты, снискать обожание миллионов поклонников, а также изрядный капитал. Признана одним из секс-символов современного спорта. Ныне здравствует и благоденствует, и трудно сказать, как в дальнейшем сложится ее судьба. Однако вероятность того, что она взойдет на престол, будет обезглавлена, уйдет в монастырь или посвятит себя психоанализу, представляется крайне сомнительной.

Помимо этих известных личностей любой читатель без труда вспомнит хотя бы пару женщин из своего окружения, носящих это имя. Люди это весьма заурядные – по крайней мере, ни корона, ни плаха, ни рукоплескания поклонников в их судьбе никак не присутствуют. А если представить себе огромную толпу Анн, ныне живущих на свете, то нетрудно понять, что это очень разные люди. Среди них, наверняка есть и многодетные матери, и старые девы, женщины как строгого нрава, так и легкого поведения, красивые и невзрачные, преуспевшие и нищенствующие. Кроме имени, их ничто друг с другом не связывает и не роднит.

Еще более простой опыт проведен автором этих строк на собственном примере. Начать с того, что зовут меня так же, как моего отца (причем даже по отчеству), – Сергей Сергеевич Степанов. Отец, которого ныне уже нет в живых, был одним из двух детей в семье, сам рано потерял отца, поздно женился и имел единственного сына. Получил техническое образование, всю жизнь проработал инженером. Был человеком сугубо практического склада ума и высоких, хотя и далеко не реализованных амбиций. Я, его единственный сын, похоронил отца в зрелом возрасте, женился в двадцать с небольшим, имею двух детей. Технически абсолютно бездарен, зато с известными гуманитарными склонностями. Амбиции весьма умеренны и по большей части реализованы. Помимо того, что естественным образом роднит любых отца и сына, независимо от их имен, налицо два совершенно разных характера и две несхожих судьбы.

В дополнение к этому я провел несложное изыскание с помощью Интернета. С

удовольствием обнаружил несколько ссылок на собственные работы (помимо этого – еще десятки незакавыченных цитат, что отчасти уязвляет, но отчасти и льстит), а также пару упоминаний об еще одном психологе по имени Сергей Степанов. Этот коллега-тезка-однофамилец (к тому же еще и ровесник) мне хорошо известен, мы знакомы, даже учились на факультете психологии МГУ с разницей в один год. Этим сходство и исчерпывается. В остальном сходства не больше, чем между Иваном Петровым и Семеном Сидоровым. Из Всемирной сети я также узнал о существовании еще по крайней мере двух примечательных тезок-однофамильцев: один Сергей Степанов – «широко известный в узких кругах» музыкант авангардной ориентации, другой – член думской фракции КПРФ. Из архива новостей удалось также узнать о том, что некий Сергей Степанов в свое время оказался арестован японскими властями вместе с траулером, которым командовал, а другой – стал жертвой бытового несчастного случая в Москве.

Не стану развивать эту обширную тему, ибо любой читатель легко может проделать то же самое с тем же результатом – припомнить или отыскать десятки знаменитых и заурядных своих тезок и однофамильцев, которые, как выясняется, похожи не него и друг на друга не больше, чем носители любых других имен.

Что же это значит? Только то, что разные люди, носящие одно и то же имя, могут быть совершенно несхожи как своим личностным складом, так и судьбой. Наивно полагать, будто некая конкретная Анна разделит (хотя бы в общих чертах) судьбу всех прочих Анн – просто в силу того, что у всех у них разная судьба. Однако, в зависимости от того, почему и зачем именно ей было дано именно это имя, в ее личной судьбе кое-что все-таки может быть предопределено. И ее жизненный путь, скорее всего, будет отличаться от жизненного пути какой-нибудь Анжелики, не говоря уже про Фатиму или Брунгильду. В чем же здесь дело?

Удивительно, но во многих языках слово «судьба» родственно словам «давать имя». Латинское «фатум» (судьба) восходит к слову «фари» (произнести, сказать). В русском языке слово «рок» идет от глагола «рече», нарекать. То есть, выходит, как нарекли, такую судьбу и определили.

Но можно ли, поменяв имя, изменить и роковой ход событий? Человечество изобретало немало способов подобной борьбы с неудачами. Например, древние римляне считали, что для этого достаточно написать имя человека в зеркальном изображении и оно перестанет диктовать свои «условия». Возможно, и с этим связан обычай брать псевдоним, который идет от надежды, что с новым именем больше повезет. Кстати, отсюда и закон, сохранившийся до наших дней у священнослужителей, монахов, членов тайных обществ: менять образ жизни, менять и имя. В процессе многих психологических тренингов участникам также предлагается выбрать себе новое имя взамен своего собственного, чтобы почувствовать себя другим человеком. Ибо слишком многое для нас эмоционально связано с теми звуками, которыми мы зовемся с малых лет. А почему так зовемся?

В прежние времена человек мог получить имя в соответствии со своим днем рождения. Родился в день, когда во времена оно распяли великомученика Елпифидора, – получи его имя, а самого святого – в покровители. Потому, кстати, и традиция празднования дня рождения – в наших краях сравнительно недавняя. Прежде праздновали именины, ибо это было фактически одно и то же.

Позже надо было соответствовать совсем иным канонам. В честь вождя мирового пролетариата Вилены и Владлены множились тысячами. А могли и Индустриализацией дочку назвать. В тридцатые пошли Сталины. Поболе стало Светлан, ибо так звали дочку Отца Народов.

Дальше мода менялась все поспешнее. Эпоха борьбы с космополитизмом разродилась легионом Кириллов, Мефодиев и Аграфен. Юрии в невероятных количествах – в честь первого космонавта, Индиры и Саманты – в честь погибших героинь. Изауры уже подрастают – первый слезоточивый сериал вышел на наши экраны лет пятнадцать назад. Нынче в большой моде Анжелики, Дианы, Кристины, Стеллы... Очень уж родителям хочется казаться европейцами. Удастся ли – как знать... Но лузгать семечки Кристина, в самом деле,

вряд ли станет.

То есть идеи о связи имени и судьбы кое в чем (правда, в очень малой степени) основаны на реальных наблюдениях. Известно, что дети с выдающимися именами чаще совершают самоубийства. Но дело тут не в том, что имя подтолкнуло. Просто с малолетства на ребенка было возложено слишком много ожиданий, и можно надорваться, пытаясь им соответствовать.

Когда мать называет малыша именем трагически погибшего супруга, она неосознанно накладывает на него обязательство быть таким, как отец. И попробуй не соответствовать! Если отец настаивает, чтобы сына назвали его именем, очевидно, что ему хотелось бы видеть в мальчике свое и только свое продолжение. Если девочку Агату бабушка настойчиво величает Агафьей, значит бедная девочка долгие годы будет жить на острие раздоров «западников» и «почвенников».

Важно и то, как зовут ребенка в семье. Дима наверняка вырастет сильнее, самостоятельнее и крепче, чем Митя, которого родители скорее всего воспитывают мягким и чувствительным (не говоря уже про Митюшу). А крепче других на ногах будет стоять привыкший с малолетства зваться Дмитрием, без всяких уменьшительно-ласкательных излишеств.

В наши дни предпринимаются разные попытки расшифровать значение имени. Б.Хигир дает интуитивные характеристики, во многом основанные на житейских наблюдениях; С.Шестопалов предлагает астронумерологический подход, А.Киладзе – символический. Есть и попытки фонетического анализа, доходящие до анекдота – одного англичанина, не знавшего русского языка, спросили, дал бы он дочери имя Телятина, и он согласился – очень благозвучное имя. Беда в том, что во всех названных случаях получаются довольно сильно различающиеся значения одних и тех же имен.

Поэтому давайте не будем придавать слишком много значения судьбоносной роли имени. Небесполезно разобраться, какие ожидания вкладывали в наше имя те, кто его давал, – наши родители. Потому что всем своим последующим поведением они наставляли нас соответствовать этим установкам. Возможно, этим путем мы и следуем по сей день. А если этот путь нас не устраивает, то выбрать другой можно и не меняя имени. Ибо говорят на Руси: «Хоть горшком назови, только в печку не ставь».

Печать на лице

Мы предназначены своим телам, как моллюски своим раковинам.

Платон

Более двух тысяч лет назад китайский мудрец Лу Ван случайно встретил незнакомого юношу, с которым поспешил завязать дружеские отношения, более того – посватал к нему в жены свою дочь. Прозорливости мудреца можно только поразиться: судьбе было угодно, чтобы через несколько лет безвестный юноша провозгласил себя повелителем Поднебесной, первым императором династии Хань. По утверждению счастливого тестя, исключительные способности незнакомца и предначертанное ему величие он прочел, внимательно взглядевшись в черты его лица.

Эту историю отделяют от нас тысячелетия, и сегодня ее достоверность уже невозможно проверить. Но вот еще одна история, совсем недавняя.

Американский психолог Роберт Уайтсайд долгие годы посвятил изучению человеческих лиц. В частности, он подметил, что определенное строение лица характеризует потенциальных «аварийщиков» – людей, склонных неосознанно подвергать себя повышенной опасности при обращении с техническими устройствами. Сам Уайтсайд намеревался освоить навыки управления самолетом. Однако, обнаружив перед зеркалом такую настораживающую черту, отказался от своего намерения. Летный инструктор, которого также отличала эта малоприметная внешняя черта, не внял предостережениям

психолога и продолжал полеты. Через несколько месяцев он разбился.

О способности «видеть человека насквозь» одни рассказывают легенды, другие относятся к этим рассказам с недоверием. Так или иначе, каждый из нас выносит суждение об окружающих не только по их словам и поступкам, но и по их внешности, которая часто оценивается неосознанно, интуитивно.

Разумеется, большинство таких наблюдений недостаточно обоснованы и не могут считаться достоверными. Тем не менее именно из таких наблюдений веками складывалась особая ветвь человекознания – физиогномика. Начиная с Аристотеля, которому не откажешь в научной проницательности, мыслители всех времен и народов пытались соотнести форму головы и черты лица с психологическими характеристиками. В адрес физиогномики было выпущено немало критических стрел. Действительно, физиогномические теории весьма уязвимы для критики. Однако их сторонники полагают, что лучше иметь пускай и несовершенную теорию, чем вообще никакой. К тому же, наряду с двусмысленными и просто неверными толкованиями встречаются и многочисленные примеры справедливых и точных суждений, вынесенных на основе изучения лиц. Это свидетельствует о том, что хотя физиогномика сегодня едва ли может считаться настоящей наукой, но, вероятно, содержит некое рациональное зерно. Конечно, физиогномические построения еще требуют экспериментальной проверки и серьезного научного обоснования. Тем не менее, многие наблюдения с изрядными оговорками могут рассматриваться как небезынтересный материал для психологического анализа. И вот почему.

Не подлежит сомнению, что то или иное выражение придают лицу определенные психические состояния – воодушевление или грусть, страх или гнев, застенчивость или задумчивость. Физиогномика – это основанное на опыте учение о статических внешних проявлениях человека, которые могут быть истолкованы как признаки его характерных психических особенностей. Приходилось ли вам встречать людей со “злым лицом”? А с “умным” или “глупым”? Лицо человека хранит следы наиболее частых, типичных для него переживаний и мыслей. Более того, эти черты, вероятно, закрепляются в генофонде и наследуются так же, как и склонность к тем или иным психическим реакциям.

И еще одно соображение. Если у какого-то человека, например, “смелый орлиный нос”, то окружающие интуитивно станут относиться к нему как к бойцу. Из-за этого бессознательно ощущаемого “доверия” действительно может выработаться бойцовское поведение, которое, гармонируя с внешним обликом, будет признано окружением и в результате этого еще более усилится. Точно так же к человеку с аляповатыми, “клоунскими” чертами лица скорее всего сложится соответствующее отношение, и он, отчаявшись произвести впечатление человека серьезного и вдумчивого, постарается извлечь все преимущества из навязанного ему образа.

Поэтому, признавая всю условность и ограниченность физиогномических трактовок, рассмотрим те параметры, которые кажутся наиболее достоверными. Хотя динамические характеристики гораздо более значимы, чем статические, то есть движения лица более показательны, чем его форма. Но обо всем по порядку.

Начнем с такой заметной и, казалось бы, психологически малозначимой детали, как волосы. Их структура и цвет – признаки настолько явные, что обязательно бывают замечены и, как правило, оценены. Причем эти оценки, как свидетельствуют научные данные, вовсе не безосновательны. Дело в том, что волосы, кожа и нервная ткань генетически связаны между собой: все эти три компонента формируются из одной клетки, возникшей на самом раннем этапе развития человеческого зародыша.

Вам наверняка приходилось встречать людей с нежными, словно детскими волосами. Познакомившись с ними поближе, можно заметить, что такие люди более чувствительны – как физически, так и эмоционально. Их тело, да и душа отличаются хрупким строением, повышенной ранимостью. Характерно, что тонкие и мягкие волосы гораздо чаще встречаются у женщин, чем у мужчин.

Люди с жесткими волосами не столь утонченны, скорее – грубы. Они легче переносят

боль и тяготы жизни, в общении прямолинейны и чужды деликатности, возможно – оттого, что улавливают оттенков чужих чувств и подтекста в высказываниях. Такого человека легко рассмешить грубоватым анекдотом, но невозможно заставить оценить тонкий афоризм.

Жесткие волосы часто (хотя и не всегда) бывают у брюнетов; светлые волосы почти всегда тоньше и мягче. Не на этом ли основана наша неосознанная симпатия к блондинам, которые кажутся людьми более тонко чувствующими и мягкими? К тому же светлые тона ассоциируются с чистотой и свежестью, а это привлекательные качества. Кроме того, многие оттенки светлых волос напоминают блеск золота, ассоциирующийся с богатством и удовольствиями. Светлое обрамление лица слегка размывает контур головы и тем самым сглаживает черты лица при сильных эмоциях, создает впечатление большей уравновешенности, спокойствия, скромности и даже кротости. Светлые волосы – редкость, а редкое привлекает своей необычностью. Недаром жаждущие признания представительницы прекрасного пола предпочитают именно светлый цвет волос. Ради успеха у публики блондинками стали Мэрилин Монро, Мадонна, Ким Бессинджер... Вообще мужчинам следует иметь в виду, что, по некоторым статистическим данным, из 15 встреченных вами блондинок лишь одна “натуральная”.

Мужчины красят волосы крайне редко. Для женщин это – обычное дело. Может быть, в этом проявляется большая пластичность их душевной организации, постоянный поиск своего Я – причем как внешнего, так и внутреннего. Многократное экспериментирование с цветом волос – верный признак импульсивности, некоторой душевной нестабильности и постоянных исканий.

Длинные, свободно растущие волосы издавна считались признаком независимости, уверенности в своей силе. Недаром людей, попавших в зависимое положение, – рабов или осужденных, как правило брили наголо или коротко стригли. Эта традиция сохраняется и сегодня – в армии и в местах заключения. Считается, что из соображений гигиенических, хотя психологическая символика прослеживается тут довольно явно. Из тюрьмы человек выходит с коротенькими волосами, равномерно отросшими по всей голове. Забавно, что такая прическа почему-то очень популярна у “новых русских”. Впрочем, сочетание пиджака от Версачи с “зековской” прической довольно точно отражает парадоксальную природу современного российского бизнеса.

В целом же, прическа – не очень показательный признак. Способ стрижки и укладки волос диктует мода, а также принадлежность к определенной социальной группе. Гораздо интереснее для наблюдателя те особенности, которые почти не подвержены косметическим изменениям, – форма и черты лица.

Исследователи выделяют несколько типичных форм лица.

Эталоном считается овальное лицо. Такое идеальное лицо имеет правильные пропорции, и его обладатель должен был бы иметь идеальный характер. Увы, в жизни такие лица встречаются крайне редко. Вообще большинство лиц скорее тяготеют к тому или иному типу, сочетая в себе и признаки других.

Продолговатое лицо – так называемый аристократический тип. Продолговатость свидетельствует об интеллекте, чувствительности, уравновешенности и рассудительности. Такие люди обладают организаторским талантом и ярко выраженной целеустремленностью.

Треугольное лицо всегда служило источником вдохновения для художников и скульпторов. Считается, что человек с таким лицом обладает высокой чувствительностью, нередко – одаренностью, однако не способен на сильную привязанность.

Круглое лицо ассоциируется с добродушием, миролюбием, мягкостью и обаянием. Круглолицые любят комфорт, вкусную еду и приятную компанию. Круглое лицо вызывает у окружающих спонтанную симпатию. Впрочем, житейские обобщения порой заставляют считать круглолицего человека недалеким и простоватым. Наверное, поэтому многие женщины с таким лицом стремятся изменить его форму, чтобы оно выглядело более овальным (для этого существует множество косметических ухищрений).

Квадратное лицо характерно для людей энергичных, дисциплинированных и

исполнительных. Отрицательные черты: человек с таким лицом “труден” в общении, а порой прямолинеен – до жесткости.

В отличие от многих наивных житейских обобщений, такая типология имеет вполне логичное эволюционное и анатомо-конституционное обоснование. Когда наши человекоподобные предки переселились из девственного леса в саванну, то, кроме всего прочего, они уже обладали тем, что было наиболее необходимо им для выживания: массивной нижней челюстью с крепкими зубами. В силу того, что стадный образ жизни не требовал мыслительной активности, лобная кость была развита слабо. В ходе эволюции люди дифференцировались по отношению к решаемым ими задачам и их интеллектуальные способности возрастали. Соответственно лобная часть черепа увеличивалась, а нижняя уменьшалась. Поэтому в настоящее время у каждого человека можно обнаружить, обременен ли он в большей степени умственно или телесно, то есть в соответствии с его предрасположенностью доминирует интеллектуальная или эмоционально-потребностная сторона.

Так, округлая форма головы обычно связана с преобладанием в организме энтодермы – ткани, способствующей усвоению питательных веществ. Понятно, что люди с такой головой любят поесть, не прочь развлечься, обожают комфорт. Квадратные и продолговатые лица связаны с преобладанием мезодермы – ткани, из которой формируется костно-мышечная система. Люди такого типа инициативны, полностью отдаются своей работе. Люди с треугольным лицом, расширяющимся кверху, встречаются довольно редко. У них высокая доля эктодермы (нервной ткани). Такие люди по природе своей мыслители, они реагируют скорее психически, чем физически.

Уже упоминавшийся американский психолог Р. Уайтсайд считает возможным по овалу лица выявить даже такую черту, как жадность, правда, никак не обосновывая подмеченную им закономерность. Он пишет: “Если у вас есть однодолларовая бумажка, взгляните на изображенный на ней портрет Джорджа Вашингтона, первого американского миллионера. Заметьте, как от рта к ушам его лицо расширяется (самая широкая часть лица находится на линии ушей).

Это и есть физический индикатор жадности. Такие люди обладают прекрасными организаторскими способностями, они предусмотрительны и своего не упустят, следят за своими вещами, живут по средствам... Свое тело такой человек тоже рассматривает как свою собственность, он старательно за ним ухаживает и, может, поэтому дольше живет. Такие люди крайне редко становятся пьяницами – они тяжело трудились, чтобы иметь то, что у них есть, и растрачивать нажитое они не собираются. Они незаменимы в страховых службах.

У людей с противоположной чертой, с пониженным стремлением к стяжательству, лицо по направлению к ушам сужается (то есть на линии ушей лицо наиболее узкое). Такие люди живут сегодняшним днем, их можно назвать рыцарями удачи.

Если вы общаетесь с жадным человеком, то:

Можете обращаться к нему за советами, касающимися как долгосрочных финансовых вложений, приобретения недвижимости, так и менее серьезных вещей, например, где можно что-либо купить подешевле.

Имейте в виду, что, несмотря на все стоны по поводу того, что у них нет денег, их сбережения довольно велики. Вы можете смело поговорить с ними о налогах, о высоких ценах или плохом обслуживании в магазинах.

Помните, что у них могут быть и другие ярко выраженные черты характера. Если, например, они великодушны, то могут вас и поддержать, но никогда не подпишут вам рекомендательное письмо, если вы не будете полностью на их стороне.

Если же рядом с вами не жадный человек, то:

Наслаждайтесь его способностью жить только сегодняшним днем, не беспокоясь о куске хлеба на завтра, тем, что он – не эгоист.

Осторожно относитесь к предложениям участвовать в его финансовых делах – эти люди непредсказуемы. Предложите подождать, пока у него не появится достаточная сумма

наличных.

От него следует ожидать желания купить сегодня, а заплатить завтра, поэтому проверьте его платежеспособность.”

Вероятно, по более мелким деталям, касающимся формы головы и овала лица, можно сделать еще много выводов о характере человека. Однако большинство этих выводов недостаточно проверены и мало достоверны. Поэтому обратимся теперь к конкретным чертам лица, которые также могут быть оценены как индикаторы психологических свойств.

Самым заметным и выразительным элементом лица выступают глаза. Их роль настолько велика, что заслуживает специального описания.

Цвет глаз – врожденное свойство, обусловленное спецификой пигментации радужной оболочки. Изменить его человек не в силах. Единственное (и то – лишь временное) средство – косметические контактные линзы. Ими, например, воспользовался один находчивый немецкий журналист, пожелавший вжиться в образ турецкого рабочего. Перевоплощение потребовало не только сильного загара и перекрашивания блондина в брюнета, но и сокрытия голубизны глаз под темно-карими линзами. В этом образе журналист сумел вкусить все тяготы жизни гостарбайтера, которые потом живописал в сенсационных репортажах. Впрочем, этот случай – исключительный. И мы, глядя в глаза собеседнику, скорее всего можем заключить, что цвет их именно таков, каковым его создала природа. Было бы очень соблазнительно дать такому явному признаку психологическую трактовку. Но при этом нельзя забывать о расовой и национальной обусловленности этого признака.

Например, в наших краях выражения “дурной глаз” и “черный глаз” синонимичны. Испокон века считается, что способность к “сглазу”, “наведению порчи” чаще свойственна черноглазым. Им также приписывается непостоянство чувств, взрывной темперамент, даже жестокость. Скорее всего, такое убеждение сложилось исторически. Ведь жители наших широт – русоволосые, кареглазые и синеглазые – с глубокой древности не ждали добра от южных и восточных соседей – черноглазых брюнетов. (Вероятно, потому же настороженность вызывает нос с горбинкой) Характерно, что в Персии и на арабском Востоке “дурным” считается голубой глаз. И наверное – по той же причине.

В современной Европе и Америке в результате многолетнего смешения народов возникло широкое многообразие внешних черт, крайности в оценках смягчились. Цвет глаз служит уже источником не подозрений инквизиторов, а вдохновения поэтов. Прислушаемся к строкам Р. Кипплинга:

Серые глаза – рассвет,
Пароходная сирена,
Дождь, разлука, серый след
За винтом бегущей пены.

Черные глаза – жара,
В море сонных звезд скольжение
И у борта до утра
Поцелуев отражение.

Синие глаза – луна,
Вальса белое молчанье,
Ежедневная стена
Неизбежного прощанья.

Карие глаза – песок,
Осень, волчья степь, охота,
Скачка, вся на волосок
От паденья до полета.

Разработана и классификация психологических типов по критерию цвета глаз. Она не носит строго научного характера и возникла, главным образом, на основе житейских наблюдений. Поэтому использовать ее следует осторожно, лучше – в сочетании с трактовкой других признаков. Вот какие психологические свойства увязываются с тем или иным цветом глаз.

Серые глаза как правило бывают у людей, умеющих быстро реагировать на изменения обстановки и преодолевать любые трудности. Такие глаза имеют реалистичные, терпеливые, наблюдательные и умные люди. Часто они занимаются наукой. Поставив целью подчинить кого-то своему влиянию, они часто этого добиваются.

Синие глаза обманчивы. В них хочется найти мечтательность и наивность. На самом деле все наоборот: это глаза людей, настойчиво добивающихся цели, полагающихся скорее на рассудок, нежели на интуицию. Светло-синие (голубые) глаза характерны для сангвиников, то есть людей с высокой жизненной активностью, которые живут слишком интенсивно во имя своих идей, рискуя их быстро исчерпать. Эти индивиды наделены организаторскими способностями, проницательностью и блестяще используют людей для удовлетворения своих потребностей. Индивиды с темно-синими глазами часто являются идеалистами и привлекают мягкостью манер, не всегда искренней.

Серо-синие глаза принадлежат людям сентиментальным, деликатным, увлекающимся.

Карие (коричневые) глаза характерны для холериков, умеющих много и напряженно работать, полных энергии и упорства, с сильной волей. Такие люди, однако, порой позволяют себе импульсивные, необдуманные поступки, отчасти оттого, что плохо представляют, чего от них ждут другие.

Зеленые глаза свидетельствуют о высокой чувственности, способности к сильным переживаниям. Люди с зелеными глазами остро нуждаются в любви и заботе, но и сами умеют быть преданными и нежными. Высоко ценят всяческие блага и удовольствия и порой терзаются завистью, если они достаются другим. Стремление к наслаждению часто приводит к закреплению порочных привычек.

Черные глаза указывают на самостоятельность и стремление к господству. Впрочем, властность черноглазых людей проявляется довольно мягко, без грубости. Но когда на пути к их целям встречаются препятствия, они впадают в возбуждение и могут стать агрессивными.

Как видим, приведенные характеристики не являются всесторонними и исчерпывающими. Они могут служить скорее намеком относительно неких общих тенденций. То же касается и трактовки формы глаз, принятой в физиогномике. По этому критерию выделяются следующие свойства.

Размер глаз непосредственно связан с эмоциональностью. Разумеется, все люди испытывают какие-то чувства, но у людей с большими глазами чувства глубже и выражаются более открыто. Такие люди обаятельны, непосредственны в общении, чаще смеются. Деловые вопросы они порой склонны решать на основе своих симпатий и привязанностей, а это не всегда идет на пользу делу. Общаясь с таким человеком, нужно помнить, что ваши действия он расценивает как показатель того, нравится он вам или нет. Поэтому постарайтесь вести себя с ним приветливо и дружелюбно.

У людей с небольшими, глубоко посаженными глазами эмоциональность значительно менее выражена. Это не значит, что они бездушны, просто их чувства скрыты от постороннего взгляда. В решение деловых вопросов они стараются не вносить никаких эмоциональных элементов. Из человека с небольшими глазами получается неплохой таможенник или налоговый инспектор, который относится к работе как к рутинной процедуре и не склонен проявлять сочувствие к сетованиям нарушителя. Если же вы настроены на близкие отношения с таким человеком, не ждите от него бурных изъявлений любви и нежности – в его поведенческий репертуар они не входят.

Расстояние между глазами выступает признаком толерантности. Этому понятию придается несколько значений, в данном случае речь идет о степени допустимого отклонения

от совершенства.

Чем дальше расположены друг от друга глаза, тем больший сектор пространства охватывается зрением, а чем ближе – тем обзор меньше. И в психологическом плане этот признак соответствует широте кругозора, степени сконцентрированности.

Человек с широко расставленными глазами отличается высокой толерантностью. Общаться с ним легко, поскольку он открыт и доверчив. Однако в решении практических задач он склонен к колебаниям, медлителен, часто ждет, пока проблема разрешится сама собой, и начинает действовать запоздало, когда ситуация рискует выйти из-под контроля. В общении с такими людьми необходимо считаться с их нерешительностью и нерасторопностью. Если приходится совместно решать какие-то задачи или поручать такому человеку ответственное дело, желательно установить четкие сроки и мягко о них напоминать. Это не должно осложнять отношений, поскольку приходится иметь дело с человеком покладистым.

Обратный признак, соответственно, свидетельствует о противоположном качестве. Люди с близко посаженными глазами отличаются высокой сосредоточенностью и стремлением к совершенству. Они болезненно реагируют, когда ситуация развивается не так, как должна была бы по их мнению. Их стремление во всем навести порядок порой небезосновательно производит впечатление чрезмерной требовательности, в том числе и к самим себе. Из таких людей получаются хорошие управленцы и, увы, бюрократы. Общаясь с ними, надо терпимо относиться к их недовольству по поводу всяческих ошибок и несовершенств. А лучше – не давать поводов для такого недовольства.

Внешние уголки глаз – индикатор критичности. Направленные книзу они свидетельствуют о повышенной критичности восприятия. Люди с такими глазами цепко подмечают все, выходящее за рамки. Из них получаются неплохие редакторы, корректоры, разного рода инспекторы. Однако в личных отношениях они нередко терпят крах из-за своей придиристичности и неуживчивости. Вступая в контакт с таким человеком, надо быть готовым к непрошенным критическим замечаниям и не обижаться на них. Ведь такого рода критика – неотъемлемое свойство человека и не свидетельствует об антипатии к вам. Не опасайтесь обращаться к этому человеку за советом – он с удовольствием его даст. Причем совет скорее всего окажется бесполезен. Ведь критичный человек умеет подмечать не только недостатки, но и также и преимущества, новые неожиданные возможности.

В отличие от него человек, чьи внешние уголки глаз приподняты, не отличается критическим восприятием. Общаться с такими людьми легко, так как они не склонны язвить и придираться к мелочам. Впрочем, им не удастся и увидеть в мелких подробностях того или иного дела неясных, но многообещающих перспектив. Поэтому не стоит слишком полагаться на их суждения и советы.

Верхнее веко демонстрирует склонность человека к размышлениям. У людей со склонностью к анализу и рассуждению верхнее веко слегка припущено. Таких людей иногда ошибочно считают тугодумами и упрямыми, потому что они никогда не выносят своего суждения, пока досконально не разберутся в вопросе. Прежде чем попросить такого человека что-то сделать, надо сообщить ему все исходные данные. Помощь такого человека неоценима в том, чтобы что-то спланировать или разъяснить, – он сделает это обстоятельно, добросовестно и с удовольствием.

У людей со слабыми аналитическими способностями верхнее веко едва видно. Такие люди не затрудняют себя размышлениями и действуют порывисто, прямолинейно. Встретив такого человека, приготовьтесь к тому, что он будет идти напролом, пока не добьется желаемого.

Положение радужной оболочки выдает душевное состояние человека. Если под радужной оболочкой видна полоска белка, такой взгляд производит впечатление печального, меланхолического. И это верное впечатление. Данный признак свидетельствует о наличии у человека некой нерешенной проблемы. Опасайтесь сближения с ним в таком состоянии, иначе его проблемы неизбежно станут и вашими. Если же вы замечаете этот признак у

близкого человека, постарайтесь помочь ему разрядиться.

Рассмотрим и другие черты лица, не менее значимые.

Например, американский психолог Родней Дэйвис рекомендует особое внимание уделять строению носа. Вот какими наблюдениями он делится в своей книге “Как читать лица”.

Идеальными считаются пропорции, при которых нос составляет ровно треть лица и равен по высоте лбу и расстоянию от основания до подбородка. “Правильное деление лица символизирует внутренний баланс и свидетельствует о таких качествах, как честность, лояльность и справедливость”, – отмечает Дэйвис.

Излишняя полнота носа независимо от формы – это не беда. Она свидетельствует о душевной теплоте и оптимистичности характера его обладателя.

Если нос недостаточно мясист, это признак холодной, пессимистической натуры с неясным будущим. Длинный нос указывает на скованность и чрезмерную гордость, иначе говоря – на снобизм. Курносость – признак счастливиц. Носители таких зазорных носов, как правило, избегают тяжелой работы, рассчитывают на везение в жизни. Нос же опущенный книзу свидетельствует об эгоизме и нелюдимости (тут, впрочем, вспомним и об иной уже упоминавшейся трактовке).

Важную роль в определении характера человека играет, оказывается, ширина носа в сравнении с его длиной. Чем шире нос – как короткий, так и длинный, – тем стабильнее характер его владельца.

Длинный и узкий нос свидетельствует об остроумии хозяина, который, однако, может быть весьма поверхностной натурой с неустойчивым характером.

Продолговатый и широкий нос указывает на такие личные качества, как твердость воли, настойчивость. Особенно у кого нос резко расширяется в нижней части.

Короткие носы нарушают гармонию лица, однако их обладатели, как правило, свободолюбивые люди, не склонные строго придерживаться правил.

Идеальный нос должен быть прямым, но с закругленным кончиком. Такой нос присущ людям искусства, личностям авторитетным и добивающимся наибольших успехов в зрелом возрасте.

Если нос слишком выдается вперед, то это признак замкнутости, безответственности и любопытства. Не случайно такой тип получил житейское название “гордый нос”.

Плоский, приплюснутый нос указывает на недостаток уверенности в себе, что, понятно, уменьшает шансы его обладателя достичь успеха в жизни.

Естественно, что даже при кратковременном рассматривании чужого лица нос как выступающая его часть привлекает почти столь же большое внимание, как глаза. Гораздо меньше внимания уделяется таким деталям, как брови, хотя их форма и положение тоже несут определенную информацию. Вот некоторые из наиболее достоверных наблюдений, касающихся бровей.

По расположению бровей относительно глаз можно судить о степени общительности человека. Если присмотреться повнимательнее, то можно заметить, что у приветливых людей брови расположены близко к глазам. Такие люди легко заводят новые знакомства и сразу же начинают вести себя с новыми знакомыми как со старыми друзьями. Эти люди, как правило, преуспевают в торговле и вообще во всех сферах, требующих непосредственного контакта.

И наоборот, у более церемонных людей, приверженных всяческим формальностям, брови расположены относительно высоко. Такие люди ведут себя несколько отстраненно и сухо, не спешат сблизиться с другим человеком, хотя такое поведение продиктовано не высокомерием, а некоторой настороженностью. В общении с ними желательно соблюдать особую предупредительность. Но если вам все же удастся сблизиться с таким человеком, он скорее всего окажется преданным другом и надежным партнером.

И еще о бровях. Вам будет легче общаться с людьми, у которых прямые ровные брови, если вы будете знать, что в душе они – художники. Многие их проблемы обусловлены тем, что, стремясь к гармонии, они готовы пассивно ее воспринимать и ждут, когда другие ее

обеспечат. Подлинных высот достигают те из них, кто умеет сам создавать желанную гармонию.

Дугообразные брови – показатель некоторой театральности натуры. Такая форма бровей характерна для многих известных актрис, и девушки нередко специально выщипывают брови дугой, чтобы походить на своих кумиров. Поведение человека с дугообразными бровями всегда эффектно, порой – чересчур.

Еще более показательный элемент лица – рот (губы). В данном случае наблюдения психологов почти совпадают с традиционными житейскими обобщениями. Подмечено, что люди с тонкими губами по натуре суховаты, расчетливы и экономны, не любят многословия и театральности. Как правило, они весьма успешны в финансовых операциях, чего не скажешь о полногубых (“губастых”) людях, которых отличает щедрая и открытая манера поведения. Женщины с тонкими губами нередко усиленно манипулируют помадой, чтобы выглядеть более привлекательно.

Полные губы в профиль обычно заметно выступают. Следует иметь в виду, что рот вообще сильнее выступает вперед у людей импульсивных, склонных сначала сказать или сделать, а потом подумать.

Форма рта формируется прижизненно. Еще Авраам Линкольн сказал: “Бог дал нам лицо, но свой рот мы делаем сами”. В первые годы жизни человек оптимистичен и всегда готов к улыбке, поэтому уголки рта ребенка немного подняты вверх. В зависимости от того, как впоследствии складывается жизнь, природный оптимизм укрепляется или улетучивается. И рот приобретает форму, отраженную еще в древнегреческих театральных масках: обращенные вверх уголки рта символизируют жизнелюбие и оптимизм, обращенные вниз – склонность к пессимизму.

Этим кратким перечнем далеко не исчерпываются те черты лица, которые могут быть так или иначе психологически истолкованы. Сегодня большой популярностью пользуются многостраничные руководства по физиогномике, где тщательно проанализирована каждая мельчайшая черточка. Надо лишь помнить, что большинство подобных наблюдений заимствованы из старых фолиантов, не выдержавших проверки временем, либо из восточных учений, мало пригодных к толкованиям европейского типа лица. В целом замечено: чем тоньше и мельче анализируемая черта, тем выше вероятность ошибки в каждом индивидуальном случае. Поэтому ограничимся приведенными основными параметрами, и, завершив весьма приблизительный анализ лица, обратимся к другим, не менее важным особенностям внешности.

Наиболее явная характеристика внешности – рост. И было бы очень соблазнительно соотнести рост с особенностями интеллекта и характера. Так, при виде человека, чей рост, скажем, значительно превышает 180 см, удобно было бы набросать его психологический портрет по формуле: “Все мужчины выше среднего роста отличаются такими-то и такими-то чертами, и поэтому их жизненный путь складывается весьма определенным образом”. Однако подобной формулы просто не существует. Все попытки экспериментально соотнести параметры роста с психологическими особенностями и образом жизни не выявили сколь-либо существенных взаимосвязей. Поэтому с самого начала необходимо иметь в виду, что какие бы то ни было попытки судить о характере человека или предсказать его поведение исходя из его роста – малопродуктивны и чреваты серьезными ошибками.

Тем не менее разговор на эту тему весьма уместен, поскольку фактор роста, как оказывается, играет немалую роль в судьбе человека и в межличностных отношениях. Особенности человеческих отношений и взаимного восприятия, обусловленные этим фактором, следует скорее отнести к категории предубеждений. Тем более необходимо сориентироваться в этих предубеждениях и предрассудках, чтобы избежать типичных ошибок в восприятии людей.

Несколько лет назад на наших экранах прошел фильм “Новые испанцы”. Тогда он не вызвал большого зрительского интереса. А зря, ибо затронутые в нем проблемы сегодня резко обозначились и в наших краях, даже название подсказывает прямую аналогию.

Действие фильма происходит в постфранкистской Испании, где сложившийся десятилетиями образ жизни стремительно разрушается под влиянием воцарившихся в стране транснациональных монополий. Одна такая фирма легко поглощает испанскую страховую компанию и превращает ее в свой местный филиал. Сотрудникам, привыкшим спустя рукава отрабатывать скромное жалование, приходится резко перестраиваться, чтобы угодить новым заокеанским хозяевам. Менять приходится всё – отношение к семье, к работе, к деньгам. А чтобы успешно зарабатывать деньги в новых условиях, страховым агентам приходится менять и внешний облик: лысый покупает парик, близорукий отказывается от очков в пользу контактных линз, а низкорослый... заводит ботинки на толстой платформе, да еще подкладывает под пятки подушечки, чтобы казаться выше. А как же иначе – не может же интересы крупного бизнеса представлять коротышка! Когда, надорвавшись на работе, несчастный агент умирает, его и в гроб кладут в ботинках на платформе, чтобы не уронить престиж фирмы.

В бытность Джорджа Буша старшего президентом Соединенных Штатов, а Даниэля Ортеги – Никарагуа, последний пригрозил торпедировать инициативы США в Центральной Америке, найдя их чрезмерными и неуместными. Сотрудники Буша рассказывают, что, когда он узнал эту новость, то не находил слов, чтобы выразить переполнявшую его ярость.

Этот коротышка, коротышка!.. – в гневе прорычал он несколько раз. Тем самым он единственным словом выразил свое негодование и презрение, поскольку само это слово должно было прозвучать как оскорбление.

В действительности рост президента Ортеги составлял 1 м 78 см, то есть даже по американским меркам был выше среднего. Причем он не так уж намного отставал от Буша, чей рост – 1 м 89 см. Однако, когда американскому президенту понадобилось уничижительное, но более или менее пристойное ругательство, то он вспомнил именно про разницу в росте. То есть повел себя не столько как глава сверхдержавы, а скорее как заурядный представитель отряда приматов. Ибо приматам свойственно сортировать самцов по росту. И в этом отношении гомо сапиенс не составляет исключения. Причем независимо от степени культурного развития, на которую поднялся тот или иной народ.

В 1960–1970 годах американский антрополог Томас Грегор жил в Центральной Бразилии среди индейцев лесного племени меинаку, не знакомых с современной цивилизацией. По их представлениям, привлекательные мужчины непременно должны быть высокого роста. Таких уважительно величают “уикипей”. Незавидна роль “перитси”, как насмешливо называют низкорослых. Это почти бранное слово рифмуется с “итси”, что в переводе означает “пенис”. И неудивительно: по мнению индейцев меинаку, малый рост – серьезный изъян, причем не только физический, но и моральный, так как возникает якобы из-за полового истощения в юные годы.

“Никому не улыбается получить “перитси” в зятя”, – отмечает Грегор. Рослые мужчины занимают господствующее положение в жизни племени, им принадлежит власть и богатство, они играют главные роли в ритуальных церемониях. Не менее активны они и в воспроизводстве соплеменников. Грегора заинтересовало, сколько возлюбленных имеют мужчины меинаку в зависимости от их роста. Выяснилось: чем выше рост, тем шире круг любовных связей. У трех самых рослых мужчин оказалось столько же подруг, сколько у семерых невысоких, несмотря на то, что все они были примерно одного возраста.

Подобные явления Грегор отметил у аборигенов Океании, индейцев тимбира в Бразилии и навахо в США, а также у множества представителей других традиционных культур. “Я не знаю случая, чтобы кто-то отдавал предпочтение низкорослым”, – подчеркивает он. Антропологам известно, что в традиционных обществах уважительное выражение “большой человек” означает действительно большой – не только в социальном, но и в физическом смысле слова.

Почему человеческие существа неосознанно придают росту такое значение, догадаться не так уж трудно. Они эволюционировали в таких условиях, где сила и рост, как и неразрывно связанное с ними крепкое здоровье, были жизненно важны, особенно для

мужчин. При прочих равных условиях мужчина внушительного вида большего добивается, внушает больший страх потенциальным противникам и как следствие – дольше живет. Таким образом, импульсивное желание женщины предпочесть его в качестве супруга вполне оправдано с точки зрения эволюции. Возможно, по мере развития общества этот импульс несколько ослаб. Впрочем, как показывают исследования, – ненамного.

Когда сотне американских женщин предложили дать оценку мужчин по фотографиям, из которых можно было понять, какого они роста, все нашли, что лица высокого или по крайней мере среднего роста “значительно привлекательнее”, чем маленькие. По данным другого опроса, лишь 2 из 79 женщин изъявили согласие на возможную встречу с кавалером ниже себя ростом (остальные не возражали против свидания с мужчиной при условии, что он будет выше их по крайней мере на 4 см). И такая предвзятость характерна не только для западной культуры. Молодые китайки при опросах среди прочих желательных качеств будущего супруга всегда упоминают высокий рост. “Мужчина должен быть значительно выше своей партнерши – таково распространенное во всем мире наиглавнейшее условие для знакомства и выбора потенциального супруга. Это почти незыблемый закон”. Так пишут американские физиологи Лесли Мартел и Генри Биллер в своей книге под характерным названием “Рост и клеймо позора”, вышедшей в 1987 году.

Дискриминация по признаку роста начинается с самого рождения. Первые сведения о новорожденном, даже еще не имеющем имени, – это его вес и длина тела. Узнав о рождении крупного малыша, родители радуются: скорее всего он здоров и его развитие не внушает опасений. Появление на свет маленького ребенка вызывает смешанные чувства. И в данном случае огорчение и беспокойство часто бывают оправданы: малыш, скорее всего, недостаточно развит и в будущем столкнется со многими проблемами, будет чаще и тяжелее болеть. Таким образом, крупный ребенок с первых дней жизни вызывает у родителей и окружающих положительные эмоции, которые в свою очередь служат мощным поощрением его развития, в том числе познавательного и интеллектуального. Вокруг некрупного малыша с первых дней сгущается отрицательно окрашенная атмосфера тревоги, разочарования и беспокойства, мало поощряя его дальнейшие успехи.

Дайте сотне матерей фотографии двух полуторагодовалых малышей, очень похожих друг на друга, за исключением того, что один снят так, что выглядит повыше. Затем спросите у женщин, кто из детишек кажется им умнее и способнее, и они дружно укажут на более высокого.

Становление иерархической лестницы по принципу роста начинается с малых лет и затягивается надолго. Высоких мальчиков считают взрослыми и соответственно обращаются с ними, маленькие становятся объектом насмешек, и на них смотрят как на детей. В высоких мужчинах видят природных лидеров.

Если мужчина не вышел ростом, но ведет себя самоуверенно и напористо, про таких говорят, что у него замашки Наполеона, – констатирует английский психолог Дэвид Уикс. – Если же он из породы интравертов, то есть людей, сосредоточенных на своем внутреннем мире, тихих и скромных, тогда его величают просто-напросто размазней.

Поскольку рост самого доктора Уикса 1 м 57 см, его можно было бы заподозрить в своекорыстии. Однако его рассуждения подтверждают выводы уже упоминавшихся Мартела и Биллера. Они предложили нескольким сотням университетских студентов дать оценку качествам мужчин разного роста, ответив на 17 вопросов. Оказалось, что независимо от своего пола и роста большинство опрошенных считали мужчин ростом 1 м 57 см – 1 м 64 см менее зрелыми, положительными, надежными, энергичными, удачливыми, уверенными в себе, дружелюбными. Кроме того, по мнению опрошенных, они более замкнуты, застенчивы, пассивны и т. п. В результате ряда других опросов выяснилось, что мужчины невысокого роста неуютно чувствуют себя в обществе и критически относятся к собственной фигуре.

Похоже, что идеальный рост для мужчины в западном мире – 188 см (правда, и этот эталон медленно увеличивается по мере увеличения среднего показателя). Перешагнувшим указанный “потолок” лишние сантиметры никаких особых преимуществ не дают, хотя и

неудобств не приносят, разве что шишки на голову. Что же касается мужчин среднего роста, у них всё идет превосходно (хотя они обычно были бы не прочь подрасти – как женщины похудеть). Кто действительно страдает, так это мужчины, маленький рост которых сразу бросается в глаза: скажем, от 164 см и ниже. Связь между ростом и общественным положением заложена в самом языке. Вызывающие уважение господа наделены соответствующим “ростом”, на них смотрят “снизу вверх” (в буквальном смысле, как показывает жизнь).

В 1968 году австралийский психолог Пол Уилсон сообщил об одном из самых эффектных экспериментов в этой области. Он представил одного и того же незнакомца пяти группам студентов, изменяя только его статус. Когда этот инкогнито покинул студентов, Уилсон попросил на глаз определить его рост. Результаты оказались поразительными. Когда человек был представлен как студент, его воспринимаемый рост достигал в среднем 171 см, но стоило назвать его ассистентом кафедры психологии, как его рост поднялся до 178 см. При звании “старший лектор” рост перевалил за 180 см. Наконец, рост “профессора” равнялся 184 см.

Когда действительность слишком явно не соответствует этой психологической закономерности, предпринимаются попытки ее искусственно подправить. Так, английский король Вильгельм III отличался малым ростом. Туристы, побывавшие в его дворце в Хэмптон-Корте, близ Лондона, могут обратить внимание на дверные молоточки, повешенные выше уровня глаз. Таким незамысловатым способом вызванных к королю заставляли почувствовать свое невысокое положение в буквальном смысле слова.

Королевская власть передается по наследству. А вот правители, избираемые демократическим путем, чаще всего, действительно, оказываются высокого роста. Так, на всех американских президентских выборах нашего века, кроме трех, победа досталась высоким мужчинам. Это можно расценить как совпадение. Разумеется, и кое-кто из не вышедших ростом политических деятелей добивался успеха, как, например, Франсуа Миттеран во Франции или Гарольд Вильсон в Великобритании. Однако, как можно заключить из множества психологических наблюдений, если вы намерены баллотироваться на каких-либо выборах, то каждый лишний сантиметр, на который вы превосходите ростом своего соперника, повышает ваши шансы на успех. При этом ваши сторонники будут склонны несколько преувеличивать ваш рост, а противники – преуменьшать. В этом аспекте было бы интересно проанализировать восприятие роста претендентов на какой-либо пост, причем как до, так и после выборов. Вероятно, претендент, чей рост в глазах электората несколько преувеличен, имеет больше шансов быть избранным. Поражение на выборах заметно принизит претендента в глазах избирателей. На этой основе можно было бы даже составлять своеобразный рейтинг кандидатов. И не исключено, что какой-нибудь психолог, интересующийся политикой, еще порадует нас блестящим изысканием на эту тему.

Рост имеет значение не только в политике, но и в бизнесе. Анкетирование показало, что больше половины руководителей 500 компаний, входящих в знаменитый список американского журнала “Форчун”, были ростом более 180 см. Как категория эти “уикипеи” оказались сантиметрами на пять выше среднего, всего три процента пришлось на “перитси” ростом 170 см и меньше. Судя по другим опросам, примерно 90 процентов высшего административного персонала компаний имеют рост выше среднего. Ситуация не меняется и если взглянуть на профессиональный статус. В одном исследовании показано, что в нескольких профессиях высокопоставленные сотрудники сантиметрами на пять выше своих коллег, причем при сопоставлении мужчин с одинаковым образовательным и социоэкономическим статусом картина не меняется. В Великобритании, например, государственные служащие руководящего звена, как правило, выше ростом, чем их подчиненные.

У невысоких людей, как правило, хуже и работа. Дайте кадровикам две вымышленные анкеты, практически совпадающие, за исключением роста, как это было сделано в 1969 году в ходе одного исследования. В 72 процентах случаев нанимают того, кто выше ростом. А

получив работу, такие мужчины рассчитывают и на большие деньги. В 1994 году Джеймс Серджент и Дэвид Блэнчфлауер из американского Дартмутского колледжа проанализировали жизненный путь примерно шести тысяч англичан – с момента их появления на свет до молодых лет. Невысокие в молодости (в 23 года) зарабатывали меньше своих более рослых сверстников. Им не помогали ни высокие баллы в тестах на способности, ни социальный статус семьи. Каждые дополнительные 10 сантиметров оборачивались более чем двухпроцентной прибавкой к заработку. В результате другого исследования – выпускников Питсбургского университета – выяснилось, что те, у кого рост был 188 см и больше, получали стартовые оклады на 12 процентов выше, чем не дотянувшие до метра восьмидесяти.

Однако не только рослые богатеют, но и богатые лучше растут. Им ведь в детстве не грозит недоедание, а отсюда и хорошее здоровье. Тандем рост-успех продолжает культивировать в обществе предпочтительное отношение к высоким.

Означает ли всё сказанное, что рослые люди обладают значительным преимуществом над низкорослыми? На первый взгляд это действительно так, и об этом свидетельствуют многочисленные приведенные факты. Однако такое преимущество – искусственное. Оно порождено предвзятым общественным мнением и никак не связано с какими-то особыми способностями и выдающимися качествами, которые на самом деле распределены между людьми совершенно независимо от роста. Поэтому, воспринимая и оценивая другого человека, не будем забывать, что его рост может повлиять на наше суждение о нем, но это влияние скорее исказит нашу оценку, чем приблизит ее к истине.

Значит, рост никак не связан с психологическими особенностями человека? Вероятно, это не совсем так. Конечно, гении и тупицы, склочники и миротворцы, хитрецы и простаки встречаются как среди рослых, так и среди невысоких. Однако фактор роста в той или иной степени влияет на мироощущение и поведение человека, прежде всего на его самооценку. Это влияние неоднозначно и изучено недостаточно. Но кое-какие закономерности всё же можно сформулировать, хотя к разным людям они приложимы в разной степени.

Известный австрийский психолог Альфред Адлер в начале нашего века создал теорию психического развития, краеугольным понятием которой является комплекс неполноценности. Адлер полагал, что комплекс неполноценности испытывает в детстве любой человек, просто в силу того, что по сравнению со взрослыми он еще мал и слаб. Естественной реакцией на это переживание становится стремление компенсировать свой “недостаток”. И именно это стремление выступает движущей силой развития человека.

Теорию Адлера многие считают спорной, однако в ней довольно верно подмечен важный механизм развития человека – стремление ребенка вырасти, преодолеть свою подлинную или мнимую неполноценность. Если физическое развитие протекает благополучно, и ребенок в буквальном смысле хорошо растет, то это не оставляет места для негативных переживаний. Если же “неполноценность” усугубляется отставанием от сверстников, это может обострить и пресловутый комплекс. Взрослея, такой ребенок не вполне избавляется от неприятного ощущения, связанного с тем, что он слишком мал. Но это еще больше активизирует механизмы компенсации и даже так называемой сверхкомпенсации (когда появляется стремление так или иначе не только догнать, но и перегнать). Именно поэтому для многих мужчин невысокого роста характерны высокая целеустремленность, несколько завышенный уровень притязаний, обостренная чувствительность к тем оценкам, которые дают им окружающие. В сфере отношений между полами складывается парадоксальная картина. Невысокий мужчина на своем опыте убеждается, что его сексуальным притязаниям часто не суждено оправдаться. И поэтому в ряде случаев он становится более энергичен в поисках партнерши (ведь стратегия проб и неудач предусматривает, что для достижения успеха надо предпринять больше попыток, пускай по большей части и неудачных; именно поэтому невысокий кавалер становится более терпим к отказам). Получается, что в целом мужчины невысокого роста не менее, а более активны, чем высокие; они полагаются не столько на благоприятный случай, сколько на собственную

активность, и поэтому парадоксальным образом, “стартуя” в менее выигрышных из-за своего роста условиях, они порой добиваются более впечатляющего успеха.

До сих пор всё сказанное относилось исключительно к мужчинам. Но не потому, что женщин данная проблема никак не касается, а потому, что для женщин рост имеет иное значение, чем для мужчин. Можно даже сказать, что здесь имеет место противоположная проблема. Сложившаяся веками культурная норма предусматривает, что женщина должна быть несколько ниже мужчины. Причем это вполне соответствует тому приниженному и подчиненному положению женщин, которое веками культивировали мужчины. Любое превосходство женщины принимается мужчиной крайне неохотно, даже превосходство в росте, которое вследствие этого считается недостатком. И женщины интуитивно усвоили, что быть очень высокой – значит заведомо навлекать на себя недоброжелательность мужчин. И наоборот, малый рост считается для женщины даже достоинством. Вспомнит колоритную героиню романа Ильфа и Петрова: “Рост Элочки льстил мужчинам. Она была маленькая, и даже самые плюгавые мужчины рядом с нею выглядели большими и могучими мужами”.

В то время как мужчины страдают из-за низкого роста, многие женщины, наоборот, – от высокого, в особенности на работе. По мнению английского социопсихолога профессора Лори Тейлора, в служебных кабинетах лучше быть маленькой:

Мужчина чувствует явный дискомфорт, когда женщина столбом возвышается над ним. Сотрудники часто потешаются над ней за спиной, приписывая ей всевозможные причуды. Например, телевизионную ведущую Би-Би-Си Джанет Стрит Портер, ростом 183 см, постоянно обвиняли в эксцентричности и агрессивности. Если бы она была мужчиной, ее называли бы инициативной и принципиальной. Вот почему маленькие женщины вроде министра образования Джиллиан Шепард, в которой всего 157 см, могут легче “встроиться” в окружение, где доминируют мужчины. Такие женщины не представляются конкурентами по службе и порождают в мужчинах покровительственные инстинкты, поскольку – по крайней мере на вид – кажутся более податливыми и беспомощными.

На любовном фронте маленькие мужчины часто испытывают затруднения, тогда как невысокие женщины считаются более сексуальными. Маленькая женщина – это “крошка”, “малютка” и т. п. Все эти слова носят ласковый оттенок, а не уничижительный.

В мире шоу-бизнеса, где внешний вид приносит деньги, маленькие женщины пользуются по крайней мере равным успехом с рослыми. Возьмем, к примеру, знаменитую певицу Кайли Миноуг – всего лишь 155 см.

К тому же женщинам легче “манипулировать” своим ростом. Широкие возможности для этого предоставляет разнообразие фасонов обуви, точнее – каблучков, начиная от почти полного их отсутствия и кончая высокими “шпильками”. Для той же цели, хотя часто и неосознанно, используется прическа, которая в зависимости от манеры укладки может менять впечатление о росте в пределах нескольких сантиметров. Почти такой же эффект дает умело подобранная одежда. Например, известно, что узор из вертикальных полос удлиняет фигуру (из горизонтальных – наоборот, укорачивает). Иллюзию увеличения роста создает вертикальный ряд пуговиц, вертикально устремленные орнаменты и оторочки, и т. п. Женщина, не лишенная вкуса, интуитивно находит набор приемов, который позволяет регулировать создающееся впечатление о ее росте. Причем выбор этих приемов у нее значительно шире, чем у мужчины, который зачастую вызывает лишь насмешки, например, высоким начесом или непомерными каблуками. Психологическая трактовка этих приемов затруднительна, за исключением тех случаев, когда и без того достаточно высокая женщина пытается искусственно создать впечатление еще более высокого роста. Иногда это может быть расценено как проявление тенденции к доминированию, а также завышенного уровня притязаний. Впрочем, такая оценка не однозначна, поскольку такой “перебор” может быть просто следствием дурного вкуса.

Подводя итог, можно сказать, что достоинства и достижения человека – как настоящие, так и будущие – несправедливо было бы измерять (в прямой или обратной пропорции) сантиметрами его роста. Есть гораздо более существенные факторы, на которые и следует

обратить внимание заинтересованному наблюдателю.

Столь же явной внешней характеристикой человека, как и рост, является телосложение. По этому признаку можно условно выделить три основных типа людей. К первому относятся люди сухощавые, узкоплечие, с не очень сильными мышцами и довольно длинными конечностями. Ко второму типу относятся люди рыхлого сложения, с избытком жировой ткани, склонные к полноте. К третьему – крепкие, широкоплечие люди, с развитой мускулатурой, которым словно сама природа уготовила карьеру атлета. В обыденной жизни “на глазок” отнести человека к тому или иному типу не так-то просто. Склонность к полноте может быть преодолена за счет рационального питания, и наоборот – человек от природы сухощавый вследствие нездорового образа жизни может располнеть. Слабые мышцы могут быть “накачаны” самоотверженными упражнениями, а прирожденный атлет, забросив тренировки, покрывается жирком, и т. п. Тем не менее, основные конституциональные особенности, которые определяются наследственными факторами и формируются еще в период внутриутробного развития ребенка, на протяжении всей жизни остаются практически неизменными. Поэтому даже на глаз можно приблизительно определить тип телосложения конкретного человека (делая поправки на возможные изменения вследствие определенного образа жизни – недоедания или переедания, физической активности или пассивности, и т. п.). В житейской психологии накопилось немало наблюдений относительно взаимосвязи комплекции и характера. Считается, что худые более легко возбудимы и тоньше чувствуют, полные – добросердечны и неторопливы, мускулистые – более сильны в практических делах, чем в размышлениях... Но все это – житейские наблюдения, далекие от подлинной научности. А существуют ли достоверные научные данные относительно взаимосвязи телосложения и характера? Или так же, как в случае с ростом, никаких определенных параллелей проводить нельзя? Оказывается, определенная взаимосвязь существует, и установлена она на основе строгих научных расчетов. Данные соответствующих научных исследований могут быть непосредственно использованы для корректировки и уточнения нашего восприятия окружающих и самих себя.

В первой четверти XX века немецкий психиатр Эрнст Кречмер, опираясь на житейский опыт многих поколений и на свои клинические наблюдения, предложил оригинальную классификацию людей. В ее основу были положены два признака, наиболее явно бросающиеся в глаза при общении людей друг с другом: телосложение и эмоциональность. В 1921 году Кречмер опубликовал книгу под знаменательным названием “Строение тела и характер”. В ней он писал: “Мы различаем людей друг от друга, во-первых, по их телесному строению, по их величине, росту, очертаниям лица, а затем по их характерным особенностям, по их темпераменту, по их способу реагировать, чувствовать и действовать”.

Кречмер предпринял систематическое исследование строения человеческого тела, произвел множество антропометрических измерений. Собранные данные позволили ему выделить основные типы телосложения, в целом согласующиеся с теми, которые описаны выше на основе житейских наблюдений.

К **астеникам** Кречмер отнес людей довольно высокого роста, хрупкого телосложения, узкоплечих, с плоской грудной клеткой. Как правило, у них вытянутое лицо, длинный тонкий нос.

Пикников отличает некоторая полнота (вследствие сильно развитой жировой ткани) при малом или среднем росте, большой живот, круглая голова на короткой шее.

Атлетики (не обязательно атлеты в буквальном смысле!) – люди крепкого телосложения, высокого или среднего роста. У них хорошо развита мускулатура, плечевой пояс широкий, бедра узкие.

Ценность этой довольно очевидной типологии была бы невелика, если бы не одно важное обстоятельство. Кречмер обратил внимание, что среди его пациентов, подверженных определенному психическому заболеванию, преобладают люди со сходными внешними чертами. Развивая это наблюдение, ученый подметил, что и в характере совершенно здоровых людей имеются в зародыше признаки, подобные тем, которые в яркой формы

выражены у психически больных.

Психическая патология проявляется главным образом в двух совершенно непохожих заболеваниях – шизофрении и циклотимии. Шизофрения характеризуется своеобразным мышлением больных, замкнутостью, утратой эмоциональных контактов с внешним миром. Больные шизофренией словно живут в своем собственном мире и все происходящее вокруг видят в ином ракурсе, чем здоровые люди. Циклотимия (маниакально-депрессивный психоз) характеризуется резкими перепадами эмоциональных состояний, когда период приподнятого настроения и высокой активности резко сменяется глубокой угнетенностью, депрессией.

В своих пациентах, их родственниках и просто здоровых людях Кречмер увидел постепенный переход от ярко выраженной циклотимии через несколько промежуточных вариантов и “среднюю норму” к ярко выраженной шизофрении. Так были описаны типы здоровых людей – шизотимики и шизоиды, циклотимики и циклоиды. Важно подчеркнуть, что при всей неблагозвучности этих названий речь идет о людях здоровых, нормальных, которые вряд ли когда-либо заболеют психической болезнью, но если все-таки такое случится – то это будет определенная болезнь, а не иная. Так, ни шизотимик, ни шизоид могут не иметь никакого отношения к шизофрении и в действительности чаще всего не имеют. Шизотимик, по Кречмеру, – это здоровый человек с некоторым “шизофреническим налетом”. Шизоид – тоже здоровый человек, который, однако, как бы балансирует между здоровьем и болезнью: в обычных условиях он способен нормально жить и работать и даже достигать немалых творческих высот, но в сложных неблагоприятных ситуациях у такого человека могут возникать шизофренические реакции. Аналогично по другую сторону от некой неосязаемой “средней нормы” стоят циклотимик и циклоид.

Но при чем здесь телосложение? Оказалось, что шизотимики и шизоиды чаще имеют астеническую конституцию. Это худые люди с удлинненными конечностями и телом, длинной шеей, небольшой головой, нередко вытянутым, четко очерченным носом, контрастирующим с небольшой нижней челюстью. Кожа у них чаще бледная, волосы густые и жесткие.

В психологическом плане им свойственна некоторая замкнутость, склонность к абстрактному мышлению. Они могут долгое время увлеченно заниматься каким-то делом, упорно настаивать на своем в дискуссии и вдруг неожиданно забросить свое увлечение, уступить в споре. По отношению к одним явлениям они могут быть обостренно чувствительны, тогда как другие оставляют их совершенно безучастными. Со стороны такое поведение бывает трудно понять: их реакции почти не предсказуемы, контрастны и порывисты, причем нередко не соответствуют вызвавшей их причине. Среди шизотимиков и шизоидов можно встретить людей, любящих природу и ценящих искусство, с тонким вкусом и тактом, особо уязвимых по отношению к трениям и конфликтам повседневности. Блестящий пример шизоида (как внешне, так и натурой) видится в образе бессмертного идадьго Дон-Кихота.

Но среди шизотимиков и шизоидов встречаются и холодные, отрешенные натуры, эгоистично сосредоточенные на личных интересах. В достижении своих целей они способны на завидное упорство. Их отстраненность от мира нередко проявляется в остроумной иронии сарказме. По мнению Кречмера, ученые-шизотимики консервативны, склонны к точным наукам и философии (хотя их философствование порой оборачивается схоластикой).

Важно отметить, что описанные свойства могут принадлежать очень разным людям, одни из которых способны вызвать симпатию, другие – неприязнь. Так, в описанной А. Дюма четверке мушкетеров к ярким шизоидам можно отнести симпатичного Атоса. Но к этому же типу относится и малопривлекательная фигура герцога Ришелье. И в реальной жизни сплошь и рядом можно найти подобные противоречивые примеры.

Циклотимики и циклоиды чаще бывают пикниками. Это плотные, ширококостные люди с округлыми формами. Часто у пикников мягкие волосы, они склонны к преждевременному облысению. Несмотря на полноту, они отличаются бодростью и подвижностью, богатой мимикой и жестикуляцией.

Настроение этих людей по большей части жизнерадостное. Они всецело отдаются

окружающему миру и текущему моменту, легко и открыто идут на контакт. Это, как правило, чувственные искатели удовольствий и добродушные юмористы. Из упоминавшейся четверки мушкетеров к этому типу относится милейший Портос.

Менее четкий, промежуточный тип в классификации Кречмера – так называемый вискозный тип, телосложение которого соответствует атлетическому. Люди этого типа, как правило, спокойные, мало впечатлительные, их отличают сдержанная мимика и жестикация. Они трудно приспосабливаются к новым обстоятельствам, перемене обстановки в силу невысокой гибкости мышления. Менее других предрасположенные к психическим заболеваниям, такие люди иногда обнаруживают некоторую склонность к эпилепсии.

Теория Кречмера, очень популярная в Европе в первой половине нашего века, впоследствии подверглась небезосновательной критике. Особые возражения встретила исходная позиция Кречмера, взявшего за основу своей типологии склонность к психическим расстройствам. Однако, даже не вдаваясь в научную дискуссию, нельзя не признать, что многие параллели прослежены немецким психиатром довольно точно. К тому же они соответствуют повседневным наблюдениям.

Интересно, что другая попытка построить подобную типологию на совершенно иных основаниях привела к очень похожему результату. Американский исследователь Уильям Шелдон обследовал фотографии нескольких тысяч студентов, снятых обнаженными в разных ракурсах. В результате кропотливого анализа фотографий Шелдону удалось выбрать крайние варианты телосложения, максимально не похожие друг на друга. Таких вариантов оказалось всего три.

Первый характеризовался общей сферической формой, мягкостью, наличием большого живота, крупной головой, вялыми руками и ногами, неразвитыми костями и мышцами.

Для второго были характерны широкие плечи и грудная клетка, мускулистые руки и ноги, минимальное количество подкожного жира, довольно массивная голова.

Третий тип олицетворял худой человек с вытянутым лицом и высоким лбом, тонкими длинными руками и ногами, узкой грудной клеткой, хорошо развитой нервной системой.

На основании этих типов Шелдон выделил три первичных компонента телосложения, которые получили обозначения соответственно: эндоморфный, мезоморфный, эктоморфный. Эти термины произошли от названий зародышевых листков. Согласно существовавшей в то время в биологии точке зрения, из энтодермы (внутреннего зародышевого листка) развиваются внутренние органы, из мезодермы (среднего зародышевого листка) развиваются кости, мышцы, сердце, кровеносные сосуды, из эктодермы (внешнего зародышевого листка) – волосы, ногти, рецепторный аппарат, нервная система и мозг.

Поражает удивительное сходство выделенных Шелдоном типов с пикником, атлетиком и астеником из схемы Кречмера. А есть ли какие-то параллели в психологических портретах? Да, самые явные. Эндоморф очень похож своими характерологическими свойствами на циклотимика, эктоморф – на шизотимика, мезоморф – на атлетика вискозного типа.

Теория Шелдона тоже не избежала научной критики. Однако идеи Кречмера и Шелдона по сей день преподаются в вузах будущим медикам и психологам, которым необходимы навыки экспресс-оценки качеств человека по его внешности. Отчего же и нам не воспользоваться этими идеями в своих повседневных наблюдениях?

Присмотритесь внимательнее к своей собственной фигуре. К какому из описанных типов она в большей мере относится? (Нелишне повторить, что «чистые» типы встречаются редко, так что правильнее сказать, что ваша фигура скорее всего *тяготеет* к определенному типу.) Возможно, особенности телосложения, которым вы даже не придаете особого значения, подскажут вам, какие черты характера преимущественно определяют особенности вашего мироощущения и поведения. А это во многом объясняет и перипетии жизненного пути.

И еще один очень важный параметр следует подвергнуть оценке, а может быть – и переоценке. Все мы обостренно чувствительны к такой своей особенности, как внешняя

привлекательность, проще говоря – красота. Хотя и говорится «Не родись красивой, а родись счастливой», мы безотчетно понимаем, что красивому стать счастливым намного проще. И нередко сетуем, что из-за своей заурядной внешности недопустили от судьбы того, на что могли бы претендовать, если бы обладали внешностью топ-модели.

Насколько справедливо это суждение?

В одном эксперименте молодых мужчин и женщин просили охарактеризовать внутренний мир людей, изображенных на фотографиях. Фотографии были разделены экспертами по степени привлекательности лиц. Людей с красивыми лицами чаще оценивали как уверенных в себе, счастливых, искренних, уравновешенных, любезных, находчивых, утонченных и более духовно развитых. Кроме того, мужчины оценивали красивых мужчин и женщин как более заботливых и внимательных к другим людям. ореол физической привлекательности вызывает сдвиг не только в оценках личности, но и в оценках результатов деятельности или отдельных поступков человека.

С некрасивыми происходит то же самое, только наоборот. Некрасивый ребенок дискриминируется с самой ранней поры. Не случайно именно некрасивым или страдающим каким-то физическим недостатком детям нередко приписывают дурные мысли и поступки.

Предположим, мальчик в детстве повредил ногу, слегка хромот. По логике вещей жизнь его от этого обстоятельства едва ли изменится – разве только профессиональным спортсменом или танцором не станет. Но на самом деле недостаток может серьезно осложнить его существование, другие дети могут не только дразнить его, но и на самом деле плохо о нем думать. Опытным педагогам не раз приходилось сталкиваться с такими случаями. Хотя и они не застрахованы от предвзятости.

Опытным воспитательницам детских садов рассказали о проступке ребенка. Воспитательницы не знали, что они участвуют в эксперименте, экспериментаторы просили их просто дать квалифицированный совет недавней выпускнице педучилища. Но одним воспитательницам показали симпатичного малыша, а другим – некрасивого. Результат оказался поразительный: те, кто видел симпатичного, были более снисходительны. Они вспоминали, что в их собственной практике такое бывало, говорили, что все дети шалят, что это случайность и заслуживает она минимального наказания. В другом же случае воспитательницы били тревогу. Они говорили о педагогической запущенности, о злом нарушении дисциплины, советовали вызвать для беседы родителей (то есть фактически удвоить наказание), некоторые даже рекомендовали показать ребенка психиатру.

Как же так? Получается, что опытные воспитатели один и тот же поступок квалифицируют то как невинную шалость, то как злое нарушение. Они даже готовы признать ребенка психически больным только потому, что он им не понравился.

Аналогичные эксперименты были проведены в школе. Среди старшеклассников «судьями» наряду с педагогами были сверстники.

Также был проведен эксперимент в студенческой среде.

Результаты оказались те же: суд был неправым! Суд готов усугубить вину некрасивого и оправдать красивого. То есть поступал так, как не должен поступать никогда не один суд, – представьте на минуту, если бы, скажем, для брюнетов был один закон, для блондинов другой, а рыжим вообще прибавляли ни за что ни про что дополнительный срок на всякий случай.

Все сказанное как бы подтверждает предположение, что красивым живется легче и приятнее. Но это не совсем так. Красота отнюдь не гарантирует успеха в отношениях с людьми. Вообще, для успеха в общении исключительная красота вовсе не обязательна. Не обязательно самая красивая женщина в группе пользуется наибольшей популярностью у мужчин, и не обязательно самый популярный мужчина – первый красавец. Это показали многочисленные эксперименты.

Кафедра социальной психологии МГУ провела исследование, пытаясь определить, существует ли связь между внешними данными супругов и устойчивостью семьи. Закономерностей таких обнаружено не было. В семейных отношениях красивым везет или не

везет так же, как и людям заурядной внешности.

Быть красивым в ряде случаев вообще плохо: ему не прощают, например, проступок, который он не в состоянии оправдать. Не прощают, когда подозревают использование личного обаяния в корыстных целях. От красивой женщины оскорбление для мужчины большее, за это ей тоже достается. Если расхожий стереотип, как уже говорилось, утверждает, что красивый – значит хороший, другой не менее живучий штамп декларирует: “очень красивый – значит плохой”. Столь же несправедливо, как приписывать красивому человеку несуществующие добродетели, так и готовность счесть очень красивого злым, эгоистичным, бесчувственным, надменным.

Да, красивым чаще “везет” при кратковременном знакомстве, при возникновении отношений. При длительном же контакте внешность уходит на второй план, гарантий на успех в любви, дружбе внешность не дает.

Кстати, даже при поверхностном знакомстве мы склонны выбирать не столько самых красивых, сколько тех, кто в такой же степени красив, как и мы. Группа исследователей долгое время наблюдала за посетителями одного бара, оценивая внешность юношей и девушек, а также удовлетворенность общением в каждой паре. Оказалось, подавляющее большинство пар, наиболее стабильных, состояло из молодых людей и девушек, у которых “отметки” по красоте были близки. Конечно, это не значит, что каждый из них думал: ага, я красивая, значит, и спутник у меня должен быть лучше других, и наоборот. Выбор близких по красоте партнеров происходит подсознательно, мы как правило даже не отдаем себе в этом отчета.

Таким образом, знание объективных законов межличностного восприятия может стать в наших руках серьезной силой. Мы знаем, что не вполне удачная внешность может несколько осложнить жизнь. Однако не настолько, что стоит опускать руки! Ведь всё главное в собственной судьбе, все важные события, развитие отношений – дело наших собственных усилий.

Мы редко сетуем на то, что слишком красивы. Обычно нам не дают покоя изъяны собственной внешности. Но когда речь идет о выборе, стоит знать и то, что даже самых некрасивых в группе, сколько бы исследований ни проводилось, обязательно хотя бы раз выбирают. Всегда найдется кто-то, кто сочтет самого некрасивого лучшим.

На самом деле – у каждого есть свой шанс. Дело за тем, как не упустить его, как им воспользоваться.

Печать прошлых жизней. Взгляд Хаббарда

Так, кто есть кто, так, кто был кем, – мы никогда не знаем,
С ума сошли генетики от ген и хромосом...
Быть может, тот облезлый кот был раньше негодяем,
А этот милый человек был раньше добрым псом...

Владимир Высоцкий

6 декабря 1966 г. – знаменательная дата, отмеченная в историческом календаре, который публикует в Интернете Американская психологическая ассоциация. В этот день Лафейет Р. Хаббард запатентовал свое уникальное изобретение – “прибор для обнаружения и измерения колебаний сопротивления живого организма”. Тем самым была предпринята попытка придать научный характер творческим исканиям Хаббарда, воплотившимся в изощренную систему духовного совершенствования – дианетику.

Внимание психологического сообщества к этой системе (и в частности, к рубежной дате в ее становлении) может показаться несколько странным. Тем более, что в упомянутом календаре она недвусмысленно названа псевдотерапевтической. Многие авторитетные

психологи, среди которых, например, Эрих Фромм, еще много лет назад высказали свое не просто скептическое, но однозначно негативное отношение как к теории Хаббарда, так и к основанной на ней практике. Тем не менее дианетика благополучно существует по сей день и находит тысячи приверженцев по всему миру, а с недавнего времени и в нашей стране. Пускай профессиональные психологи не признают Хаббарда своим коллегой, зато “просвещенный” обыватель числит его величайшим психологом (наряду с Дейлом Карнеги и Карлосом Кастанедой). На XIII Международной книжной выставке-ярмарке в Москве хаббардовским издательством “Нью Эра” была развернута целая выставка, посвященная отцу-основателю. Респектабельное “Книжное обозрение” опубликовало об этой выставке восторженный отчет – судя по всему, самим издательством составленный и им же оплаченный. Среди отзывов посетителей – мнение академика Доморацкого, полагающего, что методикам Хаббарда необходимо обучать в школах и вузах.

В “Словаре-справочнике практического психолога” (автор Н.И. Конюхов; издательство МОДЭК, 1996) дианетике посвящена едва ли не самая крупная статья, открывающаяся таким определением: “ *Наука [ни много ни мало! – С.С.] о душевном здоровье, о разуме человека, о методах влияния разума на душу, бессознательное, методах управления жизненной энергией в целях повышения эффективности духовной, созидательной деятельности человека...*” Характерно, что панегирик Хаббарду (впрочем, наряду с вполне объяснимым скепсисом конкурента) можно встретить в писаниях звезды отечественной поп-психологии Николая Козлова. Ведь оба они – и давно почивший Хаббард, и процветающий Козлов – стремятся к одной цели. Это духовное совершенствование посредством экзотических психотехник. Самое интересное, что кое-кому из их последователей (если не принимать во внимание окончательно спятивших) действительно удается осуществить позитивные шаги на пути личностного роста. Так что дианетику как явление весьма масштабное и впечатляющее игнорировать просто нельзя. Вот только психологу, чье профессиональное мировоззрение (хочется надеяться) отличается от обывательского, необходимо составить объективное представление об этой популярной системе. А для этого – в первую очередь отдать себе отчет, что это система не научная, а скорее научно-фантастическая.

Рон Хаббард, любитель необычного и фантазер по призванию, нашел наиболее органичное применение своим талантам в области научной фантастики. На этой ниве он снискал немалый успех и сумел встать в один ряд с корифеями этого жанра – Азимовым, Саймаком, Бредбери. Еще до этого он прославился как отважный путешественник, намеренно ставивший себя в экстремальные условия и выживавший благодаря исключительному упорству и силе духа. Вне сомнения, это была яркая, выдающаяся личность, которую даже по строгим критериям американского психолога Абрахама Маслоу следует отнести к самоактуализирующимся. Впрочем, согласно тому же Маслоу, потребность в самоактуализации ненасыщаема. Хаббарду оказалось мало лавров беллетриста и “экстремала”. Он возмнил о славе вероучителя, создателя новой идеологии, или, если угодно, религии, которая изменит духовную картину мира. И, надо признать, изрядно преуспел в стремлении и к этой цели. Сегодня его труды переведены на 52 языка, изданы суммарным тиражом в 140 миллионов экземпляров, причем ранние научно-фантастические произведения составляют в этой сумме лишь малую часть. Остальное – фантастика иного рода.

По своей сути теория Хаббарда не представляет собой ничего оригинального, а является своеобразной импровизацией на тему древних эзотерических учений. В ее основе лежит идея перевоплощения, реинкарнации, которая во множестве вариаций развивалась мистиками разных эпох и народов.

Все теории такого рода возникли на почве упорного нежелания человека признать трагический факт конечности своего существования. Это роднит их с религиозными учениями, часто приводит к их взаимному пересечению, слиянию, перетеканию одного в другое. Спасительная суть всех таких учений состоит в том, что очевидный факт смерти

означает лишь исчезновение физической оболочки, тогда как духовная сущность продолжает свое существование вечно. Дальше уже начинаются разночтения. Но существует ряд мистических учений, которые роднит признание этого существования в форме перевоплощения в различные телесные оболочки. Важно, что каждое очередное воплощение не проходит бесследно для духовной сущности, накладывает на нее определенный отпечаток и тем самым предопределяет особенности существования в следующем воплощении. Такова, например, доктрина индуизма, существующая уже тысячи лет. Дианетика по своей сути представляет ее усовершенствованный, осовремененный слепок.

Согласно теории Хаббарда, каждый из нас, еще до того, как появиться на свет, уже прожил много жизней в самых разных ипостасях. Воспоминания об этом в сознании не сохранились, однако на самых глубинных уровнях бессознательного жива смутная память о самых острых, тяжелых, травматических переживаниях прошлых жизней. Именно ощущение страдания, боли оставляет на нашей духовной сущности неизгладимый след. А боль, по мнению Хаббарда, испытывают все живые организмы, даже растения (изобретенный им прибор и был призван фиксировать иначе не наблюдаемую болевую чувствительность растений). Мы не отдаем себе отчета, что именно этот аффективный след мешает нашему полнокровному существованию в нынешней жизни. В таких случаях Фрейд призывал “поставить Я на место Оно”. Хаббард и в этом не оригинален. Чтобы избавиться от мучительных клейм – так называемых инграмм – необходимо воспроизвести забытый опыт, осознать его и тем самым снять его негативный эффект. На это направлена соответствующая процедура – одитинг, которую проходят жаждущих освобождения – кейс. По завершении процедуры он становится клиром, то есть личностью, освободившейся от своего прошлого. Занятие, по мнению многих предававшихся ему, весьма увлекательное. Более того, нельзя не признать, что в ряде случаев оно имеет определенный психотерапевтический эффект (если, нелишне повторить, только не приводит к противоположному, а такие печальные случаи тоже известны).

Для непредвзятого взора совершенно очевидно, что данная теория – не более чем плод богатого воображения талантливого фантаста. Любые якобы научные аргументы в ее пользу не выдерживают проверки с помощью подлинно научной методологии. Фактически перед нами еще одна разновидность мистического учения, в которое можно только верить или не верить – научной верификации оно не подлежит. На этом основании его можно было бы признать псевдорелигиозной ересью и антинаучным вздором, который только засоряет неокрепшие мозги обывателя (а обывателем можно оставаться даже с академическим титулом). Так, кстати и поступили власти ряда государств, где деятельность последователей Хаббарда была законодательно запрещена. В России все иначе. На нашей благодатной почве буйно цветут любые сорняки. Например, огромными тиражами издаются “труды” похотливого мистика Ошо, а проповеди маньяка Асахары передавались по государственному телевидению. Случай с дианетикой не так однозначен. Разумеется, на почве освобождения от инграмм можно по-настоящему свихнуться. Однако склонный к этому человек и без дианетики найдет подходящий предмет. И неправильно было бы винить Хаббарда в вероятных негативных последствиях предложенной им процедуры. Тем более, что кое-кому она даже помогает. Каким же образом?

Попытка пережить в состоянии, близком к трансовому, опыт “прежней жизни”, судя по всему, является на самом деле одной из форм самораскрытия, высвобождения нереализованных сторон своей натуры. А такие стороны, очевидно, существуют. Вот только объяснения требуют не мистического, а рационального. Следует, вероятно, признать и тот факт, что некоторые давние, а ныне ставшие безотчетными переживания оказывают на нашу судьбу известное влияние, и попытка в них разобраться может иметь положительный эффект. Вот только переживания это, скорее всего, прижизненные, и берновский сценарный анализ тут куда эффективнее (этой теме будет посвящена специальная глава). То есть проблематика дианетики – вполне психологическая. И психологам тут есть над чем подумать и поработать. Вот только фантастов к этой работе лучше не привлекать.

Внутриутробная предыстория. Взгляд Грофа

Какие ассоциации вызывают у вас слова *вайвэйшин, ребефинг, холотропное дыхание*? Неужели никаких? Может быть, вы даже не знаете, что это такое? В таком случае вы безнадежно отстали от новейших тенденций мировой психологии, и наверняка найдутся скептики, которые упрекнут вас в недостаточной психологической эрудиции.

Но не торопитесь огорчаться. Все вышеназванные термины заимствованы из лексикона трансперсональной психологии, которая хоть и называется психологией, однако имеет к нашей науке очень отдаленное отношение. По крайней мере, в США Ассоциация трансперсональной психологии существует независимо от Американской психологической ассоциации, более того – просто не признана ею в качестве научной структуры, как и сама трансперсональная психология – в качестве науки.

В нашей стране аналогичная ассоциация тоже уже успела возникнуть, труды классиков этого направления активно издаются и находят немало заинтересованных читателей. Холотропное дыхание – один из основных психотерапевтических приемов трансперсональной психологии – все шире внедряется в практику, несмотря на весьма спорную научную подоплеку и неоднозначные результаты. Вот что пишет к предисловию к книге классика трансперсональной психологии Станислава Грофа Владимир Майков: “Став счастливым обладателем грофовского сертификата, я преподаю холотропный подход и трансперсональную психологию и психотерапию вот уже почти 10 лет... Трансперсональная психотерапия в целом и холотропный подход, в частности, являются одними из важнейших направлений психотерапии будущего. Ее успех напрямую связан с тем, что она способствует целостному развитию человека, конкретному самопознанию. В отличие от традиционных вербальных психотерапий холотропная терапия дает возможность взглянуть на проблемы личной жизни с птичьего полета, освободиться от своей привычной идентичности и более успешно решать задачи восстановления целостной коммуникативной ткани сознания и личностного роста”. Оставим на совести автора перенасыщенный терминами стиль и отнюдь не бесспорную идею “освобождения от привычной идентичности”. Попробуем непредвзято разобраться, что скрывается за впечатляющей саморекламой и насколько, в самом деле, идеи и приемы трансперсональной психологии эффективны в практике самосовершенствования. Ведь личностный рост (вне зависимости от индивидуальных трактовок этого понятия) – одна из важнейших профессиональных целей любого практикующего психолога. Что же в этом плане предлагают нам Гроф и его восторженные последователи?

Станислав Гроф – чешский психиатр, который в начале 60-х переехал в США и нашел пристанище на благодатной земле Калифорнии. Это было то самое место и время, где и когда буйным цветом расцвели небезопасные эксперименты по “расширению сознания” с помощью наркотиков. Идеологами этого движения выступали местные бескорыстные энтузиасты, кумиры поколения хиппи, Кен Кизи, Тимоти Лири и Теренс Маккена, которым дельцы мирового наркобизнеса должны были бы поставить по золотому памятнику. К этой сомнительной когорте фактически присоединился и Гроф, успевший еще на не понявшей его родине поэкспериментировать с употреблением ЛСД. Молодые бунтари 60-х одно время свободно покупали этот наркотик прямо в аптеках, пока доктора, неосмотрительно выписывавшие рецепты направо и налево, наконец не обнаружили, что этот стимулятор мозговой деятельности вызывает привыкание и очень нехорошие изменения в той самой мозговой деятельности, которую он стимулирует. Но пока ЛСД не попал под официальный запрет (в США это произошло в 1967 г.) Гроф успел накопить богатые клинические данные. Его работа “Области человеческого бессознательного” изобилует описаниями видений и галлюцинаций, испытанных пациентами, которых он пытался лечить при помощи ЛСД. Одурманенные наркотиком, люди “вспоминали” самые невероятные вещи – свое младенчество и даже прошлые воплощения, летали на другие планеты, участвовали в исторических событиях прошлых эпох, отождествлялись со сперматозоидами и электронами.

(Наркологи могут подтвердить достоверность таких описаний – известны клинические случаи, когда их пациенты, вообразив себя птичкой, “выпархивали” из окна, и т. п.)

В интерпретации переживаний своих пациентов Гроф двойственен. Часть переживаний он трактует метафорически, почти в психоаналитическом духе: подобно тому, как сновидения в символической форме указывают на неразрешенные эмоциональные проблемы раннего детства, некоторые переживания в сеансах ЛСД-терапии служат ключом к ранним психическим травмам. Интерпретируя подобные переживания, психотерапевт достигает прогресса в лечении значительно быстрее, чем при психоанализе без стимуляторов. Такого смелого постулата придерживается Гроф.

Но еще более смелым был его другой постулат. Он заключался в том, что определенные переживания указывают не только на проблемы раннего детства, но и проблемы, коренящиеся в периоде внутриутробного развития и связанные с родами.

Как и многие психологи психоаналитического направления (самая ранняя теория такого рода принадлежит Отто Ранку, о ней речь пойдет в следующей главе), Гроф убежден, что важнейшим событием в жизни каждого человека является его рождение. Сам процесс рождения он делит на четыре этапа, соответствующие четырем так называемым базовым перинатальным матрицам (БПМ). Под воздействием ЛСД, в измененном состоянии сознания эти матрицы активизируются, высвобождая в символической форме подавленный болезненный материал, связанный с тем или иным периодом процесса развития плода и родов. БПМ-1 связана с периодом спокойного развития эмбриона в чреве матери, полной гармонии с миром (в норме эмбрион всем обеспечен и не знает беспокойства, травм и проблем). Если это развитие в самом деле протекало благополучно, то в измененном состоянии сознания ему соответствуют образы блаженного покоя в глубинах океана или Вселенной, часто сопровождаемые эйфорическими ощущениями. Если же покой будущего человека нарушался негативными событиями в жизни матери, если плод отравлялся вследствие курения матери, употребления ею алкоголя или сильнодействующих лекарств, то среди безопасных обитателей океана могут появиться ядовитые, хищные рыбы и моллюски, а в Космосе начинаются метеоритные вихри, преследования со стороны злых инопланетян, и т. п. И эмоции, соответственно, смещаются в более мрачную часть спектра: для негативных аспектов БПМ-1 характерен безотчетный страх, ощущение уязвимости и беспомощности.

БПМ-2 объединяет переживания, ассоциируемые с первой клинической фазой родов. Ранее спокойное и комфортное убежище – матка – начинает сокращаться, и плод испытывает мучительное давление. Образы заточения в тесной темнице, пыток, давящих прессов и т. п. соответствуют переживаниям этой перинатальной матрицы. Им сопутствуют чувства безысходности, подавленности и страха. Фаза эта неприятная, но необходимая. В подсознании каждого есть эти переживания, связанные с сокращением матки до того, как ее шейка откроется. Все мы были заточены в эту сжимающуюся темницу. Однако, по мнению Грофа, некоторым из нас было особенно плохо в этой темнице, и у них возникли эмоциональные проблемы, связанные с этой фазой. Во взрослой жизни они выражаются через невротические симптомы депрессии и клаустрофобии.

БПМ-3 соответствует второй клинической фазе родов. Шейка матки открывается, к сокращениям матки присоединяются сильные движения плода, стремящегося к выходу на свет. Плод активно борется за автономную жизнь. Символически это находит выражение в образах садомазохистских сцен, грозных кровопролитных сражений и просто драк. К образам именно этой матрицы относится и переживание “света в конце тоннеля”. Эта трактовка Грофа представляется весьма остроумной – в самом деле, становится вполне понятным, какой тоннель и какой свет видят люди в своих грезах. (Правда, трактовка видения “света в конце тоннеля” как воспоминания о прохождении по родовому каналу встречается и у Юнга, в предисловии к “Тибетской книге мертвых”, так что и в этом “открытии”, как и во многих прочих, Гроф не оригинален). Переживая связанное с третьей перинатальной матрицей, человек испытывает бурю разнонаправленных эмоций, среди которых преобладает агрессия. Если на этой фазе были какие-то затруднения, то в последующей жизни личность

“расплачивается” за них симптомами, связанными с вытесненной агрессивностью.

Наконец, БПМ-4 соответствует отделению плода от матери, перерезанию пуповины и началу жизни новорожденного в качестве автономного существа. Если все здесь прошло нормально, то в измененном состоянии сознания под воздействием ЛСД человек переживает образы революции, победы над врагом, весеннего пробуждения природы, вскрытия рек ото льда и т. п. При этом характерны радостные эмоции. В случае проблем на этом этапе, при их символическом переживании возникает эмоция интенсивного страха, чувство разочарования.

В работах Грофа подробно излагается, как различные психические расстройства и пerversии связаны с фиксацией на той или иной БПМ. Так, например, становится понятно, что большинство кошмаров, связанных с кровью, относятся к БПМ-3, когда действительно она присутствует. По Грофу, люди, придумавшие Освенцим и ГУЛАГ. Просто бессознательно хотели воплотить свою фантазию в жизнь, чтобы пройти таким образом третью БПМ и дойти до четвертой. Они, разумеется, совершали ошибку. Человек, действительно должен целиком пройти весь путь от первой до четвертой матрицы – но должен сделать это на символическом уровне. Надо отметить, что это нелегко: например, задержавшиеся на уровне БПМ-2 стремятся вернуться назад, в мирную утробу, к БПМ-1, а вовсе не двигаться вперед, ко все возрастающим ужасам БПМ-3. Именно для стимуляции этого продвижения Гроф и использовал ЛСД. Описывая галлюцинации своих клиентов, он нашел там огромное количество символических образов, связанных с родами и тем самым, по его мнению, подтверждающих его теорию.

Нетрудно заметить, что четыре грофовские матрицы суть четыре этапа любого обряда инициации – от самых первобытных до практикующихся по сей день. По Грофу, это неслучайно, так как обряды посвящения с самого начала преследовали ту же цель, что и его терапия: помочь человеку на символическом уровне заново пережить свое рождение. ЛСД отводилась роль катализатора инициационных процессов. ЛСД-терапия представлялась Грофу быстрым способом вернуть клиента к его первичной травме и потом проработать ее. Достигнув БПМ-4, клиент снова ощущает чувство единения с миром и осознает себя в буквальном смысле заново рожденным.

Однако распространение новаторского учения столкнулось с рядом проблем. Во-первых, часть клиентов застревали на одном из этапов, впадали в психоз и к концу лечения оказывались едва ли не в худшем состоянии, чем в начале. Иные приходили к мысли, что все свои проблемы надо решать только в измененном состоянии сознания и тем самым отказывались брать на себя какую-либо разумную ответственность за собственную жизнь. К тому же ЛСД попал на улицы и стал употребляться беспорядочно – ради забавы, а вовсе не самосовершенствования. Наконец, ЛСД запретили, и все исследования пришлось свернуть. (Упорствовавший в своем энтузиазме Лири даже угодил за решетку.)

Но остановиться Гроф уже не мог. Из непростой ситуации он нашел законный выход. Он придумал холотропное дыхание – особую технику, позволяющую достигать измененных состояний сознания, схожих с теми, которые достигаются посредством ЛСД. Метод предельно прост: за счет глубокого частого дыхания наступает эффект гипервентиляции – в крови значительно повышается концентрация углекислого газа, что приводит к сужению сосудов. Кислород прочнее связывается с гемоглобином и красные кровяные тельца хуже отдают его тканям. Возникает парадоксальное кислородное голодание от избытка воздуха. Примерно то же происходит у астматиков, при стенокардии и гипертонии, когда кровь в результате частого дыхания насыщена кислородом, а организм, его ткани задыхаются от недостатка кислорода. Наступает торможение коры головного мозга и активируется подкорка, что вызывает вытесненные из сознания переживания.

Разумеется, все прежние проблемы остались – у части клиентов наступает ухудшение, некоторые “подсаживаются” на холотропное дыхание, методику широко практикуют плохо усвоившие ее люди и просто шарлатаны. Правда, в отличие от ЛСД, холотропное дыхание не запрещено, и в России есть немало мест, где его вполне легально практикуют. Еще бы – ведь Гроф предлагает данный метод в качестве абсолютно безопасной панацеи от всевозможных

телесных и душевных недугов. Причем процесс исцеления предполагается очень легким и быстрым.

Но несмотря на активную рекламу холотропного дыхания, у Грофа частенько встречаются ностальгические нотки в отношении ЛСД. Кстати, с его последователями нередко происходит вполне предсказуемая метаморфоза. Познакомившись с измененными состояниями сознания, наводимыми холотропным дыханием, люди начинают стремиться к чему-то поострее (ситуация, до боли знакомая наркологам). Они находят всевозможные стимуляторы – от “экстази” до вполне доступного (пускай и нелегально) ЛСД – и экспериментируют уже с ними. А там уже происходит “сдвиг мотива на цель” – человек попадает в зависимость от средства наведения желаемого состояния сознания. В наркотическую зависимость.

Бывает, что и наркоманы, пройдя несколько сеансов холотропного дыхания, впадают в зависимость от этого метода. (Если вожаемые галлюцинации можно вызвать, не используя дорогостоящие препараты, то зачем тратиться – результат-то похожий!) В Москве есть группы бывших (?) наркоманов, которые собираются для холотропного дыхания. Может быть, это и лучше, чем химическая отравка. Однако некоторые исследователи считают, что интенсивное частое дыхание не проходит бесследно для мозговых структур и может приводить к нарушениям в мозговом кровообращении. Да и сам факт зависимости от чего-либо свидетельствует, что исцеление не достигнуто.

Однако вернемся к теоретическим построениям Грофа. Поскольку далеко не все переживания под воздействием ЛСД можно отнести к символике перинатальных матриц, определенный класс переживаний Гроф толкует совершенно буквально. Те переживания, которые, которые никоим образом не могут быть увязаны с опытом личности, пускай даже пренатальным и перинатальным, Гроф относит к трансперсональным, то есть выходящим за пределы личности. Всяческие странности, подобно “воспоминаниям” о прошлых воплощениях, он однозначно трактует как аргументы в пользу трансперсональной теории. При этом он весьма охотно наводит мосты с всевозможными течениями неомистицизма. В котле грофовского мировоззрения варятся кундалини-йога, даосизм, суфизм, шаманизм, сомнительные школы современных гуру, даже дианетика Р.Хаббарда. Все получает одобрение и оправдание, если оно обещает выход за пределы обыденного состояния сознания.

Фактически трансперсональная психология не является психологией в привычном понимании этого слова. Скорее это определенное философское направление, достаточно синкретичное и размытое. Его претензия на революционную новизну мало оправдана. Аналогичные направления мысли присутствовали в духовной жизни человечества всегда. Менялись их формы, но не содержание. Конечно, нельзя строить генеалогию трансперсональной психологии от шаманизма и языческих бдений, хотя определенная аналогия прослеживается довольно явно. Для примитивного человека древние практики ухода в транс, в иные, “тонкие” миры, были своеобразной формой ухода от грозного и непредсказуемого реального мира, с которым наш далекий предок был не в силах совладать. Изначально попытки “расширения сознания” были вызваны его слабостью, которую, как хотелось бы надеяться, человечеству удалось преодолеть в ходе многовековой культурной эволюции.

В наши дни мир стал более предсказуем и управляем, но, увы, не более уютен. И потребность ухода от него, которая, казалось бы, должна была ослабеть, на самом деле, напротив, обострилась. Древнего дикаря реальность обескураживала и пугала. Нашего современника она вгоняет в уныние. Первого успокаивал шаман, не стеснявшийся своего звания, второго – шаман, предпочитающий звание психолога.

Трансперсональная психология – специфически постиндустриальное явление, она несет на себе отпечаток нашей противоречивой эпохи. При всех реверансах в адрес восточной мистики, она – порождение западной интеллектуальной культуры и сугубо западного материального и духовного пресыщения. В ней переплелись и разочарование в

традиционных капиталистических добродетелях, и справедливый протест против роботоподобного образа человека в традиционной науке, и очарованность восточным мистицизмом, и наивное ожидание чуда, и чисто американское стремление к простым решениям сложных проблем. Многим в трансперсональной психологии импонирует критика фальшивых западных ценностей, экологический настрой, стремление к более естественной, близкой к природе жизни, уважение к некоторым аспектам древних культур и культур малых народов. Однако эта тенденция заглушается пропагандой опасных экспериментов, толерантностью к шарлатанству в сфере измененных состояний сознания. Отталкивает и бессистемная мешанина отдельных понятий, вырванных из контекста разных культур.

Читать труды теоретиков и практиков трансперсональной психологии увлекательно и интересно, как фантастические романы. Но только не как научно-фантастические, ибо науки в них просто нет, а скорее как модный жанр “фэнтези”, заменивший современному человеку древние мифы. Как известно, к этому жанру чаще всего обращаются две категории читателей – не способные к серьезному чтению в силу слабости ума и пресыщенные, ищущие увлекательной забавы для ума утомленного и разочарованного. А человек трезвый и здравомыслящий, вероятно, предпочтет держаться в равном удалении от этих крайностей

Обретение жизни или “травма рождения”? Взгляд Ранка

Не умершего следует оплакивать, а рождающегося для тяжелой борьбы с невзгодами жизни.

Еврипид

В возрастной психологии издавна бытует понятие “кризис новорожденности”. В связи с этим возникает вопрос: неужели человеческая жизнь начинается с кризиса? Само слово “кризис” в переводе с греческого означает переломный этап в развитии. Но в данном случае возникает новый вопрос: о каком переломном этапе может идти речь? Ведь жизнь начинается с рождения, до этого момента человека просто не существует!

А вот с этим утверждением едва ли можно согласиться. До рождения человеческий организм проходит этап внутриутробного созревания. Существуют разные мнения о том, является ли еще не родившийся ребенок человеком. Точка зрения христианских богословов на сей счет однозначно положительная. Вследствие этого аборт расценивается как тяжкий грех – разновидность убийства. И такая позиция характерна не только для христианского мира. Например, в Монголии срок жизни человека исчисляется с момента зачатия.

Медики, говоря о внутриутробном развитии, избегают слова “ребенок”, а тем более “человек”, отдавая предпочтение понятию “плод”. Тем не менее объективные медицинские наблюдения позволяют заключить, что существо, находящееся в утробе матери, не есть неодушевленный кусочек материи. Оно живет, развивается, чувствует и с каждым днем все более активно реагирует на воздействия окружающей среды. И в этом смысле правы те, кто говорит о жизни до рождения.

Мать, вынашивая ребенка, с трепетным вниманием прислушивается ко всякому проявлению его жизнедеятельности. Она не может не заметить, что комочек плоти у нее под сердцем отзывается на многие события, происходящие во внешнем мире. Например, замечено, что громкая ритмичная музыка приводит его в возбуждение и заставляет беспокоиться, а мягкая мелодичная – кажется, наоборот, приносит умиротворение. Настроение матери тоже сказывается на его состоянии. Если мать встревожена, огорчена, раздражена – ребенку, похоже, это не по вкусу.

Из подобных наблюдений родилась целая научно-практическая концепция – пренатальная (дородовая) педагогика. Суть ее вытекает из очевидных фактов. Если ребенок, пускай еще и не родившийся, способен реагировать на определенные стимулы, то необходимо обеспечить ему такие стимулы, которые благоприятно сказывались бы на его состоянии и развитии. Тем более, что уже в утробе матери он обретает определенный опыт,

который впоследствии скажется на всей его жизни. Значит, надо позаботиться, чтобы это был положительный опыт.

Соответственно разработан целый набор рекомендаций, как беременной женщине следует себя вести, какие книги читать, какую музыку слушать и т. п.

Как и большинство оригинальных теорий, пренатальная педагогика содержит рациональное зерно, однако, будучи доведена до крайности, кажется подходом спорным. Ее приверженцы склонны переоценивать способности плода к восприятию и усвоению внешних стимулов. Действительно, уже новорожденный ребенок демонстрирует поразительную способность узнавать голоса близких, в первую очередь – матери. Это свидетельствует о том, что воспринимая их на всем этапе дородового развития, он успел с ними свыкнуться и освоиться. Но из этого, наверное, не следует, что всякая информация, дошедшая до него на этом этапе, играет важную роль в становлении его психики. Реакции плода еще очень обобщенные и примитивные.

Сама по себе идея создания плоду наилучших условий развития, безусловно, верна. Не следует только заострять ее до абсурда.

Будущая мама, которая вслух читает Гомера в надежде, что ее отпрыск вырастет ценителем классической литературы, заслуживает лишь добродушной иронии. Конечно, подобная забота о культурном развитии ребенка, если она будет иметь место и далее – после его рождения, непременно скажется впоследствии. Но тут решающую роль сыграет все-таки не дородовое стимулирование, а создание благоприятной воспитательной атмосферы.

Можно восторгаться практикой дородового “воспитания” или с негодованием отвергать ее, однако очевидно: родители, заботящиеся о развитии ребенка еще до его рождения, скорее всего окажутся хорошими воспитателями и много дадут ребенку, когда он появится на свет. А позитивные результаты можно будет объяснить и предварительной “подготовкой”. Впрочем, позитивный результат ценен сам по себе и не требует объяснений...

А если женщина в пору беременности не может отказаться от сигареты, позволяет себе выпить рюмку спиртного, а ее общение с близкими протекает в основном на повышенных тонах, – понятно, что и ныне, и в будущем забота о ребенке не является для нее первостепенной. Нетрудно представить, в какую воспитательную атмосферу попадет новорожденный. И где тогда искать объяснения отклонений в его развитии и поведении?

Рекомендации о том, какой образ жизни следует вести во время беременности, в основном разработаны медиками. И женщине, заботящейся о полноценном развитии своего ребенка, надо этих рекомендаций придерживаться. Особую роль играет психологический настрой будущей матери. И об этом должен позаботиться отец ребенка, все близкие. Ну и, конечно, тяжелый рок в эту пору лучше не слушать. Стоит ли слушать Чайковского? Безусловно, если он вам нравится. Это, может быть, и не приведет к тому, что ваш наследник станет музыкантом-виртуозом, однако его развитию точно не повредит.

А каковы же те объективные условия, в которых пребывает человеческий организм до рождения? Сама природа мудро позаботилась о том, чтобы эти условия были максимально благоприятными. Жизнеобеспечение плода не является предметом его заботы, все необходимое он получает из организма матери. Именно поэтому медицинские рекомендации о рациональном питании беременной женщине надо соблюдать неукоснительно, ибо ее неполноценное питание чревато искажениями в развитии плода (не говоря уже об опасностях алкогольной или никотиновой интоксикации).

Можно сказать, что до определенного момента плод пребывает в условиях полного блаженства. Температурный режим его существования стабильный и удобный: окружающая его среда той же температуры, что и его тело. Плавая в околоплодной жидкости, он обеспечивается кислородом за счет единой с матерью системы кровообращения. Правда, поначалу ничем не стесненный, он со временем начинает испытывать стеснение: организм растет, а окружающая среда – нет. Наступает момент, когда приходится покинуть удобное лоно. Это и есть критический этап развития, чреватый необходимостью перехода к новому состоянию.

Что же происходит в момент появления ребенка на свет? Отрываясь от организма матери, он теряет с ним природную связь и попадает в условия, резко отличающиеся от тех, в которых он существовал прежде. В известном смысле, эти условия – менее благоприятные, и погружение в них болезненно. Не привыкший к ощущению своего веса, ребенок из жидкой среды попадает в воздушное пространство. И сила тяготения наваливается на него громоздким грузом. На органы чувств, ранее получавшие лишь приглушенные стимулы, обрушиваются потоки звуков, света, прикосновений. Температура окружающей среды вдруг мгновенно снижается. А кислород вместе с кровью матери больше не поступает, приходится самому делать первые обжигающие вдохи.

Вот как образно живописует эту перемену психолог Е.В. Субботский: “Вы говорите, ада не существует? Но он есть, и не там, не за порогом жизни, а в ее начале. Что если нас нагими поместить в холодильник вниз головой, заполнить пространство едким дымом, а затем ослепить прожекторами под громовые раскаты взрывов?”

А ведь именно нечто подобное испытывает новорожденный. Так происходит его первое столкновение с действительностью. И это болезненное столкновение. Согласно трактовке Зигмунда Фрейда, все становление человека – это череда болезненных столкновений с враждебными условиями. Верный ученик и последователь Фрейда Отто Ранк развил эту идею. Ему принадлежит концепция так называемой травмы рождения. Ранк полагал, что отрыв от организма матери и погружение в неблагоприятную внешнюю среду – самое сильное травмирующее переживание в веренице жизненных испытаний. И именно травма рождения определяет последующие негативные стороны нашей психической жизни. Человек вечно бессознательно стремится туда, откуда был вытолкнут, в благодатное материнское лоно. Но возврата нет, и это порождает всевозможные невротические расстройства. Правда, сам Ранк, посвятивший разработке этой темы многие годы, впоследствии признал, что довел фрейдистскую идею до абсурда. Да и сам Фрейд о теории Ранка отзывался скептически.

Тем не менее эта теория по сей день имеет явных и неявных сторонников. Так, Фредерик Лабуайе посвятил целую книгу описанию процедуры родов, которая минимально травмирует входящего в мир ребенка. Лабуайе рекомендует отсекал пуповину не сразу, а по прошествии 4–5 минут, чтобы дыхание нормализовалось постепенно. Он советует принимать роды в полумраке, соблюдая при этом тишину и еще целый ряд условий, снижающих уже описанных шок. Надо, правда, признать, что рекомендации Лабуайе для подавляющего большинства родителей носят отвлеченный характер. Ибо современная техника приема родов даже в самых обеспеченных медицинских учреждениях основывается совсем на иных правилах. Так что дети, которым еще предстоит родиться, появятся на свет так же, как и многие поколения их предков. Что, впрочем, едва ли очень плохо. Все мы родились “по старинке”, но немало среди нас людей уравновешенных, благополучных, счастливых, несмотря на пресловутую травму рождения. Поэтому, наверное, не надо преувеличивать негативное влияние первичного шока и сваливать на него всю вину за последующие недостатки воспитания.

Еще одна разновидность “безболезненных” родов – роды в воде. Этот подход в последние годы находит немало сторонников. Они утверждают: выход из жидкой среды обитания должен происходить постепенно, тогда он не приводит к серьезной травме. В развитие этого подхода сформировалось целое движение “Плывать раньше, чем ходить”. Один из его инициаторов в нашей стране свой первый опыт поставил на собственной дочери. Этот опыт был продиктован жестокой необходимостью: девочка родилась недоношенной, и для нее создание комфортных условий было вопросом выживания. Проведя первые месяцы жизни в воде, девочка прекрасно развилась физически. Это дало повод рекомендовать столь радикальные “водные процедуры” в качестве едва ли не чудодейственного стимулятора развития ребенка. Впоследствии это движение приобрело даже некоторую мистическую окраску (что зачастую сопутствует всевозможным концепциям совершенствования человека).

О плавании младенцев можно спорить. Несомненно одно – развивающий и

закаливающий эффект подобных процедур. Безусловно – в том случае, если они проводятся людьми, имеющими необходимую подготовку, ибо дилетантизм здесь смертельно опасен. Но наше сознание склонно к крайностям. Кое-кто видит в плавании панацею от всех проблем. Такой подход, наверное, все-таки является преувеличением.

Что же касается родов воде, то это тоже вопрос дискуссионный. Если родители столь привержены модной идее, что готовы опробовать ее на себе, не надо им препятствовать. Важно только, чтобы были соблюдены все необходимые гигиенические условия. Но вряд ли стоит расценивать их шаг как рождение совершенного человека будущего. Скорее всего ребенок, вынырнувший из материнского чрева в ванну, а то и в Черное море (именно там проводит свои ритуалы эта радикальная секта), не избежит многих проблем, с которыми предстоит столкнуться каждому входящему в этот мир. И его, и его сверстника, который появляется на свет в обычном роддоме, ждут серьезные испытания на жизненном пути. Каким человеком он станет, зависит от того, как он научится справляться с этими испытаниями, а не от того, подстелили ли ему соломку на первых шагах.

Таким образом, кризис новорожденности – явление закономерное, естественное и неизбежное. Мы можем пытаться его смягчить, но это едва ли решит главную проблему нового человека, пришедшего в мир, – проблему обустройства в этом мире. Ведь в материнское лоно, действительно, нет возврата. И иллюзии здесь не помогут. Есть мир, в котором предстоит жить. И задача родителей – помочь ребенку обрести свое место в этом мире.

Наследие предков. Взгляд Сонди

Родители продолжают жить в детях.
Фридрих Ницше

Сегодня в нашей стране можно встретить приверженцев любой психологической концепции или школы. На Урале существует небольшое общество последователей Леопольда Сонди, созданное для изучения его обширного научного наследия и пропаганды его идей. Остальным российским психологам Сонди если и известен, то лишь как создатель проективного теста, названного его именем. Однако, по мнению молдавского психолога Владимира Джоса, который еще четверть века назад первым в СССР перевел работы Сонди на русский язык и стал использовать его идеи в своей практической работе, – чтобы правильно применять эту проективную методику, необходимо понимать суть учения Сонди. А для этого, в свою очередь, важно проследить жизненный путь ученого, его личную и научную судьбу, итогом которой стало создание оригинальной теории. Ведь и теория эта так и называется – судьбоанализ.

Уже в студенческие годы у него зародились некоторые соображения, которые позднее легли в основу его психологической теории. Так, перечитывая своего любимого Достоевского (чьим творчеством, кстати, живо интересовался и Фрейд), Сонди обратил внимание, что в его романах постоянно фигурируют два ярких типа героев – с одной стороны преступники, с другой – блаженные, почти святые. По мнению Сонди, автор продемонстрировал тонкое понимание поведения тех и других потому, что сам в латентном состоянии носил в себе убийцу и святого. Сонди предположил, что такая предрасположенность могла быть обусловлена наследственно-родовым генофондом. Много лет спустя эта юношеская гипотеза нашла подтверждение благодаря изысканиям французского литературоведа Г. Троя. В написанной им биографии Достоевского приведены примеры предков писателя, среди которых, действительно, были и убийцы, и ревнители благочестия.

Во время учебы Сонди в университете началась первая мировая война, и он был призван на военную службу. Но, поскольку к тому времени он уже проучился шесть семестров на медицинском факультете, его после нескольких месяцев подготовки направили на работу в госпиталь, а вскоре, в качестве лейтенанта медицинской службы, на русский

фронт. На войне юный врач несколько раз побывал на волосок от смерти, и то, что после всех испытаний он остался жив, еще больше укрепило его фаталистскую веру в предначертание судьбы. В 1916 году его часть попала под сильный шрапнельный огонь. Солдаты вжались в землю, так что над ними торчали лишь ранцы на спинах. Когда обстрел закончился, Сонди обнаружил, что “предназначавшийся” ему смертоносный осколок застрял в переплете книги, которую он носил в ранце. Небезынтересно, что этой книгой был экземпляр первого издания “Толкования сновидений” Фрейда. В другой раз жизнь Сонди спасла командировка в соседнее подразделение. По возвращении он обнаружил, что его санчасть снесена снарядом, а все его товарищи погибли.

В 1916 году Сонди тяжело заболел и попал в госпиталь в Вене. Там он влюбился в медсестру, очаровательную блондинку. Она была немкой, христианкой, родом из Саксонии, ранее преподавала в школе иностранный язык. Союз людей столь разного происхождения представлялся очень проблематичным. Более того, подобный опыт уже имелся в роду Сонди. Тринадцать лет назад один из его родственников (старший сводный брат) изучал медицину в Вене и тоже влюбился... в блондинку, христианку, учительницу иностранного языка из Саксонии. Они поженились, но счастья им этот брак не принес. Однажды на больничной койке Леопольду приснился сон, в котором его родители обсуждали печальную судьбу его брата. Благодаря этому сновидению Сонди вдруг осознал, что безотчетно намеревается повторить судьбу своего несчастливого родственника. Все в нем восстало против навязчивого рока. Утром, объявив, что он совершенно здоров, Сонди покинул госпиталь и вернулся в свою часть.

Отслужив в армии четыре года, Сонди в 1919 г. завершил свое медицинское образование и открыл частную практику в Будапеште, а в 1924 г. начал совмещать ее с работой в поликлинике Аппони в качестве ассистента отделения неврологии и психиатрии. С первых же дней работы, помимо своих основных занятий, он увлекся экспериментальной психологией, которой стал заниматься в лаборатории доктора Пауля Раншбурга. Немаловажно, что Раншбург вел исследования в области психодиагностики, благодаря чему свои первые шаги в работе над тестом Сонди сделал под компетентным руководством.

Общение с нервно- и душевнобольными постоянно наводило его на мысль о семейной обусловленности психических болезней. Более того, психопатология, по его наблюдениям, накладывает характерный отпечаток на внешний облик больного. Опытный клиницист из гаммы проходящих перед ним лиц всегда может выявить (порой интуитивно) типичные признаки определенного заболевания.

Лаборатория, в которой работал Сонди, находилась в здании школы для умственно отсталых детей. Располагая столь богатым материалом, Сонди предпринял попытку проследить генеалогию каждого ребенка, дополняя ее данными биохимических и эндокринологических исследований. Ведя эту своеобразную летопись, Сонди открыл, что брачный выбор зачастую безотчетно диктуется тягой к партнеру с аналогичной латентной патологией. Вступающие в брак часто не ведают, что в их семьях встречаются одни и те же болезни. Оба партнера могут казаться вполне здоровыми людьми, однако их потомки обречены на патологию, поскольку родители латентно несут в себе нездоровую наследственность. Сонди назвал такой выбор генотропизмом. Этой проблеме и была посвящена его первая получившая известность книга “Анализ брачных союзов” (1937).

Отношение коллег к изысканиям Сонди было весьма прохладным. Когда он принес в редакцию официального медицинского журнала статью, содержащую, в частности, его собственный генеалогический анализ, почтенный профессор медицины, редактировавший журнал, отшвырнул рукопись с брезгливой усмешкой: “Ну, Вы тут и насочиняли!” Свои семинары с обсуждением исследований Сонди проводил у себя дома. На этих неформальных собраниях часто присутствовали представители Психоаналитического общества, которые, в отличие от “чистых” медиков, живо интересовались работами Сонди и стремились к сотрудничеству с ним. Сонди принял участие в нескольких международных психоаналитических конференциях и съездах, где, в частности, близко познакомился с Анной

Фрейд, а также с видным фрейдистом Августом Айххорном, чьими трудами после II мировой войны было воссоздано Венское психоаналитическое общество.

Сам Сонди испытал значительное влияние фрейдовского психоанализа, а также аналитической психологии Юнга. Развивая идеи классиков, он дополнил теорию глубинной психологии понятием “родовое бессознательное”. Располагая его между личным бессознательным Фрейда и коллективным Юнга, Сонди находит его проявление в том серьезном влиянии, которое оказывает наследственность, род предков на судьбу человека. До Сонди доминирующим фактором в развитии психики считалась внешняя среда. Ее воздействия вызывали вынужденные реакции организма, необходимые для приспособления к создавшимся условиям. Реакции, которые приводили к успешной адаптации, закреплялись и обуславливали внутренние изменения в организме, способствующие формированию определенного типа поведения. Сонди обратил внимание психологов на то, что закрепленные формы поведения, по всей вероятности, передаются по наследству. В закодированном виде, переданном по генотипу, психика младенца уже имеет набор приспособительных реакций, которые в свое время обеспечивали существование его предков. Теперь они обуславливают развитие психики человека в определенном, то есть заданном предками его рода, направлении. В родовом бессознательном это проявляется в формировании “архетипа”, образа предка, с которым необходимо считаться. По Сонди, “конечная цель фигуры предка заключается в том, чтобы полностью повториться в жизни потомка в той же самой форме экзистенции, в которой она один или несколько раз проявила себя в истории целого рода”. Влияние родового бессознательного в жизнедеятельности потомков определяет их безотчетный выбор профессии и хобби, друзей и супруга, и даже формы смерти (например, Хэмингуэй застрелился из того же самого ружья, что и его отец).

Однако влияние рода предков, генетической детерминации в развитии психики не означает фатальной обреченности в судьбе человека. По Сонди, каждое побуждение изначально двойственно, амбивалентно, а значит имеет, как минимум, две возможности своей реализации. Психологу в своем анализе необходимо внимательно изучить обе тенденции, чтобы на этом основании помочь человеку сделать выбор и закрепить на жизненной сцене наиболее благоприятный и соответствующий его возможностям план судьбы. Суть так называемой судьботерапии состоит в освобождении человека от навязанной ему формы судьбы и предоставлении ему свободы на основе возможности выбора.

Рассуждения такого рода со стороны многих специалистов, в том числе и психоаналитиков, вызывали критические возражения: “Это же не наука, а мировоззрение”. На это Сонди отвечал: “Горе науке, которая не отваживается стать мировоззрением”. Психологам эти слова могли бы послужить замечательным девизом.

Тест, который принес Сонди всемирную известность, был опубликован им в 1939 г. Война на некоторое время затормозила распространение этого метода, который стал широко внедряться в практику лишь в конце сороковых.

У Сонди нашлись последователи, объединившиеся в Общество под его руководством. В 1953 г. к его шестидесятилетию Общество выпустило сборник трудов “Сондиана”. Впоследствии “Сондиана” стала периодическим изданием. Попытки отечественных энтузиастов, коих в России, как и в Швейцарии, насчитывается несколько десятков, наладить в начале девяностых выпуск “Сондианы” в нашей стране натолкнулись на непреодолимые финансовые затруднения. Видно, не судьба!

Жертвы воспитания. Взгляд Фрейда

Психоанализ позволяет нам исправлять наши ошибки, исповедуясь в проступках наших родителей.

Лоренс Питер

Одно из глубоко укоренившихся предубеждений состоит в том, что человек в своем

поведении всегда руководствуется принципом разумной целесообразности, четко осознает мотивы своих действий и может логично обосновать каждый свой шаг. Усомниться в этом – значит отказать человеку в разумном и осознанном поведении. Однако, по мнению психологов, возможности нашего сознания не стоит преувеличивать. Многие поступки бывают продиктованы такими мотивами, которые самим человеком не осознаются. Это не значит, что они лишены смысла. Дело в том, что условия нашей жизни чрезвычайно многообразны и далеко не во всем благоприятны. Человек же стремится организовать свою жизнь таким образом, чтобы максимально смягчить любые отрицательные влияния. Такое поведение настолько естественно и произвольно, что сознание зачастую даже не подключается к его осуществлению.

Неужели можно совершить поступок, не отдавая себе отчета, почему и зачем это делается? Психологические наблюдения свидетельствуют, что с нормальным человеком, находящимся, как говорится, в здравом уме и ясной памяти, такое происходит постоянно. Каков же психологический механизм этого явления?

Одним из первых обратил на это внимание Зигмунд Фрейд. Еще в конце XIX века, на заре своей блестящей карьеры, он в качестве простого стажера посетил клинику во французском городе Нанси. В ту пору там практиковал известный психиатр Ипполит Бернгейм, пытавшийся лечить различные душевные заболевания с помощью гипноза.

Как известно, гипнотический сон представляет собой своеобразное состояние психики, при котором высшие уровни сознания как бы отключаются. В этом состоянии, при отсутствии волевого контроля, в подсознание гипнотизируемого могут быть внедрены разнообразные установки и инструкции. (На этом принципе основаны, в частности, попытки лечения вредных привычек методом так называемого кодирования.) После пробуждения человек не отдает себе отчета в приобретенных установках, поскольку они не подверглись осмыслению и сознательному анализу.

Опыты и демонстрации Бернгейма произвели сильное впечатление на молодого Фрейда. Особое его внимание привлекли случаи так называемого постгипнотического внушения. В состоянии гипнотического сна человеку давалась инструкция по пробуждении открыть зонтик, стоявший в углу комнаты. И действительно, человек, пробудившись, то есть включив механизмы своего сознания и житейского здравого смысла, совершал это внешне абсолютно бессмысленное действие. Более того – когда ему задавали вопрос, зачем понадобилось открывать зонтик в помещении, следовал весьма убежденный ответ. Это могла быть демонстративная реакция: “Мне так захотелось, и все!” Но чаще ответы были более логичны. Например: “Я желал удостовериться, мой ли это зонтик” или “Хотел проверить, не сломана ли у него спица” и т. п.

Поскольку внушенная инструкция миновала фильтр сознания, человек не мог ее помнить. Тем не менее она побуждала его к совершению конкретного действия, пускай и абсолютно нелогичного. Сознание же включалось для того, чтобы обосновать и оправдать поведение.

Из подобных наблюдений Фрейд сделал важный теоретический вывод о том, что поведение человека может побуждаться мотивами, которые он сам не осознает и истолковывает неправильно. На этой основе им была разработана обширная теория, в которой роль главных побудителей человеческого поведения отводилась глубинным бессознательным влечениям. По прошествии лет эта теория даже многими видными последователями Фрейда подверглась критическому переосмыслению, поскольку страдала некоторой односторонностью и включала ряд не вполне оправданных преувеличений. Однако и сегодня многие психологи не могут не признать справедливости ряда закономерностей, выявленных в русле этого подхода. Прежде всего это касается так называемых механизмов психологической защиты.

В “Психологическом словаре” мы находим такое определение: “Психологическая защита – система регуляторных механизмов, которые направлены на устранение или сведение к минимуму негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с

внутренними или внешними конфликтами, состоянием тревоги и дискомфорта”. Как же функционируют эти механизмы?

На протяжении эволюции все живые организмы – от муравья до человека – выработали три основных способа избавления от страдания. Первый способ – самый действенный. Это непосредственное отражение угрозы, устранение неудобства, разрешение проблемы. Так хищник, оскалив клыки, бросается на соперника, осмелившегося вторгнуться на его территорию. Или человек, измученный холодом, разводит огонь или строит теплое жилище. Но не все проблемы можно таким образом разрешить. Тот же волк, столкнувшись с хищником посильнее, предпочтет обратиться в бегство. Птица не умеет обогреться и с наступлением холодов отправляется в теплые края. И человек, встретив очень сильного врага, спасается бегством. А если условия его жизни складываются неблагоприятно и нет надежды их улучшить, человек снимается с места и отправляется на поиски лучшей доли. Таким образом, второй способ избавления – это бегство, уход.

Но бывают ситуации, от которых уйти не удастся. И тогда в действие вступают внутренние защитные резервы. Их действие направлено на то, чтобы путем изменения самого организма снизить возможный ущерб. Например, воздействие холода способствует усилению выделения организмом тепла, а также мышечной активности (дрожанию), которое уменьшает вредное влияние охлаждения. Если в тело проник инородный предмет, например пуля, и организм не способен его вывести, то этот предмет покрывается капсулой, препятствующей распространению продуктов его окисления. Еще один механизм – мимикрия, стремление слиться со средой посредством маскирующей окраски. Таким образом, внутренняя защита вступает в действие тогда, когда внешняя защита в виде агрессии или бегства не срабатывает.

В повседневной жизни человек пользуется всеми этими способами. Причем агрессия чаще существует не в реальном поведении, а в умственном плане, обуславливая особую работу мышления и воображения. Очень часто наша неприязнь к какому-то человеку (и даже тайное желание ему всяческих неприятностей) порождается не его объективными недостатками, а тем плохо осознаваемым фактом, что поведение этого человека, само его существование угрожает нашему благополучию. Например, в подростковой среде отличник нередко имеет репутацию “воображалы”, “подлизы”, “маменькиного сынка” и т. п. и потому встречает презрение со стороны сверстников. Дело не в том, что он действительно таков. Гораздо чаще такого рода неприязнь порождена неспособностью посредственных учеников сравниться с ним в учебных достижениях. Успехи отличника раздражают и заставляют видеть в нем множество отрицательных черт, в основном вымышленных или по крайней мере преувеличенных. А если представляется случай подставить “воображалу” подножку (как в переносном, так и в буквальном смысле), то такая агрессия обычно есть не что иное, как психологическая защита троечника от угрозы признать собственную посредственность.

Бегство, уход из ситуации также может быть не только реальным, но и внутренним, осуществляемым в самосознании. Нередко мы отказываемся от какого-то дела, если не уверены в благоприятном исходе или заранее подозреваем, что, взявшись за дело, получим в результате неприятные переживания. Человек, которого беспокоит чувство вины от невыполненных обязанностей, постепенно приучается отказываться от них в пользу более безопасных для себя занятий. Причем этот отказ происходит незаметно для сознания и кажется сам собою разумеющимся: человеку просто “не хочется” участвовать в каком-то деле. Так, стесняясь своего плохого телосложения и не рассчитывая стать рекордсменом, он отказывается от спортивных занятий. Преподаватели физкультуры хорошо знают, что их уроки прогуливают главным образом ребята с цыплячьими мышцами, для которых каждый подход к турнику чреват конфузом. Но именно для них такой уход (причем и в буквальном смысле) наиболее вреден: исключив физкультуру из репертуара своей деятельности, они рискуют так и не выработать здорового телосложения и правильной осанки, от недостатка которых страдают. Так или иначе, разного рода уходы в конечном счете приводят не только к ограничению собственного Я, к сужению своих возможностей, но и к усугублению своих

проблем.

Бывает, что человек полностью погружается в какое-то занятие, которое становится в его жизни основным в ущерб другим. Это явление психологи называют компенсацией, а в тех случаях, когда такой уход делает невозможными иные занятия, – сверхкомпенсацией. Тогда все душевные силы человека находят приложение только в одной деятельности, приобретающей почти навязчивый характер. Иногда компенсация служит восполнением неудовлетворенных желаний, неуверенности в себе и в конечном счете ведет к тому, что человек может достичь даже выдающихся результатов в избранной деятельности. Например, подросток, отчаявшись утвердиться в какой-то полезной деятельности, может стать звездой местной дискотеки, поражая сверстников своей исключительной пластикой. Но поскольку другие стороны его личности не получают развития, то несмотря на достигнутые успехи, человек оказывается не избавлен от неосознаваемых внутренних терзаний.

При вдумчивом самоанализе можно установить, какие недостаточно развитые стороны нашей личности и нереализованные стремления компенсируются в наших увлечениях. Это понимание нужно не для того, чтобы, обнаружив компенсаторный характер увлечения музыкой, компьютерными играми или коллекционированием, категорически отказаться от этих занятий, а для того, чтобы осознать нереализованные стороны собственного Я и своевременно скорректировать их.

Уход иногда приобретает вид прямого отрицания внешних обстоятельств. Например, школьник, своим бледным выступлением фактически сорвавший постановку ученического спектакля, очень быстро перестраивается, начинает вообще отрицать факт конфуза и даже рассказывать о своем блестящем выступлении. Озабоченная мать, утомленная переживаниями в связи с хронической неуспеваемостью сына, вдруг проникается мыслью о его исключительной одаренности и начинает всем рассказывать о его достоинствах. Такого рода отрицание вызвано стремлением сознания оградиться от мучительных переживаний.

Иногда отрицание приобретает характер искажения восприятия. Это так называемая перцептивная защита, при которой воспринимаемые обстоятельства искажаются в желательном направлении. Например, учителю, считающему свои уроки очень интересными для учеников, особенно мучительно признать невнимание класса. Отсутствующий взгляд ученика может казаться ему свидетельством углубленной сосредоточенности. А увидев, как дети перешептываются и шумят, он может парадоксальным образом расценить происходящее как признак их большой заинтересованности. “Урок настолько увлек их, что они не могут удержаться, чтобы не поделиться с соседом”, – думает учитель, причем совершенно искренне.

Перцептивная защита в некоторых случаях бывает настолько сильной, что органы чувств буквально отказываются работать. Известны случаи, когда ребенок, оказавшийся, например, свидетелем безобразной сцены между родителями, временно терял зрение и слух.

Стремление уйти из неприятных ситуаций часто выражается в непреднамеренном забывании, которое в психологии называют вытеснением. Человек может забыть имена своих обидчиков или события, воспоминания о которых причиняют ему страдания. Нормальное самосознание всегда способствует забыванию особо неприятных эпизодов нашей жизни. Поэтому мы, вспоминая прошлое, склонны чаще вспоминать именно хорошее.

Однако беда в том, что вытеснение происходит не “вовне”, в “внутрь”. Изгнанные из сознания, неприятные образы и впечатления оказываются загнаны в глубины подсознания, продолжая оттуда неявно влиять на наше поведение. “Необъяснимый” упадок настроения, безотчетная неприязнь к кому-то чаще всего объясняются действием именно этого механизма.

Нетрудно заметить, что эти защитные механизмы работают в каждом из нас. Например, многие искренне считают, что не способны к иностранным языкам. Однако в большинстве случаев эта “неспособность” есть лишь проявление бессознательных опасений оказаться не на высоте на фоне людей, хорошо владеющих иностранным языком.

Бывает, что подросток, желая ничем не отличаться от своих товарищей, отказывается

одеваться так, как советуют родители. В этом проявляется стремление “быть как все”, что удовлетворяет потребность в безопасности. Такого рода социальная мимикрия часто побуждает подростков во всех чертах походить на членов своей компании из страха быть ими отвергнутыми. Стыд от отсутствия модных аксессуаров выступает в качестве защиты от еще более угрожающего страха перед неприязнью сверстников. Узость сознания не позволяет подростку выявить подлинную причину своего стыда и волевым усилием победить ее.

Социальная мимикрия проявляется и в том, что мы стараемся быть похожими на людей, от которых мы зависим или которых мы боимся. Сын старается походить на отца не только из восхищения им, но часто из неосознанных соображений безопасности. Такого рода защита была обнаружена, когда установили, что некоторые дети стараются походить на своих обидчиков. Этот механизм получил название идентификации с агрессором. Каждому нелишне задуматься над тем, с кем он идентифицирует себя и тем самым обеспечивает более эффективное овладение обстоятельствами жизни.

Процессу идентификации мы научаемся в течение жизни неосознанно и стихийно, путем переноса наблюдаемой у другого программы поведения на сходные собственные ситуации. Это намного проще и экономичнее, чем создавать новую программу поведения для самого себя.

Если в идентификации мы как правило приписываем себе положительные (или воспринимаемые как таковые) свойства другого человека, то как же быть с нашими отрицательными чертами? Если человек вдруг обнаруживает себя как трусливого, лживого, скупого, бездарного, то ему ненавистно осознавать себя таким, тем более если представление о самом себе диктует ему быть смелым, честным, щедрым, деятельным, талантливым. Конечно, самосознание может отрицать такое несоответствие. Но если оно бросается в глаза, и механизм вытеснения оказывается бессилем? Тогда самосознание поступает иначе. Рассуждение примерно таково: “Если не только я, но и другие трусливы и лживы, то я не одинок в своих недостатках. Более того – у других они выражены еще сильнее. Значит, я менее труслив, а следовательно смел”. Этот процесс приписывания другим собственных свойств (как правило нежелательных) получил в психологии название проекции. Мы склонны как бы проецировать на других свои особенности, уподобляя их себе. Это своего рода идентификация наоборот.

Еще один пример психологической защиты заставляет вспомнить об уже описанном опыте Бернгейма, в котором человек вопреки здравому смыслу находил рациональное объяснение своему иррациональному поступку. С подобными примерами мы встречаемся на каждом шагу. Когда ученик получает двойку, у него всегда найдутся причины, с помощью которых он объясняет себе и другим свою неудачу. Послушайте его, и вы узнаете, что учитель был пристрастен, не в духе, попался “плохой” вопрос, временно отказала память и т. п. Такие “удобные” объяснения объединяются под общим названием рационализации. Обнаружив расхождение между своими представлениями о себе и собственным поведением, человек ищет способы уменьшения чувства вины и тревоги и начинает приписывать себе благовидные мотивы. В общественном сознании мотивы поведения подразделяются на “хорошие” и “плохие”. И выбор “хорошего” мотива для приписывания его себе чаще всего приобретает характер рационализации.

Рационализация может принимать и особо извращенные формы, например, принижения, дискредитации объекта невыполнимого желания. По аналогии с известной басней тут можно вести речь о принципе “кислого винограда”. В басне Лиса, отчаявшись достать виноградные гроздья, успокоила себя объяснением: виноград, мол, незрел, а потому вовсе ей и не нужен. Такие самооправдания нередки. Повсюду можно встретить благородных бессребреников, кичащихся своим презрением к материальным благам. На проверку это “благородство” чаще всего оказывается неуклюже замаскированной неспособностью собственными усилиями добыть эти блага.

Возможно и обратное объяснение, которое стоило бы назвать принципом “сладкого лимона”. Благодаря этому механизму человек без страха воспринимает неудачи, убеждая себя

в том, что речь, собственно говоря, идет не о провале, а об успехе. Мол, постигшая его неудача позволила предотвратить по меньшей мере несколько неминуемых драматических последствий.

Но не стоит смешивать подобное манипулирование проблемами с умением некоторых людей в каждой плохой ситуации находить что-то хорошее. Тут есть одно существенное различие. Оптимистически настроенный человек полностью осознает, что ему в чем-то не повезло. Но только вместо того, чтобы жалеть себя или вырабатывать защитные механизмы, он находит позитивные стороны, опирается на них и уверенно движется по жизни дальше. Таким образом, психологическую защиту нельзя однозначно рассматривать как полезное или вредное явление. Позволяя сохранить устойчивость личности на фоне дестабилизирующих переживаний, самозащита в то же время лишает человека возможности активно воздействовать на ситуацию и устранить источник переживаний. Полезный эффект защиты в большей степени проявляется, когда масштаб беспокоящей проблемы относительно невелик. При серьезном кризисе, требующем устранения его причин, психологическая защита играет скорее негативную роль, затушевывая его и снижая его эмоциональную значимость. В любом случае проблему невозможно решить, отвернувшись от нее. Успех никому не гарантирован, но он весьма вероятен. И только собственные конструктивные действия повышают эту вероятность.

Впрочем, концепция психологической защиты – лишь один из элементов учения Фрейда. Не менее интересен его взгляд на природу наших внутренних конфликтов, которые, даже будучи не осознаваемыми, подспудно влияют на весь наш жизненный путь.

По мнению Фрейда, ребенок на пути взросления проходит несколько закономерных этапов. Особенности каждого этапа определяются тем, с какой телесной сферой связано для ребенка решение важнейших для него проблем. Фрейд выделил несколько таких стадий – оральную, анальную, фаллическую и т. д. (Моралистов просим не тревожиться: к сексу эти понятия имеют лишь отдаленное, косвенное отношение). Так, на оральной стадии, которая длится от рождения примерно до года, основное удовлетворение малыш получает через рот: для него главное – насытиться посредством сосания. На втором году жизни все большее значение приобретает другая сфера – ребенка приучают опрятно справлять естественные надобности. Удастся это не сразу. Так называемая анальная стадия длится до трех лет. По ее завершении проблема туалета для ребенка в основном бывает решена. В ходе развития бывают затруднения, происходит “фиксация” на какой-то стадии, а это сказывается на последующем формировании личности. У человека может сложиться так называемый оральный характер с неумной тягой к насыщению, либо анальный – болезненное сочетание упрямства и скупости. (Повторим, с сексуальными предпочтениями тут прямой связи нет.) Редко бывает так, чтобы ребенок в своем развитии благополучно и гладко прошел все этапы. Для фрейдистов это и служит предметом их клинических изысканий. А современные родители, похоже, изо всех сил стараются, чтобы наши доморожденные фрейдисты-аналитики без работы не остались. Условия воспитания современных детей с фрейдистских позиций можно назвать инкубатором невротических характеров. И вот почему.

Идеология современного воспитания, казалось бы, всецело ориентирована на благо ребенка. Телевизионная реклама надрыгается, убеждая родителей, каким счастливым вырастет малыш, если модные гигиенические средства обеспечат ему сухую попку. Даже соска сегодня – это уже не банальная пустышка, а шедевр технологии и дизайна, обеспечивающий правильный прикус и много чего еще полезного и нужного. Педиатры-гуманисты, расточая хорошо оплаченные улыбки, убеждают: главное – правильно подобрать самую совершенную соску, а отнимать ее лучше не торопиться, чтобы не нервировать дитя. И что мы получаем в итоге? Да ту самую болезненную фиксацию на ранних стадиях развития, из-за которой и рискуем получить личность если не ущербную, то не вполне зрелую. С малолетства привыкнув ублажать и успокаивать себя сосанием, иное великовозрастное дитя на долгие годы сохранит эту манеру отношений с миром. Ему вечно будет нужна какая-то пустышка, которой можно себя развлечь и создать иллюзию

насыщения. (Что и говорить – это просто находка для тех, кто готов манипулировать подростком дитя, предлагая ему то одну, то другую “пустышку”). А если с детства он не освоил необходимость решения самой первой проблемы – соблюдения опрятности, то и в дальнейшем любая проблема рискует стать неразрешимой. Ведь жизнь – это и есть постоянное решение проблем. А когда дитя с самого начала избавлено от необходимости избегать неудобства (сырости), то и дальше учиться этому непросто. Конечно, ходить в туалет ребенок, хоть и с опозданием (что, кстати, тоже немаловажно), но научится. Вот только проблемы с каждым днем будут все труднее, а ранний опыт их решения, увы, отсутствует.

Потом положение еще более усугубят телевизор, видео и компьютер. На экран можно глядеть часами, ничего не предпринимая самому. А всевозможные компьютерные “бегалки” и “стрелялки”, помимо полезных технических навыков, привьют еще и опасную иллюзию: любая проблема имеет простое и быстрое решение. А взамен утраченной жизни есть запасная.

Если смотреть правде в глаза, то многие новшества по уходу за ребенком направлены вовсе не на его благо, а созданы ради удобства родителей. Соской малышу буквально затыкают рот. Той же цели служат всевозможные суперподгузники, избавляющие маму от стирки и позволяющие не отвлекаться на беспокойство ребенка. А яркий экран служит суррогатом общения, до которого у современных деловых родителей просто руки не доходят. Только не надо потом жаловаться на инфантильность подростков детей. Мы их такими делаем сами с помощью широко разрекламированных “благ цивилизации”.

Так что же – соску отнять, памперсы выбросить, компьютер разбить? Нет, не будем впадать в крайности. Любые блага полезны, если ими не злоупотреблять. Действительно, резко отняв у ребенка соску, можно нанести ему душевную травму. Просто надо не забывать, что соска – всего лишь суррогат, и не только материнской груди, но и вообще – источника удовольствия. Беда, если этот суррогат и есть главный источник. Сверхсовершенный подгузник прекрасно решает сиюминутную проблему, но в плане долгосрочного развития больше проблем создает. А дисплей лишь отчасти заменяет общение. Подарить чувство душевной близости он не в силах. Самое главное, что необходимо ребенку, – это родительская любовь и забота. Ее недостаток никакими средствами не восполнишь. Родительская роль – постоянная помощь ребенку в решении все усложняющихся жизненных проблем. А всевозможные средства – лишь подспорье. Сами по себе они проблем не решают. Так что пользуйтесь, но не злоупотребляйте!

Старший, младший, единственный... Взгляд Салауэя

Преимущество большой семьи заключается в том, что по крайней мере один ребенок, возможно, не пойдет по стопам остальных.

Из журнала “Лайф”

В Англии говорят: “Вся история этой страны написана младшими сыновьями”. При этом имеют в виду старинный закон (существовавший, кстати, и во многих других странах), согласно которому имущество, капитал и привилегии безраздельно доставались по наследству старшему сыну, а младшим приходилось самим устраивать свою судьбу. Понятно, что старшие больше стремились сохранить унаследованное, тогда как младшие искали для себя новые, порой рискованные предприятия и нередко в них преуспевали. Например, многие историки полагают, что подлинной причиной Крестовых походов – эпохального явления мировой истории – явился именно майорат – закон о неделимости наследства. И большинство рыцарей-крестоносцев составили младшие отпрыски, вынужденные искать свое счастье в богатых заморских землях. А в центре старой Риги по сей день сохранился Дом Черноголовых, украшенный рельефом св. Маврикия (который, по преданию, был

мавром – чернокожим – и к тому же младшим сыном своих родителей). Этого святого избрало своим покровителем Братство Черноголовых – младших сыновей знатных семейств. Именно они во времена майората своими деловыми начинаниями обеспечили процветание Ганзы – союза балтийских торговых городов.

Научное объяснение этой тенденции недавно предложил британский исследователь Фрэнк Салауэй. Он, правда, вовсе не историк, а профессор психологии Гарвардского университета, потому и объяснение его сугубо психологическое. Салауэй полагает, что в любой семье на старшего ребенка родители вольно или невольно возлагают обязанности по опеке младшего, и поэтому ему приходится в какой-то мере выступать в роли хранителя традиционных родительских ценностей. В результате старшие дети, как правило, отличаются консервативностью, недостаточной гибкостью. Они стремятся сохранить существующий порядок вещей и противятся переменам. Младшие, наоборот, самой своей ролью в семейной иерархии побуждаются к новаторству и даже радикализму. По мнению британского психолога, именно младшим детям принадлежат революционные инициативы в науке и общественной жизни. Примеров тому – множество. Коперник, перевернувший представления о мироздании, был вторым из четырех детей в семье. Чарлз Дарвин – автор теории эволюции – был младшим из шестерых детей своих родителей. А вот Жорж Кювье, выступавший против эволюционного подхода, был перворожденным. В общественно-политической жизни Салауэй находит ту же картину.

Однако, как любая психологическая теория, гипотеза Салауэя не может убедительно объяснить многие противоречащие ей примеры и факты. Так, мало кто из ученых был столь революционен в своей области, как Ньютон, Эйнштейн или Фрейд. Однако все они – старшие сыновья. В.И. Ленин – крупнейший революционер XX века – действительно, младший сын, но следовал он все же примеру старшего брата Александра – заговорщика-террориста. И таких контраргументов можно найти немало.

Фрэнк Салауэй – сам третий сын у своих родителей и, судя по его выкладкам, должен быть склонен к радикализму. Похоже, он действительно кое-что преувеличил. Палитра личных склонностей и стремлений человека складывается под влиянием множества обстоятельств. Очередность рождения, вероятно, – не главный и уж наверняка не единственный фактор. Но нельзя не согласиться, что этот фактор играет определенную роль. Интересно – какую? К сожалению, психологические исследования этой проблемы весьма немногочисленны. Тем не менее существует ряд вполне достоверных наблюдений, позволяющих сделать кое-какие выводы. Важно лишь подчеркнуть, что эти выводы носят довольно общий характер и к конкретному человеку приложимы в большей или меньшей степени.

Говоря о положении ребенка в семье, начать наверное следует с наиболее распространенной ныне ситуации, когда ребенок в семье – **единственный**. Фактически он оказывается и самым старшим, и самым младшим ребенком в семье. Но его положение – это не сумма их свойств, оно очень своеобразно. Для отца и матери он выступает единственным объектом их родительских чувств, всецело принимая на себя как симпатию, так и (что тоже не исключено) неприязнь. В единственном ребенке родители желают видеть свое продолжение, воплощение своих устремлений. Они всячески поощряют его познавательное развитие, радуются его успехам, и это стимулирует все новые достижения. Желая оправдать надежды родителей, единственный ребенок стремится к совершенству во всех своих начинаниях. Но это чревато и серьезной психологической проблемой, поскольку далеко не всем совершенство достижимо, а неизбежные неудачи воспринимаются очень болезненно.

Проблема состоит и в том, что, привыкнув к своему исключительному, “монопольному” положению, единственный ребенок с трудом изживает естественный детский эгоцентризм и зачастую до зрелых лет остается инфантильно сосредоточенным на собственной персоне. Поскольку он не привык к близкому общению с другими детьми, он порой не знает, как вести себя в межличностных отношениях. Ему бывает трудно понять нормальные изменения в

настроении другого человека, так как единственной точкой отсчета он привык считать самого себя. Неудивительно, что единственные дети нередко бывают избалованными, капризными, чрезмерно требовательными.

В воспитании единственного ребенка родителям надо учитывать эти его особенности и стараться не культивировать в нем самососредоточенность и эгоцентризм. Важно ставить перед растущим человеком достаточно высокие, но не завышенные требования, помогать ему справляться с неудачами. Общение с близкими взрослыми – отцом и матерью, бабушками и дедушками – для нормального развития личности совершенно необходимо, но недостаточно. Надо, чтобы ребенок с малых лет приобретал опыт общения со сверстниками, иначе впоследствии ему трудно будет уживаться с людьми.

Старший ребенок некоторое время занимает в семье положение единственного. Впоследствии, когда для него уже стала привычной такая привилегированная позиция, однажды появившийся новорожденный вдруг отвлекает от него внимание родителей. Причем родительское внимание даже не делится надвое, а по большей части адресуется младшему. Если к этому моменту первенцу еще не исполнилось пяти лет, появление в семье второго ребенка становится для него травмирующим переживанием. После пяти-шестилетнего возраста старший уже не так зависим от родительского участия, многие его интересы выходят за рамки отношений с родителями. Поэтому его права меньше ущемляются “пришельцем”.

Когда второй ребенок другого пола, негативная реакция первого не столь драматична, поскольку отсутствует прямое сравнение и соперничество.

Если старший ребенок того же пола, что и младший, то он из всех сил старается быть хорошим в глазах родителей, чтобы они продолжали любить его, как прежде или по крайней мере сильнее, чем новорожденного. Родители неосознанно поощряют эти старания, давая старшему понять, что он (она) больше и умнее новорожденного, хотя свое внимание уделяют преимущественно малышу. Таким образом у старшего поощряют рассудительные и логичные высказывания, продуктивные и целесообразные действия, а это не может не сказаться на всем его умственном развитии. Широкомасштабное тестирование выявило, что старшие дети в целом имеют более высокий коэффициент интеллекта, чем их младшие братья и сестры. Из этого явно следует, что интеллект не столько наследуется от родителей, сколько формируется соответствующими условиями воспитания (ведь генетически братья и сестры очень схожи; различаются лишь родительские требования и ожидания).

Отец и мать также надеются, что старший ребенок будет подавать хороший пример младшему и примет участие в уходе за ним. В результате старший обычно приобретает многие родительские качества: он умеет быть наставником, способен принимать на себя ответственность и выполнять роль лидера. Груз этой ответственности порой оказывается для маленького человека слишком тяжел: у него формируется повышенная тревожность. Он все время стремится к совершенству, опасаясь ошибиться и расстроить родителей (а впоследствии – и других людей, преувеличивая их авторитет).

Ориентация на высокие достижения обычно приводит к тому, что старший ребенок меньше склонен к играм и больше – к серьезным занятиям, к которым он относится очень добросовестно. Из-за привычки рассчитывать только на свои силы и идти своим путем, а также из-за чрезмерной серьезности старшие дети порой испытывают трудности в приобретении друзей. Они обостренно чувствительны ко всякой критике, которую часто расценивают как унижение. Но и сами бывают чересчур критичны и нетерпимы у чужим ошибкам.

Родителям необходимо помнить: появление в семье второго ребенка для первенца событие не столько радостное, сколь драматичное. Ведь его собственная роль резко меняется, а требования к нему возрастают. Поэтому надо позаботиться, чтобы такая перемена не стала слишком уж резкой, а требования – чрезмерными. Роль хранителя семейных традиций не вполне по силам маленькому человеку. И если он все же всецело примет ее на себя, то рискует стать слишком консервативным. Хорошо, когда старший помогает в воспитании

младшего. Но нельзя забывать, что и сам он еще мал и нуждается в родительской заботе. Особенно – в ситуациях, чреватых стрессом, поскольку он к ним обостренно чувствителен.

Младший ребенок, как и единственный, оказывается избавлен от психической травмы в связи с появлением новорожденного. Для всей семьи он – малыш. Причем с этим ощущением он может жить очень долго, сохраняя некоторый инфантилизм даже в зрелые годы. Он привыкает ожидать от жизни только хорошего и поэтому оказывается великим оптимистом. Ему уделяется основное внимание и прощается больше, чем другим. Родители, неосознанно сопоставляя возможности старшего и младшего, ожидают от младшего ребенка гораздо меньше и поэтому оказывают на него меньшее давление. Это не самым лучшим образом сказывается на его познавательном и личностном развитии. Нередко он лишен самодисциплины и сталкивается с трудностями в принятии решений. Даже во взрослой жизни младший ребенок продолжает ожидать, что другие – например, супруг или супруга – возьмут на себя груз его проблем.

Тем или иным образом младший всю жизнь старается догнать старших, но преуспеть может только благодаря своим собственным склонностям, избрав совершенно иное поле деятельности и жизненный стиль. С малых лет он понимает, что в столкновении с более сильным старшим ребенком агрессивностью ничего не добьешься, и поэтому вырабатывает у себя ценные коммуникативные навыки – умение согласовывать, договариваться, идти на компромисс. Наверное, именно по этой причине младшие дети более популярны среди сверстников, имеют больше друзей и умеют ладить с людьми.

К рождению младшего ребенка родители подходят, как правило, более спокойно, поскольку опыт воспитания старшего сгладил многие их опасения и тревоги. Но это чревато и снижением требовательности, и как следствие – недостаточной стимуляцией развития младшего.

Как это ни покажется странным, наиболее проблематична роль **среднего ребенка** в семье. Он не имеет возможности обрести роль лидера, уже монополизированную первенцем, но и освоиться в роли опекаемого малыша, рожденного последним, тоже не успевает. Исследования, проведенные на многодетных семьях, показали, что любимцами родителей являются, как правило, либо старший, либо младший ребенок, но почти никогда – средний. Он вынужден постоянно соперничать как с более сильным и умелым старшим, так и с беспомощным и зависимым младшим. Лишенный привилегий того и другого, он с детства свыкается с несправедливостью жизни, а это порой приводит к возникновению заниженной самооценки. Стремление походить то на старшего, то на младшего при водит его к большим трудностям в самоопределении. В результате в зрелом возрасте средние дети менее способны проявлять инициативу, меньше других заинтересованы в достижении успеха. Вместе с тем средние дети умеют хорошо вести дела с разными людьми, поскольку были вынуждены научиться ладить со всеми. Поэтому они дружелюбны и, повзрослев, стремятся выбрать профессию, требующую умения вести переговоры, тактичности и не слишком большой напористости.

Вместе с тем, недостаток внимания, который испытывает в семье средний ребенок, иногда заставляет его проявлять себя неожиданным, даже не слишком благовидным способом с единственной целью – привлечь к себе интерес близких. Многие нарушения в поведении средних детей устраняются отнюдь не пресечением их шалостей и дерзостей, а возмещением дефицита внимания со стороны родителей.

Во всех приведенных описаниях намечены лишь некоторые общие тенденции, которые не обязательно должны полностью воплотиться в том или ином ребенке. Но их, несомненно, следует иметь в виду, чтобы избежать возможных деформаций в развитии. Самое важное, что надо запомнить родителям, сколько бы у них ни было детей, – каждый ваш ребенок – единственный, и достоин уникального отношения к себе как к личности.

Впрочем, надо отдавать себе отчет, что родителям, если у них двое детей или больше, никогда не удастся добиться абсолютно одинакового отношения к каждому. Вряд ли это вообще возможно, да и не стоит к этому стремиться. Важно только чтобы индивидуальное

отношение не выливалось в явное предпочтение одного и отвержение другого. Так или иначе, даже у родных братьев и сестер судьба наверняка сложится не одинаково. Можно ли тут проследить какую-то закономерность?

Как показало недавно проведенное исследование, порядок рождения может повлиять на выбор человеком сферы профессиональной деятельности в зрелом возрасте. Исследователи выяснили, что единственные дети и, до некоторой степени, первенцы чаще, чем рожденные позже, предпочитают умственный труд. Рожденные не первыми более тяготеют к свободным профессиям, ручным ремеслам, а также к занятиям в сфере бизнеса.

Автор исследования, Фредерик Т.Л.Леонг, объясняет это так: “Как правило, родители имеют различные ожидания и предпочтения в отношении ребенка в зависимости от порядка его рождения. Так, в отношении первого ребенка они склонны проявлять повышенную заботу и беспокойство о его физической безопасности. Возможно, поэтому единственные дети и первенцы скорее проявят интерес к интеллектуальному труду, чем к физической активности. К тому же, единственному ребенку уделяют больше времени и внимания, чем тем, у кого есть братья и сестры, а это само по себе стимулирует его познавательную, интеллектуальную активность”.

Стремясь реализовать свои амбиции, родители могут ориентировать единственного или первого ребенка на те сферы деятельности, где возможна престижная карьера (на Западе это, в частности, медицина и юриспруденция). Вероятно, поэтому дети, рожденные позже, скорее проявят интерес к сфере искусства, где успех отнюдь не гарантирован.

С появлением большего числа детей родители в общем становятся более демократичными и могут позволить младшим детям больше рисковать. Если первый или единственный ребенок в семье хочет стать поэтом, его намерение может обеспокоить родителей – слишком уж маловероятен в этой сфере успех. Если поэт мечтает стать четвертый ребенок, родители вряд ли станут ему препятствовать.

Леонг также отмечает, что наиболее явная разница была обнаружена между единственными детьми в семье и младшими детьми. Первенцы, имеющие братьев и сестер, плохо поддаются классификации – каждый из них разное время пребывал в положении единственного ребенка, и это по-разному сказывается на его жизненных установках.

Так или иначе, профессор Леонг считает, что консультантам по трудоустройству следует обращать внимание и на такой фактор, как порядок рождения соискателя. С этим советом, если только не принимать его как жесткую директиву, следует, наверное, согласиться.

Детская игрушка: развлечение или судьба?

Детская игра – это примерочная души.

Виктор Кротов

Среди сенсационных сообщений о жизни и смерти титулованных особ почти незамеченной промелькнула краткая заметка в недавнем номере журнала “Тайм”. На исходе века ушел из жизни человек, чье имя каждому из нас знакомо с малых лет, – Кристофер Робин Милн. Тот самый Кристофер Робин, которому его отец – английский писатель А.А.Милн – отвел заметную роль в сказке о Винни-Пухе. Наверное, это и явилось самым ярким приключением в жизни К.Р.Милна. По крайней мере на протяжении долгих лет он не давал никаких иных поводов вспомнить о себе. И лишь на склоне лет невольно подарил миру сенсацию. Не так давно на аукционе Сотби были выставлены редкие игрушки, среди которых особое внимание коллекционеров привлек старый плюшевый мишка. Он якобы когда-то принадлежал семейству Милнов и послужил прообразом знаменитого Винни. Дотошные корреспонденты разыскали бывшего хозяина мишки – Кристофера Робина, который сам давно успел стать дедушкой, и поинтересовались, как он относится к факту продажи столь ценной реликвии. Его ответ обескуражил миллионы поклонников доброй старой сказки.

Кристофер Робин заявил, что мишка вовсе не его. Сам он, оказывается, мягких игрушек вообще не любил и не припомнит, чтобы когда-то играл с плюшевым медведем. Наверное, ради светлой памяти сказочника Милна упоминать этот факт вообще не следовало бы. Но, похоже, отношения отца и сына складывались неважно, и даже по прошествии лет сын не удержался от обескураживающей колкости. Конечно, это несколько не умаляет достоинств милой сказки. Но кое о чем заставляет задуматься. Писатель Милн выдумал особый сказочный мир, куда и поселил своего сына вместе с ожившими игрушками. А сын тем временем жил в совсем ином мире, не подвластном воображению отца. Он играл совсем с другими игрушками и в итоге стал, судя по всему, совсем не тем человеком, которого хотел воспитать папа Милн.

Не впадаем ли мы иной раз в подобную иллюзию? Мы оформляем мир наших детей по своему разумению, а потом, бывает, удивляемся их “неожиданным” желаниям и настроениям. Нас удивляет, отчего ребенок иной раз относится к дорогому подарку с непонятным равнодушием или с необъяснимым рвением предается игре, которая нам кажется совсем не интересной. А ведь, присмотревшись повнимательнее к детским играм, мы могли бы глубже и тоньше понять характер ребенка, отчасти предсказать его будущие увлечения и пристрастия, да и просто достичь большего доверия и взаимопонимания, так необходимого и родителям, и детям. Верно подмечено: “Мы поймем смысл всех людских занятий, если вникнем в суть развлечений” (Б.Паскаль). Впрочем, игра – это не только развлечение. Для ребенка это важнейшая часть жизни, а его игрушки – важнейшая часть окружающего материального мира. Играя, ребенок учится действовать и мыслить, и всякая манипуляция с игрушкой – прообраз его будущих отношений с миром. Повзрослев, ребенок научится более сложным действиям, его игрушки станут дороже и изощреннее. Но его мироощущение во многом останется тем же, что и в те далекие годы, когда он делал свои первые шаги. Почитайте жизнеописания великих людей. Если такие детали не ускользнули от внимания биографов, нетрудно заметить, что великий изобретатель с малых лет что-то мастерил из любого подручного материала, полководец водил в атаку войско оловянных солдатиков, архитектор свои первые постройки возводил из кубиков. Бывают и иные примеры. Печально знаменитый Филипп Испанский в детстве развлекался сожжением кукол и даже домашних животных. Прошли годы, и Европу затянул дым инквизиторских костров, зажженных повзрослевшим монархом.

Припомните, какие игрушки вы любили в детские годы. Психологи считают, что на этом основании многое можно сказать о характере взрослого человека. Попробуем и мы по этому несложному признаку провести своеобразный психологический самоанализ. А обратив чуть более пристальное внимание на вкусы и предпочтения своего ребенка, сможем в какой-то мере предугадать и его жизненный сценарий.

Для начала обратим внимание на то, что игрушка – это предмет, несущий в себе знаково-символическую функцию. Во все времена и у всех народов почти любая игрушка выступала более или менее точным аналогом реальных предметов – инструментов, оружия, посуды и т. п. Маленький ребенок еще не в состоянии выполнить многие действия взрослых, но он может выполнить их понарошку, используя не реальные предметы, а своего рода их заместители. В качестве таких заместителей могут быть использованы самые разные предметы, даже если они по форме лишь отдаленно напоминают реальные. Например, карандашом можно не только рисовать, но и представить его в качестве градусника, кинжала, детали архитектурной постройки. Конечно, игрушки-копии предметов, существующих в быту взрослых, приобщают ребенка к этим предметам. Малыш познает их функциональное назначение, и это помогает ему психологически войти в мир настоящих вещей. Но не меньшее, а, пожалуй, даже большее развивающее значение имеют предметы с не столь выраженными функциональными свойствами. По сути дела взросление в том и состоит, что человек учится решать проблемы. А главная проблема – приспособить окружающий мир к удовлетворению своих нужд и запросов. Если приспособлять ничего не требуется, а надо лишь пользоваться, то и сам психологический механизм принятия конструктивных решений

формируется с трудом. Эту особенность в редкой психологической наблюдательностью подметил сатирик М.Задорнов. В одном из своих монологов он заявил, что наши дети гораздо умнее, скажем. Японских. Почему? Наши готовы приспособить для игры любой предмет, их воображение не сковано заданными формами. Например, играя в рыцарей, в качестве меча можно использовать обычную палку (как чаще всего и бывает). Маленькому японцу мастера игрушечной индустрии предлагают на выбор множество точных копий самурайских мечей. О каком воображении тут может идти речь?

Вспомните, каким игрушкам вы в свое время отдавали предпочтение – многофункциональным (пускай и неказистым) или тем, что обладали определенной формой и свойствами? Может быть, вы любили мастерить поделки из природного материала, охотно использовали в игре бытовые предметы, наделяя их разными функциями. Это означает явное преобладание конструктивного творческого мышления, стремление приспособить окружающий мир к своим потребностям и интересам. Если же вы особенно ценили, чтобы игрушечный пистолет был похож на настоящий, а, скажем, спичечные коробки или наперстки считали неважной заменой игрушечной посуды и т.д., значит, ваше мышление более приземленное, конкретное, привязанное к заданным условиям. Люди такого склада часто бывают добросовестными исполнителями, умеющими приспособиться к требованиям жизни. Но при решении нетривиальных задач при отсутствии четко заданных условий они нередко теряются.

В этом отношении очень показательна такая игрушка, как конструктор. Обычно набору деталей сопутствует схема сборки каких-то конкретных сооружений. Ребенок, который упорно и досконально следует этой схеме, вероятно, вырастет человеком, который предпочитает привычный ход событий и не любит неожиданностей. Оригинальные постройки, наоборот, свидетельствуют о тяге к экспериментированию. К тому же человек, задумывающий какую-то постройку без схемы-опоры, вероятно, вполне уверен в своих силах. Впрочем, такая уверенность может быть и чрезмерной.

Еще более показательный материал – пластилин. Любители играть с ним обожают усовершенствования, причем стараются, не ограничиваясь фантазиями, создать своими руками новую реальность. Равнодушие к пластилину выдает основательность мышления, стремление оперировать четкими, а не расплывчатыми формами.

Спортивные игрушки, главная среди которых мяч, предпочитают деятельные натуры, не склонные к долгим размышлениям. Такие люди, что-то задумав, стараются действовать быстро и решительно. Они страстные любители соревнований, в которых любят участвовать, а не только наблюдать. Для полного счастья им необходимо общение с близкими по духу людьми, готовыми разделить и оценить их активность.

Мягкие игрушки – мишки, собачки, зайчата, – а также всевозможные куклы считаются игрушками для девочек. Конечно, если мальчик проявляет повышенный интерес к игре в куклы, тут, возможно, есть повод насторожиться: в качестве мальчика он (скорее всего по вине родителей) чувствует себя не очень уютно. Однако многие мальчики, особенно в младшем возрасте, охотно играют с мягкими игрушками. И это нормально. Позднее их заменяют солдатики – по сути те же мальчишеские куклы. Любовь к игрушкам – копиям живых существ и сказочных героев выдает активную ориентацию ребенка на эмоционально насыщенное общение. Ведь кукла или мишка выступают для него идеальным другом, который всегда правильно себя ведет, все понимает и не помнит зла. Плохо только, если такой идеальный друг – единственный, а настоящих нет. Впрочем, ребенок, ориентированный на эмоциональную сторону отношений, как правило, имеет достаточно друзей. Не исключено, что судьбой ему предназначено изучать человеческую природу.

Особого разговора заслуживают так называемые агрессивные игрушки, главным образом копии оружия. Отношение к ним сложилось неоднозначное, хотя мальчишки испокон века играли в военные игры. Это естественно: в игре растущий человек стремится освоить формы поведения взрослых, приобщиться к образцам мужественности. А воин – это утвержденный веками идеал мужчины.

Сегодня на волне гуманистических деклараций кое-где даже проводятся демонстративные акции по якобы антимилитаристскому воспитанию. Так, однажды группой энтузиастов было предложено мальчикам-дошкольникам и младшим школьникам сдать свои военные игрушки и получить взамен мягких плюшевых пупсов. Собранная куча “оружия” была торжественно сожжена. Но организаторы этой акции, по мнению психологов, достигли совсем не той цели, к которой стремились. В самосознании мальчишек произошел болезненный надлом: у них отняли символы формирующейся мужественности и заставили символически соскользнуть на стадию младенчества.

Как говорили древние, все есть лекарство и все есть яд – важна только мера. Пластмассовый пистолет – это всего лишь игрушка. И манипуляции с ним в разумных пределах даже полезны для формирующейся личности мальчика. Однако выход за эти пределы должен настораживать. Чрезмерное пристрастие к стрельбе – пускай и понарошку – скорее всего свидетельствует о каких-то внутренних психологических конфликтах, не находящихся иной разрядки, кроме как в форме символического “пиф-паф, ты убит!” Следует обратить внимание, в кого чаще целится юный стрелок. Если в сверстников, то, вероятно, он не вполне удовлетворен тем, как складываются его отношения с ними. Если в родителей, то, значит, их воспитательные установки он приемлет с напряжением и неудовольствием. Если же вообще во все на свете, то тут мы имеем дело с общей неприспособленностью к миру, который ребенок неосознанно воспринимает как враждебный и потому стремится ответить встречной агрессией.

Таким образом, увлечение игрушечным оружием и военными играми вовсе не однозначно свидетельствует о формирующейся агрессивности, как может показаться. Скорее наоборот – к настоящему оружию чаще тянутся те взрослые, которые в детстве не наигрались в игрушечное.

Не имеет смысла ограничивать ребенка в одних играх и навязывать ему другие. Лучше присмотреться к его склонностям и интересам, которые и отражают его подлинную природу. Тогда он, когда повзрослеет и найдет в шкафу свою старую машинку или куклу, улыбнется теплой улыбкой, а не скорчит отчужденную ухмылку Кристофера Робина.

Родительское программирование. Взгляд Берна

Мать всегда говорила ей, чтобы она берегла себя и носила резиновые сапоги, дабы не промочить ноги; кроме того, она частенько восклицала в сердцах: «Чтоб ты провалилась!». Будучи послушной девочкой, она была в резиновых сапогах, когда упала с моста...

Эрик Берна

В нашей стране Эрик Берна – пожалуй, один из самых известных зарубежных психологов. Многие познакомились с его теорией более четверти века назад – в пересказе его верного последователя Томаса Харриса. Книга Харриса “Я – о’кей, ты – о’кей” была переведена в 1973 году в Новосибирске и приобрела огромную популярность в самиздате. Пятью годами позже идеи Берна в вольном пересказе советского психотерапевта Анатолия Добровича обрели еще более широкую аудиторию. Правда, в пересказах яркая фигура Берна невольно терялась, и у многих читателей его концепция ассоциировалась с именами Харриса и Добровича. В 1988 г. справедливость была восстановлена – в издательстве “Прогресс” огромным тиражом (которого все равно не хватило всем желающим) вышел бестселлер Берна “Игры, в которые играют люди”. Наверное, можно даже сказать, что именно с этой публикации начался психологический бум в нашей стране: миллионы (без преувеличения) людей вдруг поняли, что психология может быть невероятно интересной, что с ее помощью действительно можно многое понять в себе и других. Затем последовало еще несколько переводов – к настоящему времени практически все книги Берна вышли в нашей стране и достаточно широко доступны. Во многом Берна оказался удивительно прав: одна из “игр, в

которые играют люди”, названная им “домашняя психиатрия”, приобрела у нас огромную популярность и практикуется чаще всего именно в форме берновского транзактного анализа.

Берн задался целью разработать такую психотерапевтическую концепцию, применение которой обеспечивало бы “полное излечение за минимальное время”. Он утверждал, что им осуществлена адаптация психоанализа с целью его более широкого и эффективного использования. Своей заслугой он также считал перевод изощренной психоаналитической терминологии на доступный житейский язык. Критикам его подхода это дало повод утверждать, что транзактный анализ (ТА) – так он назвал свой метод – по существу, является лишь поп-версией психоанализа. Ряд положений ТА действительно перекликаются с психоаналитическими постулатами, но существуют и специфические черты ТА, позволяющие рассматривать его как самостоятельное направление психологической теории и практики.

Сам Берн отрицал отождествление своей трехчленной схемы анализа (Родитель – Взрослый – Дитя) с фрейдовскими концепциями Супер-Эго, Эго и Ид. Вместе с тем, всеми исследователями отмечаются корни его теории в трудах психоаналитиков.

Что касается теории эго-состояний, тут уместно вспомнить случай с клиентом Берна, преуспевающим адвокатом, рассказавшим историю своего детства. Однажды он восьмилетним мальчиком, отдыхая на ранчо, одетый в ковбойский костюм. Помогал конюху расседлывать лошадь. Когда они закончили, конюх поблагодарил помощника, сказав “Спасибо, ковбой”, на что тот возразил: “Я не ковбой, я просто маленький мальчик”. Пациент заключил свой рассказ замечанием: “Именно таким я себя и ощущаю. Я в действительности не адвокат, а просто маленький мальчик”. Далее в ходе терапии он порой спрашивал Берна: “К кому вы сейчас обращаетесь – к адвокату или к мальчику?” Эта история и положила начало берновской теории.

В основе ТА лежит представление о структуре личности как сочетании трех качественно своеобразных уровней организации человеческого Я. Этим трем уровням, или компонентам личности, Берн присвоил названия “Родитель”, “Взрослый” и “Дитя” (последняя инстанция в некоторых переводах фигурирует как “Ребенок”, что вносит в сокращенную схему – Р-В-Р – некоторую путаницу; “Дитя” – вероятно, перевод более удачный, и схема соответственно принимает недвусмысленную форму – Р-В-Д). Каждому соответствует собственный способ восприятия, анализа получаемой информации и реакции на действительность. Согласно Берну, каждый из этих компонентов несет в себе как позитивные, так и негативные стороны регуляции поведения.

Родитель (который в известном смысле аналогичен Супер-Эго в психоаналитической структуре личности) выступает носителем социальных норм и предписаний, которые человек некритически усваивает в детстве (главным образом под воздействием собственных реальных родителей), а также на протяжении всей жизни. Родитель обнаруживает себя в таких проявлениях, как контроль, запреты, идеальные требования и т. п. Им также регулируются сложившиеся автоматизированные формы поведения, избавляющие от необходимости сознательно рассчитывать каждый шаг. Негативный аспект функционирования Родителя определяется догматичностью, негибкостью диктуемых предписаний.

Дитя выступает носителем биологических потребностей и основных ощущений человека. Оно также содержит в себе аффективные комплексы, связанные с ранними детскими впечатлениями и переживаниями. Его позитивные качества – спонтанность, творчество, интуиция; негативные – отсутствие произвольной регуляции поведения, неконтролируемая активность.

Взрослый – наиболее рациональный компонент, функционирующий относительно независимо от прошлого, хотя и с использованием информации, которая заложена в Родителе и Дитя. Взрослый олицетворяет собой компетентность, независимость, реалистичную вероятностную оценку ситуаций.

Становление зрелой личности связано, по Берну, главным образом с оформлением

полноценно функционирующего Взрослого. Отклонения в этом процессе определяются преобладанием одного из двух других эго-состояний, что приводит к неадекватному поведению и искажению мироощущения человека. Соответственно психотерапия должна быть направлена на установление баланса трех названных компонентов и усиление роли Взрослого.

В отличие от психоанализа, сконцентрированного на индивидуальной психике, ТА уделяет особое внимание межличностным отношениям. Согласно Берну, в общении друг другу противостоят все три компонента личности каждого из общающихся людей. Непосредственный акт межличностного взаимодействия (трансакция) может быть адресован любому из состояний партнера. Ответ может осуществляться в параллельном направлении (так называемая дополнительная трансакция). Например, один из партнеров выступает с позиций Родителя и ведет себя назидательно, директивно, адресуя свое обращение Ребенку другого; тот в свою очередь проявляет готовность принять такое обращение и реагирует с детской позиции, адресуя свой ответ Родителю. В этом случае общение протекает гармонично и удовлетворяет партнеров. Но возможна и так называемая перекрестная трансакция, когда ответ без учета источника и направления обращения осуществляется на ином уровне. Например, Взрослый одного из партнеров обращается к Взрослому другого с рациональным предложением, а тот избирает детскую реакцию, адресуемую Родителю партнера. При этом возникает дисгармония отношений, нарушается взаимопонимание, возрастает вероятность конфликта.

Исходя из этой модели, Берн разработал теорию “игр”, под которыми понимаются неконструктивные формы общения. (Недопонимание этой идеи, а также поверхностная трактовка принципов сценарного анализа привели в нашей стране к издательскому курьезу. В аннотации к первому изданию “Игр” сказано: “В книге дано живое и доходчивое изложение деловых игр и сценариев, многие из которых близки каждому человеку”.) Игры порождаются стремлением партнеров к достижению преимуществ за счет других участников общения. Берн и его сотрудники разработали обширную типологию игр, присвоив им броские, максимально доходчивые названия (есть, например, игра “Попался, сукин сын!”). В основе многих игр лежат “сценарии” – программы жизненного пути человека, заложенные в детстве под воздействием социальных факторов и воспитания. Эти сценарии содержатся в эго-состоянии Дитя, плохо осознаются и потому делают человека несвободным, психологически зависимым.

С годами каждый из нас все более ясно понимает то, на что уже давно обратили внимание психологи: образ мыслей взрослого человека, его манера поведения, особенности отношений с другими людьми закладываются еще в детстве под влиянием примера собственных родителей. Особенно это касается брачно-семейных отношений и родительских установок. Ибо давно замечено, что взрослый человек в своей семье вольно, а чаще невольно стремится реализовать ту модель отношений, которую усвоил в детские годы на примере своих родителей.

Берн одним из первых обратил на это внимание. Опираясь на идеи Берна, его последователи разработали целую систему семейной психотерапии, основанную на принципе коррекции негативного детского опыта. В рамках этой системы предполагается, что женщина, перенимая модель отношений своих родителей, усваивает жизненную позицию, которая может быть определена либо как материнская, либо как дочерняя. Если в родительской семье доминировала сильная и энергичная мать, которая к тому же уделяла дочери максимум внимания и заботы (пускай порой и в строгой форме), то у девочки на ее примере формируется материнская позиция. Впоследствии она стремится стать своим близким надежной и заботливой мамой, которая все знает лучше других и всегда готова помочь, а порой и приструнить.

Если же главенство в семье принадлежало отцу, то женщина скорее усвоит дочернюю роль. Она на всю жизнь сохранит в себе маленькую девочку, которой легче прислониться к чьему-то сильному плечу, нежели самой нести груз решения жизненных проблем.

В похожем положении оказывается и мужчина. Имея в детстве пример сильного и доминирующего отца. Он стремится уподобиться ему и на всю жизнь принимает отцовскую роль – роль хозяина и главы, ответственного за свои решения и готового стать опорой близким. Если же отец по каким-то причинам не являл собой такого примера и реальное главенство в семье принадлежало матери, у мальчика формируется пассивная сыновья позиция. В его жизни женщина всегда будет нужна для того, чтобы получить от нее материнскую поддержку и ласковое поглаживание по головке, чтобы выплакать, уткнувшись в ее юбку, слезы разочарования, обиды и гнева.

Нетрудно представить, как сложится семейная жизнь, когда повзрослевшие девочка и мальчик привнесут с нее свои сформировавшиеся в детстве позиции. Отношения могут сложиться вполне гармонично, если эти позиции дополняют друг друга, то есть материнская совмещается с сыновней либо отцовская – с дочерней. Тогда один из супругов с легкостью принимает лидирующую роль, которая вполне согласуется с душевным складом другого, готового идти навстречу, слушаться и подчиняться. Отношения, пускай и неравноправные, естественны и удовлетворяют обоих. Такая семья является вполне благополучной, хотя и не может служить всем остальным назидательным примером: ведь во многих других случаях баланс ролей может сложиться иначе.

Дело обстоит гораздо хуже, если такое взаимодополняющее сочетание отсутствует. Столкновение в супружеской паре материнской и отцовской позиций приводит к изнурительной борьбе за лидерство. В которой чаще всего обе стороны обречены на поражение. Если же супруги привносят в семью соответственно дочернюю и сыновнюю позиции, их отношениям тоже не позавидуешь. И муж, и жена не в состоянии принимать ответственные решения и стремятся переложить этот груз на плечи другого. В результате возникает взаимная неудовлетворенность, которая еще более усугубляется, если и муж, и жена по старой привычке продолжают искать утешения под крышей дома своих родителей.

Впрочем, описанная схема подходит лишь к консервативному типу семьи, построенному на отношениях преобладания-подчинения. А современный идеал семейных отношений очень далек от этой авторитарной модели. Сегодня, создавая семью, большинство людей мечтают о демократичном, равноправном союзе, где права одного не ущемляют прав другого, где ответственность взаимна. А обязанности справедливо распределены. Понятно, что в такой союз плохо вписывается любая из названных позиций. Правильнее сказать, что ярко выраженная родительская или детская позиция препятствует развитию подлинно гармоничных отношений. То есть если отношения осложняются и перестают удовлетворять супругов, то в этом скорее всего виновато заострение кем-то из них архаичной стратегии супружеского поведения – причем неважно, какой именно стратегии. Потому что каждый из нас в нашем семейном здании опирается на другого и в то же время служит ему опорой. Если нарушить этот баланс, вся конструкция начинает трещать по швам. Чтобы этого не произошло, желательно избегать крайностей в супружеских отношениях. Как, впрочем, и во всем остальном.

Так или иначе, полезно было бы разобраться, на каких исходных позициях строятся супружеские отношения в вашей собственной семье.

Внутренний палач в ожидании приказа. Взгляд Зимбардо и Милгрэма

Очень хочется верить, что в натуре каждого человека есть и милосердие и доброта, порядочность и достоинство. По крайней мере, каждый из нас убежден, что он – человек достойный, не чуждый гуманности и альтруизма, а вовсе не изверг, маньяк или садист, способный на иррациональные зверства. Откуда же берутся церберы и палачи, от чьих злодеяний содрогаются все нормальные люди (к которым и мы, вне сомнения, принадлежим)? Из чего даже в обыденной жизни возникают надругательства над человеческим достоинством, когда близкие и родные люди вольно или невольно истязают

друг друга – порой в виде буквального рукоприкладства, чаще – изощренно, психологически? Любой из нас ответит: наверное, это какие-то извращенные, порочные натуры, совершенно не похожие на нас.

А если попробовать провести мысленный эксперимент и вообразить себя в роли палача? Не дрогнет ли рука, когда кто-то властный и авторитетный не только разрешит, но и прикажет истязать беспомощную жертву? Прикажет, потому что «так положено», «так надо».

А вообразите себя в роли жертвы. Сумеете ли вы сохранить выдержку и достоинство, если жестокая судьба низведет вас до низших ступеней унижения?

Не торопитесь с ответами. Ибо мало кто из нас отдает себе отчет в подлинной природе своих глубинных побуждений. Эту тонкую материю давно пытаются исследовать психологи. Их выводы бывают субъективны и порой вызывают возражения. Однако нередко сами по себе психологические эксперименты на многое открывают глаза и заставляют серьезно задуматься. Сегодня, на рубеже веков, вспомним два, пожалуй, самых впечатляющих социально-психологических эксперимента прошедшего столетия и постараемся извлечь из них уроки.

14 августа 1971 года в Стэнфордском университете (США) начался эксперимент, который принес всемирную известность его организатору – Филипу Зимбардо. Это был весьма необычный эксперимент. Его началом послужил... арест половины его участников. Правда, арестованные вроде бы не слишком тяготились своей участью и всю дорогу до тюрьмы обменивались беззлобными шуточками с конвоирами. Со стороны могло показаться, что это пикировка добрых приятелей. Впрочем, так оно и было на самом деле. Арест был произведен “понарошку”, а “тюрьма” размещалась в подвале факультета психологии. О своей роли испытуемые были предупреждены заранее. Половине из них предстояло две недели играть роли заключенных, тогда как остальным достались роли охранников.

Испытуемыми выступали добропорядочные американские юноши, студенты университета. Ни один из них никогда не имел конфликтов с законом и ни минуты своей жизни не провел за решеткой. Хотя, как полагал Зимбардо, каждый из них имел некое абстрактное представление о том, как следует себя вести заключенному. “Охранники” также были практически незнакомы с тюремными порядками и нравами, хотя, вероятно, имели какое-то отвлеченное представление об этом, сложившееся под влиянием книг и кинофильмов.

Зимбардо поставил своей задачей выяснить, как эти представления воплотятся в реальном поведении тех и других. По собственному признанию Зимбардо, до начала эксперимента он очень туманно прогнозировал его возможные итоги. Но тот результат, который был получен, оказался непредвиденным и о многом заставил задуматься.

Предоставим слово самому Зимбардо.

По прошествии всего лишь шести дней мы вынуждены были закрыть “тюрьму”, ибо то, что мы увидели, оказалось весьма пугающим. И для нас самих, и для большинства испытуемых перестало быть очевидным, где кончаются они сами и где начинается исполнение ими ролей. Большинство молодых людей на самом деле превратились в “заключенных” и “охранников”, и обе группы были уже не в состоянии ясно отличать ролевую игру от собственного Я. Драматические изменения наблюдались почти во всех аспектах их поведения, образе мыслей и чувствах. Менее чем за неделю опыт заключения зачеркнул все то, чему они научились за целую жизнь; человеческие ценности оказались “замороженными”, самосознанию каждого из них был брошен вызов, а на поверхность вышла самая гадкая, самая низменная, патологическая сторона человеческой природы. Нас обуревал ужас, когда мы видели, что некоторые парни (“охранники”) относились к другим парням (“заключенным”) как к бессловесным животным, получая удовольствие от проявления жестокости; в то время как другие парни (“заключенные”) становились подобострастными, дегуманизированными роботами, которых занимала лишь мысль о побеге, проблема личного выживания да растущая ненависть к “охранникам”.

Может закрасться подозрение, что и у “охранников” и у “заключенных” имелась

какая-то патологическая предрасположенность к исполнению таких ролей. Потому-то они в них так и вжились... Ничего подобного! Для участия в эксперименте требовалось не только безукоризненное прошлое. Все испытуемые предварительно подверглись многоступенчатому тестированию, в результате которого были отсеяны те, у кого обнаружилась хоть малейшая склонность к депрессии, повышенная агрессивность либо хоть какая-то иная патология. Были отобраны во всех отношениях нормальные юноши, весьма уравновешенные и интеллектуально развитые. И роли были распределены между ними абсолютно произвольно – подбрасыванием монетки.

Какие выводы подсказывает данный эксперимент? Дискуссии об этом не стихают уже много лет. Ясно одно – свою тюрьму едва ли не каждый из нас носит с собою и внутренне готов сыграть в ней роль безжалостного стража или жалкого узника. Какая роль выступит на первый план – зависит от сложившихся жизненных условий. Или все-таки от самого человека?

26 августа 1976 года телезрители Америки пережили настоящий шок. Им был показан двухчасовой художественный фильм “Десятый уровень”, созданный компанией Си-Би-Эс. Это не был фильм ужасов, хотя в известном смысле его можно назвать и так. В основу его сюжета был положен психологический эксперимент. Причем в отличие от “Пси-фактора”, “Секретных материалов” и прочих современных псевдонаучных “ужастиков”, спекулирующих на страхах и предрассудках обывателя, “Десятый уровень” повествовал о реальном эксперименте, который незадолго до этого был поставлен Стэнли Милгрэмом в Йельском университете.

Фильм не содержал никаких впечатляющих спецэффектов и вообще был целиком снят в одном скромно обставленном павильоне. Единственным “украшением” фильма был актер Вильям Шатнер, снискавший известность участием в популярном сериале “Star Trek”. В “Десятом уровне” Шатнер сыграл роль профессора Стефена Тернера, прототипом которого послужил Стэнли Милгрэм.

Сам Милгрэм выступал на съемках в качестве научного консультанта. Результаты своих опытов он ранее представил в научной периодике и в специальной монографии. Однако круг читателей такой литературы довольно узок, а телевизор смотрят практически все. И то, что увидели миллионы телезрителей в августе 1976 года, произвело на них неизгладимое впечатление.

Что же в этой постановке так поразило телезрителей? Да сами эксперименты, о которых Ли Росс впоследствии писал: “В большей, по-видимому, степени, чем любой другой эмпирический вклад за всю историю социальных наук, они стали частью интеллектуального наследия человечества – не такого уж обширного набора исторических случаев, библейских притч и шедевров классической литературы, к которому обычно обращаются серьезные мыслители, когда рассуждают о природе человека или об истории человечества”.

В чем же состоял эксперимент? По официальной версии он был посвящен исследованию процессов научения. От испытуемого требовалось решать задачи возрастающей трудности. Для участия в эксперименте были привлечены добровольные помощники. Им надлежало следить за успешностью решения задач и в случае неудачи наказывать испытуемого ударом электрического тока (изучению якобы и подлежало влияние наказания на научение).

Строгость наказания постепенно возрастала. Для этого перед помощником была размещена приборная панель с 30 рубильниками, а над каждым из них – ярлычок с указанием силы разряда, начиная с минимального в 15 вольт и кончая максимальным в 450 вольт. Дабы помощник отдавал себе отчет в своих действиях, ему перед началом опыта давали возможность испытать на себе силу удара в 45 вольт.

После инструктажа испытуемого привязывали к устройству, напоминавшему электрический стул, провода от которого вели к приборной панели. В ответ на высказанное испытуемым беспокойство по поводу его не совсем здорового сердца экспериментатор хладнокровно заверял: “Хотя сами удары током могут быть очень болезненными,

устойчивого поражения тканей они не вызовут”. И эксперимент начинался.

После нескольких успешных решений ученик начинал делать ошибки. Следуя полученной инструкции, помощник экспериментатора с каждой новой ошибкой опускал новый рубильник. На пятом ударе – в 75 вольт – испытуемый начинал стонать от боли, а при 150 вольтах умолял остановить эксперимент. Когда напряжение достигало 180 вольт, он кричал, что больше не в силах терпеть боль. Если помощник испытывал колебания, присутствовавший тут же экспериментатор бесстрастно призывал его продолжать экзекуцию. По мере приближения силы разряда к максимуму можно было наблюдать, как испытуемый, уже даже не пытаясь решить задачу, бьется головой о стену и умоляет его отпустить. Поскольку такая реакция никак не может быть признана удовлетворительным решением, следовало новое наказание.

Возникает невольный вопрос: кто позволил психологам творить такое бесчинство? На самом деле никто никого не мучил. Роль испытуемого исполнял профессиональный актер, который лишь разыгрывал страдание. Настоящим же испытуемым выступал добровольный помощник экспериментатора. Именно его поведение подлежало изучению. Стэнли Милгрэм хотел выяснить: до какой степени жестокости может дойти человек, если его действия санкционированы авторитетом.

Предварительно он попросил группу известных психиатров дать прогноз относительно возможных результатов эксперимента. Все сошлись во мнении, что от силы процентов двадцать испытуемых, видя явные страдания жертвы, перейдут рубеж в 150 вольт. Таких, кто доведет силу удара до максимума, по общему мнению, среди нормальных людей вообще не найдется. Ну, может быть, один процент.

Реальные результаты полностью опровергли этот прогноз. 65 % испытуемых Милгрэма назначили своей жертве максимальное наказание!

Комментируя эксперимент, Милгрэм с горечью заметил: “Если бы в Соединенных Штатах была создана система лагерей смерти по образцу нацистской Германии, подходящий персонал для этих лагерей легко можно было бы набрать в любом американском городке”.

Аналогичные эксперименты, проведенные как в США, так и в других странах (Австралия, Иордания, Испания, Германия), позволили утверждать, что выявленная Милгрэмом закономерность носит универсальный характер.

В нашей стране эти результаты принято было комментировать в том аспекте, что, мол, загнивающее буржуазное общество способствует глубокой моральной деградации. Повторить эксперимент советские психологи не решались. Да и к чему, когда многие еще не очень старые люди помнят подобный глобальный опыт в масштабах всей страны? В любом уголке мира, когда власть предрежающим приходит охота поучить кого-то методом кнута, недостатка в палачах не возникает. Если доходит дело до справедливой расплаты, оправдания одни и те же: “Время было такое”, “Нас так учили”, “Мы исполняли свой долг...” Впрочем, чаще всего и оправдываться не приходится.

Правда, одна из модификаций эксперимента оставляет какую-то надежду. Когда экспериментатору в помощь брали трех ассистентов, и двое из них – “подсадные” – отказывались следовать бесчеловечному приказу, то и третий – настоящий испытуемый – к ним присоединялся. Пример порядочного и гуманного поведения почти любого заставляет взяться за ум. И это обнадеживает.

Трудное прощание с молодостью

Самый трудный подростковый возраст – между тридцатью и сорока.

Андре Моруа

“Земную жизнь пройдя до половины, я очутился в сумрачном лесу, утратив правый путь во тьме долины...” Никто из нас не обладает поэтическим даром Данте, однако многим

в известную пору жизни приходит в голову мысль, с которой великий флорентиец начал свою “Божественную комедию”. Понятия “кризис среднего возраста” или “кризис середины жизни” в лексиконе интеллектуалов приобрели не меньшую популярность, чем “эдипов комплекс” или “кризис идентичности”, хотя мало кто толком представляет, что же это такое на самом деле. Согласно распространенному мнению, кризис среднего возраста – это всплеск душевных терзаний, который каждому из нас на сорокалетнем рубеже надлежит испытать. И многие действительно испытывают. Иные, уверовав в неотвратимость этого испытания, мнительно прислушиваются к малейшим симптомам кризиса и, как всегда бывает в подобных случаях, обязательно их в конце концов находят. На этом фоне начинаешь чувствовать себя белой вороной, если твой сороковой день рождения не отмечен никакой душевной смутой. Многие просто испытывают неловкость оттого, что перешагнув сорокалетний рубеж, так и не смогли отыскать в своем мироощущении ни намека на кризис. Однако их пример убеждает: пресловутый кризис – это явление не универсальное, возникает оно далеко не у каждого и не может быть строго увязано с определенным возрастом. Возникновение данного кризиса и характер его протекания обусловлены, во-первых, индивидуальными чертами человека, во-вторых – неповторимыми особенностями его жизненного пути.

Психологи давно заметили, что кризисы – это закономерные этапы развития личности. Слово “кризис” пришло к нам из греческого языка, и означает оно вовсе не “трагедию” или “катастрофу”, как многие почему-то считают, а “перелом”, “поворотный пункт”. Само появление человека на свет представляет собою кризис – переход из одного состояния, внутриутробного, к другому, в котором предстоит провести всю последующую жизнь. Все детство и юность – непрерывная череда кризисов, когда взрослеющий ребенок находит себя все в новых и новых качествах – учится ходить, говорить, осознает себя самостоятельной, неповторимой личностью. Самый яркий кризис приходится на подростковый возраст, когда человек уже “вырос” из детства, но еще не дорос до уровня взрослого и не признан старшими за равного. Многие переживают этот кризис обостренно, болезненно, из-за чего подростковый возраст часто называют трудным. Впрочем, опытные педагоги знают – трудным этот возраст бывает далеко не у всех. Если родители не подавляют растущую самостоятельность сына или дочери, а разумно позволяют подростку принимать на себя ответственность за собственное поведение, то и подростковый кризис не принимает нежелательных форм. В конце концов взрослыми становятся все. Но одни ради этого проходят сквозь слезы, скандалы, бестолковое бунтарство, другие взрослеют спокойно, несуетливо, даже радостно, обретая силу с каждым своим успехом и учась на неизбежных ошибках (задача старших – не уберечь дитя от ошибок, ибо это невозможно, а позаботиться, чтобы эти ошибки не приводили к тяжелым травмам, телесным и душевным).

Нечто подобное, по большому счету, еще не раз происходит с человеком, но наиболее ярко – на середине жизненного пути. Подобно подростку, который расстался с детством и стоит на пороге взрослой жизни, человек в возрасте около сорока расстается с молодостью и вступает в новую пору – пору подлинной зрелости. Разница в том, что подросток спешит поскорее перестать быть ребенком и с надеждой смотрит в будущее, а взрослый неохотно перестает быть молодым и невольно подводит итог прожитым годам. Первому кажется, что все самое хорошее впереди, и он сердится, если старшие не спешат его допускать к своим привилегиям. Второй, наоборот, опасается, что все самое хорошее – позади. А если к тому же этого хорошего было не так уж много, то итог получается грустный. Надежды на будущее тают на глазах. В этом и состоит пресловутый кризис среднего возраста. Одних он вгоняет в тоску, даже в депрессию, нередко – в запой, а иногда и толкает свести счеты с жизнью (по числу попыток самоубийства сорокалетние уступают только подросткам). Другие пытаются заново найти себя. Разочаровавшись в привычной работе, семье, даже в родине, судорожно ищут себе новую, другую, чтобы таким образом заново пережить молодость. Удастся это единицам, большинство ломаются.

Интересно, что на Востоке отношение к проблемам возраста совсем иное. Считается:

чем дольше человек прожил, тем больше приобрел достоинств и тем большего заслуживает уважения. Кстати, самого понятия “кризис”, например, в китайском языке раньше не существовало. Когда же его позаимствовали на Западе, пришлось изобретать новый иероглиф. Так вот, китайский иероглиф, означающий “кризис”, получился сложением двух других иероглифов – “возможность” и “опасность”. Китайцы с исконной восточной мудростью подметили саму суть этого явления. Так какие же новые возможности открываются нам на середине жизненного пути и как избежать опасностей, подстерегающих на этом рубеже?

Прежде всего необходимо осознать: расставаясь с одним этапом своей жизни и утрачивая присущие ему преимущества, мы вступаем в новый этап, который по большому счету отнюдь не хуже и обладает своими преимуществами – может быть, даже более весомыми. Только для профессиональных спортсменов, танцовщиков и моделей утрата юношеской свежести, гибкости и стройности означает закат карьеры. Для всех остальных пара лишних килограммов, морщин или седых волос – всего лишь новые малозначительные особенности внешности. Причем если они не устраивают, то с ними еще долгие годы можно успешно бороться, поддерживая себя пускай не в идеальной, но в достаточно хорошей форме.

Пожалуй, главное преимущество зрелого возраста – жизненный опыт. К середине жизни человек уже освободился от большинства юношеских заблуждений и иллюзий, многому узнал цену, но еще не успел обрести панцирем предрассудков. Именно в среднем возрасте человек обретает подлинное здравомыслие, не искаженное ни максимализмом молодости, ни старческой косностью. Он становится способен на самые трезвые, взвешенные суждения. Так, величайшему знатоку человеческой природы Зигмунду Фрейду понадобилось полжизни, чтобы обобщить свои наблюдения – первую из своих знаменитых книг, “Толкование сновидений”, он опубликовал в возрасте 44 лет.

Важно понимать – по-своему ценен всякий опыт, и положительный и отрицательный. Радости, успехи и достижения прошлых лет не просто наполнили копилку приятных воспоминаний, но еще долго будут питать вас живительной энергией, стимулировать новые свершения. Но и неудачи, ошибки, потери тоже обогатили вас. В конце концов, в столкновении с ними вы выжили, закалились и, хочется надеяться, научились “не наступать на грабли”. Впрочем, если вы и дальше настроены предаваться юношеским безрассудствам, то судя по всему пресловутый кризис вам не грозит – если он вас и настигнет, то ближе к пенсии.

Ну а тем, кто сумел спокойно расстаться с наивными юношескими мечтами, уже становится ясно: время мечтать прошло, настало время в полную силу пользоваться тем, что удалось заслужить. Если не так уж много удалось, не все еще потеряно. Времени впереди еще много.

Хозяин своей судьбы. Вместо заключения

Если уж вы верите в судьбу, по крайней мере верьте с пользой для себя.

Ральф Уолдо Эмерсон

Сравнивая легенды и сказки разных народов, нельзя не заметить удивительное сходство многих сюжетов. На эту особенность обратил внимание швейцарский психолог К.Г.Юнг. Он полагал, что в народном творчестве воплощаются представления, испокон веку укоренившиеся в глубинах человеческой психики. Образы Матери-Земли, Мудрого Старца, Отважного Героя живут в преданиях любого народа. Юнг считал, что эти так называемые архетипы определяют мироощущение и поведение как целых наций, так и их отдельных представителей – обычных людей вроде нас с вами. Ученый пытался разобраться, как эти глубинные представления влияют на нашу судьбу. Многим его теория кажется спорной, хотя

нередко приходится сталкиваться с неожиданным подтверждением его идей. И это касается не столько сходства людских чаяний и переживаний в разные времена и в разных концах света, сколько тех неповторимых особенностей мироощущения разных народов, что ныне называют модным словом *менталитет*. Именно в народных преданиях и сказках порою можно найти ключ к решению тех проблем, которые волнуют ученых, да и каждого из нас.

Русские народные сказки повествуют о разных событиях и героях. Но есть в них особые черты, которые встречаются очень часто. Главный механизм развития сюжета – сказочное везение, которое позволяет героям схватить за хвост Жар-Птицу, выудить Золотую Рыбку и т. п. И там уже «по щучьему велению» начинаются чудеса, к совершению которых герою даже не требуется прилагать усилий. Пожалуй, наиболее калоритный образ – Скатерть-Самобранка. Веру в этот сказочный архетип мы впитываем с молоком матери и всю жизнь живем с надеждой однажды, как по волшебству, оказаться на кисельных берегах молочной реки. Правда, этому вечно мешают всякие Идолища Поганые, но всегда есть надежда, что явится сказочный богатырь и враз поотрубаёт драконьи головы. Вот тогда и заживем!

Жизнь мало похожа на сказку. Чуть только какой-нибудь добряк поманит нас Скатертью-Самобранкой, как тут же какой-то злодей выхватит ее прямо из-под носа. Чудо-богатыри, глухие к нашим стонам, спят на печи беспробудным сном. И потенциальный Иван-Царевич так всю жизнь и ходит Иванушкой-Дурачком в бесплодном ожидании своей Жар-Птицы.

Психологи давно отмечают принципиальное различие в мироощущении разных людей. Кое-кто привык в основном полагаться на свои силы и способности, причину всех происходящих с ним событий он ищет прежде всего в самом себе. Другой видит свою жизнь как результат внешних обстоятельств, мало зависящих от его воли.

Ученые решили выяснить, можно ли считать ту или иную позицию национальной чертой. С этой целью было проведено широкомасштабное тестирование в ряде европейских стран. Оказалось, что для менталитета жителей Европейского Экономического Сообщества гораздо более характерна тенденция опоры на свои силы, а для жителей Восточной Европы более выражена психологическая зависимость от внешних обстоятельств, от непредсказуемой судьбы. Важно заметить, что такое же соотношение выявлено на территории объединенной Германии: западных немцев отличает большая вера в себя, тогда как жители сравнительно недавно присоединенных восточных земель, будучи представителями того же народа, скорее тяготеют к восточноевропейскому менталитету. Это и понятно: образ жизни, который десятилетиями насаждают правители, не может не сказаться на мироощущении граждан.

В нашей стране такое исследование не проводилось, хотя его результаты нетрудно предсказать. Мы привыкли, что от воли отдельного человека зависит очень мало, и с трепетом ждем, как распорядятся нашей судьбой добрые и злые волшебники (которые на поверку оказываются совершенно не отличимы одни от других). Такого рода общественное сознание сформировано многовековой традицией унижения тружеников и сказочного возвеличивания проходимцев. Немудрено, что об этом по большей части и повествуют наши сказки. Но это не столько национальная особенность, сколько веками навязанная установка. И лишь освободившись от нее мы могли бы изменить свою жизнь к лучшему. По крайней мере, к этому нас призывают с разных трибун. Увы, такое пожелание трудно выполнимо. Ведь исконные традиции мало изменились. Сегодня, как и встарь, плоды многолетних трудов могут быть в одночасье у человека отняты по чьему-то произволу (только на смену разорительным ордынским набегам и жестоким барским причудам пришли реформы, деноминации и девальвации). А на пути к реализации личных способностей стоит столько преград, что впору махнуть на все рукой и залечь на печи в ожидании лучших времен.

Но для лежащего на печи такие времена наступают лишь в сказках. И не надо кивать на особенности национального менталитета, ибо самые скверные такие особенности нам не присущи, а веками навязывались кем-то неумным, корыстным и жестоким. И тот, кто это

понял, уже сделал первый шаг к лучшей жизни. К той жизни, где ничего не происходит «по щучьему велению», а если чего и удастся добиться, то только «по своему хотению».

Все, о чем написано в этой книге, прямо или косвенно свидетельствует: существуют определенные предначертания, которым мы безотчетно следуем в своей жизни (хотя роль таких предначертаний люди и склонны сильно преувеличивать). Но всему сказанному лучше всего подвести итог словами замечательного психолога-гуманиста Ролло Мэя: «С судьбой нельзя не считаться, мы не можем просто стереть ее или заменить чем-то другим. Но мы можем выбирать, как нам отвечать нашей судьбе, используя дарованные нам способности».