

Виктор Каган

ИСКУССТВО ЖИТЬ

Человек в зеркале
психотерапии



Москва
2010

УДК 159.9
ББК 88.53
К12

Редактор Т. Толстова

Каган В.

К12 Искусство жить: Человек в зеркале психотерапии / Виктор Каган. — М.: Альпина нон-фикшн: Смысл, 2010. — 420 с.

ISBN 978-5-89357-262-9 («Смысл»)

ISBN 978-5-91671-039-7 («Альпина нон-фикшн»)

Это книга о помогающей психологии. Занимаются ею не врачи, а психологи, и обращена она не к симптомам и болезням, а к каждому человеку с его душевными проблемами. Ведь они есть у всех. Вы не найдете здесь универсальных рецептов — обычно они не помогают никому. Автор приглашает читателя поразмышлять, как сделать свою жизнь эффективнее, как быть хозяином жизни, а не игрушкой в руках судьбы или ее жертвой. Цель книги — не только просветить читателя и показать, как можно помочь самому себе, но и побудить стремление к самопознанию.

УДК 159.9

ББК 88.53

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу lib@nonfiction.ru.

ISBN 978-5-89357-262-9

(«Смысл»)

ISBN 978-5-91671-039-7

(«Альпина нон-фикшн»)

© В. Каган, 2010

© Издательство «Смысл», 2010

© ООО «Альпина нон-фикшн», 2010

Содержание

Предисловие	5
Душа.....	12
Характер	16
Пол.....	25
Половые различия	25
Гендер	33
Возраст.....	38
Я в мире и мир во мне.....	60
Внутренние карты	60
Глядя на другого.....	62
Толкование поведения и восприятие себя.....	67
Воздействие — взаимодействие — взаимосодействие	72
Установка	72
Влияние, убеждение, переубеждение	75
Кто?	77
Кого?	78
Как?	79
Фон	82
Жить в обществе... ..	85
Конформность	85
Согласие.....	89
Послушание	91
Человек человеку.....	99
Предубеждение	104
Агрессия.....	109
Личное пространство.....	118
Псих ненормальный... ..	124

Что такое психотерапия?	132
Гипноз и внушение	148
Сады конкистадора	164
От рефлексов к научению	184
Поведенческая терапия	184
Когнитивная терапия	197
«Ищу человека!»	208
Семья.....	231
Как бы резвяся и играя	243
Тайные пружины	249
Внутри процесса.....	262
Проблемы и диагнозы.....	282
Эмоциональные узлы.....	294
Депрессия.....	294
Тревога и страх.....	304
Примеряя смерть.....	320
Его одиночество человек	336
Пережить стресс	358
Помогая себе.....	373
Помогая другим	379
Помогая ребенку.....	383
Работа горя	390
Детское горевание	401
Помогая гореванию	407
Послесловие	413
Об авторе	419

Предисловие

В начале 1990-х гг. мы с Дмитрием Леонтьевым обсуждали идею книги о немедицинской психотерапии. И сегодня еще не затихающие споры о том, имеют ли психологи право заниматься психотерапией или это дело исключительно врачей, тогда бушевали вовсю. Психология в России только пробивала себе дорогу из академических институтов и лабораторий в практику помощи людям, и все «руководящие положения» были подстроены исключительно под медицинскую психотерапию. Мы были уверены, что ситуацию надо менять и что книга может стимулировать эти перемены, однако до самой книги руки тогда не дошли. С тех пор многое изменилось, психологическая практика вошла в жизнь, и сегодня к ней можно обратиться не как к желательному будущему, а как к развивающемуся настоящему.

Когда психиатр (а по своей исходной профессии я психиатр) выступает как сторонник немедицинской психотерапии, это выглядит странно, не так ли? На самом деле было бы странно не увидеть, не услышать и не воспринять те уроки, которые давала жизнь. Вот два примера.

1972 год. Я — еще молодой и по уши влюбленный в свою профессию психиатр. Одному из моих пациентов лет 35. Перенесенная когда-то травма головы оставила след в виде хронических слуховых галлюцинаций (мужские голоса), под влиянием которых он впадал в неодолимую ярость, с печальной регулярностью приводившую его в психиатрическую больницу. Говоря о них, он однажды с сожалением и трогательным удивлением спросил: «В.Е., ну почему голоса меня все время подъелдыкивают?» Как-то на дежурстве, ночью уже, я зашел в свое отделение. Он не спал, и я пригласил его в кабинет, где мы просто болтали за чашкой чая. Слово

за слово — он заговорил о своем детстве. В рассказе было очень много обиды на отца, который постоянно недооценивал его успехи, корил за неудачи и наказывал за малейшие проступки, все время требуя от него больше, чем мальчишка мог, видимо, полагая, что слова типа «слабак», «дурак» и т.п. подвигнут сына на достижения. Повинуясь какому-то внутреннему чувству, я просто слушал его. А он говорил и говорил — то ли мне, то ли самому себе. И с какого-то момента в его словах, исполненных обиды и боли, звучало сочувствие к отцу, который не мог разглядеть в нем того, что хотел видеть. Напряженность его воспоминаний-размышлений стала спадать, разговор сам собой свернулся, и он отправился спать. Через несколько дней медсестры обратили внимание на то, что он стал мягче и дружелюбнее, и если и говорит с «голосами», то не только без озлобления, которого раньше было хоть отбавляй, но даже иногда с улыбкой. Когда я спросил его об этом, он не без удивления сказал, что «голоса» перестали его «подъеддыкивать»; да, они есть, но они лишь комментируют его действия, советуют, иногда шутят. Он настолько изменился, что через две недели смог выписаться. В больнице я его больше не видел. Спустя несколько лет мы случайно встретились в трамвае. Он сам поздоровался (я никогда при случайных встречах не вступаю в контакт первым — это золотое правило психиатров, гинекологов и венерологов) и пересел ко мне. Его галлюцинации не исчезли, но стали не столь интенсивными и постоянными, а главное — теперь они были вполне миролюбивыми, даже дружескими и поддерживающими. Очевидно, что переломным моментом послужили наши с ним посиделки за чаем, когда он разрешил свои внутренние проблемы, связанные с отцом.

1990 год. Один из курсантов группы усовершенствования врачей — назовем его В.И. — беспрестанно задавал массу вопросов и постоянно выступал, демонстрируя свою эрудицию и прочие качества, ставившие его выше других. К тому времени мне удалось добиться того, чтобы 3–5-дневный тренинг стал обязательной частью курса обучения. Обычно мы с него и начинали, но в этот раз, не помню уже по каким обстоятельствам, отложили на третью неделю. За это время В.И. извел нас, срывая все занятия куда успешнее, чем Вовочка из анекдота. Наконец — тренинг. На нем В.И. продолжал «солировать», практически блокируя работу всей группы своим забалтыванием. Уже первый день его солирования

стоил мне напряжения, какого требует 5-дневная группа. На второй день его непрерывное токование настолько выводит меня из себя, что я довольно резко отказываюсь продолжать занятие. Группа ошеломленно замолкает. В.И. тоже сидит растерянный. Я чувствую некоторые угрызения совести и — мое напряжение уже разряжено — спрашиваю его, для чего, зачем ему нужно все время говорить? Совершенно спокойно и даже не без сочувствия спрашиваю — ведь его растерянность совершенно искренна. Он отвечает, что просто не может молчать: если он пришел, к примеру, на профсоюзное собрание, то обязательно должен выступить. Я предлагаю ему поиграть — он соглашается. «Вот вы на собрании, — говорю я ему, — и прекрасно выступили, а тут приходит волшебник и превращает вас в кого-то или во что-то; в кого или во что он бы вас превратил?» Ответ следует незамедлительно: «В отличника!» — «А вот вы не выступили, промолчали...» Он перебивает: «Такого не может быть!» — «Ну хорошо, а вот выступили так, что “умри, Денис, хуже не скажешь” — в кого бы он вас превратил?» После долгой паузы: «В двоечника». Молчу я, молчит он, молчит группа. Через пару минут он совершенно другим уже тоном произносит: «Я почему-то вспомнил папу. Можно, я расскажу?» И в течение минут пятнадцати говорит примерно следующее. У него был замечательный отец, которого он очень любил. Папа хотел, чтобы сын в будущей жизни был как можно более успешен, и золотым ключиком к тому видел образование, постоянно повторяя при регулярных «разборах полетов» — сначала детсадовских, а потом школьных: «Учись, Вовка, а то так дураком и помрешь». Дальше последовал подробнейший рассказ о том, как наш герой учился — с перечислением всех грамот и поощрений за хорошую учебу в каждом классе, а потом и в институте. Наконец он закончил. Воцарилась тишина. Другие участники группы поглядывали на него уже не раздраженно, а сочувственно и вполне тепло. Я спросил В.И., не будет ли он против, если они выскажутся. Он согласился. И очень мягко, деликатно и точно другие участники группы стали говорить о том, как это трудно — всю жизнь доказывать отцу, которого уже нет, что ты не дурак. ...Следующие две недели это был уже совершенно другой человек. То есть я видел, как его иногда подмывает снова «выступить», но он будто что-то вспоминал — и удерживался. Если он и брал слово, то это были уже разумные, взвешенные и уместные выступления.

У пациента с тяжелыми психическими нарушениями и у здорового В.И. была одна и та же проблема, порожденная подавляющими отцами, чья любовь выражалась способом, который ребенок воспринимает как отвергание и унижение. В обоих случаях я не делал ровным счетом ничего из того, чему меня учили как психиатра, — в первом случае от растерянности, во втором уже совершенно осознанно. А то, что я делал, было психологической практикой — немедицинской психотерапией, в центре которой — не болезни, а человек с его переживаниями — сам творец и своих проблем, и их преодоления.

Здесь трудно не вспомнить сказанное Маймонидом восемь столетий назад. Он говорил, что несчастья бывают трех видов.

Первые связаны с нашей телесностью. Мы несем в себе наследственную предрасположенность к болезням, подвержены разного рода разрушительным воздействиям (инфекции, отравления, природные катастрофы, влияния климата и т.д.), у организма есть свои уязвимые места. Таких несчастий сравнительно немного.

Вторых много больше. Их люди причиняют друг другу — войны, терроризм, техногенные катастрофы, тираническая власть и т.д. Они исходят от людей, и человек не может их предотвратить.

Наконец, третьи — самые частые — те, которые человек навлекает на себя сам: «...Душа сводит знакомство с ненужными вещами и приучается к ним, и вследствие этого приобретает привычку желать вещи, которые не нужны. <...> Когда, однако, человека поражают такие злоключения на путях, которыми он ходит, он сетует на повеление и предопределение Господне и начинает возлагать вину на сей мир и удивляться его несправедливости. <...> Что кажется трудным и тяжелым для нас, вызвано следующей причиной: когда человек стремится искать то, что не нужно, становится трудно найти даже то, что нужно...»

У всех этих столь разных несчастий есть, однако, нечто, их объединяющее. Любые события не только проживаются и переживаются, но и пере-живаются — пропускаются через душу, где обретают для каждого человека свои индиви-

дуальные смыслы и значения. Какими они будут, прямо зависит от того, как человек видит себя и мир, как и кого он об этом вопрошает. Именно об этом говорит Дж. Бьюджентал: «Каждый человек должен так или иначе ответить на встающие перед каждым основные вопросы: Кто я и что я есть? Что такое мир, в котором я живу? Мы отвечаем на эти вопросы своими жизнями, тем, как мы определяем себя, как используем свои силы, как встречаем возможности и ограничения бытия. Мы собираем материал для таких ответов от родителей, братьев и сестер, других членов семьи, учителей и сверстников, из литературы... от наших церквей и нашего членства в разных организациях. Всю жизнь мы собираем эти материалы, находим и пересматриваем ответы и непрерывно продолжаем делать это вплоть до последнего вопроса, на который отвечаем своей смертью». Какими будут ответы на эти вопросы, такой будет и жизнь.

Итак, два разных человека — религиозный философ и светский психолог, принадлежащие к совершенно разным культурам и разделенные едва ли не тысячелетием, говорят об одном и том же. Об ответственности человека за его собственную жизнь и выбираемые в ней пути. Об ответственности за свое счастье и несчастье. Об ответственности не перед кем-то, будь то родители, семья, общество или Бог, а перед собой самим. Об ответственности, не следующей за поступком, а предшествующей ему.

Мы сваливать не вправе
Вину свою на жизнь.
Кто едет, тот и правит,
Поехал, так держись!

Николай Рубцов

Человек свободен следовать этой ответственности или не следовать ей. В любом случае результаты выбора будут сказываться на *его* жизни. Он своей жизнью может украшать или отравлять жизни других, но первый, кто пожинает плоды его выбора, это он сам. Какими будут эти плоды, зависит от него. В своей жизни он и сад, и садовник, и инструмент. Из этого исходит немедицинская психотерапия,

или, другими словами, психологическая практика помощи людям¹.

Каких-нибудь двадцать лет назад книги по психологии были редкостью, прошедшей сквозь частое сито цензуры. Сегодня на прилавках их многие сотни — отечественных и переводных, серьезных и веселых, скучноватых и увлекательных, получше и похуже... Одни из нас психологией очарованы настолько, что видят в ней Золотой Ключик к двери в Страну Чудес. Другие говорят, что за дверью в Страну Чудес находится Страна Дураков. Третьи подозревают, что психологию придумали всякие Карабасы Барабасы и Дуремары.

Представления о психологии как о чуде или шарлатанстве связаны с тем, что мы слишком мало знаем о себе самих. Можно ли почерпнуть это знание из книг? Нет — потому что ни одна книга не в состоянии рассказать всего и тем более рассказать мне обо мне. Да — потому что чтение — это разговор с автором и размышление, а не заглывание готового к употреблению фастфуда. Чем разнообразнее чтение, тем шире и глубже размышления. Книг о психологии не может быть слишком много — их может быть только слишком мало. Можно спорить о том, является психология наукой или искусством, принимать или не принимать те или иные ее направления. Но одно бесспорно — без душевного труда собранная из самых прекрасных деталей жизнь не работает или работает плохо.

Эта книга построена достаточно вольным образом. Вы не найдете в ней списка литературы и словаря терминов, академических выкладок и научных доказательств, готовых ответов на вопросы и предписаний «здорового образа жизни». В ней многие «несомненные» вещи ставятся под сомнение,

¹ Дело не в том, кто — врач или психолог — осуществляет помощь, а в том, какими принципами он руководствуется, как строит помощь. Чтобы не мучить читателя громоздкими словесными конструкциями и повторяющимися пояснениями, хочу сразу обратить его внимание на то, что слова «психотерапевт» и «психолог» в этой книге обозначают специалиста, проводящего немедицинскую психотерапию. (Здесь и далее, кроме специально оговоренных случаев, подстрочные примечания принадлежат автору книги.)

а «сомнительные» обсуждаются совершенно серьезно. Она не преследует цели научить читателя чему-то, а приглашает к размышлению. Она не «профессиональная» и не «популярная» — ее содержание находится в зоне общих интересов психолога/психотерапевта и пациента/клиента. Наконец, я пытался построить ее таким образом, чтобы она не только давала пищу уму, но и помогала читателю помогать себе. По ходу изложения я часто обращаюсь к художественной литературе, в частности — к поэзии, в том числе и к своим стихам, в надежде выразить то, что иначе осталось бы невыраженным. И еще. Психология и психологическая практика настолько широки, что сказать о них все невозможно, и я позволил себе говорить прежде всего и в основном о том, что интересно мне самому, не видя другого способа сделать книгу интересной для читателя. Удалось ли это — судить уже вам...

Книга никогда не пишется в одиночку — за автором всегда стоят те, у кого он учился, и те, чья поддержка была необходимой для работы. Список имен занял бы слишком много места и едва ли интересен читателю. Но я не могу не упомянуть тех, кто меня вырастил и с кем я вырос, — бабушку, родителей и брата, которых, к сожалению, уже нет со мной, моих главных учителей — профессора С. Мнухина и доктора И. Покотинского, моих пациентов, участников тренинговых групп и студентов, у которых под прикрытием помощи им и роли преподавателя я многому учился. Отдельная благодарность — редактору книги Татьяне Толстой за скрупулезно точное и матерински-нежное отношение к тексту, сделавшее его много лучше.

Виктор Каган

Душа

Психология изучает душу; поэтому первый вопрос, который может явиться у читателя, это вопрос о том, что такое душа вообще. Представление о душе и ее сущности крайне разнообразно. Как часто мы слышим в нашей жизни утверждения об известных нам людях:

— Это бездушный человек.

— Ничего подобного, — отвечают не менее чуткие люди, — он просто мерзавец и спекулирует на олове...

Или:

— Сегодня Киканов пел с душой.

— Какая же это душа, если он слова перевирал и на другой мотив пел?

И даже сами опрашиваемые о своих душевных переживаниях иногда бессознательно путают это понятие.

— Почему вы не хотите сегодня прийти?

— У меня скверно на душе. Хоть бы где-нибудь три рубля достать... И кроме того — флюс.

Что же такое душа? Душа, как ее определяют философы, это то, что владеет нашими поступками, повелевает нам делать то или иное. Здесь, конечно, можно встретиться с самыми разнообразными возражениями. Так, например, то, что повелевает нам печатать дома деньги или говорить по телефону гадости о приятелях, называется не душой, а свинством.

Представители чистой науки определяют душу иначе: в их представлении она нечто среднее между каким-то серым мозговым веществом, мозговыми извилинами и тремя-четырьмя наиболее бойкими нервами. В сущности дела, ученые, может быть, и правы, но при таком понимании им никогда не удастся разграничить душевный мир лирического поэта от такового же сибирской козы...

Что же такое душа?..

Над этим вопросом потратили много времени и не пришли к окончательному выводу. Именно поэтому и образовалась целая наука изучения души — психология. Если бы душа была определена со всеми своими достоинствами и недостатками, была бы признана простым отростком организма, как, например, слепая кишка, — почетное звание психолога свелось бы к обыкновенной негромкой профессии, как женщина-зубной врач или выжигальщик по дереву.. Теперь же для изучения всех явлений души существует целая наука, которая и помогает нам... выяснить сложный вопрос о сущности и проявлениях души.

Так посмеивались над психологией знаменитые сатирики А. Аверченко, А. Бухов, Г. Ландау и Н. Тэффи в 1916 г., когда ей как науке было от роду всего ничего — 37 лет. Почти теми же словами над психологией и рассуждениями о душе подтрунивают и сегодня, даже на фоне растущего интереса к ней. Игорь Губерман, например, пишет: «Науки, как известно, делятся на точные (уважаемые за глубину и точность), естественные (почитаемые за познание естества) и гуманитарные, то есть неточные и неестественные. К сожалению, психология ввиду полной загадочности нашего душевного устройства относится скорей к наукам последним, отчего распахнута любым гипотезам, догадкам и толкованиям. Не говоря уже об иллюзии доступности, в силу чего психологом почитает себя каждый — особенно если заходит речь о неприятных ему людях».

Один из отцов научной психологии Уильям Джеймс вообще предпочитал не говорить о душе, пока неясно практическое значение этого слова. А Григорий Сковорода говорил, что «душа — это то, что делает траву травой, дерево деревом, а человека человеком. Без нее трава — сено, дерево — дрова, а человек — труп». Она делает нас людьми, страдает, радуется, болит, надеется, верит, любит, замирает от восторга и немеет от страха, уходит в пятки, парит в мечтах и разбивается о беды, пылает страстями и возрождается из пламени, как Феникс. Ее пытаются потрогать, взвесить, рассчитать по сложным формулам, поймать в сети хитроумных приборов. А она ускользает, не дается, оставаясь великой тайной и лу-

каво напоминая с могильного камня Григория Сковороды: «Мир ловил меня, но не поймал».

Душа — это мир, в котором каждый человек — сам себе Колумб. И у каждого есть свое представление о душе, своя карта этого мира, своя логика, помогающая продвигаться по жизни. Правда, карта одного человека не похожа на карту другого. Больше того, саму душу мы представляем очень по-разному. Для одних она продукт деятельности мозга. Для других — сгусток энергии, который после нашего ухода из жизни растворяется в мировом океане. Третьи полагают, что она может переселяться из одного тела в другое и обходиться вовсе без него. Для четвертых душа — просто миф, выдумка, сказка для легковверных. Для пятых — то, что отличает душевного человека от бездушного. Для шестых — Дух Божий в человеке. Для седьмых — сумма внимания, памяти, интеллекта и эмоций... Мы отправляемся на поиски ее секретов подобно герою сказки «Поди туда — не знаю куда, принеси то — не знаю что». И что удивительно — идем, находим и приносим. Впрочем, ходить далеко не приходится — душа в нас самих.

Всякий раз, читая книгу, разговаривая с людьми, сидя напротив пациента, я убеждаюсь в том, что душа каждого человека неповторима и уникальна — другой такой нет. За сорок лет работы я могу припомнить множество пациентов с одним и тем же диагнозом или одной и той же проблемой, но не могу припомнить двух одинаковых людей.

Тут читатель вправе сказать: «Ну хорошо — красиво излагаешь, молодец. Но как же ты работаешь, если о душе ничего толком не знаешь? Тебя что, в университетах так ничему и не научили? Может, мне к кому-нибудь другому лучше пойти, другую книжку почитать?»

Хороший вопрос... Душа — размытое понятие, смысл которого каждому ясен, но точное определение невозможно. Это, иначе говоря, понятие рамочное, объединяющее множество вещей и явлений. Свести его к чему-то одному невозможно, как невозможно втащить раму в картину. Такие понятия есть и в физике, и в математике, и в других точных науках. Психология в этом смысле не лучше и не хуже.

— О чем вы говорите, профессор? Разрежьте человека, и что вы видите: печень, сердце, легкие... Где же душа?

— А если раскрыть вашу голову, молодой человек, найдешь ум?

Кл. Болотина

Мы, и правда, о многих вещах не знаем пока ничего или знаем мало, не можем дать им точных определений. Но никто не освободил нас от необходимости и не лишил счастья иметь с ними дело. Люди рожали детей и умели предупреждать беременность задолго до того, как в начале XVIII в. увидели под микроскопом сперматозоид. Человек, думавший, что плоская Земля лежит на трех слонах, устроившихся на трех китах, наслаждался красотой заката ничуть не меньше нас, знающих, что Земля — шар. Маленький ребенок, понятия не имеющий об устройстве компьютера, осваивает его гораздо быстрее и легче по лысину набитого знаниями взрослого. Говорят даже, что бабуины неплохо справляются с компьютерным программированием и тестированием, так что в будущем могут вытеснить занятых в этих областях людей — удобный вольер, свежие бананы и никаких зарплат, профсоюзов, забастовок! Вообще не обязательно раскручивать все по винтикам в стремлении понять устройство и причины. Можно наблюдать, как та или иная вещь «ведет» себя, и на этом основании строить с ней отношения. Ганс Фаллада в «Волке среди волков» устами одного из героев говорит, что умный человек — это не тот, кто знает, как делаются макароны, почему летают самолеты и т.д., а тот, кто умеет жить с людьми.

Психологические теории — замечательная и интересная вещь. Однако, и не имея о них никакого понятия, а просто наблюдая человеческое поведение и размышляя об увиденном, мы можем ориентироваться в себе и мире ничуть не хуже, а иногда и лучше, чем водружая на нос очки теорий.

Когда необходимо набросать беглый портрет человека, обычно используется простая схема: *пол, возраст, характер* — «девушка лет 22, веселая такая и немного взбалмошная», «степенный, неторопливый мужчина 60 лет», «женщина бальзаковского возраста, постоянно готовая расплакаться», «юркий, пронырливый мужичок лет 30», «темпераментный 40-летний мужчина»... Человека мы еще в глаза не видели, и вроде ничего толком не сказано, а первое представление о нем уже есть.

Характер

У меня в кабинете сидит мать 8-летней девочки: «Доктор, помогите. У нее ужасный характер! Сплошная психопатия! Что ни слово, то поперек. Если на скамейке сидит ребенок, она ни за что не сядет на свободное место, а обязательно сгонит его!» Минут через десять спрашиваю, на кого девочка похожа по характеру. В ответ: «Я понимаю, что вы хотите сказать. Но *мне-то* она должна подчиняться!» Другая мать со скоростью четыреста слов в минуту и от слова к слову все более заходясь, но успевая при этом и любимое чадо одернуть, и прическу поправить, и что-то из сумочки достать, и на звонок по мобильному телефону ответить, рассказывает о том, как суетлив и непоседлив ее ребенок.

Если полистать книги, то легко обнаружить, что слова «темперамент» и «характер» часто используются так, будто они означают одно и то же. На самом деле за ними кроются разные смыслы.

Темперамент — одно из самых старых психологических понятий. С темпераментом мы появляемся на свет. В переводе с латинского это «соразмерность». Первые упоминания о нем относятся еще к Древним Греции и Риму. Гиппократ говорил, что у людей есть четыре главных сока: кровь, лимфа и желтая и черная желчь, от соотношения которых зависят темперамент и состояние здоровья. Гален выделил девять темпераментов, но в обиход вошли только четыре: сангвинический, флегматический, холерический, меланхолический.

И.П. Павлов, сохранив галеновские названия, наполнил их новым содержанием. Сопоставляя силу, подвижность и уравновешенность процессов возбуждения и торможения

в нервной системе, он выделил четыре типа высшей нервной деятельности: 1) сильный, уравновешенный, подвижный (сангвинический); 2) сильный, уравновешенный, инертный (флегматический); 3) сильный, неуравновешенный (холерический); 4) слабый (меланхолический). В чистом виде они практически не встречаются, и темперамент каждого из нас представлен разными сочетаниями разных типов. В поведении эти типы проявляются в различиях активности (инертность, пассивность, спокойствие, инициативность, стремительность; темп, скорость, ритм, общее количество движений) и эмоциональности (впечатлительность, чувствительность, импульсивность). На такого рода признаках построены системы определения темперамента начиная с самого раннего возраста, когда специально разработанные опросники заполняются родителями или постоянно наблюдающими малыша воспитателями. Казалось бы, это очень ненадежная система — там или не там поставит галочку захлопотавшаяся мать или озабоченный воспитатель? Но множество проверок показало высокую надежность этих тестов — выявленный с их помощью тип темперамента сохраняется на протяжении всей жизни.

Если попытаться кратко определить, что такое *темперамент*, то это *врожденный тип реагирования нервной системы* на внешние (шум, свет, холод или жар и т.д.) или внутренние (голод, например) раздражители.

Характер же — это *индивидуальный почерк поведения*, которое вовсе не исчерпывается только реакциями на что-то. Он формируется на основе темперамента, но не сводится к нему. Наблюдение за поведением ребенка 8–9 месяцев от роду позволяет с очень высокой точностью описать его будущий характер. В ходе жизни одни черты характера обминаются, притираются, другие, наоборот, заостряются, но в целом характер — штука очень устойчивая. То, как человек набирает телефонный номер (тщательно и неспешно, или вколачивая кнопки в аппарат, или по нескольку раз заново), может рассказать о его характере не меньше, чем содержание разговора.

Э. Кречмер в своей знаменитой книге «Строение тела и характер», опубликованной в 1921 г., дал представление

о характере, не потерявшее значения и сегодня. Он обследовал около 200 душевнобольных, сопоставляя их душевные расстройства с физической конституцией. Оказалось, что больные шизофренией по своему телесному сложению похожи на Дон Кихота, а больные маниакально-депрессивным психозом — на Санчо Пансу. Склонность к вязкости мышления, трудностям переключения, аффективным вспышкам и эпилепсии оказалась свойственна людям атлетического телосложения. Кречмер считал, что разница между болезнью и здоровьем прежде всего не качественна, а количественна (количество переходит в качество) — те же черты, что у больных, есть у здоровых, но выражены не так ярко.

Другими словами, конституциональные особенности могут быть представлены с разной силой в стадиях здоровья — психопатии — болезни. Соответственно этому говорят о шизоидном круге (шизотимия как норма — шизоидия как расстройство характера с замкнутостью, рассудочностью, эмоциональной холодностью, потаенным и богатым внутренним миром — шизофрения), циклоидном (циклотимия как норма со склонностью к колебаниям настроения — циклоидия как расстройство характера, что-то вроде нерезко выраженного маниакально-депрессивного психоза с волнами подъемов и спадов настроения на протяжении всей жизни — маниакально-депрессивный психоз) и эпилептоидном (эпитимики — аккуратные, педантичные, немножко занудные и вспыльчивые люди на уровне нормы — эпилептоидия, при которой те же черты усиливаются, отчетливо осложняя жизнь, — эпилепсия).

Хотя в таком подходе достаточно много натяжек (прежде всего потому, что за точку отсчета были взяты душевные расстройства), ему трудно отказать в известной справедливости. Один из старых психиатров на основании кречмеровского представления описал человечество примерно так. Люди шизоидного круга делают все принципиально новые открытия, совершают прорывы в науке. Люди циклоидного круга проталкивают их в жизнь на подъеме настроения и мучаются совестью за последствия — на спаде. Люди эпилептоидного круга берут на себя подробную и детальную разработку и доводку открытий. Были

даже попытки сопоставления с кречмеровскими кругами целых цивилизаций.

Представление о характере как продолжении четырех типов темперамента прижилось больше. Тест Айзенка, например, позволяет определить характер как разные сочетания «экстраверсии (обращенности к внешнему миру) — интроверсии (обращенности внутрь себя)» и «нейротизма (эмоциональной неустойчивости) — стабильности». Здесь угадывается некоторая переключка с кречмеровскими «кругами» и вместе с тем налицо соответствие представлениям И.П. Павлова о темпераменте. Другие классификации типов характера опираются не на теории, а на описания сочетаний разных черт.

Когда я только начинал работать, мне казалось, что, определив характер человека, я буду знать о нем все и смогу раскладывать людей по десятку-другому полочек. Потом это прошло. Давайте посмотрим вместе. Возьмем один из самых распространенных тестов характера — тест Кеттелла. Он выделяет 16 черт характера, сочетанием которых описывается каждый человек. Каждая из черт может быть выражена более или менее — от 16 баллов до 1. Сколько вариантов перестановок возможно? Перемножив ряд чисел от 1 до 16, получаем 3 000 000 000 000. Это в 60 раз больше сегодняшнего населения Земли. Но одни черты характера во взаимодействии с жизнью чуть приглушаются, другие, наоборот, проявляются сильнее. Если ограничиться только воспитанием в семье и принять, что есть 4 его типа, а воспитание каждого ребенка представлено тем или иным их сочетанием, то по той же формуле получаем 24 варианта. Тогда итоговое число — при очень большом упрощении — оказывается 72 000 000 000 000, то есть в 1440 раз больше, чем людей на Земле. Вероятность встретить свою точную характерологическую копию составляет, таким образом, ничтожную величину: 0,0000000000000139%. Куда как легче выиграть несколько десятков миллионов в лотерею...

Ни разу в жизни я не встречал человека, которому не было бы интересно узнать что-то о своем характере. Никто не знает нас лучше нас самих, но разобраться в этом знании

частенько бывает так сложно, что даже самым глупым тестам люди склонны доверять больше, чем самим себе. Попытки определить свой характер могут быть вполне интересной игрой. Сегодня к вашим услугам множество книг с тестами такого рода и возможность протестироваться в Интернете. Играйте на здоровье, но не заигрывайтесь и не забывайте, что у этой игры есть свои правила.

Прежде всего — зачем, для чего вам это? Просто так? Но «просто так» — ни с того, ни с сего — не бывает. Все мы несем в себе маленькие, не известные нам самим тайны. Иногда они вполне безобидны, а иногда заряжены болью, которая может вспыхнуть при выполнении теста.

Тест — не линейка, годная для измерения всего и у всех. Вот простой вопрос: «Любите ли вы помидоры?» «Обожаю», — выдохнет удачливый огородник. «Терпеть не могу», — дружно ответят аллергик и тот, кто недавно попался на краже томатов, «Кушать люблю, а так нет», — сообщит персонаж анекдота.

Метрической системою владея,
Удобно шею или брюхо мерять.
Душевным меркам невозможно верить.
Портновская идея.

Борис Слуцкий

Нередко люди пытаются «переиграть» тест. Можно так ответить на вопросы теста на вспыльчивость, что окажется, что вы тише воды и ниже травы, а порадовавшись такому замечательному результату, закатить скандал домашним за не выключенный в ванной свет. Но, отвечая на вопросы теста открыто и искренне, можно получить довольно интересный материал для размышлений о себе любимом (или ненавидимом).

Серьезные профессиональные тесты, требующие соблюдения особых условий их проведения, знаний и навыков интерпретации результатов, для развлечений типа «Проверь себя» не используются. Наспех составленными опросниками можно позабавиться, но особенно доверять результатам не стоит (знаю, о чем говорю, — сам сочинял такие игрушки).

Главное, чего следует остерегаться, — это попыток разделить черты характера на «хорошие» и «плохие». Во-первых, таких просто нет. Во-вторых, нахождение «хороших» черт не делает нас лучше, а нахождение «плохих» хуже: мы такие, какие есть. В-третьих, как я уже говорил, мы можем вольно или невольно передергивать карты в ходе выполнения теста. В-четвертых, восприняв «плохое» со звериной серьезностью, можно начать такую войну против себя самих, что никакие миротворческие силы ООН не помогут.

Дело не в чертах, а в том, находят ли они свое место в жизни. Вот этот шкет с вечным гвоздем в известном месте — от него стонут учителя, перешли на аспириновую диету родители и катаются со смеха товарищи — не новый ли это Райкин? А этот — такой маленький, а уже занудливый умник, не вынимающий головы из книг, не слышащий никого и ничего вокруг, не знающий радостей детских игр, затюканный сверстниками и затасканный по психиатрам, — не он ли годы спустя расшифрует на изъеденном временем камне надписи, которые тысячи взрослых, как ни бились, расшифровать не могли? Ни одна черта характера, если она проявляется в нужное время и в нужном месте, не плоха.

В свое время в одном из ленинградских институтов, где готовились будущие строители дорог и мостов, ходили легенды о человеке, которого называли Дедом. Он приезжал на распределение из Средней Азии набирать специалистов. Отличники его не интересовали: «Это вам для аспирантуры и протирания штанов». Он смотрел личные дела. Этот схватил «трояк» и четырежды пересдавал экзамен, пока не получил желанную «пятерку» — «У меня есть место для этого упорного вола». Этот к концу зачетной сессии подошел без единого зачета, а к середине экзаменационной уже опередил всех, сдал и зачеты, и экзамены, — «Для этого авральщика у меня есть отличная работа». Деда любили и приезжали из пекла среднеазиатских пустынь счастливыми.

То в характере, что мы знаем и принимаем, доступно нашему контролю и управлению, а то, что остается неизвестным или отвергается, — управляет нами. В конце концов, звуки одних струн моего характера нравятся мне больше,

других — меньше, но дело в том, играю ли я на них если не так, как Паганини, то хотя бы как выпускник музыкальной школы. Меланхолик, рвущийся в торговые агенты, холерик, стремящийся в бухгалтеры, флегматик, мечтающий стать популярным ведущим ток-шоу, — примеры неумения пользоваться своим характером так, чтобы быть успешным и получать максимум удовлетворения от работы и жизни. И вместо того, чтобы «ровнять» характер своего ребенка, может быть, лучше подумать, какая работа, какие занятия ему по характеру, а какие нет.

Говорят о нормальном характере. Но и он определяется не наличием, а выраженностью черт и их сыгранностью в оркестре характера. Я бы скорее говорил о гармоничности характера, чем о его нормальности или ненормальности.

Черты характера не подобраны по росту, как солдаты королевской гвардии. Какие-то из них выражены ярче других или отчетливее проявляются в ситуациях напряжения, стресса, заинтересованности: музыка поведения от этого не нарушается. Тогда говорят о характере акцентуированном — это не диагноз, а лишь признание того, что в характере есть достаточно выраженные ведущие черты.

Но порой какая-то черта (или группа черт) характера выражена настолько сильно, что начинает заглушать все остальные, управляя поведением. Раньше это называли «психопатией», теперь — «расстройством личности». Что это за штука? Точнее всего ее определяли старые врачи. Психопат, говорили они, это человек, трудный для себя и окружающих, поскольку его реакции не соразмерны по силе и продолжительности вызвавшим их событиям. Другими словами, хвост вертит собакой. Осторожность, к примеру, нужна, но когда она проявляется по любому незначительному поводу или начинает эти поводы для себя творить — это уже чересчур. Или — кому не знакомы переживания ревности? Но между способностью ревновать и неспособностью управлять своей ревностью как раз и пролегает граница нормы.

Однако не стоит делать культа из представлений о норме. Часто в ответ на вопрос «Что вас беспокоит в вашем характере?» слышишь: «Беспокоить-то не беспокоит. Но ведь это ненормально!» То есть человек чувствует себя в жизни,

как в строю, — «стоять по росту и видеть грудь четвертого, не высываясь и не западая». И тогда кто-то нам или мы кому-то со стальной ласковостью конвоира разьясняем: «Не можешь — научим, не хочешь — заставим». В каких-то специфических ситуациях в этом, наверное, есть резон. Но возведи мы такой лагерно-строевой устав характера в правило — любовь потеряет право сводить нас с ума, Коперники и Галилеи будут просиживать штаны в НИИ и писать ежегодные отчеты о вращении Солнца вокруг Земли, а Спартаки с безграничной любовью к своему господину отправятся на мечи друг друга и на рога быков.

Трудно ли с людьми, характеры которых уж очень бугристы? Да, безусловно. Но, замечу, им и самим трудно. Как мало кто другой это чувствовал и понимал Ф.М. Достоевский, выписывая характеры Раскольникова, Мышкина, Карамазовых, Смердякова, Сонечки Мармеладовой... и принимая их такими, какие они есть. Оно конечно, принимать характеры литературных героев легче, чем характеры окружающих людей и свой собственный. И все-таки другого выхода нет, хотя бы уже потому, что принять значит понять. Если мы знаем, что в ответ на крик человек заводится с полоборота, то, может быть, лучше попробовать говорить с ним, не повышая голоса, чем кричать: «А ты не ори!»? Я вовсе не имею в виду, что все вокруг должны приносить себя в жертву такому бугристому человеку, становясь для него психотерапевтами или окружая его всепрощающим сюсюканьем. Это попросту невозможно, да и сам он скорее всего рванет рубаху на груди, мол, мы — психопаты, а «ты, пионер, не спи, глаз не закрывай, ты меня воспитывай!». Но видеть в человеке личность, а не только носителя черт характера, не вредно. Слишком часто по существу согласные между собой люди становятся злейшими врагами, не различая за частоколом черт характеров друг друга личностной близости.

Многие из нас ужасно недовольны характером (реже — своим, чаще — чьим-то) и пытаются наращивать «хорошие» черты и выжигать каленым железом «плохие» (причем иной раз так усердно, что, кажется, паленой человечиною пахнет). Если с вами такое случается, возьмите лист бумаги, разделите его пополам и напишите слева, какие черты вашего характера

вам нравятся, а справа — те черты, которые вам не нравятся. Не спешите — для себя же делаете. А когда наберется хотя бы штук по десять с каждой стороны, посмотрите, что получилось. Много интересного можно для себя открыть.

Даже если вам не нравится какая-то черта характера другого человека, не спешите настаивать: «Если я тебя придумала, стань таким, как я хочу». Ничего из этого не получается, кроме конфликтов и душевного раздора. Характер — это ансамбль черт, и важно, как он играет, как звучит в целом. Иногда человек спасается бегством не потому, что трус, а потому, что практичен, а иногда лезет в драку не от храбрости, а по безрассудству. Наконец, даже если взять одно какое-то измерение характера, например «трусость — храбрость», то практически никогда нельзя сказать: «Или трус, или — храбрец». Всегда приходится поискать место на шкале между этими полюсами. Потому что и то и другое — в наличии. В зависимости от ситуации человек может проявить одно или другое: «трусливая» зайчиха будет защищать зайчат, как львица, а цирковая львица — безропотно подчинится этому хилому дрессировщику, которого ей и на обед было бы маловато.

Я бы сравнил характер с арсеналом личности. И может быть, стоит начать с того, чтобы узнать и понять свой и ближайших людей характеры и поучиться использовать это знание? А то ведь недолго оказаться в роли обладателя фамильного столового серебра, владеющего им, как мартышка очками, рядом с соседом, который пластиковыми вилкой и ножом над бумажной тарелочкой орудует с изяществом аристократа в седьмом поколении.

Пол

В течение последних 25–30 лет в мире ежегодно выходит не менее полутора тысяч научных книг и статей, посвященных половым различиям. Не так, значит, все просто, как могло показаться Адаму и Еве, только что отведавшим плода от Древа Познания. Во всяком случае фиговыми листочками досужих мнений, анекдотов и вековых предрассудков проблему не скроешь. Современные Адамы и Евы бьются над составлением списка различий между ними и пониманием их происхождения. Два основных вопроса: 1) Какие половые различия действительно существуют? 2) Их существование — дань биологической природе мужчин и женщин или они задаются историей и культурой?

Половые различия

Старт нынешнему марафону их изучения дала книга Э. Маккоби и К. Джеклин, вышедшая в США в 1974 г. Они проанализировали большинство опубликованных к тому времени работ о врожденных различиях между полами и сочли, что достоверны только: у мальчиков/мужчин — большая агрессивность и большая успешность в выполнении математических и зрительно-пространственных заданий, а у девочек/женщин — более высокие языковые способности. Скажем прямо, не густо. И.С. Кон по этому поводу заметил, что авторы были чересчур придиричивы, а то, что различия не подтверждены психологами, еще не означает, что их действительно нет. К тому же и с подтвержденными дело обстоит вовсе не просто.

Вскоре после выхода книги последовало много возражений, особенно в отношении агрессивности. Было показано,

что женщины не менее агрессивны, чем мужчины, если оценивают свои действия как справедливые или свободны от ответственности за них. Возможно, что присущие женщинам тревожность, способность к соперничеству и чувство вины приводят к подавлению агрессивности там, где мужчины ее не скрывают. Поскольку агрессивность традиционно приписывается мужчинам и служит предметом их гордости, они склонны подчеркивать или преувеличивать ее.

Эмпатия (способность к сопереживанию), какими бы методами ее ни изучали, с первых дней жизни более присуща женскому полу. Вероятность того, что данные разных исследований совпадают случайно, — всего-навсего 1:64000 (0,000016%), то есть практически никакая. В ходе развития различия сохраняются, но мальчики/мужчины в какой-то мере обучаются эмпатии, а девочки/женщины в какой-то мере приглушают ее. И очень низкая, и очень высокая эмпатия жизненно невыгодны, неудобны: воспринимать другого голый, незащищенной душой больно, а быть эмоционально толстокожим бегемотом — значит не улавливать важные эмоциональные сигналы, помогающие ориентироваться в отношениях.

Есть различия, за знанием которых не приходится лазать в книги. Например, мужчина любит глазами, а женщина ушами. Если она ему хочет понравиться, она в первую очередь должна «выглядеть». Если понравиться хочет мужчина, он должен быть хорошим «говорильником».

Вполне традиционно представление о том, что мужчины умнее женщин: «Умных женщин не бывает: бывают очаровательно-глупенькие и ужас какие дуры» (М. Жванецкий). Есть на сей счет и другое мнение: когда мужчины хотят понравиться женщинам, они прикидываются умными, а женщины, когда хотят понравиться мужчинам, прикидываются глупыми. Мужчины прикидываются умными потому, что понимают: при прочих равных у умного больше шансов. Женщины прикидываются глупыми, чтобы мужчинам не приходилось так сильно напрягаться, делая вид, что они умнее. Если же серьезно, то половые различия интеллекта выражены меньше, чем индивидуальные, и ответственны не более чем за 5% тестовых показателей. Маккоби и Джеклин (см. выше)

утверждали, что математические способности лучше развиты у представителей «сильного пола». Действительно, так ли уж много женщин — способных математиков?! Но вот, говорят, в Исландии есть деревушка Сандгерди, где местную школу вдруг поразила вспышка математических способностей у девчонок. Секрет, до которого было совсем не просто докопаться, оказался до смешного прост. Не грела девчачьи души перспектива повыходить замуж за рыбаков и провести всю жизнь в деревне, а математика открывала возможности учебы в университете, жизни в большом городе. Мальчишек же больше привлекала перспектива быть рыбаками и хорошо зарабатывать, да и романтики сколько... Как не без иронии заметила женщина-журналист, комментируя очередное исследование, утверждавшее, что мужской интеллект выше, «в глубине души каждый мужчина, даже самый раздемократ, уверен, что все женщины — дуры. А мы и не спорим: одна из важных составляющих женского ума — способность его не демонстрировать».

В 1980-х гг., еще увлекаясь исследовательской работой, я натолкнулся на статью о том, что мужской и женский ум различаются не по величине, а по организации. У мужчин он представлен тремя независимыми факторами: словесным, зрительно-пространственным и математическим. У женщин — двумя: один объединяет в себе все три фактора, выделенные у мужчин, а второй связан с зависимостью речи от окружения (речевой гибкостью). Идея показалась мне интересной и повлекла за собой серию экспериментов, приведших к заключению, что ум, подобно армии, умеет перестраиваться в зависимости от ситуации. В обычных условиях мужской ум представлен отдельными, не зависимыми друг от друга группами способностей, но чем труднее задача, тем больше эти группы объединяются, как бы собираясь в кулак. Женский ум придерживается прямо противоположной тактики: в обычных условиях он наступает на задачу единым фронтом, но чем задача труднее, тем больше он разбивается на отдельные, действующие независимо группы, нанося удары одновременно с разных сторон. Я ловлю себя на мысли, что женщина, скорее всего, нашла бы какое-то иное, не военное сравнение. Но это так, кстати. Важно, что передовая линия женского ума представлена синтезом,

интуитивностью, тогда как анализ, рассудочность в запасе, а мужской ум действует наоборот. Стоп! Но ведь и эмпатия, столь выраженная у женщин, тоже штука целостная, синтетическая — интуитивная: женщина чувствует состояние другого человека, а мужчина «вычисляет» его. Так, может быть, у эмпатии и интуиции есть какой-то общий корень?

Думаю, что да. И связан он с мозгом. Правое полушарие ответственно за синтетическое, интуитивное мышление, а левое — за аналитическое, рассудочное. Их функции настолько различны, что говорят о «правом» и «левом» мозге. У мужчин полушария функционируют более независимо, чем у женщин. Это выявляется уже в первые сутки жизни. И не только выявляется, но и подтверждается строением мозга. Полушария соединены между собой так называемым мозолистым телом — пучком нервов-проводников, своего рода кабелем, обеспечивающим обмен информацией между ними. Уже к моменту рождения этот «кабель» у девочек и толще, и устроен несколько иначе, чем у мальчиков.

Вырисовывается сложная и интересная система половых различий. Пока она далеко не до конца расшифрована, но ее можно проследить на примере той же эмпатии. С точки зрения *эволюции* преобладание эмпатии у женщин можно объяснить материнским инстинктом, врожденными программами материнского поведения, обеспечивающими выживание и воспитание потомства. С точки зрения *психофизиологии* она находит объяснение в более симметричной, содружественной работе мозговых полушарий, обеспечивающей целостность, интуитивность восприятия и переживания. Для *социального психолога* важно, как проявляет себя эмпатия в разных ситуациях, что ее стимулирует, а что тормозит. Наконец, для *социолога* важно, что оба пола подтягивают эмпатию к тому уровню, который обеспечивает более эффективное социальное поведение. Индивидуальные различия в проявлении эмпатии могут быть как угодно широки — вы наверняка можете припомнить как очень сопереживающих мужчин, так и эмоционально «глухих» женщин.

С разных точек зрения половые различия психики видятся по-разному. Похоже, что, составляя списки обязательных «мужских» и «женских» черт, едва ли можно что-то толком

прояснить. Возможно, правы те, кто считает, что уместнее говорить о разнице стилей жизни. *Мужской* стиль описывают как предметно-инструментальный. В нем ведущее место занимают цели и способы их достижения. В *женском* — эмоционально-коммуникативном — стиле ведущее место принадлежит отношениям и связанным с ними эмоциям. Другими словами, мужской стиль ориентирован больше на результат, а женский на процесс. Поведение мужского стиля отвечает на вопрос «Что?», женского — на вопрос «Как?». С этой точки зрения взглянем еще раз на агрессивность. В предметно-инструментальном стиле она, скорее всего, проявит себя физической, сексуальной или открытой словесной агрессией. В эмоционально-коммуникативном стиле это может быть вскользь брошенная фраза — точная, как укол рапиры в самое чувствительное место. Что-нибудь вроде: «Дорогая, где ты купила это прекрасное платье? Оно так замечательно скрывает все недостатки твоей фигуры». Если мы не учитываем разницу стилей, в отношениях то и дело потрескивают короткие замыкания, грозящие пожаром. «Милый, ты меня любишь?» В ответ он бурчит что-то нечленораздельное, не отрываясь от компьютера. Она переходит к прямым инструкциям: «Милый, ну скажи, что ты меня любишь!» В ответ — «Угу!», а в голове: «Черт подери, вечно под руку.. И чего надо? Пашу, как папа Карло, семью обеспечиваю, не изменяю, не импотент, детей в школу вожу, краны-шманы чиню. Чего еще надо?!»

Все это хорошо согласуется с эволюционной теорией пола, предложенной в 1960-х гг. В.А. Геодакяном. Зачем она вообще нужна — эта двуполость? Если для размножения, то почему человек не размножается делением? Живут же бесполое черви тысячелетиями, и ничего. Правда, какими они были миллионы лет назад, такими и остались, а разница между доисторическими людьми и нами поражает воображение. Двуполость обеспечивает самый прогрессивный вид воспроизводства — так говорят ученые, и нет никаких оснований подозревать их в обмане или ошибке. Если уж два пола существуют, то каковы их функции?

В теории В.А. Геодакяна женское и мужское начала сопоставляются как наследственность и изменчивость, количество

и качество потомства, консервативность и вариативность. Женское начало обеспечивает неизменность от поколения к поколению, сохранение того, что было накоплено в ходе эволюции. Оно — «золотые кладовые» наследственности. Мужское начало — передовой отряд эволюции, берущий на себя «разведку боем». Оно принимает на себя функцию столкновения со средой, испытания ее новых условий — если они достаточно сильны и устойчивы (природе нет смысла реагировать на слабые и случайные влияния), «под них» формируются новые генетические тенденции, которые могут быть переданы потомству.

Выглядит фантастикой? Что ж, посмотрим на факты. Если гипотеза «разведки боем» верна, она должна подтверждаться более высокими потерями. Сразу после зачатия соотношение плодов мужского и женского пола составляет примерно 150:100, к моменту рождения — 105–107:100, к 30 годам на 95 мужчин приходится 100 женщин, а годам к 80–85 на одного мужчину приходится семь женщин (но это уже как-то и ни к чему). Так что в призыве «Берегите мужчин», если его не оглуплять до уровня бульварных журналов, что-то есть. Действительно ли в ходе этой разведки формируются новые качества? При сравнении врожденных пороков сердца оказалось, что у мальчиков/мужчин они чаще представляют собой футуристические модели сердца, каких в эволюции не было, а у девочек/женщин чаще воспроизводят более ранние эволюционные модели (например, двухкамерное сердце).

Согласно теории В.А. Геодакяна, мужское и женское начала в человеке выполняют разные задачи. Женское начало обеспечивает неизменность в эволюционном развитии и пластичность в жизни, мужское — пластичность в эволюционном развитии и неизменность в жизни. Мне всегда хочется сравнить женское начало с персиком, податливая мякоть которого окутывает несокрушимую косточку, а мужское — с орехом: под жесткой и прочной скорлупой у него таится уязвимое ядрышко.

Отсюда уже можно шагнуть к психологии пола. Только осторожно. Потому что если прямо перенести теорию Геодакяна в психологию, то получится, что женщине с ее постоянством, консервативностью, стабильностью выход

за пределы классического пространства «кухня, дети, церковь» категорически запрещен и ума для сидения в этом пространстве много не надо, а любить она может исключительно свой домашний очаг и домочадцев. Мужчина же всегда если не в бою, то в походе, а если не в походе, то в загуле, потому что, дома сидя, разве может он выполнить свою великую миссию преобразователя и исследователя, для которой ему природа такую бездну умища дала?

Но при более осмотрительном подходе обнаруживаются интересные вещи, многие из которых знакомы просто по жизни. Колючие, ершистые, беспокойные мальчишки — как с ними бывает трудно! Но если вам удалось пробиться сквозь эту скорлупу, он ваш преданный друг. Аккуратные, покладистые, послушные, тихие девочки — просто мечта! Но это лишь до тех пор, пока дело не касается чего-то важного и принципиального для них, а коснется — тогда и мальчишки ангелами покажутся. Учителя это хорошо знают. И выводы Э. Маккоби и К. Джеклин о том, что мнения о различиях мужского и женского пола в послушности, степени влияния среды на развитие, внушаемости и социальности не имеют оснований, уже не выглядят столь убедительными.

...Вот вы это читаете и вольно или невольно примеряете все к себе и знакомым вам людям. Наверняка в памяти оживают образы, опровергающие все, что я пытаюсь сказать. Есть, правда, и совпадения, но меньше, чем можно было бы ожидать. Но в общем — не сходится!

И не должно сходиться. Потому что В.А. Геодакян говорит не о мужчинах и женщинах, не о присущих *каждому* мужчине и *каждой* женщине особенностях, а о мужском и женском началах в человеке. Человек ведь, строго говоря, двупол. И.С. Кон в книге «Вкус запретного плода» пишет: «Вы, конечно, помните библейскую историю о сотворении Евы из Адамова ребра. Но в первой главе книги Бытия эта история излагается несколько иначе: “И сотворил Бог человека по образу Своему, по образу Божию сотворил его; мужчину и женщину сотворил их”. Вместо лестной для мужского самолюбия версии создания женщины “для человека” здесь утверждается одновременность их сотворения или, страшно подумать, что наш прапредок обладал как муж-