

# АЛЬБЕРТ НАЛЧАДЖЯН

ФРУСТРАЦИЯ,  
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
САМОЗАЩИТА И  
ХАРАКТЕР. ТОМ 2.  
ЗАЩИТНЫЕ МЕХАНИЗМЫ,  
САМОСОЗНАНИЕ И  
ХАРАКТЕР

Альберт Налчаджян

**Фрустрация, психологическая  
самозащита и характер. Том  
2. Защитные механизмы,  
самосознание и характер**

«Налчаджян Альберт Агабекович»

2013

УДК 159.9  
ББК 88

**Налчаджян А. А.**

Фрустрация, психологическая самозащита и характер.  
Том 2. Защитные механизмы, самосознание и характер /  
А. А. Налчаджян — «Налчаджян Альберт Агабекович», 2013

ISBN 978-9939-53-845-7

Книга посвящена одной из наиболее актуальных проблем современной психологии – защитной адаптации личности в условиях фрустрации и стресса, а также последствиям систематического применения защитных механизмов для характера личности. Описываются основные виды стрессоров и фрустраторов. Подробно исследуются ведущие защитные механизмы личности и, частично, социальных групп, их взаимодействия и последствия их динамики как для личности, так и для общества. Выдвигается проблема групповой и этнической психической самозащиты, а также ряд принципиальных вопросов теории фрустрации и психологической самозащиты, а также характерологии. Настоящий второй том книги целиком посвящен описанию и исследованию защитных механизмов. Я надеюсь, что на столе читателя – наиболее всеобъемлющее и подробное исследование защитных механизмов, из взаимосвязей, защитных комплексов и стратегий, влияния защитных процессов на различные аспекты личности. Книга предназначена для психологов, социологов, психиатров и психотерапевтов, а также для более широкого круга лиц, интересующихся проблемами и достижениями современной психологии. Книга выходит в авторской редакции.

УДК 159.9

ББК 88

ISBN 978-9939-53-845-7

© Налчаджян А. А., 2013

© Налчаджян Альберт  
Агабекович, 2013

## Содержание

Часть первая механизмы внутренней самозащиты	20
Глава 1. Вытеснение: общее представление	20
§ 1. Основные механизмы психической защиты личности	20
§ 2. Психоаналитическая теория инстинктов	22
§ 3. Психоаналитическое понимание вытеснения	25
§ 4. Вытеснение и его удержание: о природе удержания	28
§ 5. Удержание вытеснения и «семантическая защита»	29
§ 6. О разновидностях вытеснения	30
§ 7. Другие разновидности вытеснения	32
§ 8. Процесс обобщения вытеснения и различные порядки (уровни) вытеснения	33
§ 9. Вытеснение и тревога	34
§ 10. Вытеснение и уровни психической активности	34
§ 11. Противоположность осознания – контр-осознание	35
§ 12. Установки и вытеснение	36
§ 13. Распространенность вытеснения в обществе	37
§ 14. Основные психологические последствия вытеснения и подавления	39
§ 15. Поведенческое выражение вытесненного	39
§ 16. Избирательность вытеснения и изменение самоустановки личности	40
Глава 2. Подавление и вытеснение	42
§ 1. Подавление	42
§ 2. Избирательность подавления	43
§ 3. Вытеснение и подавление: сходства и различия	43
§ 4. Подавление форм выражения настроения и чувств	45
§ 5. От подавления к вытеснению (к проблеме генезиса вытеснения) (новая концепция)	46
§ 6. Подавление и вытеснение – механизмы разрешения внутренних конфликтов	47
§ 7. Внушение в гипнозе и забывание (или новый вид подавления)	48
§ 8. О возможных физиологических механизмах вытеснения и подавления	48
§ 9. Подавление и вытеснение в процессе публичного выступления	49
Глава 3. вытеснение и другие защитные механизмы	51
§ 1. Вытеснение и отрицание	51
§ 2. Связь вытеснения с механизмом избегания	52
§ 3. Связь вытеснения с механизмом формирования реакции	53
§ 4. Вытеснение и замена чувств суждениями	53
§ 5. Вытеснение и любознательность	54
Глава 4. Вытеснение, самосознание, личность	56
§ 1. Проблема	56
§ 2. Вытеснение и нарциссизм	56

§ 3. Идеальное Я, реальное Я и вытеснение	57
§ 4. Вытеснение и проблема психической зрелости	58
§ 5. Вытеснение в повседневной жизни и возможности его социально-психологического исследования	59
§ 6. Расширение Я-концепции, вытеснение и адаптация личности	60
§ 7. Опыты Зимбардо и проблема вытеснения	62
§ 8. Исповедь, вытеснение, осознание	62
Глава 5. Вытеснение и познавательные процессы	64
§ 1. Вытеснение и процессы памяти	64
§ 2. Воспроизведение на службе у вытеснения (примеры из художественной литературы)	64
§ 3. Вытеснение и процесс забывания информации	65
§ 4. Вытеснение – вид забывания	66
§ 5. «Время лечит»: так ли это?	67
§ 6. Селективная невнимательность и вытеснение	68
§ 7. Избирательность воспроизведения как результат психологической самозащиты (в связи с эффектом Зейгарник)	68
§ 8. Вытеснение и ошибочные действия	71
§ 9. Внутренняя речь, фрустрация и вытеснение	72
§ 10. Вытеснение, символизация и творчество	72
§ 11. Механизм вытеснения, и почему интеллектуалы «наивны»?	73
Глава 6. Патологические последствия вытеснения и подавления	75
§ 1. О возможных патологических последствиях вытеснения	75
§ 2. Неудача (провал) вытеснения	76
§ 3. Нарушение вытеснения и патология памяти	77
§ 4. Вытеснение, замещающие образования и симптомообразование	78
§ 5. Фобические реакции	80
§ 6. Психосоматические нарушения как следствия вытеснения	81
§ 7. Вытеснение и симптоматическое поведение в повседневной жизни	82
Глава 7. Рационализация, интеллектуализация и психологическая самозащита (когнитивная психозащита)	83
§ 1. Общая характеристика рационализации	83
§ 2. Рационализация и интеллектуализация	86
§ 3. Интеллектуализация и эмпатия	87
§ 4. Разновидности интеллектуализации	88
§ 5. Эмоциональная изоляция и интеллектуализация (исторический пример)	90
§ 6. Актуальная и предвосхищающая рационализации	91
§ 7. Рационализация для себя и для других	92
§ 8. Прямая и косвенная рационализация	94
§ 9. Постгипнотические рационализации	95
§ 10. Нормы, ценности и новая типология рационализаций	97

§ 11. Другие виды рационализации	97
§ 12. Способы рационализации	98
§ 13. Реакция второго уровня	100
§ 14. Механизм «сладкого лимона» и фатализм	101
§ 15. Самодискредитация	101
§ 16. Самообман	101
§ 17. Психологический «материал» рационализаций	103
§ 18. Рационализации ситуативные, временные и вечные	103
§ 19. Рационализация под влиянием воспроизведения прошлой ситуации фрустрации	104
§ 20. Социальная поддержка и успешность рационализации	106
§ 21. Рационализации на уровне групп, обществ и народов	106
§ 22. Временная локализация рационализации как основа новой типологии ее видов	108
§ 23. Виды рационализации по критерию содержания рационализируемого явления	108
§ 24. Рационализации преступника: волк и ягненок	109
Глава 8. Защитная мотивация, рационализация и адаптация	111
§ 1. Мотивация рационализации	111
§ 2. Личность, целеобразование, рационализация	112
§ 3. Отраженная рационализация и адаптация личности	114
§ 4. Рационализация на службе у Я-концепции	115
§ 5. Защитный мотив и процесс рационализации (новые идеи)	116
§ 6. Поиск защитных мотивов как процесс рационализации	118
Глава 9. Рационализация, защитные комплексы и личность	119
§ 1. Рационализация и установки личности	119
§ 2. Рационализация, диссонанс, самосознание	119
§ 3. Выбор целей, уровень притязаний и когнитивный диссонанс	121
§ 4. Тенденция к рационализациям и некоторые черты личности	122
§ 5. Защитный комплекс с ведущей рационализацией (об одной рационализации Анатолия Карпова)	124
Глава 10. Вера в «справедливый мир» и исходящие из нее рационализации	125
§ 1. Концепция М. Лернера	125
§ 2. О структуре веры в справедливый мир	127
Глава 11. Политические, идеологические и этнические виды и аспекты рационализации	128
§ 1. Ретроспективный взгляд на идеологию и политику	128
§ 2. Политические рационализации	130
§ 3. Социально – психологические и этнопсихологические аспекты рационализации	133
Глава 12. Религиозные рационализации	135
§ 1. Проблема	135
§ 2. Фаталистические рационализации	135
§ 3. Рационализации «для Бога»	135
§ 4. Христианские рационализации	136

Глава 13. Логика и психо-логика рационализации	138
§ 1. Психо-логика рационализации: предварительные замечания	138
§ 2. Психо-логика самооправдания	140
§ 3. Психо-логика и адаптация личности	142
§ 4. Объяснение, дедукция, силлогизм и рационализация	142
§ 5. Вероятностные суждения в рационализациях	143
§ 6. «Принцип» рациональной абсолютизации и фатализм	144
§ 7. Ссылка на общепринятое – способ рационализации	145
§ 8. Рационализация и другие мыслительные операции	145
§ 9. Научное и любительское объяснение психических явлений	146
§ 10. Перенос смысла с цели на процесс активности	147
§ 11. Как узнать и определить, что говорящий рационализирует?	148
Глава 14. О вредных и патологических последствиях рационализаций	150
§ 1. Проблема	150
§ 2. Два типа самообмана	150
§ 3. Шизофрения и другие психозы	151
§ 4. Рационализация, ложь, лживость и обман	152
§ 5. Рационализация: обратная сторона ее полезности (последствия рационализаций для их субъектов)	152
§ 6. Рационализации, неврозы и психозы	154
§ 7. Алкоголь, наркотики и потребность в рационализациях	155
§ 8. Когнитивный диссонанс, рационализация и изменение установок личности	155
Глава 15. Комическое, юмор, рационализация	157
§ 1. Комическое	157
§ 2. Сатира, ирония и юмор	158
§ 3. Остроумие	160
§ 4. Приемы (способы) создания комического	160
§ 5. Рационализация, юмор, остроумие	161
§ 6. Рационализация для других – механизм порождения шуток	162
§ 7. Секс, юмор и рационализация	164
§ 8. Переоценка явления как тактический способ смягчения фрустрированности и проблема юмора	165
§ 9. Сочувствие, юмор, ирония	165
Глава 16. Психическая регрессия: основные теоретические представления	167
§ 1. Общая характеристика психической регрессии	167
§ 2. Регрессивное забывание и возрастная регрессия (старость и к закону Рибо)	168
§ 3. Фрустрация и регрессия	170
§ 4. Фиксация и регрессия	171
§ 5. Уточнения Абрахама Маслоу	173
§ 6. Примеры и уточнения	174



§ 7. Частичная и полная регрессия	175
§ 8. Феномен «всемогущество мысли» и психическая регрессия (новая концепция)	175
§ 9. Регрессия и психическое развитие	177
§ 10. Экспериментальное исследование регрессии	178
Глава 17. Разновидности регрессии	183
§ 1. Когнитивная регрессия	183
§ 2. Регрессия мышления и проблема ее психо-логики	185
§ 3. Регрессивная речь и мышление	185
§ 4. Объектная регрессия	186
§ 5. Возможна ли регрессия к сензитивным периодам развития (новая проблема)	186
§ 6. Регрессия и «Я»: еще два типа этого механизма	187
§ 7. Поведенческая регрессия у животных (эволюционные корни регрессии)	187
§ 8. Поведенческая регрессия у человека	190
§ 9. Групповая и массовая регрессия	190
§ 10. Ролевая регрессия: новый тип психической регрессии	191
§ 11. Сексуальная регрессия	192
Глава 18. Регрессия и другие защитные механизмы	196
§ 1. Регрессия и вытеснение	196
§ 2. Регрессия и регрессивные формы других защитных механизмов	197
§ 3. Вновь о взаимосвязи регрессии и фиксации	198
§ 4. Эмпатия вызывает регрессию	199
§ 5. Регрессивное забывание и возрастная регрессия (к закону Рибо)	200
Глава 19. Регрессия и творчество	202
§ 1. Регрессия – одна из основ творческого процесса	202
§ 2. Произвольная и непроизвольная регрессия в творческом процессе	202
§ 3. Три причины регрессии (по Салливену) и воображение	203
§ 4. Сублимация и регрессия	204
§ 5. Регрессия ради прогресса (прогрессивные функции психической регрессии)	206
§ 6. Новые проблемы и идеи	207
Глава 20. Психическая регрессия и сновидения	208
§ 1. Обычный сон как регрессивное психическое состояние (общая концепция)	208
§ 2. Пример и его психоаналитическая интерпретация	209
§ 3. Новые идеи	210
§ 4. Некоторые признаки регрессии в сновидениях и проблема объективации	211
§ 5. Психическая регрессия в сновидениях (продолжение обсуждения)	212
§ 6. Многоуровневость психической активности и регрессия	214
§ 7. Предвидение сна со сновидениями – предварительный механизм защиты от регрессии	215

Глава 21. Регрессия во время гипнотического сна	217
§ 1. Экспериментальные исследования регрессии в гипнотическом состоянии	217
§ 2. Гипервнушаемость – признак регрессии	217
§ 3. Примеры подлинной регрессии в гипнозе	218
§ 4. Регрессия, перенесение, конформизм (новая гипотеза)	219
§ 5. Сенсорная депривация и регрессия в гипнозе	220
Глава 22. Патологические формы психической регрессии	221
§ 1. Анализ примера	221
§ 2. Патологические фиксации и патологическая регрессия	222
§ 3. Регрессивное сексуальное поведение при шизофрении	223
§ 4. Патологическая регрессия мышления	223
§ 5. Концепция патологической регрессии У. Шелдона	224
§ 6. Регрессия при голодании	224
§ 7. Патологическая прогрессия (или трансгрессия)	225
§ 8. Конверсия, регрессия и психосоматическая защита	226
Глава 23. Власть, подчинение и психическая регрессия	228
§ 1. Подчиненное состояние – предпосылка регрессии	228
§ 2. В каких формах выражается регрессия у подчиненных?	228
§ 3. Уровни развития мотива власти и возможность регрессии (новые проблемы)	229
Глава 24. Этнопсихологические аспекты психической регрессии	231
§ 1. Этническая психическая регрессия	231
§ 2. Моральная регрессия: личная и этническая	231
§ 3. Всемогущество мысли и психическая регрессия	232
§ 4. Номадизм и этническая регрессия	233
Глава 25. Воображение, фантазия и психологическая самозащита личности	234
§ 1. Проблема и общий подход	234
§ 2. Патологизация личности	235
§ 3. Отрицание реальности и защитные фантазии	236
§ 4. Детские фантазии и начало сознательного обмана	237
§ 5. Психическая самозащита личности в сновидениях	238
§ 6. Голод и защитно-компенсаторная фантазия	239
§ 7. Вербальное воображение и художественная одаренность	240
Глава 26. Еще несколько механизмов внутренней защиты	242
§ 1. Негация	242
§ 2. Обращение на собственную личность	242
§ 3. Избегание	243
§ 4. Деперсонализация	244
§ 5. Одно влечение как средство защиты от другого влечения (несколько новых идей)	245
§ 6. Экранные воспоминания как средства психологической защиты	246
Часть вторая. Механизмы внешней защиты	248
Глава 27. Внешние фрустраторы	248
§ 1. Основные внешние фрустраторы	248

§ 2. Интимность и потенциальная фрустрация	249
§ 3. Основные механизмы внешней самозащиты	249
§ 4. Бегство или простое избегание	250
Глава 28. Общая характеристика проекции	251
§ 1. Общая характеристика проекции	251
§ 2. Описание проекции в трудах Зигмунда Фрейда	252
§ 3. Экспериментальное исследование проекции	254
§ 4. Сложная самозащита	255
§ 5. Уровни проекции	256
§ 6. Ассимилятивная и контрастная проекция	257
§ 7. Классификация видов проекции по Д. Холмсу	258
§ 8. Как узнать, что человек осуществляет проекцию? (проблема индикаторов проекции)	260
§ 9. Основные функции проекции	260
§ 10. Экстернализация чувства вины с помощью проекции	261
§ 11. Успех, неудача и проекция (новая концепция)	262
§ 12. Выбор объекта проекции	262
Глава 29. Патологическая проекция	264
§ 1. Патологические формы проекции	264
§ 2. Проекция у невротиков (точка зрения Карен Хорни)	265
§ 3. Проекция в патологических синдромах	266
Глава 30. Проблема генезиса механизма проекции	268
§ 1. Об онтогенезе проекции	268
§ 2. Анимизм и архаическая проекция	268
Глава 31. Проекция и другие психические механизмы	270
§ 1. Проекция и идентификация	270
§ 2. Отрицательная галлюцинация как форма защиты и противоположность проекции	271
§ 3. Проекция и интроекция	272
§ 4. Чувство вины и проекция	273
§ 5. Проекция и эмпатия	273
§ 6. Проекция как комбинация трех защитных механизмов	274
§ 7. Концепция атрибутивной проекции (атрибуция и проекция)	274
§ 8. Проекция в сновидениях	276
Глава 32. Специфические проявления проекции в социальной жизни людей	277
§ 1. «Охота за ведьмами»	277
§ 2. Самоизоляция мужчин на основе проекции	277
§ 3. Социальное сравнение, проекция и личность («Разве это человек?»)	278
§ 4. Проекция и предубеждения (применение в этнопсихологии)	278
§ 5. Роль проекций в раскрытии преступлений	280
Глава 33. Характер и проекция	282
§ 1. Личность, характер и специфика проекций	282
§ 2. Тип личности и индивидуальные особенности проекции	282
§ 3. Локус контроля и проекция	283
Глава 34. Другие механизмы внешней защиты	284

§ 1. Защитный механизм самоограничения	284
§ 2. Защита путем самовоспрепятствования	284
§ 3. Симпатизм и проблемы виктимологии	288
§ 4. Атрибуция и защитная классификация (об одной защитной психо-логике)	289
§ 5. Защитная дифференциация	290
§ 6. «Создание альтернатив» – стратегия предварительной защитной адаптации	290
Часть третья. Механизмы внутренне-внешней защиты	292
Глава 35. Психологическая идентификация: ее разновидности и основные функции	292
§ 1. Общая характеристика идентификации	292
§ 2. Идентификация и подражание	294
§ 3. Что происходит в психике в процессе идентификации?	295
§ 4. Разновидности идентификации	296
§ 5. Псевдоидентификация и вторичная идентификация	298
§ 6. Положительная и отрицательная идентификация (с точки зрения закона сопряжения и теории психо-логики)	299
§ 7. Основные функции идентификации	300
§ 8. С кем мы идентифицируемся?	303
Глава 36. Защитная идентификация	304
§ 1. Фрейдовская концепция идентификации (обсуждение и новые возможности)	304
§ 2. Психозащитные функции идентификации	307
§ 3. Разновидности защитной идентификации	310
§ 4. Идентификация с потерянным объектом	310
§ 5. Патологическая идентификация	312
§ 6. Идентификация и другие психические явления	312
§ 7. Идентификация и другие защитные механизмы	313
Глава 37. Идентификация с агрессором	314
§ 1. Идентификации с агрессором: общая характеристика	314
§ 2. Этапы процесса идентификации с агрессором	314
§ 3. Опыт Бруно Беттельхейма: идентификация в концентрационном лагере	315
§ 4. Идентификация с агрессором и формирование личной морали	315
§ 5. Как оказать сопротивление тенденции идентификации с агрессором?	316
Глава 38. Идентификация в процессе социального познания	318
§ 1. Социальное сравнение, идентификация и социальное познание	318
§ 2. Идентификация и понимание	318
Глава 39. Идентификация и формирование самосознания	320
§ 1. Идентификация – это механизм конструирования я-концепции	320
§ 2. Идентичность «Я» и проблема адаптации	320
§ 3. Идентификация, интроекция и развитие Я-концепции	321
Глава 40. Проблемы гендерной идентификации	325

§ 1. Гендерная идентификация, социализация и половая самоидентификация	325
§ 2. Условия хорошей идентификации и внутренние изменения личности	326
§ 3. Эмпирические исследования Белкина	327
§ 4. Этапы формирования новой половой идентификации	329
§ 5. Динамика установок, идентификация и адаптация	332
Глава 41. Лидерство и идентификация	334
§ 1. Проблема	334
§ 2. Идентификация с лидером как механизм психологической самозащиты	334
§ 3. Агрессивный и властвующий лакей (раб)	335
Глава 42. Идентификация и проблемы этнопсихологии	336
§ 1. Этнозащита с помощью идентификации	336
§ 2. Идентификация в межэтнических отношениях	337
§ 3. Предпосылки выбора механизма идентификации с агрессором и проблема смелости-трусости	337
§ 4. Методы обращения с враждебностью других людей	338
§ 5. Противоречивость идентификации, и ее последствия	338
Глава 43. Отрицание реальности	340
§ 1. Общая характеристика	340
§ 2. Перцептивная защита	340
§ 3. Патологический уровень отрицания реальности	341
§ 4. Отрицание внутренней реальности	342
§ 5. Парадоксальные последствия работы механизма отрицания реальности	343
§ 6. Отрицание реальности у детей	343
§ 7. Экспериментальное исследование механизма отрицания реальности	344
§ 8. Защитный комплекс	345
§ 9. Когнитивный диссонанс и перцептивная самозащита	345
§ 10. Взаимосвязь воображения и перцептивной защиты	346
§ 11. Отрицание реальности и механизм «добровольного дурака»	346
§ 12. Отрицание реальности у этносов и государств	349
§ 13. Отрицание реальности, проблема болезни и смерти	350
§ 14. Эскапизм	351
§ 15. Уровень психики и работа механизма перцептивной защиты	351
§ 16. Феномен неадекватного осознания социометрического статуса как защитный процесс	352
§ 17. Почему истина вызывает гнев?	354
§ 18. Когнитивный диссонанс и отрицание реальности	356
Глава 44. Эмоциональная самоизоляция	357
§ 1. Общая характеристика эмоциональной самоизоляции	357
§ 2. Уровень притязаний, надежда и эмоциональная изоляция	358
§ 3. Самоизоляция и психология риска	358

§ 4. Эмоциональная самоизоляция человека и проблема смерти	359
§ 5. Самоубийство, надежда и эмоциональная изоляция	359
§ 6. Эмоциональная самоизоляция и проблемы психологии любви	360
§ 7. От внутренней изоляции к изоляции социальной	360
§ 8. Патологическое развитие	361
Глава 45. Инградация как способ психологической самозащиты	363
§ 1. Общая характеристика инградации	363
§ 2. Усиление инградации	363
§ 3. Защитная инградация	363
§ 4. Зарождение инградации в онтогенезе и психическая самозащита ребенка	364
§ 5. Типы инградаторов	365
§ 6. Самоуничтожение как способ инградации	365
§ 7. Инградация и другие защитные механизмы	366
Глава 46. Изоляция	368
§ 1. Общая характеристика изоляции	368
§ 2. Ролевые конфликты и изоляция	369
§ 3. Изоляция, оценка и две психо-логики	369
§ 4. Вербальная переформулировка – аспект изоляции (психолингвистический аспект процесса изоляции)	370
§ 5. Изоляция чувства удивления и его интеллектуализация (расширение представлений об изоляции)	371
§ 6. Замена эмоций как способ изоляции (новая концепция)	372
§ 7. Искажение чувства как способ самозащиты	372
§ 8. Цинизм как средство изоляции и психической самозащиты	373
§ 9. Интеллектуализация и рационализация – средства изоляции (этнопсихолингвистические аспекты изоляции)	374
§ 10. Диссоциация установок – разновидность изоляции	375
§ 11. Изоляция, расщепление «Я» и множественная личность	377
Глава 47. Формирование обратной реакции	378
§ 1. Общая характеристика и функции механизма обратной реакции	378
§ 2. Превращение в обратное, или же создание обратного?	380
§ 3. Индивидуальные различия	381
§ 4. Связь с другими защитными механизмами	382
§ 5. Как происходит работа механизма формирования реакции (проблема)	383
§ 6. Сила «Я» и формирование реакции	383
§ 7. Крайняя нетолерантность и механизм формирования обратной реакции	383
§ 8. Подавление жестокости и инградация	384
§ 9. Образование реакции и проблема комического	384

§ 10. Характерологические последствия работы механизма формирования обратной реакции	385
§ 11. Невротические выражения механизма формирования обратной реакции	387
§ 12. Цинизм как механизм формирования обратной реакции (МФОР)	387
§ 13. Еще некоторые социально-психологические аспекты реактивных образований	389
§ 14. Некоторые другие социально-психологические выражения механизма формирования реакции	391
§ 15. Реактивность или атрибуция реактивности	391
Глава 48. Интроекция	393
§ 1. Психологическая сущность интроекции	393
§ 2. Интроекция и самосознание	393
§ 3. Интроекция как интернализация	394
§ 4. Последствия работы интроекции	394
§ 5. Интроекция и конформизм	395
§ 6. Интроекция в концлагерях и к психо-логике предательства	396
§ 7. Интроекция, претенциозность и атрибуция (новая проблема и гипотеза)	396
§ 8. Новые проблемы	397
Глава 49. Аннулирование действия	399
§ 1. Общая характеристика и разновидности	399
§ 2. Соображения о генезисе механизма аннулирования действия	401
§ 3. Защитный комплекс с участием механизма аннулирования действия	402
§ 4. Патологическое развитие	402
§ 5. Аннулирование действия и механизм символизации	403
§ 6. Сублимация механизма аннулирования действия	404
§ 7. Вовлечение и отрицание	404
§ 8. Когнитивный диссонанс и аннулирование действия	405
Глава 50. Перенос (перенесение, трансфер)	406
§ 1. Перенесение и субституция	406
§ 2. Перенесение и психическая энергия (новые идеи)	407
§ 3. Перенесение агрессивности	408
§ 4. Перенесение и сублимация	410
§ 5. Перенос любви и ее усиление	410
§ 6. Перенесение и целеобразование	411
§ 7. Перенос и другие защитные механизмы	412
§ 8. Перенесение, вытеснение и символизация (перенос – механизм символизации)	413
§ 9. Перенесение в процессе психотерапии	415
§ 10. Роль перенесения в преодолении комплексов Эдипа и Электры	418
§ 11. Перенесение и замена в межэтнических отношениях	418
§ 12. Механизм перенесения и девиантное поведение	419
§ 13. Перенесение, замена и генезис фобий	419

§ 14. Адаптивность механизмов перенесения и замены	420
§ 15. Перенос и фетишизм	420
§ 16. Перенос – механизм обобщения установок	421
§ 17. Еще о некоторых последствиях злоупотребления механизмом перенесения	422
§ 18. Два компенсаторных переноса	422
§ 19. Перенесение и принцип функциональной автономии Гордона Олпорта	423
§ 20. Перенесение в сновидениях и защитная адаптация	423
§ 21. Перенос в повседневных отношениях	424
§ 22. Трансфер в различных областях жизни	425
Часть четвертая. Комплексные защитные процессы и характер	427
Глава 51. Взаимодействие и последствия защитных процессов	427
§ 1. Рационализация и проекция	427
§ 2. Ложные атрибуции и рационализации (проблема)	428
§ 3. Атрибуция, рационализация и фатализм	428
§ 4. Подражание, идентификация и атрибуция	429
§ 5. Интроспекция и психологические защитные механизмы	429
§ 6. Взаимные превращения и взаимозаменяемость защитных механизмов	430
§ 7. Случай комплексной самозащиты: защитный механизм плюс жест	431
Глава 52. Защитные комплексы и характер	432
§ 1. Самосознание и формирование характера	432
§ 2. Фрустрация, стресс и черты личности	432
§ 3. Психическая самозащита и формирование социальных установок	433
§ 4. Вытеснение, подавление и характер	433
§ 5. Изоляция, оценка и две психо-логики	435
§ 6. Парадоксальная самозащита и характер	437
§ 7. Комплекс неполноценности, фрустрация и сексуальная жизнь	438
§ 8. Механизмы психологической защиты в процессе социологического и социально-психологического интервьюирования (пример комплексной самозащиты)	440
Глава 53. Патологическая самозащита и характер	442
§ 1. Патологическая самозащита и акцентуация черт характера	442
§ 2. Фиксация, регрессия и развитие патологических черт характера	443
§ 3. Одно из условий патогенной социализации личности	444
§ 4. Почему невротики не желают лечиться?	444
§ 5. Доминантность защитного механизма и патология	445
§ 6. Бред как форма психологической самозащиты	445
§ 7. «Самопроизвольное» лечение неврозов и проблема психической адаптации	446
§ 8. Патологические роли – свидетельства провала психологической защиты	446



Часть пятая. Стратегии психологической самозащиты	448
Глава 54. Стратегии и типы психологической самозащиты	448
§ 1. Адаптивные стратегии	448
§ 2. Защитные механизмы в составе стратегий (и возможность их новой классификации)	449
§ 3. Ожидание фрустрации, предварительная самозащита и роль атрибуции	450
§ 4. Последствия нарушения личного пространства	451
§ 5. Парадоксальная психозащита (новая концепция)	452
§ 6. Искусственно создаваемый внешний локус контроля как защитная стратегия	453
§ 7. Защитные функции эмпатии и альтруизма	455
§ 8. Самоограничение как защитная стратегия	456
§ 9. Этапы комплексной адаптации и различия их психологик	458
Глава 55. Самовоспрепятствование, успех, неудача	461
§ 1. Самовоспрепятствование как адаптивная стратегия	461
§ 2. Измышление воображаемых трудностей (стратегия воображаемых препятствий)	462
§ 3. Самовоспрепятствование и другие защитные механизмы	463
§ 4. Самостимулирование – противоположная самовоспрепятствованию стратегия	464
§ 5. Самовоспрепятствование – средство искажения Я-концепции (два направления самозащиты)	464
§ 6. Личностные детерминанты выбора стратегии самовоспрепятствования	465
§ 7. Психология ответственности и стратегия самовоспрепятствования	466
§ 8. Личностные комплексы и различия стратегии самовоспрепятствования	467
§ 9. Стратегия самовоспрепятствования и оценка успеха	468
§ 10. Этнические различия стратегий самовоспрепятствования и самостимулирования (новое направление исследований)	469
Глава 56. Самосознание, психическая защита и характер	470
§ 1. Уверенность в себе и фрустрация	470
§ 2. Разрыв между реальным Я и идеальным Я – источник стыда и вины	470
§ 3. Социальная рефлексия, Я-образ и его защитное искажение	471
§ 4. «Противофобическая» защита и структура самосознания	472
§ 5. Социальная маска и психофизиологическое переживание его срыва с лица (о механизмах выбора адаптивных стратегий)	473
§ 6. Q-метод, «защитные классификации» и фрустрация личности	474

§ 7. Психологическая самозащита, ответственность и личность	476
§ 8. Защитные механизмы и интроспекция (новая концепция)	476
Часть шестая. Толерантность и незащитная конструктивная адаптация	478
Глава 57. Толерантность к фрустрациям	478
§ 1. Толерантность и резистентность личности	478
§ 2. Низкая толерантность к фрустраторам: внутриличностные предпосылки	481
§ 3. Механизмы толерантности (новая концепция)	482
§ 4. Воля как интегратор личности и основа толерантности	482
§ 5. Далекая (долгосрочная) и короткая (краткосрочная) мотивация, и уровень фрустрируемости – толерантности личности	483
§ 6. Толерантность к фрустрациям и адаптированность	484
§ 7. Толерантность и фатализм (новые идеи и проблемы)	485
§ 8. Порог толерантности при неврозах	485
§ 9. Толерантная личность	486
§ 10. Об условиях снижения порога толерантности к фрустрациям	486
§ 11. Гедонизм и этапы развития толерантности	487
§ 12. Изменение порога толерантности в процессе старения	488
Глава 58. Незащитная конструктивная адаптация	490
§ 1. Постановка вопроса	490
§ 2. Механизмы незащитной адаптации	490
§ 3. Другие способы незащитной адаптации	493
§ 4. Социальные ценности, целеобразование и адаптация	496
§ 5. Об одном принципиальном отличии незащитной адаптации от адаптации защитного характера	496
§ 6. Изменение уровня притязаний – адаптивный процесс	497
§ 7. Превентивные незащитные адаптивные механизмы	498
Часть седьмая. Этническая самозащита и характер	500
Глава 59. Архаическая самозащита	500
§ 1. Архаические защитные механизмы	500
§ 2. Новые проблемы	501
§ 3. Беспомощность и воспроизведение архаических защитных механизмов	501
Сводная библиография (для томов 1–2)	502

**Альберт Налчаджян**  
**Фрустрация, психологическая**  
**самозащита и характер. Том 2. Защитные**  
**механизмы, самосознание и характер**

© Налчаджян А. А.

## Часть первая механизмы внутренней самозащиты

### Глава 1. Вытеснение: общее представление

#### § 1. Основные механизмы психической защиты личности

А. Психологическая защита: общее представление. – Потребность в психологической самозащите у личности возникает каждый раз, когда на пути ее целенаправленной деятельности возникают трудности и барьеры, непреодолимые или такие, которые воспринимаются личностью как таковые. Мотив самозащиты усиливается каждый раз, когда ущемляется достоинство личности, когда удары неприятных событий и препятствий направляются на самосознание личности, на ее чувство собственного достоинства и самооценку. Наконец, факторы, которые вызывают у личности *фрустрацию* (от лат. *frustratio* – крушение надежд, расстройство психической деятельности, неудача), бывают не только внешними, но и внутренними. Это в первую очередь внутренние конфликты, например, между двумя мотивами личности.

Общие вопросы фрустрации, типы основных фрустраторов и другие вопросы общей теории фрустрации нами изложены в других трудах, поэтому здесь их обсуждать мы не будем. Речь в настоящей небольшой книге пойдет только о двух главных защитных механизмах – вытеснении и подавлении. Однако для того, чтобы получить правильное представление об их работе и взаимосвязях с другими психическими явлениями в настоящем параграфе мы предлагаем весьма краткий общий обзор защитных механизмов. Следует отметить, что открытие защитных механизмов в рамках психоанализа стало эпохальным достижением для психологии. В настоящее время эта проблематика вышла далеко за рамки психоанализа и стала специальной областью психологических исследований.

Вследствие того, что, во-первых, фрустрирующие ситуации бывают не только внешними, но и внутриспсихическими, и, во-вторых, защитные механизмы действуют преимущественно на подсознательном уровне, в ходе конкретных наблюдений мы воспринимаем только поведенческие и отчасти экспрессивные выражения процессов психологической защиты, функционирования как отдельных механизмов, так и их комплексов. Эти процессы выражаются в движениях и поступках, в речи и мимике и в эмоциональной экспрессии личности. Поэтому исследование фрустрированного состояния человека нередко начинается не от констатации ситуации, а от описания объективно наблюдаемых признаков применения защитных механизмов. Причем если человек, за поведением которого мы наблюдаем, спонтанно или произвольно пользуется защитными механизмами, то мы имеем полное право утверждать, что он переживает фрустрацию – внутреннюю, внешнюю или смешанную. Исключение составляют случаи использования ребенком или даже взрослым человеком в результате подсознательного подражания.

Понятие «психологическая защита» впервые было использовано З. Фрейдом в 1894 году. Он считал, что психологическая (точнее следует сказать «психическая») защита является сердцевинной некоторых невротических синдромов. В течение последующих 30 лет он отказался от этого понятия в пользу понятия «вытеснение» (нем. *Verdrängung*), но в 1926 году вновь вернулся к нему и указал на те преимущества, которые дает употребление этого понятия. Понятием «психическая защита» обозначается вся та техника, которой пользуется «Я» при переживании конфликтов, ведущих к образованию неврозов. Вытеснение же является только одним из целого класса защитных психических средств. Оно было более подробно исследовано и

описано Фрейдом и его последователями в зависимости от общей направленности психоаналитических исследований примерно до середины 20-х годов XX века<sup>1</sup>.

Следует отметить, что современные последователи З. Фрейда (неофрейдисты и представители т. н. психологии «Я»), принимая за основу фрейдовское понимание структуры личности и ее психики, состоящую из трех инстанций – Оно (Id), Я (Ego) и Сверх-Я (Super-Ego), развивают его идею о том, что защитные механизмы являются важными компонентами «Я»<sup>2</sup>.

Не вызывает сомнения, что защитные психологические механизмы личности могут стать предметом плодотворных психологических исследований и вне рамок метапсихологических представлений классического психоанализа Фрейда. Для этого необходимо иметь собственную метапсихологию, развитую на основе современных исследований психики. В настоящей книге, а также в других трудах автора настоящих строк, защитные механизмы исследуются на основе его представлений о структуре психики и уровнях психической активности личности<sup>3</sup>. Причем мы считаем, что защитные механизмы чаще всего действуют в составе сложной психической активности человека, а не отдельно и изолированно от остальной активности личности. Это значительно усложняет их исследование.

После того, как З. Фрейд вернулся к понятию психической защиты и значительно расширил знания психологов о различных ее формах, Анна Фрейд в 1936 году выпустила свой обобщающий труд «Я и защитные механизмы», который выше уже упомянут нами. Исходя из идей этой книги и основываясь на собственных исследованиях в последующие годы о защитных механизмах писали О. Феничел, Н. Камерон и другие исследователи, точки зрения и небольшие нововведения которых нами рассматриваются как в настоящей, так и остальных наших трудах, посвященных исследованию фрустрации и защитных механизмов. В целом в психоаналитических работах накоплен значительный ценный материал о психологической защите, который следует использовать каждым, которому интересует данная проблематика.

Б. Два направления психической защиты. – Уже в работах З. Фрейда и особенно в вышеупомянутой книге Анны Фрейд было описано два направления психологической защиты личности: внутреннее и внешнее. Психоаналитики склонны считать, что психическая защита главным образом направлена против внутренних фрустраторов – внутренних конфликтов и неприемлемых тенденций и т. п. Однако они признают также существование внешних фрустраторов (например, внешние конфликты личности с другими людьми), против которых также нередко мобилизуется психологическая защита. Наконец, бывают фрустраторы, которые имеют двойной – внутренне-внешний характер.

Исходя из этого Анна Фрейд выделил три условные группы защитных механизмов: 1) защитные механизмы, предназначенные для внутренней защиты, 2) механизмы внешней психической защиты и 3) механизмы внутренне – внешней психической защиты. Отметим, что исследуемые в настоящей книге вытеснение и подавление А. Фрейд, следуя указаниям своего отца, считала механизмами внутренней самозащиты личности. Мы полагаем, что это в основном соответствует действительности, хотя и бывают более сложные случаи. Нет сомнения, что есть такие механизмы, которые более эффективны при защите от внутренних фрустраторов, а есть и такие, которые эффективнее всего используются тогда, когда личность защищается от внешних фрустраторов. Но значительная часть известных к настоящему времени защитных механизмов (а их общее число – около 20) можно использовать как против внешних, так и против внутренних фрустраторов, т. е. источников блокады целенаправленной деятельности

---

<sup>1</sup> См.: Freud S. *Gesammelte Werke*. В. XIX, S. 196; см. также: Freud A. *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. London, 1946, S. 50–51.

<sup>2</sup> См., например: Hartmann H. *Psychoanalysis As a Scientific Theory*. In.: «Theories of Psychopathology», Ed. by Th. Millon. Phil. and London, 1969.

<sup>3</sup> Эти представления изложены в следующих трудах автора: «Личность, психическая адаптация и творчество». Ереван: Изд-во «Луйс», 1980, гл. 1; «Психика, сознание, самосознание» (рукопись).

и конфликтов. При этом надо иметь в виду, что внутренние конфликты порождают внешние, социальные конфликты, а внешние могут стать причиной порождения внутренних конфликтов. Поэтому когда мы замечаем, что личность в ходе своей активности пользуется защитными механизмами и их комплексами, то нам следует искать комплексную объективно-субъективную или внешне-внутреннюю фрустрирующую ситуацию, в которой он находится. Элементами таких сложных психологических ситуаций могут быть как внешние факторы, которые считаются личностью как угрожающие ее безопасности, так и чувство тревоги или страха.

При исследовании защитных механизмов следует иметь в виду, что в определенных пределах они являются механизмами нормальной психической адаптации. Но когда они становятся чрезмерно активными и систематическими, могут принимать патологические формы. У личности могут образоваться патологические стратегии адаптации, в которых ведущее место занимают патологизированные или же с самого начала возникшие как патологические защитные механизмы. В то время, как нормальный человек при изменении объективных ситуаций умеет гибко переходить от одной стратегии адаптации к другой, у невротиков и психотиков наблюдается *персеверация* патологических адаптивных стратегий. У них развивается склонность вновь и вновь использовать одни и те же защитные механизмы и их комплексы несмотря на то, что они оказались неэффективными.

Направляя свои защитные механизмы и их комплексы против внешних, внутренних и внешне-внутренних (комплексных) фрустраторов, человек пытается решить свои проблемы и адаптироваться к условиям существования. В свете этого можно согласиться с замечанием А. Фрейд, Н. Камерона и другими психоаналитиками в том, что трудно провести различие между защитой (*Abwehr*) и приспособлением, адаптацией (*Anpassung*), и что все защитные механизмы служат одновременно как для внутреннего контроля над влечениями, так и для внешнего приспособления. Эти два направления работы защитных механизмов представляются нам двумя аспектами одного и того же сложного процесса.

## § 2. Психоаналитическая теория инстинктов

А. З. Фрейд о природе инстинктов. – Поскольку психоаналитические представления о защитных механизмах основаны на фрейдовской концепции инстинктов, то здесь необходимо вкратце ознакомиться с этой теорией.

Как известно, З. Фрейд считал, что важнейшими мотивами активности человека являются *инстинкты*. Он охарактеризовал инстинкт в качестве внутреннего стимула, движущей силы, действующей внутри организма. В этом смысле инстинкт коренным образом отличается от внешнего стимула (например, светового потока или голоса другого человека), который тоже может активизировать человека. Этой внутренней природой инстинкта обусловлены специфичность его воздействий на психическую деятельность и тех действий, которые необходимы для его устранения (удовлетворения инстинктивного влечения или же устранения его воздействия на психическое состояние и поведение человека).

Инстинкт, согласно Фрейду, никогда не функционирует как моментальный фактор: это постоянная сила и никакое бегство с помощью движений не освобождает человека от его воздействия. . . Он считал также, что удобнее всего обозначить стимул инстинктивного происхождения словом «потребность», удовлетворение которого достигается соответствующим изменением внутреннего источника стимуляции.

Для правильного понимания психоаналитической концепции защиты (в частности – вытеснения) следует иметь также в виду то, что, согласно Фрейду, основной функцией нервной системы является упразднение воздействующего на нее стимула и редукции раздражения до возможно низкого уровня. (Отметим, что это положение отличается явной односторонностью: организм стремится удержать как можно дольше приятные раздражения. Подтверждения

этому можно найти как в повседневных наблюдениях за поведением человека, так и в психологических экспериментах, во время которых раздражаются некоторые вегетативные центры мозгового ствола и подкорковых образований). Если бы такая редукция была возможна, то, согласно Фрейду, нервная система сохранила бы свободное от всяких раздражений состояние. (В этой концепции не учитываются, конечно, также современные данные о спонтанной электрической активности нейронов без сенсорной стимуляции).

Таким образом, овладение стимулом, согласно основателю психоанализа, является основной функцией нервной системы. Но когда в схему рассуждений вводится понятие инстинкта, рефлекторное представление о работе организма сильно осложняется. От инстинктивных влечений простыми мускульными движениями освободиться невозможно, они предъявляют более высокие требования к нервной системе, вынуждают ее совершить более сложные формы взаимосвязанных действий, которые производят во внешнем мире такие изменения, которые создают условия для удовлетворения инстинктивной потребности. Инстинктивные влечения, кроме того, заставляют нервную систему отказаться от идеального намерения устранить стимулы, поскольку являются источниками непрерывной и неисчерпаемой стимуляции. Исходя из этого Фрейд полагал, что инстинкты, а не внешние стимулы, являются подлинными мотивирующими силами того прогресса, которого достигла нервная система, ее эффективности и высокого уровня развития. Фрейд добавляет, что сами инстинкты, конечно, хотя бы частично являются «осадками» различных форм внешней стимуляции, которая в ходе филогенеза произвела в организме различного рода изменения.

*Инстинкт*, согласно Фрейду, является пограничным понятием, соединяющим физическое и психическое, поскольку обозначает психическое представление внутреннего стимула и, одновременно, меру требования, предъявляемого к психической энергии вследствие ее связи с телом.

Каждый инстинкт обладает движущей силой или импульсом. Обладание такой движущей силой является наиболее характерной чертой любого инстинкта. Каждый инстинкт является формой активности, и когда в работах Фрейда говорится о пассивных инстинктах, то он имеет в виду, что пассивными являются их цели.

*Целью* инстинкта всегда является удовлетворение, которое достигается устранением условия стимуляции в физиологическом источнике инстинкта. Но удовлетворение может быть достигнуто разными путями, поэтому инстинкт может иметь различные, близкие или промежуточные цели, которые могут по-разному комбинироваться и взаимно заменять друг друга. Опыт позволяет также говорить о таких инстинктах, отмечает Фрейд, движение которых к своей цели заторможено (заблокировано), хотя уже было совершено некоторое продвижение в этом направлении еще до появления тормозящей или отвлекающей силы. Даже в таких случаях, полагал Фрейд, достигается частичное удовлетворение.

*Объектом* инстинкта Фрейд считал то, с помощью чего достигается его цель, т. е. удовлетворение. Он полагал, что объект инстинкта является очень изменчивым и первоначально с ним не связанным. Эта связь устанавливается лишь тогда, когда объект оказывается специфически приспособленным для удовлетворения инстинктивной потребности. Объектами инстинктов могут быть не только внешние предметы, но и части собственного тела. Поскольку инстинкт в течение жизни человека подвергается различным преобразованиям, то и его объекты могут сменять друг друга. Это означает, что инстинкт обладает очень важной особенностью перемещения (перенесения). С другой стороны, один и тот же объект может служить для удовлетворения нескольких инстинктивных влечений. Этот феномен Альфред Адлер назвал *конфлюэнцией (слиянием) инстинктов*. Особо тесную связь инстинкта со своим объектом Фрейд назвал *фиксацией*, которая, по его мнению, чаще всего возникает на ранних стадиях развития инстинкта и исключает его дальнейшую подвижность. Наличие фиксации создает сопротивление всяким попыткам разрыва этой связи между инстинктом и его объектом.

Под источником инстинкта Фрейд понимал тот соматический процесс в органе или части тела, из которого исходят импульсы, представленные в психической жизни в качестве инстинкта. Изучение соматических источников инстинктов не является компетенцией психологии, хотя именно эти источники дают инстинктам их определенный и существенный характер. В психической жизни мы узнаем инстинкты через их цели. Более точное знание соматических источников инстинктов, согласно Фрейду, не представляет необходимости для психологии.

Фрейд различает две группы первичных (далее неразложимых) инстинктов: а) *инстинкты самосохранения или Я-инстинкты*, и б) *сексуальные инстинкты*. Однако Фрейд тут же оговаривается, что эта классификация не является безусловно необходимой: она является вспомогательной конструкцией, которая должна быть сохранена только до тех пор, пока будет полезной. Постулирование этих двух групп инстинктов Фрейд обосновывает тем, что изучение так называемых трансферентных неврозов (истерии и невроза навязчивых состояний) показал: корни всех подобных заболеваний лежат в конфликте между требованиями сексуальности и требованиями Я. Возможно, полагает Фрейд, что глубокое изучение других неврозов и психозов (нарциссических психоневрозов, шизофрении) потребует изменения этой формулировки и выдвижения другой классификации первичных неврозов.

Сексуальные инстинкты, согласно Фрейду, многочисленны, они исходят из многих органических источников, вначале действуют независимо друг от друга и только на более поздней стадии психосексуального развития достигают более или менее полного синтеза. Целью каждого из сексуальных инстинктов является «наслаждение органа». Только после синтеза они начинают служить функции воспроизведения и, через это, узнаются в качестве сексуальных инстинктов. При первом своем появлении они опираются на инстинкты самосохранения, из которых постепенно отделяются. В выборе объектов тоже они следят по пути, указываемой инстинктами Я. Некоторые из них всю жизнь остаются связанными с инстинктами Я и снабжают их либидинозными компонентами, которые при нормальном функционировании не замечаются и ясно выделяются только при болезнях. Характерным для сексуальных инстинктов является то, что они обладают, причем в высшей степени, способностью замещать друг друга и легко меняют свои объекты. Благодаря всем этим свойствам они способны к активности, весьма отдаленной от первичных способов достижения своих целей (сублимации)<sup>4</sup>.

На основе такой концепции инстинкта Фрейд построил свои представления о психической защите. Интерес представляет то обстоятельство, что, по его мнению, формы психической защиты представляют собой не что иное, как различные преобразования инстинктов. С этим утверждением нельзя полностью согласиться если вспомнить то, что нам известно о психологической структуре защитных механизмов.

Фрейд выделил четыре главные формы психологической защиты (путем видоизменений инстинктов): 1) превращение в свою противоположность; 2) обращение на самого субъекта; 3) подавление (или вытеснение); 4) сублимацию. В настоящей книге речь пойдет главным образом о вытеснении и подавлении. Однако здесь уместно отметить один общий недостаток фрейдовского понимания защитных механизмов как превращений инстинктов: при таком понимании вся высшая психическая активность, как по содержанию, так и по энергетическим источникам, сводится к первичным инстинктам. Между тем по крайней мере некоторые тонкие формы психической защиты имеют полностью социогенный характер и (что особенно важно для понимания личностных черт и социальной активности человека) направляются против фрустраторов социально-психологического характера. В большинстве случаев таковы, например, рационализация, сублимация и другие механизмы, и процессы самозащиты. Мы полагаем, что только

---

<sup>4</sup> См.: Фрейд З., указ. соч., с. 144; его же: *Очерки по психологии сексуальности*. М. – Пг (б.з.). Под ред. М.В. Вульфа и И.Д. Ермакова, с. 32–33 и др..



такой широкий подход, в значительной степени свободный от психоаналитической метатеории, позволит продуктивно исследовать все аспекты процессов защитной адаптации.

Б. Некоторые замечание о природе инстинктов. – Выше мы привели мысль Фрейда о том, что собой представляет объект инстинкта, и обратили внимание на его утверждение о том, что объект инстинкта является весьма изменчивым и первоначально с ним не связанным.

Мы считаем это утверждение весьма спорным. Мы считаем, что инстинкт является наследственным психофизиологическим образованием, в структуре которого имеются *обобщенные образы* тех типичных и повторно встречаемых в филогенезе объектов, которые наиболее полно удовлетворяют данное инстинктивное влечение<sup>5</sup>.

Отметим, что поскольку наследуемые образы являются обобщенными (например, обобщенный образ женщины в генетической памяти мужчины), они еще ни приводят к фиксации в фрейдовском смысле этого слова. Фиксация имеет место тогда, когда в рамках данного биологического подвида («женщины») выбирается определенный тип, и только представители данного типа возбуждают (актуализируют) соответствующую инстинктивную потребность.

### § 3. Психоаналитическое понимание вытеснения

Свою концепцию вытеснения Фрейд изложил в целом ряде трудов<sup>6</sup>. По его мнению, инстинктивный импульс подвергается изменениям в том случае, когда встречается с преградой, стремящейся сделать его недееспособным. При наличии ряда условий импульс вытесняется. Позднее против импульса используется *отклонение (rejection)*, основанное на рассуждениях, т. е. *осуждение (condamnation)*. Вытеснение, согласно Фрейду, является предварительной фазой осуждения, нечто среднее между бегством и осуждением. Это, по существу, является самоосуждением. Мы полагаем, что концепция вытеснения не могла быть сформулирована до осуществления психоаналитических исследований. (Возникает вопрос: а что, если вместо самоосуждения имеет место самооправдание, т. е. рационализация? Является ли вытеснение предварительной фазой рационализации? Если да, то получается защитный комплекс вытеснение – рационализация).

Фрейд признает теоретическую трудность допущение возможности вытеснения. Инстинкт может подвергаться вытеснению только в том случае, если достижение его цели не приносит удовольствия, а причиняет страдание. Но такой случай трудно вообразить, поскольку удовлетворение инстинкта всегда связано с удовольствием. Поэтому должны существовать особые обстоятельства, такие процессы, которые превращают удовольствие в страдание. Вытеснение не может быть следствием усиления напряжения, как результата отсутствия удовлетворения инстинктивной потребности. Например, когда человек голоден и нет возможности удовлетворения потребности в пище, то голод все более усиливается и речи быть не может о вытеснении этого переживания.

Однако клиническая практика показывает, что возможно удовлетворение инстинкта при вытеснении. В каждом таком случае удовлетворение само по себе приятно, но несовместимо с другими потребностями и целями. Поэтому человек одновременно получает как наслаждение, так и страдание. При этом становится ясным, что условием вытеснения является доминирование элемента бегства от страданий по сравнению с удовольствием, получаемым от удовлетворения потребности. Психоаналитический опыт изучения неврозов перенесения показывает также, что вытеснение, как защитный механизм, не дано с самого начала. Оно появляется

---

<sup>5</sup> Эту концепцию мы впервые изложили в следующей книге: Налчаджян А. А. *Личность, психическая адаптация и творчество*. Ереван: «Луйс», 1980, гл.1.

<sup>6</sup> См., например: Фрейд З. *Введение в психоанализ. Лекции*. М., 1989; *его же: Страх*. М., 1927; Freud S. *The Metapsychology of Instincts, Repression and the Unconscious*. – In: «Theories of Psychopathology. Essays and Critiques». Ed/ by Th.Millon. Phil. and London, 1967, pp. 145–149.

только после того, как ясно разграничиваются сознание и бессознательное, поскольку сущность вытеснения заключается просто в отклонении психического содержания и его удерживании вне сознания. Фрейд добавляет, что достижения этого уровня психического развития, с целью овладения инстинктивными импульсами, могут использовать и другие преобразования инстинктов, например превращение в свою противоположность и обращение на самого субъекта. Следует, однако, отметить спорность, во всяком случае неполноту рассуждений Фрейда, поскольку возникает закономерный вопрос: могут ли эти механизмы (превращение в свою противоположность и обращение на самого субъекта) функционировать без участия вытеснения?

Исследование невротиков показывает также, что инстинкт может усиливаться, принимая буйный характер, если, вследствие вытеснения выходит из-под контроля сознания. Он разветвляется как гриб в темноте и принимает крайние формы выражения, которые, после интерпретации и представления невротика кажутся ему чуждыми и пугают его. Эта иллюзорная сила инстинкта обусловлена его бесконтрольным развитием в фантазии и сдерживающим эффектом отсутствия реального удовлетворения. Тот факт, что это последнее обстоятельство связано с вытеснением, указывает на направление, куда мы должны смотреть для понимания подлинного значения последнего.

Однако из сферы сознания не вытесняются все дериваты первоначально вытесняемого. Если эти дериваты значительно удалены от вытесняемого образа инстинкта (вследствие наличия опосредствующих ассоциаций или благодаря процессу *искажения*), то они могут иметь свободный доступ в сознание. Получается впечатление, отмечает Фрейд, что сопротивление сознания этим дериватам обратно пропорционально их удаленности от первично вытесненного содержания. В ходе психоанализа от пациентов все время требуют продуцировать такие дериваты вытесненного, которые, вследствие своей удаленности или искажения могут пройти через цензуру сознания. Такими дериватами являются те ассоциации, которые образуют пациенты, начиная от сознательно направляемой мысли или критического замечания, реконструируя сознательную интерпретацию вытесненного представления инстинкта. Часто можно наблюдать, как пациент возвращается обратно по цепи ассоциации, т. е. встречается с таким процессом формирования мыслей, отношение которого с вытесненным такое интенсивное, что он вынужден повторить попытку вытеснения. Невротические симптомы также являются такими дериватами вытесненного содержания, которые получают доступ в сознание.

Фрейд признает, что нет общего правила относительно степени искажения и удаленности, необходимых для устранения сопротивления сознания. В этом отношении имеет место тонкое сбалансирование, основы которого скрыты от нас. Но можно думать, что главное в *степени* интенсивности катексиса (Энергетического снабжения) бессознательного, при выходе за пределы которой он будет прорываться к удовлетворению.

Поэтому, полагает Фрейд, вытеснение в каждом отдельном случае действует в высшей степени специфическим образом. Каждый отдельный дериват вытесненного может иметь свою собственную судьбу: несколько большее или несколько меньшее искажение меняет все последующее. В этой связи, полагает Фрейд (данное положение теории Фрейда является в высшей степени спорным и во многом неприемлемым), становится понятным, что те объекты, которым человек дает предпочтение (идеалы и т. п.) исходят из тех же восприятий и переживаний, как и те, которые вызывают в нем отвращение. Эти два ряда объектов первоначально отличались друг от друга лишь слабыми модификациями. В случае фетиша можно полагать, что первоначальное инстинктивное представление было расщеплено на две части, одна из них была вытеснена, а другая, именно вследствие своей тесной связи с первой, подверглась идеализации. Это очень интересная диалектическая точка зрения, и она может стать основой для плодотворного психологического анализа возникновения не только индивидуальных и групповых фетишей, но и таких социально-психологических явлений, как догматизм, ура-патриотизм и т. п. Однако этот подход все же является односторонним, поскольку при анализе явлений идеализации и

фетишизма опирается только на психологию инстинктов и их превращений (при блокаде удовлетворения), но не учитывает подлинные закономерности общественной жизни в целом и механизмы групповой динамики.

Тот же результат (согласно Фрейд, исходящий из усиления или ослабления степени искажения), достигается изменением производящих удовольствие или страдание условий. По мнению Фрейда, существуют специальные психические механизмы, целью которых является осуществление таких изменений в игре психических сил, чтобы то, что обычно причиняет страдание, в данном случае производило удовольствие. Когда такой психический механизм начинает работать, то вытеснение представления инстинкта, которое обычно отталкивает, отменяется. Фрейд отмечает, что из этих механизмов подробно описана только *шутка*. Обычно при этом снятие вытеснения является лишь временным, оно сразу же восстанавливается.

В связи с этим возникает ряд очень важных проблем, касающихся природы остроумия, шутки и творчества. Некоторые из них Фрейд подверг рассмотрению в других своих работах, но мы здесь на них останавливаться не будем.

Вытеснение, согласно концепции Фрейда, не только *изменчиво* (вариабельно) и *специфично*, но одновременно крайне *подвижно*. Нельзя думать, будто процесс вытеснения является чем-то, имеющим место раз и навсегда, с перманентными результатами (как в том случае, когда живое существо убивают и с этого времени и впредь оно мертво). Наоборот, вытеснение требует постоянного расхода энергии, но если этого не делается, результаты вытеснения могут подвергаться опасности и потребуются новый акт вытеснения. Можно думать, что вытесненное оказывает непрерывное давление в сторону сознания, так что баланс можно сохранить только с помощью постоянного обратного давления. Поэтому нужен постоянный расход энергии, и с энергетической точки зрения отказ от вытеснения есть спасение и экономия. Подвижность вытеснения находит свое выражение также в психических характеристиках условия сна, когда только и возможно образование сновидений. После пробуждения катексиса вытеснения, ожившиеся в сновидениях, опять исключаются.

Сам инстинктивный импульс может быть катектирован (снабжен психической энергией) в различной степени. Поэтому его активность будет изменяться. Когда импульс активируется, начинаются все те процессы, которые приводят к проникновению в сознание дериватов инстинкта. Судьба инстинктивного импульса или судьба идей с невытесненными дериватами, зависит от их активности или катексиса. Часто можно наблюдать, что такие дериваты остаются невытесненными до тех пор, пока снабжены небольшой энергией, хотя их содержание таково, что может быть в конфликте с сознательным контролем. Но Фрейд считал, что количественный фактор имеет здесь решающее значение для этого конфликта. Как только неприемлемая идея приобретает силу, превосходящую определенный уровень, конфликт приобретает актуальность. Поэтому именно активация идеи приводит к ее вытеснению.

Это утверждение Фрейда можно понять в том смысле, что многие неприемлемые для сознания и моральных установок личности идеи могут даже осознаваться, но лишь до тех пор, пока они в недостаточной мере снабжены психической энергией и не способны породить социально значимые действия. В этом случае не возникает актуальной необходимости их вытеснения. Отсюда следует, что человек каждый день на уровне сознания переживает множество конфликтов, осознает их, но вытеснение и другие защитные механизмы при этом не мобилизуются, поскольку он понимает, что эти конфликты носят сравнительно пассивный характер и не угрожают социальному его статусу и выполнению обычных ролей. Лишь приток большой психической энергии к одному из этих конфликтов, усиление лежащей в его основе мотивации фрустрирует личность и мобилизует ее защитные процессы.

Исходя из своих психоэнергетических соображений Фрейд заключил, что в аспекте вытеснения усиление катексиса действует так же, как и приближение к бессознательному, а

уменьшение энергии – как удаление из бессознательного или как искажение. Поэтому вытекающие тенденции могут найти замену в ослаблении неприемлемых желаний и других психических содержаний.

Фрейд попытался выяснить также механизмы самого вытеснения, сформулировав этот вопрос следующим образом: существует лишь один такой механизм или их несколько, и нельзя ли каждый невроз охарактеризовать своим специфическим механизмом вытеснения? На этом пути, отмечает Фрейд, возникают осложнения. Механизм вытеснения становится доступным для изучения только тогда, когда мы выводим его наличие на основе его конечных результатов. Если ограничить наши наблюдения только результатами его действия в идеационной части представления инстинкта, то мы обнаружим, что вытеснение, как правило, порождает *замещающие образования*. Но каковы те механизмы возникновения этих замещающих образований? Известно, далее, что вытеснение оставляет на своем пути *симптомы*. Можно ли считать процессы формирования замещающих образований и формирования симптомов совпадающими, и если это возможно, то совпадает ли механизм формирования замещающих образований с механизмом вытеснения? Фрейд предполагает, что эти два механизма отличаются друг от друга, и не само вытеснение продуцирует замещающие образования и симптомы, а эти последние являются показателями возвращения вытесненного и порождаются совершенно другими процессами. Фрейд считал даже целесообразным изучить механизмы симптомообразования и образования замещающих структур до изучения вытеснения.

Путем решения всех этих проблем основатель психоанализа считал тщательный анализ результатов вытеснения, доступных для наблюдения при индивидуальных неврозах. Он полагал также, что для решения этой задачи следует иметь четкое представление о соотношениях сознания и бессознательного.

На каком уровне действуют культурные и этические представления индивида, вступающие в конфликт с его влечениями и осуществляющие вытеснение? Фрейд справедливо отметил, что нельзя думать, будто «... у личности об этих представлениях имеется только интеллектуальное знание, и что она постоянно признает за этими представлениями руководящее значение в жизни и подчиняется содержащимся в них представлениям»<sup>7</sup>. – В этом отрывке содержится важная мысль о том, что культурные и этические представления личности могут осуществлять вытеснение из сознания несовместимых с ними влечений и желаний даже оставаясь подсознательными. Вместе с тем следует признать, что эти вытесняющие силы часто осознаются, и конфликт между вытесняющими и вытесняемыми психическими образованиями протекает и переживается в сфере сознания.

#### § 4. Вытеснение и его удержание: о природе удержания

Наиболее ясное определение вытеснения, как уже сказано выше, З. Фрейд дал в статье «Вытеснение» (1915 г.). Здесь он определяет вытеснение как *удержание* психических содержаний вне сферы сознания. Прав ли Фрейд?

Мы полагаем, что в решение данного вопроса необходимо внести одно очень важное дополнение. Вытеснение и подавление – это процессы, с помощью которых определенные психические содержания (мысли, образы, переживания) выводятся из сферы сознания и становятся подсознательными. Но *удержание*, по нашему мнению, – это уже не процесс вытеснения. Последнее должно было иметь место для того, чтобы вступило в силу удержание. По нашему мнению, удержание вытесненного в подсознательном состоянии – это защита, охрана «ворот» сознания от попыток проникновения вытесненных психических содержаний в сферу созна-

---

<sup>7</sup> Фрейд З. *Очерки по психологии сексуальности*. М. – Пг. Госиздат (без года); «Психологическая и психоаналитическая библиотека», Вып. VIII, с. 136.

ния и поведения. Необходимость *вторичного вытеснения* возникает лишь в том случае, когда каким-то вытесненным содержаниям все-таки удастся проникнуть в сферу сознания. Поэтому мы считаем, что вытеснение и удержание вытесненного в подсознательной сфере – это различные психические процессы, и они осуществляются с помощью различных способов и средств.

Следует отметить, что все названные процессы – вытеснение и подавление, удержание, проникновение вытесненного в сферу сознания и вторичное вытеснение (подавление) – все они имеют свою специфическую мотивацию, в свою очередь исходящую из различных подструктур личности и ее Я-концепции. Мы полагаем, что в дальнейшем проведение более четкого различия названных психических процессов возможно на основе следующей идеи: следует идти от процесса (механизма) к мотиву его активизации, а отсюда – к той подструктуре «Я» и его Я-концепции, которая нуждается в таком процессе и поэтому запускает соответствующие мотивационные и исполнительские процессы.

## § 5. Удержание вытеснения и «семантическая защита»

А. Способы удержания вытеснения. – Мы видели, что когда «Я» вытесняет какие-либо импульсы и мысли, то этим защитная активность не завершается. Вытесненные содержания, тем более если они связаны с инстинктами, имеют сильный психический энергетический заряд и все время стремятся проникать в сферу сознания и поведения. Поэтому вытеснение можно считать успешным только в том случае, когда удастся создать сильный барьер против стремящихся в сознание вытесненных психических содержаний. Согласно психоаналитическим представлениям, для удержания достигнутого состояния вытеснения создается баррикада между «Я» и влечениями «Оно»; эта баррикада состоит из защитных средств. Так психика («Я») пытается предотвратить возвращение вытесненного. Правда, одновременно действует механизм переноса вытеснения на новые объекты. Перенос, сочетаясь с вытеснением, приводит к отрицанию реальности (*denial*), к бегству от неприятной жизни, но для удержания вытеснения этого недостаточно. При использовании только этого механизма вытесненные чувства, мысли и действия вскоре вновь бы появились в сознании и поведении, ведь влечения продолжают существовать.

Тогда начинается процесс построения баррикад. Его простейшей формой является переход к активной неподвижности: не мыслить, не чувствовать, ничего не делать. В таких случаях подвергающийся психоанализу пациент часто сообщает об ощущениях следующего характера: «Я начинаю чувствовать, что хочу думать, а не так, как будто я не могу думать»; «Мне кажется, что моя челюсть связана проволокой».

Обычной формой *репрессивной баррикады* является перенос внимания на внешние стимулы, которые чем менее значимы, тем лучше. Так считают психоаналитики. Но самой обычной формой репрессивной баррикады является сосредоточение внимания и интереса на заместителей (субститутов) вытесненного.

Мы полагаем, что одна из самых типичных форм механизма подавления – в отличие от вытеснения – появляется именно в форме репрессивной баррикады. Эта идея может оказать существенную помощь попыткам дифференциации вытеснения и подавления.

Когда человек энергично вытесняет какое-то желание, мысль и т. п., он обращает свое внимание на самые незначительные аспекты ситуации, которые выступают в роли заместителей вытесненного. Например, вытесняя свое смущение перед женщиной, молодой человек может играть пальцами с галстуком, озираясь вокруг себя и говорит о незначительных вещах. Ницше рассказал об интересном случае из своей жизни: решив посетить бордель и оказавшись среди проституток, Ницше озаряется вокруг и замечает «единственно духовно близкий себе предмет – рояль», быстро подходит, берет несколько аккордов, после чего бегом покидает это учреждение.

Переносом вытесненного является также агрессивное действие служащего против своей жены после того, как его, на месте службы, подверг агрессии (фрустрировал) начальник. Но такой перенос возможен только на основе вытеснения и построения баррикады, препятствующей возвращению вытесненного в сферу сознания.

Теснейшую связь, существующую между защитой против внешних фрустраторов и защитой против внутренних фрустраторов можно продемонстрировать на основе анализа многих примеров. Внешний фрустратор вызывает импульсы, которые беспокоят человека и требуют от него исполнения защитных действий. Они становятся внутренними фрустраторами. Против внешнего фрустратора направляется та или иная разновидность агрессии, а против внутреннего – в первую очередь вытеснение, а затем и другие механизмы. Перемещение и замещение имеют место по той причине, что у человека имеются вытесненные, неисполненные желания. После того, как замещение уже имело место, оно начинает уже само служить в качестве репрессивной баррикады (если, конечно, оно не очень напоминает вытесненное).

Для удержания вытеснения часто совместно используются как отрицание реальности, так и репрессивная баррикада, построенная между «Я» и вытесненными влечениями, между подсознательным и сознанием. Эти процессы мотивированы, но в основном происходят подсознательно и непроизвольно, автоматически; автоматизм ведь означает лишь повторение уже сформировавшихся навыков. Средний человек, не обладавший развитой способностью самоанализа, не знает, какими механизмами психической защиты пользуется. Но когда ему описывают эти механизмы, он оказывается неспособным произвольно приостановить их функционирование. Процесс защиты протекает помимо воли человека. Правда, здесь остается еще проблема, требующего обсуждения: человек, по нашему мнению, может частично осознать мотивы и ход своей психологической самозащиты.

Б. Семантическая защита как следствие вытеснения. – «Семантической защитой» мы называем то явление, когда в результате вытеснения сужаются функции понимания и рассуждения. Человек становится «слепым» по отношению к определенным ценностям и идеям.

Мы полагаем, что частным выражением семантической защиты является притупление интуитивной способности, избирательная интуитивная тупость, неспособность схватывать смысл определенного класса идей, ценностей и событий, прямо или косвенно связанных с фрустрациями личности.

В результате семантической защиты человек перестает понимать других, некоторые типы их рассуждений. Мы полагаем, что в таких сложных случаях вместе с вытеснением работает также рационализация, которая, создавая защитные аргументации, блокирует понимание мыслей, касающихся тех же явлений.

Это новое направление исследований психологической самозащиты нам представляется перспективным.

## § 6. О разновидностях вытеснения

А. Проблема. – В упомянутой выше статье «Вытеснение» (1915 г.) З. Фрейд высказал предположение, согласно которому: 1) существуют разновидности вытеснения; 2) каждый вид психоневрозов связан с характерным только для него видом вытеснения.

Таким образом, еще тогда Фрейд чувствовал, что вытеснение – это не единственный механизм психологической защиты. Но оказалось, что он имел в виду не разновидности вытеснения в собственном смысле слова, а другие защитные механизмы (конверсию, проекцию, изоляцию, рационализацию, субституцию и др.). На данном этапе своего творчества он отождествлял их с вытеснением<sup>8</sup>. После того, как в 1926 году Фрейд вновь стал использовать поня-

---

<sup>8</sup> См. названную статью в книге: Freud S. *Standard Edition of Freud's Works*. T. XIX. London: Hogarth, 1957.

тие «защита», он уже знал, что вытеснение – это лишь один из механизмов психологической защиты.

Б. Вытеснение и защита. – Начиная с этого времени Фрейд включает в понятие «защита» не только вытеснение, но и такие механизмы охраны «Я» от внутренних импульсов, как, например, регрессия. Теперь уже понятие «регрессия» используется им для обозначения «амнестиического забывания». Этот новый взгляд был изложен Фрейдом в работе «Торможения, симптомы и тревога» (1926)<sup>9</sup>. Правда, и после этого Фрейд не был последовательным, очень часто продолжая использовать термины «вытеснение» и «защита» как синонимы и взаимозаменяемые, одновременно используя понятия «изоляция», отрицание и др. Он сам отметил, что возвращение к понятию «защита» означало расширение наших знания о психологической защите «Я».

Но правы те авторы, которые, как и Г. Олпорт, считают вытеснение центральным и фундаментальным для всего психоанализа: другие защитные средства ни в какое сравнение с ним не идут<sup>10</sup>. Нередко встречающееся отождествление вытеснения и защиты вообще свидетельствует не просто о непоследовательности Фрейда: оно подчеркивает именно это исключительное значение вытеснения в психодинамике личности.

К настоящему времени уже открыто около 20 защитных механизмов, а количество их возможных комбинаций, по-видимому, огромно. Правда, не все эти комбинации сохраняются, превращаясь в устойчивые защитные комплексы. Многие из них являются эфемерными и ситуативными. Одной из задач теории психологической защиты является открытие такие комплексов, а также тех защитных стратегий, которые на их основе возникают.

В. Первичное и вторичное вытеснение. – Фрейд полагал, что уже на ранних этапах онтогенетического развития человека имеет место весьма заметное вытеснение влечений и аффектов, так называемое *первичное* или *раннее вытеснение* (*Verdrängung, primal repression*). Уже в раннем возрасте идеационные представления об инстинктах не допускаются в сферу сознания. Все, что было в Оно, остается в нем. Однако Оно обладает способностью трансформировать свое содержание в такие формы, которые могут обойти прошлые сопротивления на пути в сознание. В зрелом возрасте эти вытесненные влечения могут воспроизводиться в сознании и вновь вытесняться. Это *вторичное вытеснение* (*after-repression*) инфантильных влечений и аффектов. Фрейд назвал собственно вытеснением (*eigentliche Verdrängung* или *Nachdrängen*)<sup>11</sup>. В соответствии со своими основными принципами он даже в жизни взрослого человека основной функцией вытеснения считал удержание в сфере бессознательного вытесненных туда аффектов и влечений детских лет, которые там, по его мнению, сохраняются без изменений.

Фрейд полагал, что для того, чтобы держать интенсивные желания и связанные с ними образы и мысли в вытесненном состоянии, от личности требуется постоянного расхода психической энергии. Когда вытеснение терпит неудачу, вытесненное содержание возвращается в сферу сознания. Удачное же вытеснение имеет место в том случае, когда вытесненные содержания лишаются психической энергии и, кроме того, человек не пользуется патологическими защитными механизмами.

Более реалистично мыслят современные последователи Фрейда (например, известный психопатолог О. Феничел), которые считают, что такие же события (первичное вытеснение, актуализация вытесненного в сфере сознания и вторичное вытеснение в виде подавления или «выталкивания») имеют место и в жизни взрослых, зрелых людей, хотя между этими процес-

---

<sup>9</sup> См.: Freud S. *Standard Edition of Freud's Works*. T. XX. London: Hogarth, 1959.

<sup>10</sup> См.: Madison P. *Freud's Concept of Repression and Defense, it's Theoretical and Observational Language*. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1961, pp. 15–16.

<sup>11</sup> См.: Freud S. *Gesammelte Werke*. X, S. 250.

сами имеются различия, поскольку они протекают на различных этапах возрастного развития. Эти различия все еще не исследованы в достаточной степени.

Здесь отметим еще следующее: фактически получается, что вторичное вытеснение (по Фрейдю) является *подавлением* в том смысле, как мы его определяем во второй главе настоящего труда. Это сознательное, произвольное удаление из сознания определенных психических содержаний и их удержание в подсознательной сфере.

## § 7. Другие разновидности вытеснения

Механизмы вытеснения и подавления в психической жизни человека имеют разнообразные проявления. Вытесняться могут самые различные психические содержания, поэтому для создания более дифференцированной классификации этого фундаментального психологического механизма можно взять различные критерии.

Так, исходя из того, какое психическое содержание вытесняется из сознания, можно выделить по крайней мере две разновидности вытеснения: а) вытеснение содержательная, предметная, вытеснение цели и желания, образа объекта, и б) вытеснение аффекта, чувств и настроений. В зависимости от обстоятельств вытеснение в одних случаях сильнее действует на первый блок переживания, в других – на второй, эмоциональный. Причем преимущественное вытеснение одного из этих блоков оказывает воздействие на восприятие другого блока. Например, когда у меня в результате вытеснения остается превалировать одно чувство к человеку, например ненависть, то содержание первого блока также воспринимается тенденциозно. Вытеснение имеет способность иррадиировать на все новые стороны качеств и поведения другого человека. Вытесняться могут, конечно, и другие психические содержания, поэтому возможно выделение и других разновидностей вытеснения по критерию содержания вытесняемого материала.

Разновидностями вытеснения можно считать еще два защитных механизма, которые нередко рассматриваются в качестве самостоятельных механизмов психической динамики. Речь идет о следующих механизмах: 1) *перцептивная защита*, которая является следствием защитной избирательности восприятия; б) *защитная избирательность* как следствие вытеснения. Поскольку эти два механизма все же являются последствиями вытеснения и имеют свои специфические особенности, их желательно исследовать отдельно. Феноменология этих способов защиты, особенно перцептивной самозащиты, весьма разнообразна.

Когда для освобождения от фрустрирующих впечатлений или мыслей человек сознательно и произвольно «закрывает на них глаза» и «смотрит в сторону», то такую разновидность вытеснения ряд авторов предлагает назвать *переключением* (или отключением, *Abschalten*)<sup>12</sup>. В результате многократного использования такой механизм сознательного переключения может стать автоматизированным и функционировать полностью подсознательно. Примером может служить случай, когда человек постоянно забывает чье-либо имя. Другой формой вытеснения является процесс, с помощью которого человек активно забывает вызывающие у него фрустрацию мысли, поступки и т. п., предаваясь приятным занятиям. Это *отвлечение* (*Ablenkung*), которое практикуется многими. А. Р. Лурия писал о мнемонисте Шерешевским, который при лечении зубов вытеснял сильную боль, с помощью воображения представляя на своем месте другого человека<sup>13</sup>. Иммануил Кант при зубной боли сознательно начинал думать о Цицероне, и боль смягчалась.

Иногда возникают такие обстоятельства, когда мы раздражаемся, но нецелесообразно показать это. в таком случае подвергается вытеснению не сама причина раздражения, а само

---

<sup>12</sup> См., например: Lückert H.R. *Konflikt – Psychologie. Einführung und Grundlegung. München, 1957.*

<sup>13</sup> См.: Лурия А. Р. *Маленькая книга о большой памяти (Ум мнемониста). М.: Изд-во МГУ, 1968, с. 77.*



это переживание. Это уже сознательное подавление (*Unterdrückung*) при активном участии «Я». Активно могут подавляться действия, представления и формы выражения переживаний. Исходя из этого, можно выделить отдельные подтипы подавления.

*Подавление действий* мы ясно видим (и применяем) при воспитании детей. Воспитатели заставляют детей отказаться от выполнения многих нежелательных для окружающих действий. Одним из критериев психической зрелости личности можно считать способность человека управлять теми запретами, которые налагаются на поведение, сознательно применять к самому себе определенную систему запретов. То, что подавляется, не совсем исчезает из психики, сохраняет некоторый психический заряд и время от времени может вырываться наружу, в поведении. Поэтому воспитание означает зарядку энергией приемлемых для общества действий и, с их помощью, удержание подавленных действий вне сферы сознания. Психологам и наблюдательным родителям известно, что те дети, которым ничего не запрещали, редко становятся активными деятелями после взросления.

*Подавление представлений* – это процесс вытеснения из сознания появляющихся в нем воспоминаний и фантазий. Если появление в сознании аффективно окрашенных воспоминаний и фантазий принимает систематический характер, то ход целенаправленной деятельности человека может нарушаться. Поэтому их подавление целесообразно. Этому способствует также отвлечение внимания и его перенос на более важные задачи. В тех случаях, когда попытки индивида подавлять такие представления и отвлекаться постоянно терпят неудачу, перед нами картина неврастения.

*Подавление форм выражения* мыслей и переживаний играет значительную роль в формировании культуры поведения. Этой стороне формирования личности придается значение во всех известных нам культурах, хотя и в различной степени и с различными акцентами. Здесь, однако, есть одна важная психологическая проблема: согласно той теории эмоций, которая восходит к Джеймсу и Ланге, подавлению эмоциональной экспрессии должно привести к ослаблению соответствующих чувств и эмоций. (Парадокс, констатируемый этой теорией, можно выразить следующим частным утверждением: мы плачем не потому, что грустны, мы грустны потому, что плачем). – Однако на самом деле при подавлении экспрессии последствия могут быть различными: а) усиление аффекта; б) исчезновение аффекта; в) метаморфоз аффекта (боль переходит в уныние, гнев превращается в ненависть и т. д. Это чрезвычайно интересных преобразования, которые еще требуют исследования).

Следует признать правильным утверждение некоторых психологов о том, что при подавлении давление на то, что выводится из сферы сознания, должно быть умеренным, иначе произойдет недопустимое снижение уровня производимой психической энергии, что сделает человека пассивным. Более того, можно добавить, что чрезмерно сильное подавление может лишить человека некоторой части его творческих способностей.

Систематическое подавление указанных типов, по нашему мнению, может автоматизироваться и стать подсознательным процессом, протекающим без активного участия сознательного «Я». Но это уже вытеснение.

Подобные вытеснения могут иметь ряд устойчивых последствий, в том числе следующие: 1) в сфере восприятия – сужение полей видения и слушания, слепота и глухота к определенным явлениям и событиям; б) в мышлении и понимании – сужению функций понимания и рассуждения и психическая слепота к некоторым ценностям и т. п.

## **§ 8. Процесс обобщения вытеснения и различные порядки (уровни) вытеснения**

Еще Фрейд заметил, что имеет место т. н. радиация вытеснения, т. е. распространение этого защитного процесса и на другие психические содержания. Речь идет о следующем: если

из сферы сознания вытесняется образ определенного человека, то вытеснению могут подвергаться также образы таких людей, которые имеют сходства с первым. Из реальной жизни можно привести сколько угодно примеров, иллюстрирующих данное явление. Например, забывается имя определенного человека, но оказывается, причина этого в том, что это же имя носит и другой, неприятный человек, образ которого уже был вытеснен в прошлом, а вместе с этим – и другие ассоциированные с ним воспоминания.

Мы считаем, что более правильно назвать подобный процесс *обобщением вытеснения* на основе сходных признаков.

Фрейд также считал, что вытеснения детских лет являются предпосылками для более поздних вытеснений, и создают у человека соответствующую предрасположенность. Это замечание позволяет предположить, что наряду с явлением обобщения вытеснение существует также иерархизация различных слоев вытеснений, несколько их порядков.

Одно, уже вытесненное и переходящее в подсознание звено может тянуть за собой другие звенья ассоциированных психических содержаний.

## § 9. Вытеснение и тревога

Освобождает ли вытеснение от тревоги? Вопрос сложный, хотя и принято сказать, что психологическая защита имеет целью смягчение или устранение тревоги человека. Можно даже предположить, что иногда вытеснение даже усиливает и усугубляет тревогу, ухудшает самочувствие и, можно сказать, тревога соматизируется.

В качестве исходного «пункта» для исследования данного явления можно взять отрывок из романа Джона Стейнбека «Зима тревоги нашей», в котором описывается, как супруги Итон и Мэри Хоули на день-два выезжают на летний отдых в старейший ранчо восточного побережья США. Муж, ведя машину, спрашивает, о чем думает жена. Оказывается, она все время беспокоится о детях и внутренне разговаривает с ними, ведет с ними внутренний диалог. Итон начинает разговор о других вещах для того, чтобы развлекать жену. Однако немного «развлекаясь» Мэри заявляет: «О! Дай мне немного побеспокоиться. Я чувствую себя лучше, когда беспокоюсь».

Итон, очень начитанный и мыслящий человек, сразу отмечает: «Я никогда не слышал более удачного определения» («I never heard it better put»)<sup>14</sup>.

Чем объяснить такое явление? Действительно ли всегда полезно осознать проблему и переживать, или это полезно и возможно только тогда, когда сила «Я» достаточна? Мы считаем, что в таких случаях действительно, лучше осознать проблему, конфликт, фрустрацию, и сознательно их преодолеть. Но когда личная проблема очень серьезная, а фрустрация – глубокая, силы Я может быть недостаточна, тогда начинаются процессы психологической самозащиты, в том числе процессы вытеснения и подавления.

## § 10. Вытеснение и уровни психической активности

В одной из своих предыдущих работ мы уже показали, что вытеснение является не только механизмом психической защиты, но также (что еще более важно) одним из механизмов формирования психики личности, особенно ее подсознательной сферы<sup>15</sup>. При этом мы подробно изложили свои взгляды на природу и пути генезиса бессознательного, подсознательного, сознания и самосознания. В аспекте развития научной концепции вытеснения основным моментом в этом обсуждении был вывод, согласно которому существует более фундаменталь-

---

<sup>14</sup> См.: Steinbeck J. *The Winter of our Discontent*. Moscow: «Vissaja Skola», 1985, p. 206.

<sup>15</sup> См.: Налчаджян А. А. *Личность, психическая адаптация и творчество*. Ереван: Изд-во «Луйс», 1980, гл. 1.

ный вид вытеснения, играющий огромную роль в осуществлении психической активности и формирования психики: естественное вытеснение психических содержаний сознания данного «момента» восприятиями и воспроизведенными содержаниями следующего «момента», причем последовательность таких моментов образует поток сознания во времени.

Мы полагаем, что в каждом конкретном случае изучения процесса вытеснения и его последствий следует выяснить, в какой мере оно является процессом естественного временного забывания вследствие наличия потока сознания и узости этой сферы, и в какой – активным исключением фрустрирующих содержаний из сферы сознания со стороны элементов и подструктур Я-концепции и моральных принципов личности. Очевидно, что эти два механизма могут работать одновременно, но не менее ясно и то, что их психологическая природа различна, хотя результаты их активности имеют важную сходную черту: это освобождение сферы сознания от определенных содержаний.

## § 11. Противоположность осознания – контр-осознание

А. Основные способы контр-осознания. – Контр-осознание или деосознание – так мы называем процесс, противоположный осознанию. Это переход осознанных психических содержаний из сферы сознания в подсознательное. Этот процесс происходит несколькими способами: 1) путем смены содержаний сферы сознания в результате того, что одни восприятия следуют за другими, а сфера сознания узка, она не может расширяться вне определенных рамок; 2) в результате вытеснения, т. е. подсознательного вынесения, выталкивания из сферы сознания нежелательных, неприятных влечений, впечатлений и мыслей, т. е. фрустраторов; 3) в результате подавления, т. е. сознательного, произвольного вытеснения, выталкивания из сферы сознания нежелательных психических содержаний. Здесь уже, безусловно, принимает участие самосознание: «Я» не желает вспоминать и осознавать что-либо, и я сознательно исключаю их из сферы моего сознания, сменяя это содержание другим; 4) наконец, может иметь место более сложный случай, при котором одновременно используются все три способа освобождения сознания от нежелательных содержаний.

Б. Ассоциативное контр-осознание или забывание. – Психические содержания, в том числе неприятные, обычно составляют ассоциативные цепи и гештальты. Мы знаем также, что когда пытаемся осознать какие-либо содержания нашей памяти, то осознание одного звена (образа, мысли) приводит к осознанию остальных звеньев.

*Мы утверждаем, что существует также обратный процесс: когда вытесняется или подавляется одно звено ассоциативной цепи, оно тянет за собой в сферу подсознательного остальные звенья этой цепи. Эта закономерность забывания или контр-осознания имеет различные частные случаи. Мы выделяем два главных случая: 1) у каждого человека имеются ранее вытесненные психические содержания; такие содержания начинают образоваться еще в детстве. Мы утверждаем, что подобные вытесненные в прошлом психические содержания из сферы подсознательного притягивают к себе часть тех новых содержаний (восприятий и т. п.), которые появляются в сфере сознания. Новые содержания, ассоциируясь со старыми вытесненными содержаниями, исчезают в подсознательной сфере – надолго или временно.*

2) Второй путь: какое-либо психическое содержание, состоящее из разных «звеньев», вызывает фрустрацию, поэтому индивид вытесняет или подавляет его. Мы предполагаем, что вытеснение или подавление одного звена этой цепи может привести к ассоциативному вытеснению остальных. Образно говоря, то звено, которое уже находится в подсознательной сфере, тянет за собой остальные звенья, и вся цепь переходит в подсознательное, становится относительно забытым.

Из теории психологической самозащиты мы знаем, что таким образом могут вытесняться не только психические образы, слова и словесные выражения, но и влечения, чувства и эмо-

ции, например такие, как чувство вины, стыда и т. п. Причем здесь мы предполагаем существование двух этапов вытеснения (контр-осознания, де-осознания): вначале, на первом этапе, из сферы сознания выводятся когнитивные содержания (мысли, образы, слова), и затем – на втором этапе – те чувства, которые были связаны с ними. Причем нередко имеет место неполное вытеснение: когнитивные содержания уже вытеснены, а эмоции остались. Например, если человек переживает тревогу или чувство вины, но не знает почему, следует предположить, что соответствующие этим эмоциям познавательные содержания уже вытеснены, они существуют на подсознательном уровне, но активны, поскольку иначе не вызвали бы такие эмоциональные переживания.

Для полного освобождения от фрустрации человек нуждается в том, чтобы вытеснить и эти эмоции. Поэтому обычно после первого этапа вытеснения (или подавления) наступает второй этап.

Когда такие комплексы психических содержаний полностью переведены в подсознательную сферу, но находятся в динамическом состоянии, они могут порождать различные вторичные образования (дериваты) и выражения таким косвенным способом, обходными путями. Такими дериватами считаются различные склонности, фобии и другие психические явления, не говоря уже о сновидениях.

Проблемой дериватов вытесненных психических содержаний, как известно, много занимались психоаналитики. Однако в настоящее время знания об этих явлениях составляют часть психологии личности вне зависимости от тех теоретических рамок, в которых традиционно они исследовались<sup>16</sup>.

Когда вытесняется чувство вины, то и оно может найти выражение в виде дериватов. Например, если мальчик занимается мастурбацией, то в процессе мастурбирования он не переживает чувство вины. Это чувство и «угрызения совести» наступают после окончания действия. Постоянно вытесняя эти чувства, мальчик может приобрести привычку часто помыть руки, которые ему кажутся «грязными».

Следовательно, этот симптом (и аналогичные патологические симптомы) могут служить признаком того, что у данного лица имеются вытесненные комплексы, и что они, по-видимому, совершают некоторые интимные действия, тщательно скрываемые от других.

## § 12. Установки и вытеснение

А. Влияние установки на вытеснение. – На процессы вытеснения, их направленности и на характер избирательности вытеснения всегда оказывают влияние установки личности. Каждое переживание человека имеет свой объект (или цель, с помощью которой можно удовлетворить лежащую под переживанием потребность). Но переживание есть реализация определенной установки по отношению к объекту. В состав установки, как известно, входят когнитивные элементы (знания об объекте), эмоциональные компоненты (например, любовь, ненависть и т. д.), и поведенческие схемы или тенденции к определенным действиям.

Если у человека А имеется такая установка по отношению к индивиду Б, эмоциональным компонентом которой является ненависть, то А воспринимает Б тенденциозно. Эта тенденциозность получит тройное выражение: а) во-первых, она приведет к преувеличению, гипертрофизации тех сторон личности Б, которые представляются отрицательными; б) произойдет атрибуция индивиду Б отрицательных черт и поступков (это связано с проекцией); в) произойдет выпадение восприятий ряда черт и действий Б (т. е. их избирательное вытеснение), которые не соответствуют общей отрицательной установке А. Эта частичная слепота является раз-

---

<sup>16</sup> См.: Janis I.L. a.o. *Personality. Dynamics, development, and assessment. New York, 1969 u др.*

новидностью перцептивной защиты, которая, в силу своей важности, заслуживает отдельного рассмотрения.

Но этим действие установки не ограничивается. Эта установка сама постепенно становится обобщенной, распространяясь на все то и на всех тех, кто так или иначе связан с Б, даже на те ситуации, в которых Б являлся фрустратором для А. Вполне понятно, что и в процессах восприятия всех (и всего), кто связан с Б положительными эмоциональными связями, все три вышеуказанные особенности, в том числе избирательное вытеснение и отрицательные атрибуции, постоянно имеют место.

Данный интересный аспект проблемы защитной адаптации, осуществляемой комплексом вытеснения – проекция, подлежит дальнейшим исследованиям, поскольку касается очень широкого спектра социального поведения человека.

Б. Амбивалентность, вытеснение и установка. – Мы считаем, что состояние амбивалентности чувств является фрустратором и требует защитно-адаптивных действий. В таких ситуациях основным адаптивным процессом является вытеснение одного из конфликтующих чувств, превращение его в подсознательное явление. Причем сам процесс вытеснения преимущественно протекает на подсознательном уровне. (Отметим, что имеется возможность в этом «пункте» связать амбивалентность с когнитивным диссонансом).

Поскольку каждое чувство является компонентом социальной установки, следует свети рассмотрение амбивалентности и вызванного ею вытеснения к конфликту установок (или к внутриустановочному конфликту). Вытеснение во многих случаях можно истолковать как такой процесс, который нацелен на сохранение внутренней целостности (константности, равновесия) установки по отношению к сложному объекту.

Проблему амбивалентности следует связать также с проблемой системы ценностей личности. Мы полагаем, что имеется подсознательная и спонтанная тенденция к целостности и непротиворечивости этой системы.

### **§ 13. Распространенность вытеснения в обществе**

Вытеснение имеет место тогда, когда фрустрированный человек с помощью различных действий стремится освободить сферу своего сознания от соответствующих мыслей. В этом смысле очень интересны некоторые из данных, полученных американскими психологами. Дж. Гурин и его сотрудники получили задание изучить состояние психического здоровья американцев. Исследование было проведено в 1957 году. Перед исследователями стояла задача выбрать «среднего взрослого американца» («the average U.S. adult») и получить точную информацию о состоянии его здоровья<sup>17</sup>.

Гурин пользовался методом случайного выбора субъектов из всей американской популяции, которые представляли бы всю эту популяцию. Было выбрано 2825 взрослых граждан. Однако 225 человек (8 % всех выбранных) отказались давать интервью, а 140 человек (5 %) не оказалось дома даже после 3–10 попыток взять у них интервью. Поэтому выборка (sample) оказалась не совсем случайной, однако она продолжала с большой точностью представлять всю популяцию.

Почти все индивиды охотно говорили с интервьюерами о самых интимных и чувствительных вопросах. Многим даже очень понравилась возможность открыть душу перед внимательным слушателем. Однако, не желая опираться только на откровенность своих испытуемых, Гурин использовал несколько стандартных методов поощрения точных ответов. Интервьюеры держали себя так, что было неясно, согласны они или не согласны с ответами испытуемых.

---

<sup>17</sup> См.: Gurin G., Veroff J. and Sh.Feld. *Americans View Their Mental Health: A Nationwide Interview Survey*. New York: Basic Books Publishers, 1960.

Они только внимательно их слушали. Кроме того, некоторые вопросы были сформулированы так, чтобы только постепенно навести опрашиваемых индивидов на наиболее чувствительные вопросы. Например, вначале задавались общие вопросы о положительных и отрицательных сторонах брака, и лишь затем задавались вопросы об удовлетворенности своим браком самих опрашиваемых. Предполагалось, что при таком постепенном приближении субъект будет с большей откровенностью говорить об отрицательных сторонах своей брачной жизни.

Вопросник содержал 108 вопросов, касающихся психического здоровья. Эти вопросы большей частью устно читались для испытуемых, а ответы сразу же записывались психологом. Весь опрос занимал от одного до четырех часов.

Анализ всех 2460 заполненных вопросников позволил получить ряд интересных результатов<sup>18</sup>.

1) На вопрос «Чувствовали ли Вы когда-либо, что с Вами случится нервный срыв?», 19 % опрошенных лиц ответили утвердительно. Из них 25 % женщин и 12 % – мужчин. Пол и невротизм, по-видимому, тесно коррелируют (положительно – для женщин и отрицательно – для мужчин).

2) Второй целью исследования явилось выяснение того, как люди реагируют на собственные психологические проблемы. В этом отношении самым релевантным был вопрос: «Если Вы думаете о чем-то, что беспокоит Вас, и Вы не знаете, что с этим делать, как Вы обычно поступаете? Когда учитывались только первые ответы испытуемых, получились результаты, представленные в нижеследующей таблице:

Реакции	Процент ответов
1. Поиск неофициальной помощи (беседа с друзьями или родственниками)	26
2. Отрицание (забываю об этом; занимаю мысль чем-то другим)	18
3. Молитва	16
4. Делаю что-то (размышляю до конца, стараюсь изменить ситуацию)	14
5. Ничего не делаю	10
6. Продолжаю беспокоиться (ничего не предпринимаю, и проблема продолжает существовать)	6
7. Ищу официальной помощи (у врачей, у властей и т.п.)	2
8. Другие ответы	8

Всего: 100

Приведенные в этой таблице данные, по нашему мнению, имеют важное значение для понимания того, в какой мере распространен защитный механизм вытеснения. На использовании вытеснения указывают пункты 1, 2 и 3, хотя его элементы могут быть и у тех, кто отвечает иначе. Оказывается, что в 60 % случаев люди (во всяком случае, взрослые американцы в 1957 году) пользуются методом вытеснения для защиты от фрустрирующих мыслей. Если

<sup>18</sup> Приводимый ниже материал мы взяли из следующей книги: Dustin S. D. *How Psychologists do research. The Example of Anxiety*. New York, 1968, pp. 37–43.

исключить молитву, то остается 44 %. (Правда, наши наблюдения показывают, что многие, фрустрируясь, не молятся, а ругаются).

Мы полагаем также, что хотя вытеснение (и подавление) являются универсальными механизмами психической жизни, однако по тем способам, конкретным внутриспсихическим и наблюдаемым действиям, с помощью которых люди различных национальностей осуществляют вытеснение, имеют этнопсихологические различия).

Интересно также и то, что лишь 25 испытуемых в случаях фрустраций обращались «за официальной помощью».

Д. Дастин полагает, что только второй пункт таблицы указывает на наличие вытеснения. Парадоксально, что беседу с друзьями он не считает способом вытеснения из сферы сознания неприятных мыслей. Такими действиями он считает лишь те (из пункта 2), которые считаются таковыми самыми испытуемыми. Мы не можем считать такой подход правильным. Есть основание сказать, что опрошенные Гуриным и его сотрудниками взрослые американцы довольно часто (около 60 %) пользовались вытеснением (что не исключает, конечно, одновременного использования других защитных механизмов).

## **§ 14. Основные психологические последствия вытеснения и подавления**

Мы видели, что непосредственным следствием и продолжением вытеснения и подавления является удержание вытесненных нежелательных содержаний вне сферы сознания, в подсознательном. Причем мы предположили, что удержание и вытеснение осуществляются различными психическими способами. Но поскольку вытесненные психические содержания мотивированы и заряжены психической энергией, то они сохраняют свою активность и на подсознательном уровне. Одним из свидетельств этого является попытка этих содержаний возвращаться в сферу сознания и поведения.

Здесь нас интересуют долгосрочные последствия вытеснения и подавления, те основные психологические явления, которые возникают в результате систематического вытеснения определенных психических содержаний.

Психоаналитики давно обнаружили эту проблему и занимаются ее изучением. Им удалось выяснить, что основными последствиями (итогами) процессов вытеснения являются следующие наблюдаемые явления: 1) сопротивление (пациента в ходе психоаналитического лечения); 2) симптомы; 3) сновидения; 4) искаженные сознательные представления; 5) амнезия; 6) торможения; 7) определенная часть детских страхов.

В настоящей книге, естественно, не все эти явления могут стать предметом исследования.

## **§ 15. Поведенческое выражение вытесненного**

Когда человек постоянно вытесняет определенные желания и другие психические содержания, а также исходящие от них действия, то у него беспокойство и тревога могут постепенно усиливаться. Одним из способов разрядки в таких случаях является исполнение подавляемых действий и поступков, их свободное выражение. Данный способ решения личных психологических задач можно назвать *способом практического выражения желательных действий*. Это такой механизм, который направлен против вредных последствий вытеснения и подавления. В этом смысле практическое выражение можно считать *вторичным защитным механизмом*, функцией которого является преодоление или смягчение той фрустрации, которая переживается человеком вследствие использования механизма вытеснения.

Каким образом поступает человек в таких случаях? Вместо того, чтобы удержать нежелательные, запретные и т. п. желания в подсознательной сфере, под порогом сознания, он фак-

тически сдается их стихии и выполняет все то, к чему они стремятся. Но полномасштабное использование этого способа разрядки возможно только у тех людей, которые не отличаются высоким уровнем морально-психического развития. Такие люди не переживают угрызений совести, у них плохо развиты механизмы предвидения тех наказаний, которые может наложить общество за такое поведение.

При этом, однако, следует иметь в виду, что при длительном вытеснении своих сильных, заряженных огромной психической энергией желаний, люди переживают такое высокое напряжение, от которого иными способами, как только прямыми действиями, избавляться не могут. Другой вопрос, что исполнение подобных действий не освобождает человека от необходимости их повторения, поскольку они исходят из таких мощных мотивов, которые продолжают существовать в психике личности.

В связи с способом практического выражения подавляемых поступков можно выдвинуть ряд новых проблем. Первая из них следующая: к каким характерологическим последствиям приводит свободное выражение подавляемых и вытесняемых поступков? Вполне возможно, что систематическое использование этого средства адаптации приведет к формированию определенных личностных типов. С первой проблемой тесно связана вторая, которую можно сформулировать в виде следующего вопроса: возможно ли, что этим механизмом избавления от фрустрации и стресса преимущественно пользуются психопаты с криминальными тенденциями, т. е. такие люди, у которых вытеснение, подавление и другие неагрессивные защитные механизмы слабо развиты?

Нередко пользование таким способом защиты от фрустраций и стрессов принимает опасный для общества характер. Мы имеем в виду те случаи, когда человек долгое время подавляет и вытесняет такие свои чувства, как недовольство и гнев, но психический заряд этих чувств и соответствующих им мотивов становится таким мощным, что в какой-то момент, под воздействием даже слабого раздражителя, у человека происходит эмоциональный взрыв и он, совершая импульсивные действия, причиняет вред другим людям. Подобные взрывы обычно дают временной эффект (смягчают фрустрацию и отрицательные чувства), но порождают новые проблемы и фрустрации. Вот почему практическое выражение вытесненных мотивов и действий редко приводит к нормальной адаптации личности к условиям ее социальной жизни.

## **§ 16. Избирательность вытеснения и изменение самоустановки личности**

Наблюдения показывают, что особенно интенсивно вытесняется человеком из сферы своего сознания не то плохое, что ему сделали другие, а то плохое, что он сам причинил себе и другим. Причины этого интересного различия все еще подлежат раскрытию. Но уже теперь ясно, что, что такое явление, как неблагодарность, обусловлена именно такой избирательностью вытеснения. По-существу мы имеем дело с двумя видами вытеснения, которые выделяются в зависимости от содержания вытесняемого психического содержания.

Вытеснение становится чрезмерно интенсивной у тех людей, которые имеют комплекс неполноценности своей личности. Обычно компоненты этого комплекса активно вытесняются из сознания. Активно вытесняется также собственная зависть к другим людям.

В лучших художественных произведениях описано много типичных случаев вытеснения. На основе их анализа можно сказать еще кое-что и о том, чем заменяются вытесненные мотивы и остальные психические содержания. Вот пример из романа «Война и мир» Л. Н. Толстого: Николай Ростов воодушевленно рассказывает о своих подвигах, будто бы совершенных на поле боя. В действительности же он там струсил. Но он так успешно вытеснил из своего сознания эти неприятные воспоминания, что теперь уже сам стал искренне верить в то, что рассказывал.



Этот пример показывает, что вытесненные неблагоприятные для самоуважения героя воспоминания и мысли заменяются мыслями и представлениями противоположного характера. В результате такой внутренней переработки воспоминания трус начинает воображать себя героем.

Но не всегда имеет место такая замена. Встречаются также патологические случаи, когда вследствие вытеснения появляются тревожность, общий психологический дискомфорт, навязчивости и другие невротические симптомы. Невроз навязчивых состояний, по-видимому, является в основном результатом переживания конфликта или другой депривации и последующего ее интенсивного вытеснения. Подобные примеры легко найти в трудах многих психиатров и психотерапевтов<sup>19</sup>.

---

<sup>19</sup> См., например: Свядоц А. М. Роль неосознаваемых мотивов в клинике неврозов. – В кн.: Бессознательное. Т.2. Тбилиси: «Мецниереба», 1978, с. 363.

## Глава 2. Подавление и вытеснение

### § 1. Подавление

Разновидностью вытеснения можно считать *подавление* (repression), которое имеет место тогда, когда от человека в социальных ситуациях требуется не выражать, скрывать свои мысли и чувства (гнев, раздражение и т. п.). В таком случае эти внешние выражения *сознательно подавляются, выталкиваются из сознания*. Конечно, подавление, как защитный механизм, начинает работать у такой личности, которая уже фрустрирована, и оно не устраняет саму фрустрацию. Ограничивая его внешние выражения, оно обеспечивает адаптацию личности к социальной среде ценой сохранения внутреннего напряжения. Но подавление играет и другую роль. оно предотвращает новые фрустрации, которые индивид переживал бы, если бы свободно выражал те эмоции, которые у него возникли в связи с первичной фрустрацией.

Подавление, таким образом, есть не что иное, как произвольное и осознанное вытеснение. Оно приводит к забыванию соответствующих психических содержаний. Термин «вытеснение», по нашему мнению, следует использовать для тех случаев, когда фрустрирующие мысли и впечатления выводятся из сферы сознания непроизвольно и подсознательно, независимо от сознательного желания человека. Как бы то ни было, какую бы терминологию мы не использовали, выделение двух типов разновидностей удаления неприятных психических содержаний из сферы сознания на основе критерия сознательности и произвольности или подсознательности и непроизвольности, возможен и необходим для более тонкого и адекватного исследования динамики психической жизни человека.

Подавление, во всяком случае – его только что описанная разновидность – это лишь поверхностная форма вытеснения, поскольку сфера сознания личности не освобождается от фрустрирующих содержаний. Более того, подавление вызванных к жизни фрустрацией эмоций может привести к их усилению и взрыву после выхода из данной социальной ситуации.

Фрейд полагал, что механизм подавления используется человеком только после того, как другие механизмы или превращения инстинктов не привели к успеху. Механизм подавления, с помощью которого человек отклоняет (rejection, repudiation) требования своих влечений, становится доступным только в более поздней жизни, когда у личности развивается психическая способность отказа от удовлетворения желания с одновременным его сохранением в сфере сознания. Важное значение имеет также утверждение Фрейда о том, что подавление действует не на первичное восприятие, а на память. Восприятия подавляются ретроспективно.

Фрейд проводил различие между неудачным подавлением, при котором дериваты инстинкта проникают в сознание, что приводит к инстинктам, и удачным подавлением, при котором вытесненное желание остается бессознательным (это имеет место при сублимации).

Понятия «вытеснение» и «подавление» в настоящее время занимают центральное место не только в психоанализе, но и в психологии личности вообще. Многие годы назад психоаналитик Франц Александер следующим образом определил значение этих механизмов: «Все, что противоречит ведущим тенденциям сознательной личности, ее желаниям, страстным стремлениям и идеалам, что может изменить хорошее мнение, которое имеет или хотел бы иметь о себе человек, может быть подавлено...»<sup>20</sup>.

Отметим, что механизм подавления может применяться не только против фрустрирующего психологического материала, но также против такого, который сам по себе не является

---

<sup>20</sup> Alexander F. *The medical value of psychoanalysis*. New York, 1932, p. 79. Цит. по книге: Allport G. *Pattern and growth in personality*, p. 158, pp. 28–29.

вредным, однако ассоциируется с таким психическим содержанием, которое считается вредным.

## § 2. Избирательность подавления

Подавление, как и вытеснение вообще, также носит избирательный характер. Могут подавляться действия, образные представления, экспрессия. Научение детей подавлению многих нежелательных действий – одна из основных задач воспитания. *Запрещение (запрет)* – это внешний социальный фактор, который вызывает у личности необходимость подавления. Если подавления не следует, то запрет оказывается нарушенным.

Успешное подавление создает возможность для будущей целенаправленной деятельности и сублимации, поскольку психические элементы (корреляты) подавленных действий сохраняются в психике личности; они изолируются от соответствующих действий, энергия которых остается неизрасходованной. Энергетизируются оставшиеся цели и мотивы, которые ищут выхода в благоприятных ситуациях. Часть этой психической энергии освобождается также от первоначальных целей (это явление мы называем вторичной сублимацией)<sup>21</sup>.

Успешная сублимация, по нашему мнению, является одним из главных признаков психической зрелости личности. Способность к сублимации человек приобретает только тогда, когда в процессе своего онтогенетического развития, встречаясь с запретами, получал возможность постоянного обогащения своего энергетического потенциала. И здесь можно поставить вопрос о критериях оптимального уровня воспитательных подавлений (и соответствующих запретов), под воздействием которых развивается зрелая личность, способная к первичной, и особенно, к вторичной сублимации.

Избирательно могут подавляться такие представления (воспоминания о прошлых событиях, фантазии и т. п.), которые или не нужны индивиду в настоящей ситуации его жизни, или неприятны ему, фрустрируют его. Для вытеснения и подавления подобных представлений пользуются отвлечениями (отвлекающими действиями). Если попытки отвлечения кончаются неудачно, тогда развивается *неврастения* с главным его признаком – раздражительной слабостью.

## § 3. Вытеснение и подавление: сходства и различия

Теперь мы приступим к изложению нашего понимания вытеснения и подавления, которое будет лежать в основе всего дальнейшего изложения.

Как ни странно, но до сих пор еще никто не дал однозначного определения понятий «вытеснение» и «подавление». Не совсем ясно осознается также различие этих двух понятий и соответствующих им явлений. И это в том случае, когда названные понятия являются центральными для психоанализа. Вся теория З. Фрейда построена вокруг этих понятий. Теории бессознательного, сновидений, психосексуального развития и влияния детства на взрослую жизнь человека и т. п. – все они оставались бы непонятными без учета существования процессов вытеснения и подавления. Психоаналитики считают, что структура личности, которая, по их мнению, состоит из трех инстанций – Ид (Оно), Эго (Я) и Супер-эго (Сверх-Я), также создается и сохраняется благодаря вытеснению.

Отметим, что поскольку в теории психологической самозащиты мы опираемся на иную метапсихологию, чем психоанализ (Займствуя у этой теории некоторые из ее представлений),

---

<sup>21</sup> Подробнее о разновидностях и механизмах сублимации см. в нашей книге «Личность, психическая адаптация и творчество». Ереван: «Луйс», 1980, гл. 2, § 7.

то и для нас уточнение понятий «вытеснение» (*Verdrangung*) и «подавление» (*Repression*) представляет первостепенную важность.

Данный вопрос мы обсудили еще в монографии «Социально-психическая адаптация личности» (1988), в которой приводится ряд точек зрения на данный вопрос. Некоторые авторы (например, Г. Олпорт<sup>22</sup>) проводили различие между подавлением (репрессией) и вытеснением (супрессией). Под вытеснением он понимал *сознательное* усилие человека предавать забвению фрустрирующие представления путем переноса внимания на другие формы активности, нефрустрационные явления и т. п. Иначе говоря, вытеснение есть не что иное, как произвольное подавление, и оно может привести к обычному или истинному забыванию соответствующих психических содержаний.

Этого вопроса коснулся также психоаналитик Ф. Александер, который писал: «Все, что противоречит ведущим тенденциям сознательной личности, ее желаниям, страстным стремлениям и идеалам, что может изменить хорошее мнение, которое имеет или хотел бы иметь о себе человек, может быть подавлено...»<sup>23</sup>. Все остальные защитные механизмы по своему генезису и в своем актуальном функционировании в той или иной степени зависят от вытеснения. Эта зависимость, как отметил Г. Олпорт, имеет место вследствие того, что если бы все наши желания, содержания памяти и конфликты полностью были доступны нашему сознанию, то мы предпочли бы нормальное и реалистическое овладение реальностью, а не прибежали бы к помощи защитных психических механизмов, зачастую вводящих нас в заблуждение. Именно потому, что прямое и реалистическое овладение ситуацией, решение жизненных проблем трудно или даже невозможно, мы пользуемся механизмами вытеснения и подавления. Эти механизмы используются особенно активно в том случае, когда нам непонятны истинные причины наших внутренних и внешних конфликтов.

Несколько изменив нашу прежнюю точку зрения, мы теперь будем руководствоваться следующими положениями: 1) «выталкивание» нежелательных психических содержаний из сферы сознания реализуется с помощью вытеснения, под которым следует понять один общий механизм со своими разновидностями; процесс вытеснения происходит преимущественно на подсознательном уровне, а частично осознаются только его результаты (да и то – не все); 2) подавление является разновидностью вытеснения – механизм *сознательного* «выдавливания» из сферы сознания нежелательных впечатлений и мыслей; 3) в принципе могут существовать и другие разновидности вытеснения (например, полностью подсознательное вытеснение при образовании сновидений, в результате чего латентные содержания сновидений не совпадают с их явным содержанием); 4) чаще всего происходит комплексное, подсознательно – сознательное вытеснение, т. е. в реальном процессе психической жизни людей вытеснение в собственном смысле и подавление сочетаются.

Итак, несмотря на такое существенное психологическое различие, как произвольность (и осознанность) и непроизвольность (и неосознанность), подавление и вытеснение осуществляют во многом одинаковые защитные функции. Они, например, блокируют пути наследственных бессознательных влечений, лишают их психической энергии, вследствие чего последние лишаются возможности стать осознанными и найти прямое выражение в поведении. Подавление действует прямо на цель инстинкта и любую другую цель.

Следует иметь в виду, что и в структуре инстинктов человека, как мы многие годы назад показали путем специального анализа, имеется обобщенный образ возможных целей – объектов, а в ходе постнатального онтогенеза цели инстинктов конкретизируются<sup>24</sup>. Ни один из

---

<sup>22</sup> См.: Allport G. *Pattern and Growth in Personality*, p. 158.

<sup>23</sup> Alexander F. *The medical value of psychoanalysis*. New York, 1932, p. 79 (Цитировано по упомянутой книге Г. Олпорта, с. 156.

<sup>24</sup> См.: Налчаджян А. А. *Личность, психическая адаптация и творчество*. Ереван: «Луйс», 1980, с. 28–29.

остальных защитных механизмов не действует так прямо на цель инстинктивного влечения, и в этом отношении подавление и вытеснение более четко выделяются в группе остальных защитных механизмов: друг от друга они отличаются менее отчетливо.

#### § 4. Подавление форм выражения настроения и чувств

Подавление форм выражения настроений и чувств – еще одна разновидность этого защитного механизма. Одной из целей воспитания является овладение «приличными», т. е. социализированными формами выражения своих чувств посредством смеха, плача и других экспрессий. При подавлении детских, несоциализированных форм выражения также происходит накопление неиспользованной психической энергии, которая в дальнейшем может сублимироваться. Правда, здесь, как отмечает ряд авторов (например, немецкий психолог Г. Люкерт), если иметь в виду теорию эмоций, которая предложена У. Джемсом и Г. Ланге, возникает вопрос: не приводит ли подавление выражения эмоций к ослаблению этих же эмоций. Такая возможность вполне реальна, поэтому в литературе в целом указываются три возможные последствия подавления экспрессивных выражений эмоций: 1) еще большее усиление эмоций; 2) ослабление и даже исчезновение эмоций; 3) метаморфоз, преобразование эмоций (например, преобразование страдания, душевной боли в уныние, гнева – в ненависть и т. п.).

В порядке постановки вопроса можно отметить следующее: законы этих преобразований представляют огромный интерес для психологии, но пока они нам по существу неизвестны. Предварительно можно выдвинуть предположение, согласно которому *преобразование одной эмоции в другую эмоцию (и одного чувства в другое чувство) происходит как следствие психической переработки и преобразования соответствующих им когнитивных содержаний психики (образов и мыслей, отражающих объекты чувств)*.

Перспектива исчезновения эмоций при их подавлении опасна для личности, поскольку может привести к невротической заторможенности и недостатке энергии для решения жизненных задач путем сублимации. Мы полагаем, что в результате чрезмерно интенсивных и длительных вытеснений и подавлений в процессе онтогенетического психического развития у многих (в детстве даже одаренных) людей подлинные творческие способности не развиваются. Вытеснение чувств и переживаний, вначале осуществляемое по требованию социально значимых лиц, интериоризируются и начинают действовать как произвольное вытеснение самой личностью, т. е. как подавление. Позже оно может стать автономным и подсознательно протекающим процессом, порождающим общую скованность. Произвольное вытеснение может принимать формы продуманного противопоставления, отключения, отвлечения, самообладания. Когда же вытеснение принимает подсознательный и автоматизированный характер, оно создает установку бегства от угрожающих или неприятных объектов и ситуаций, подлинные причины которых человек не понимает.

Следует в целом признать верной выдвинутую еще З. Фрейдом и Й. Брейером концепцию, согласно которой вытеснение возможно вне сознания и оказывает влияние на поведение. Правда, психоаналитики иллюстрируют эту концепцию преимущественно примерами из жизни невротиков. Классическим примером такого рода является истеричка Брейера, которая переживала отвращение при виде лакающей из стакана собаки. Это переживание, связанное с упомянутым событием, она вытеснила, но осталось общее чувство отвращения, связанное с процессом питья воды. Можно сказать, что *вытеснение частного переживания привело к его иррадиации и образованию обобщенной отрицательной установки по отношению к целому классу событий*. Вытеснение, по существу, оказалось неудачным.

## § 5. От подавления к вытеснению (к проблеме генезиса вытеснения) (новая концепция)

Одной из самых сложных и важных проблем теории психологической защиты является проблема генезиса защитных механизмов. В частности, нам необходимо иметь хоть какое-то обоснованное представление о том, как возникает вытеснение как механизм психологической защиты в процессе онтогенетического развития личности.

*Мы считаем, что вытеснение (supression) возникает лишь на основе подавления (repression). Если бы не было предшествующего подавления, то не возникло бы у индивида механизма вытеснения.*

Необходимо различать, по крайней мере, два вида подавления в психической жизни каждого индивида:

1) *Внешнее подавление*: другие люди, например взрослые социализаторы, подавляют спонтанные выражения импульсов и желаний индивида, запрещают ему совершить какие-то поступки и с их помощью удовлетворить какие-либо свои потребности. С этого начинается социализация человеческого индивида.

2) Самоподавление – это уже тот вид подавления, когда индивид сам себе запрещает удовлетворение определенных своих потребностей и желаний и, говоря языком физики, выталкивать их из сферы сознания. Самоподавление (автоподавление) возникает на основе подавления со стороны других (гетероподавления) и является его интериоризацией и переработкой. Самоподавление возникло при наличии у индивида сознания, самосознания и элементов воли.

Каким образом происходит возникновение (генезис) вытеснения? Мы полагаем, что самоподавление, в процессе систематического использования, автоматизируется и превращается в подсознательный процесс вытеснения. В то время как подавление было осознанным актом, вытеснение выходит из под непосредственного контроля сознания и «Я» личности. При этом мы не исключаем подсознательной активности «Я» и Я-концепции не только ребенка и подростка, но и взрослых людей.

Нельзя понимать сказанное в том смысле, что описанные выше процессы преобразования подавления в вытеснение раз и навсегда и один раз происходят в детстве или в годы подростничества и в дальнейшем прекращаются. Мы считаем, что подобные процессы в связи с теми или иными мотивами и целями могут иметь место и в течение дальнейшей жизни. У нас даже возникает соблазн утверждать, что процесс превращения подавления в вытеснение является одним из перманентных процессов психической жизни каждого человека.

На начальных этапах развития личности внешнее подавление является внешним регулятором поведения индивида. Причем на данном этапе оно не всегда является процессом психологической защиты в собственном смысле этих слов. Например, внешнее подавление очень часто не является таковым.

Внутреннее подавление – это уже внутренний механизм психологической самозащиты личности, а вернее – промежуточным, поскольку, как мы полагаем, каждый раз, осуществляя внутреннее подавление каких-либо своих импульсов, человек учитывает также наличие внешних социальных агентов, референтных групп и их давление.

Вытеснение же является «чисто» внутренним механизмом психологической самозащиты, о работе которого мы узнаем только по его результатам.

Внутреннее подавление можно считать в психологическом отношении полезным механизмом только в том случае, когда ребенок или подросток уже достиг определенного уровня психической зрелости, что позволяет ему осознать временный характер подавления и необходимость в дальнейшем найти более удовлетворительные способы израсходования своей психической энергии. В принципе такое же отношение следует иметь и к вытеснению и его

результатам. Когда же вытеснение действует сверхсильно и без указанных условий, тогда неудовлетворенные желания могут приобрести невротические формы, привести к нарушениям поведения. К таким невротическим реакциям могут привести, например, принудительное кормление ребенка пищей, которая ему не нравится, запреты сексуальных интересов и т. п.

Для того, чтобы легко было связать психологию подавления и вытеснения с другими психическими явлениями, можно предложить дополнительную формулировку сущности этих явлений. Подавление можно назвать *произвольным* вытеснением нежелательных психических содержаний из сферы сознания, в то время как вытеснение – это уже *непроизвольное* вытеснение таких же психических содержаний. Самоподавление – это произвольное вытеснение.

## **§ 6. Подавление и вытеснение – механизмы разрешения внутренних конфликтов**

Эти механизмы действуют совместно с другими психодинамическими механизмами. Необходимость в применении подавления возникает в том случае, когда у человека одновременно имеются как желание, так и нежелание выполнять определенную форму поведения. В более общей форме можно сказать, что когда у человека имеется амбивалентное отношение к чему-то, то подавляется более слабое отношение. Например, если определенный вид поведения для личности имеет как положительную, так и отрицательную ценность, и если положительная ценность преобладает и приписывается поведению и его результатам, то отрицательная ценность подавляется и отвергается. Из сферы сознания удаляются соответствующие содержания.

Многочисленные случаи подавления имеют место у личности в ее взаимоотношениях с референтными группами, поскольку требования группы не всегда совместимы с собственными желаниями индивида, с его стремлениями.

Конформизм по отношению к групповым требованиям всегда основывается на подавлении противоположных тенденций и вытеснении из сознания соответствующих психических содержаний. Подавление и вытеснение являются механизмами разрешения – часто всего лишь иллюзорного – внутренних конфликтов. Такие внутренние конфликты не всегда ясно осознаются: человек не всегда четко осознает, в какой мере он желает выполнять данное действие или данный поступок, и в какой мере не желает этого, плохо предвидит последствия своих поступков и т. п.

По этой причине активность (динамика) внутренних конфликтов феноменологически часто выражается в виде психических состояний тревоги, сопровождающегося быстрыми переходами от одного вида поведения к другому. Внешним выражением внутренней конфликтности по этой причине часто является непоследовательность поведения. Человек часто переключается с одних форм поведения на другие, не доводя их до достижений окончательных целей активности.

Совокупность таких психических состояний может быть выражением невротической личности. Такая личность плохо приспособлена к условиям жизни.

Следует подчеркнуть, что действие механизмов подавления и вытеснения одного из противоположных тенденций амбивалентного комплекса (как сложного, неоднозначного отношения к определенным ценностям и формам поведения) и вытеснения из сферы сознания соответствующих содержаний лишь маскируют конфликты, создают видимость их решения. Дело в том, что подавленные содержания в подсознательной сфере, как правило спонтанно, активизируются и переходят на предсознательно – сознательный уровень. Поэтому хотя эти динамические механизмы психической жизни – подавление и вытеснение – играют важную роль в психической активности человека, в процессе принятия решений, выборе целей и форм пове-

дения, однако они не решают радикальным образом проблемы, возникающие перед личностью, не освобождают ее от невротических черт и лежащих в их основе конфликтов. Это возможно лишь путем изменения потребностно-мотивационной структуры личности.

Однако в психической жизни такие радикальные изменения структуры личности редко предпринимаются сознательно (и, по-видимому, еще реже имеют место спонтанно). Более обычными являются временные решения личностных проблем, осуществляемых с помощью целого ряда психодинамических механизмов. Одним из них является *символическое замещение*.

## **§ 7. Внушение в гипнозе и забывание (или новый вид подавления)**

Приведя индивида А в загипнотизированное состояние, гипнотизер (В) может внушить ему забывать, например, все то, что с ним будет происходить, пока он находится в загипнотизированном состоянии. Можно внушить также забывание (амнезию) отдельных отрезков жизни, впечатлений от различных событий прошлого и т. п.

Каким образом следует охарактеризовать подобное явление? Вытеснение это, или подавление?

Подобное забывание является внешним подавлением, поскольку запрет вспомнить какие-либо события исходит от другого лица – гипнотизера. Но подобное забывание имеет сходство с вытеснением в собственном смысле в том отношении, что происходит на подсознательном уровне. Индивид В сознательно внушает забывание, в то время как А воспринимает его подсознательно и вытесняет также подсознательно. (Отметим, что состояние более или менее глубокого гипноза мы считаем состоянием подсознательным).

Кстати, во многих случаях, и в бодрствующем состоянии, если В – авторитет для А, внушения В во многом обходят сознание и критику А, его «Я» и по своей сути приближается к состоянию гипноза. Так что гипнотические опыты не так далеки от реальной жизни, как можно было бы подумать при более поверхностном подходе.

## **§ 8. О возможных физиологических механизмах вытеснения и подавления**

А. Два вида информации. – Каждая порция информации, которая поступает в мозг через органы чувств, имеет два аспекта: *содержательный* (это информация об объекте, собственно познавательная часть поступающей информации) и *оценочный аспект*. т. е. то, какое значение для организма, для личности имеет эта информация. Можно предположить (подобное предположение уже сделано и другими исследователями), что названные аспекты поступающей информации воспринимаются различными разделами мозга человека. Лучше запоминается та информация, которая имеет для человека важное биологическое и психологическое значение.

Содержательная информация о физико-химических свойствах предметов поступают в мозг по т. н. специфическим нервным путям: от рецепторов до подкорковых разделов, а отсюда – до корковых центров, областей коры головного мозга. Так, зрительные импульсы идут в затылочные зоны коры, слуховые – в височные доли и т. п.

Информация со своим биопсихологическим значением, начиная от подкорки, идет по т. н. неспецифическим путям, через подбугорье и дальше – к коре. В коре же эти два потока информации, как предполагается, вновь сливаются. Происходит то, что П. К. Анохин назвал «афферентным синтезом». В итоге мозг вырабатывает знание как о первом, так и о втором аспекте информации Он знает, и оценивает это знание.



Б. Дифференцированное подавление. – Есть такие виды деятельности, которые могут протекать успешно только в том случае, когда человек максимально свободен от оценок и тех эмоций, которые в результате оценки возникают. Такова, например, работа хирурга. В таких случаях происходит целенаправленное вытеснение ненужной информации. Необходимость в таком вытеснении возникает и в том случае, когда человек находится перед необходимостью принятия важного решения и ему необходимо тщательно исследовать объективные условия, свои возможности и другие факторы, которые следует принимать в расчет. И в таких ситуациях он должен отвлекаться от оценочного аспекта проблемы и исходить из точного расчета. Можно предположить, что при осуществлении такого вытеснения и (или) подавления тормозится работа тех нервных путей, по которым протекает оценочно-эмоциональная информация.

Но есть и такие формы деятельности или такие ее этапы, когда оценка и эмоциональность необходимы для успешной целенаправленной деятельности. Например, когда решение уже принято, т. е. когда человек производил выбор между альтернативными целями и способами выполнения деятельности, тогда эмоциональная оценка необходима. Она позволяет придавать особое значение своему выбору, считать его наилучшим и достойным реализации. В такой ситуации новый анализ ситуации и новой информации, которая показала бы, что принятое решение нельзя считать наилучшим, может оказаться помехой на пути целенаправленной деятельности. Поэтому для успешной деятельности до некоторой степени следует подавить поступление объективной информации. Это может иметь место при условии торможения соответствующих специфических нервных путей. На психологическом уровне возникает перцептивная защита.

Нетрудно видеть, что в таких случаях мы имеем дело с процессами разрешения конфликтов, принятия решения, переживания диссонанса и его преодоления. При этом мы видим также, что в этих процессах важную роль играют защитные механизмы вытеснения и подавления. Происходит некоторая самоизоляция личности для того, чтобы целенаправленная деятельность протекала успешно.

Однако в тех случаях, когда действующее лицо стремится отвлекаться от оценочной информации и вообще сосредоточиться на познавательном и практическом аспекте дела, в его психике работает еще один механизм внутренней защиты – *изоляция*, т. е. расщепление всей информации на два аспекта – собственно познавательную и эмоциональную, и подавление эмоциональной информации. Возможно и обратное. Например, один вузовский преподаватель сообщил автору настоящих строк следующее: его студенты признались в том, что иногда бывает, что они не понимают смысла его лекций, но продолжают внимательно и с удовольствием слушать его, потому что он говорит красиво. Как мы видим, эмоциональная сторона восприятия речи может стать подавляющей.

Кстати, в художественной литературе можно найти удачные описания как первого, так и второго случаев. Почти о полном подавлении чувств Каренина в отношениях с женой Анной описал Л. Н. Толстой: Каренин воспринимал почти исключительно специфическую информацию о своем положении.

Надо отметить, что пока представления о мозговых механизмах вытеснения и подавления не отличаются точностью и представляют собой общих предположений.

## **§ 9. Подавление и вытеснение в процессе публичного выступления**

Полезно исследовать работу механизмов подавления и вытеснения в процессе осуществления различных видов деятельности. Это позволит нам увидеть, каким образом они реально функционируют, и какую пользу приносят человеку. Отметим, что работа этих защитных механизмов тесно связана с целым рядом наблюдаемых в ходе ораторской деятельности феноменов,

в том числе с так называемым *сценическим страхом*. Поэтому вначале перечислим те условия, при наличии которых это неприятное переживание усиливается.

Некоторая тревога перед выступлением почти неизбежна: ее переживают даже опытные ораторы. Но страх, переживаемый оратором уже в начале и в ходе выступления, усиливается при следующих условиях: 1) когда число слушателей велико и они являются для оратора значимыми лицами; подобный страх возможен также при сдаче экзаменов, при встрече с высокими должностными лицами и т. п.; 2) второе условие усиления страха – это большая важность той задачи, которую оратор решает с помощью своего выступления; например, если он не хотел бы, чтобы слушатели давали ему низкую оценку; когда ожидаются значительные потери (депривации) и т. п. 3) страх усиливается в том случае, когда выступление имеет место в очень торжественных условиях; 4) когда оратор убежден, что слушатели лучше знают тот предмет, о котором он собирается выступить с речью или с лекцией; 5) страх усиливается и в том случае, когда оратор знает, что аудитория отрицательно относится к нему; 6) с точки зрения теории вытеснения и подавления самым интересным фактором, усиливающим страх перед аудиторией, являются воспоминания о неудачах прошлого. Систематические неудачи делают человека осторожным и даже сверхосторожным, а ситуативно – тревожным; люди, которые потерпели много неудач и помнят о них, более тревожны и в реальных опасных ситуациях переживают более интенсивный страх, чем те, у которых было меньше неудач и больше успехов.

В этих условиях ход выступления может нарушаться, уровень обсуждения вопросов – снижаться. К этому может добавиться своеобразное истолкование реакций слушателей, приписывание (атрибуция) им таких оценок и установок, каких у этих людей нет (например, атрибуция враждебности). Если под влиянием вышеуказанных факторов допускаются ошибки, тогда их осознание еще больше усиливает страх.

Каким образом можно преодолеть тревогу и страх перед выступлением и в его процессе? Данный вопрос затрагивает лишь один из аспектов более широкой проблемы самоконтроля личности. Основной метод: необходимо уметь отвлекаться от сего того, что мешает сосредоточению внимания на основной деятельности и ухудшает настроение.

Еще одним условием является подлинная увлеченность тем делом, о котором говорится в выступлении.

Однако главное – подавление и вытеснение всего того, что препятствует успешной деятельности. Эти препятствия, как мы видели, бывают двух основных типов: внешние и внутренние. Следует подавить все те внешние раздражители и внутренние переживания, которые мешают успешному выступлению. Хорошим оратором, и вообще выступающим (лектором, преподавателем, собеседником и т. д.) может стать только тот, кто успешно подавляет, вытесняет из сферы своего сознания все то, что не касается основного дела, исполнения ведущей в данной ситуации социальной роли.

Способность вытеснять и подавлять все те впечатления, раздражители и психические содержания, которые не касаются дела, важна и в том случае, когда человек работает один. Если подавление и вытеснение плохо функционируют, то различные проблемы (заботы), шумы и другие факторы, проникая в сферу сознания, могут отвлекать человека от его целенаправленной деятельности. Что касается подавления и вытеснения в ходе публичного выступления, то их работа будет полезной, если она осуществляется избирательно. Например, не все реплики, замечания и другие проявления активности слушателей следует проигнорировать. Наоборот, среди них могут быть такие, которые позволяют выдвигать новые вопросы, изобретать новые аргументы и придавать речи большую убедительность. Такое обогащение содержания выступления уменьшает число недовольных слушателей.

## Глава 3. вытеснение и другие защитные механизмы

### § 1. Вытеснение и отрицание

Как мы уже знаем, под вытеснением психоаналитики понимают процесс или событие, в результате которого притязания влечения, аффект или восприятие не допускаются в сознание, причем, согласно Анне Фрейд, в этом процессе другой защитный механизм не участвует. Отметим, что последнее утверждение не соответствует действительности и даже современные исследователи творчества З. Фрейда считают, что работа вытеснения может сочетаться с функционированием других защитных механизмов<sup>25</sup>. Однако все психоаналитики единодушны в том, что первой реакцией на угрозу является вытеснение, хотя позже могут актуализироваться и другие защитные механизмы и функционировать наряду с вытеснением.

Н. Камерон, О. Феничел и другие авторы выделяют также механизм *отрицания* (*Verneinung, denial*), причем вытеснение считают его дериватом. Отрицание понимается психоаналитиками следующим образом: при отрицании образ объекта или аффект, от которых защищаются, находятся в таких глубинах бессознательного, что «Я» может отрицать их существование. Отметим, что это же явление А. Фрейд назвала «отречением» (*Verleugnung*). Когда человека (пациента, испытуемого) спрашивают о таких импульсах, аффектах или объективных явлениях, они с уверенностью говорят или пишут, что эти «вещи» не существуют.

Несмотря на утверждения О. Феничела о том, будто вытеснение является дериватом отрицания, мы склонны считать, что отрицание реальности некоторых импульсов, аффектов или образов внешних явлений следует считать последствием наиболее эффективного вытеснения. Случаи защитного отрицания следует отличить от обычного абсолютного или временного забывания, которые имеют другие мотивы и психофизиологические основы.

Здесь уместно привести определение отрицания: оно состоит в том, что личность утверждает (устно или письменно), импульс, аффект или объективная причина, несмотря на их ясное выражение, не существуют. Вытеснение и отрицание обычно выступают совместно.

Психоаналитики утверждали (и это, по-видимому, верно), что механизм отрицания специально направлен против требований внешнего мира, тогда как подавление направлено против внутриспсихических конфликтных или угрожающих содержаний. Например, импотентный мужчина отрицает присутствие привлекательной женщины (или, иначе, он отрицает привлекательность присутствующей действительно привлекательной женщины). Точно так же фригидная женщина может отрицать присутствие привлекательных мужчин. Такое отрицание, по нашему мнению, нередко имеет место и в том случае, когда от представителя противоположного пола ждут только отказа и безразличия. Кстати, элементы отрицания (*denial*) бывают и в тех процессах рационализации, которые развертываются после получения отказа (в ситуации «зеленого винограда»): фрустрируясь, рационализирующие индивиды отрицают наличие в объекте влечения определенных положительных черт, которые до фрустрации не только признавались, но даже преувеличивались. И в таких случаях отрицание предотвращает появление в сознании угрожающих для личности влияний. В этой связи можно выдвинуть также вопрос о существовании защитно-адаптивного комплекса рационализация – отрицание.

---

<sup>25</sup> См., например: Coché, E.H.E. *Psychologische Abwehrmechanismen und Gruppendynamische Prozesse*. Bonn, 1968.

## § 2. Связь вытеснения с механизмом избегания

Вытеснение (и подавление), с одной стороны, и избегание (avoidance) имеют сходство: первое предупреждает (prevents) сознательный контакт с неприятными идеями, а второе – с неприятными физическими стимулами.

Американский психолог О. Маурер (O. H. Mowrer) интересовался вопросом, почему тревога и избегание, однажды возникнув, сохраняются так долго. Этот вопрос поднял еще З. Фрейд, но не смог разрешить его (вспомним случай маленького Ганса, который переживал страх перед лошадьми). Маурер не считает удовлетворительным объяснение с позиций классической рефлекторной теории, согласно которой сначала собака нападала на ребенка (безусловное раздражение), после чего уже только вид (условный раздражитель) собаки начал вызывать защитную реакцию бегства у ребенка. Ну а если первый раз собака не прикасалась ребенку, поскольку ребенку удалось быстро убежать от нее? (По логике Павлова получается, что мы избегаем оказаться под автомашиной, так как при первой встрече с ней попали под нее и имели болевые ощущения!). Реакция избегания образуется и долго сохраняется без подкрепления. Маурер изучил как бихевиоризм, так и психоанализ, и старался использовать бихевиористские концепции с целью улучшения фрейдовских теорий.

Маурер выдвинул идею, согласно которой в образовании реакции избегания играют роль два фактора: а) классическое обусловливание, б) инструментальное обусловливание. Эти два фактора действуют каждый раз, когда субъект подвергается воздействию неприятных стимулов и избегает их. Так как ребенок видит собаку и ощущает боль в ноге, то в дальнейшем вид собаки вызывает в нем страх. Это классическое обусловливание. Уменьшение же такого страха частично обусловлено обучением реакции бегства. Когда ребенок бежит и прячется в доме, его страх ослабляется. Поэтому реакция бегства подкрепляется. В результате этого он бежит домой всякий раз, когда уже только видит собаку. Это уже инструментальное обусловливание. Если ребенок заблаговременно избегает собак, то страх должен постепенно исчезать. Но как только это происходит, реакция бегства уже не будет подкрепляться и начнет затухать. Таким образом, согласно Мауреру, поведение бегства исчезает очень медленно, поскольку его исчезновение зависит от исчезновения страха.

Но правильна ли центральная идея гипотезы Маурера, т. е. утверждение, что поведение избегания подкрепляется редукцией страха? Для ее доказательства этот психолог исходил из того принципа теории обучения, согласно которому чем скорее, при инструментальном обусловливании, после ответа появляется подкрепление, тем эффективнее происходит обучение. Когда поведение и подкрепление появляются одновременно, обучение происходит наиболее эффективно. Когда же подкрепление дается до поведения или после (и интервал большой), тогда обучение менее эффективно.

Согласно этому принципу, если уменьшение страха действительно подкрепляет поведение избегания, тогда если уменьшение страха имеет место в ходе обучения избеганию, тогда оно (обучение) становится эффективным. (Эту идею Маурер доказал экспериментами на крысах).

Более широкий подход. – Если вместо термина «вытеснение» использовать более широкий термин «психическое бегство» или «психологическое избегание» (mental avoidance), то можно утверждать следующее: 1) вытеснение в собственном смысле означает полную блокаду внутриспсихических факторов (например, запретных импульсов) и связанных с ним событий; эти процессы не осознаются.

2) Отрицание (denial) означает блокаду внешних факторов (средовых барьеров, оказавшихся на пути удовлетворения своих импульсов). Человек «не замечает» источники опасности, игнорирует их. Например, переходя улицу, многие избегают смотреть в сторону прибли-

жающихся автомашин даже в том случае, когда есть опасность столкновения с ними. Здесь, конечно, играет важную роль и ожидание того, что водители заблаговременно остановят свои машины. Точно так же трусливые люди «не замечают» поступки хулиганов и преступников. Отверженный влюбленные «не замечает», что его возлюбленная счастлива с другим человеком и может даже утверждать, будто «у нее вид несчастливой человека».

### § 3. Связь вытеснения с механизмом формирования реакции

Вытеснение неприемлемых психических содержаний приносит личности облегчение. Однако ради такого облегчения личности, образно говоря, приходится «платить», поскольку полного выключения из психики травмирующего (вызывающего тревогу и страх) содержания быть не может. Вытесненное, как мы знаем, различными способами дает знать, что существует и находится в динамическом состоянии.

Одним из этих «способов» является *формирование реакции*. Он состоит в том, что вытеснение вызывающих тревогу психических содержаний и импульсов сопровождается формированием такой тенденции (импульса, влечения и т. п.), которая является противоположной вытесненным.

Примерами таких реактивных образований могут служить следующие: 1) чрезмерно резкие нападки на других за их аморальные поступки, что психологи истолковывают в том смысле, что это реакции на собственные аморальные импульсы; 2) мать, которая крайне заботливо относится к своему ребенку, таким своим поведением может скрывать свою (теперь уже вытесненную) враждебность к ребенку; 3) крайняя вежливость по отношению к человеку может скрывать вытесненное неуважение к нему; 4) бравада человека может означать скрытый, вытесняемый страх. («Эта женщина, как мне кажется, слишком много жалуется», – как-то писал Шекспир).

Формирование реакции позволяет человеку в социальной среде действовать приличным, приемлемым образом, одновременно подавляя такие действия, которые могли бы привести к новым фрустрациям и тревоге. Это адаптивная функция данного механизма. Однако если эти реактивные формирования становятся слишком интенсивными, они могут привести к иррациональным социальным действиям. А это опасно для социальной жизни<sup>26</sup>.

Знание о существовании механизма формирования реакции позволяет каждый раз поставить вопрос о подлинных мотивах поведения людей. Однако нельзя сказать, что каждый раз, когда человек выражает крайние формы чувств и поведения, он выражает реактивное формирование, под которым скрывается подлинное вытесненное желание (тенденция, установка и т. п.). Надо достаточно хорошо знать данную личность и ту социальную среду, в которой он живет, чтобы верно оценить мотивацию поведения человека. Ведь нельзя же сказать, что каждая любящая мать скрывает под любовью свою враждебность к ребенку.

### § 4. Вытеснение и замена чувств суждениями

Имея определенные эмоции, люди часто предпочитают вместо них выразить заменяющие суждения. Однако суждения не могут адекватно выразить подлинные чувства особенно в тех случаях, особенно тогда, когда человек описывает качества предмета, обходя свои чувства. Например, индивид А может сказать другому (Б): «Ты очень тщеславный человек!». Но какие чувства при этом переживает А? Ясно, что переживаемые им чувства в самом этом высказывании не содержатся. Они могут в определенной мере выразиться средствами невербальной коммуникации, Но это недостаточно для полноценной коммуникации. Под такими критиче-

---

<sup>26</sup> См.: Krech D., Crutchfield and Livson. *Elements of psychology*, p. 764.

скими высказываниями часто скрываются чувства зависти, ненависти и т. п., выражение которых приносило бы индивиду вред, например, навредило бы его Я-концепции как в собственных глазах, так и в глазах других. Поэтому суждения такого рода, с помощью которых человек подавляет свои переживания (отношение к другому), имеют защитный характер. Так, индивид может безразличным тоном сказать другому: «Ты жулик, Сергей!». Только по этому выражению мы не можем сказать, какие чувства он переживает.

Приведенные примеры – это, по существу, вербализованные формы агрессии. но они одновременно случат для вытеснения подлинных чувств человека, выражение которых было бы унижительно для человека и вызвало бы переживание стыда и смущения. Например, когда человек завидует успехам другого, но не признается в этом, считая переживание такого чувства унижительно для себя, он может критиковать его совсем с другой стороны, так, как будто зависти у себя совсем нет. Социальное сравнение и признание, что мы завидуем кому-либо, сразу же ставит нас ниже его, поэтому и мы обычно избегаем прямого выражения таких опасных для нашей самооценки чувств, подавляем их и пользуемся *маскирующими вербализациями*.

Являются ли такие вербализации не только выражениями агрессии, но и рационализациями? По-видимому, они становятся рационализациями только в тех случаях, когда принимают форму самооправдания.

Как справедливо отметил Элиот Аронсон, такого рода защитные суждения не способствуют ни самопознанию, ни взаимопониманию участников социального общения. Как защитный механизм такое поведение может быть адаптивным, но как форма коммуникации – крайне неадаптивным. Если бы человек открыто признавался в своей зависти и других вытесняемых чувствах, открывались бы пути для эффективной коммуникации и взаимопонимания, для понимания того, как собственное поведение влияет на поведение других. Такое знание весьма ценно для каждого человека для правильной организации своего дальнейшего поведения и взаимоотношений с другими.

Ругательства, злословие, клевета и другие агрессивные словесные выражения не являются прямыми выражениями чувств: они являются вербальными заменами подлинных чувств. Поэтому психологию ругательств и других подобных выражений необходимо исследовать с учетом вышесказанного. Это может стать очень интересным направлением исследований.

## § 5. Вытеснение и любознательность

По интенсивности и последовательности применения защитных механизмов между индивидами существуют заметные различия. В частности, такие различия наблюдаются в отношении того, в какой мере у людей развита общая тенденция избегания всего того, что вызывает у них тревогу, и вытеснения мыслей об этих явлениях.

Обратная тенденция заключается в том, что у людей имеется импульс приближения к источнику страха и тревоги, проявления любознательности.

Для измерения различия между этими двумя тенденциями создана Шкала подавления – сензитизации (Repression – Sensitization Scale)<sup>27</sup>.

Люди с различными защитными тенденциями отвечают, например, на сексуальные значения в тестах словесных ассоциаций таким же образом, как и те, кто отличается по уровню сексуальной виновности (sex guilt). Те, кто сензитизирует, т. е. имеет тенденцию приближения

---

<sup>27</sup> См.: Bell P.A. and Byrne D. Repression – sensitization. – In: «Dimensions of personality», ed. by H. London and J. E. Exner. New York: John Wiley and Sons, 1977.

к источнику тревоги, дают больше сексуальных ответов, чем те, кто преимущественно пользуется механизмом подавления (избегает всего того, что может стать источником тревоги)<sup>28</sup>.

---

<sup>28</sup> Вкратце об этом говорится в следующей книге: *Baron R.A. and Byrne D. Social Psychology/2nd ed., Boston, 1977, p. 482.*

## Глава 4. Вытеснение, самосознание, личность

### § 1. Проблема

Согласно психоаналитической точке зрения, вытеснение, как и другие защитные процессы, исходят из «Я». Более точно, Фрейд говорил о самоуважении «Я» как источнике вытеснения. На языке современной социальной психологии и психологии личности это означает, что в качестве вытесняющих сил выступают важнейшие элементы самосознания (Я-концепции) личности. Поскольку у различных людей структуры самосознания имеют индивидуальные различия, то и в процессах вытеснения должны наблюдаться большие индивидуальные различия. «Те же впечатления, переживания, импульсы, которые один человек у себя допускает или, по крайней мере, сознательно перерабатывает, отвергается другим с полным негодованием или подавляются даже до того, как они достигают сознания»<sup>29</sup>. Для концептуализации этих личностных различий в вытеснении З. Фрейд пытался применить свою теорию либидо. «Мы можем сказать – один создал идеал, с которым он сравнивает свое действительное я, между тем как у другого такой идеал отсутствует. Образование идеала является, таким образом, условием вытеснения со стороны я»<sup>30</sup>.

Это замечание интересно тем, что позволяет более дифференцированно оценить роль различных индивидуальных подструктур самосознания в качестве сил, участвующих в процессе вытеснения. Замечание Фрейда означает, что, по его мнению, главной вытесняющей силой является идеальное Я. Однако нет никаких оснований для утверждения, что такие подструктуры Я-концепции, как реальной Я или различные ролевые социальные Я, не участвуют в процессах вытеснения, не мотивируют подобные процессы. В этой связи заслуживает обсуждения вопрос о значении различий между идеальным Я человека и его актуальным (реальным) Я, которые иногда, особенно в юношеском возрасте, приобретают характер внутренних конфликтов и оказывают глубокое влияние на активность личности по самоформированию<sup>31</sup>.

Мы полагаем, что конфликтные отношения между указанными подструктурами самосознания приводят к интенсивному развитию механизмов вытеснения. Следовательно, эти различия оказывают глубокое влияние на формирование характера личности и ее судьбу как члена общества. В этой связи следует отметить также, что механизмы вытеснения не совпадают с теми компонентами личности, которые участвуют в осуществлении вытеснения. Если эти компоненты сравнительно нетрудно обнаружить (реальное Я, идеальное Я, убеждения и другие подструктуры личности можно обнаружить методами исследования личности: опросниками, тестами, с помощью экспериментов и т. п.), то вопрос о том, каким образом они используются для осуществления вытеснения, остается фактически без ответа.

### § 2. Вытеснение и нарциссизм

Для обнаружения подлинных механизмов вытеснения значительный интерес представляет попытка З. Фрейда связать это явление с нарциссизмом. Как было сказано выше, вытеснение Фрейд обусловил образованием у личности идеала Я. «Этому идеалу я, – писал он, – досталась та любовь к себе, которой в детстве пользовалось действительное я. Нарциссизм ока-

---

<sup>29</sup> Фрейд З. *Очерки по психологии сексуальности*, с. 136.

<sup>30</sup> Фрейд З., *указ. соч.*, с. 136.

<sup>31</sup> См.: Бернс Р. *Развитие Я-концепции и воспитание*. Москва: «Прогресс», 1986); об этом писал также И. С. Кон. См.: Кон И. С. *Открытие «Я»*. М.: «Политиздат», 1978; его же: *Психология юношеского возраста*. М.: «Просвещение», 1979.



зывается перенесенным на это новое идеальное Я, которое, подобно инфантильному, обладает всеми ценными совершенствами»<sup>32</sup>. Фрейд полагал, что когда человек в юношеском или зрелом возрасте ставит перед собой новый идеал, то это не что иное как «... возмещение утраченного нарциссизма детства, когда он сам был собственным идеалом»<sup>33</sup>.

Если бы человек в детстве был собственным идеалом, то он вряд ли мог бы идентифицировать себя с взрослыми и вообще с другими людьми. Так что имеется серьезная проблема, требующая углубленного исследования на основе современных достижений детской и вообще возрастной психологии, а также социальной психологии. Во фрейдовском подходе проблема связи вытеснения с нарциссизмом сильно упрощена, хотя само по себе весьма ценно уже указание существования причинных зависимостей между этими явлениями.

Как бы то ни было, идеальное Я, конечно, является «предметом» особой любви для личности. А поскольку оно является частью структуры личности, ее Я-концепции, то высокую оценку и любовь к идеальному Я можно считать нарциссическими. Именно в этом смысле и можно сказать, что *нарциссизм является одним из важнейших психологических факторов, осуществляющих вытеснение*. К тому же следует учесть, что, согласно Фрейду, нарциссизм является автоэротическим явлением. Однако нет никаких оснований для утверждения, будто любовь к собственной личности всецело имеет либидинозный характер. К тому же такое качество нарциссизма вовсе не является необходимым для того, чтобы эта установка к собственной личности с успехом участвовало в процессе вытеснения.

Нам представляется, что вопрос о взаимосвязях самосознания, нарциссизма и вытеснения следует углубленно исследовать по тем направлениям, которые намечены выше.

### § 3. Идеальное Я, реальное Я и вытеснение

Жизненная реальность и самообладание предоставляют в наше распоряжение множество фактов следующего рода: человек представляет себе, что, оказавшись в определенной ситуации, совершит определенные действия (например, героические, благородные поступки), однако реально оказываясь в такой ситуации, действует совсем не так и даже противоположным образом (ведет себя трусливо, неблагородно, не умея постоять за себя и других). Это удивляет его. Почему так происходит, по какой причине человек искаженно видит свои будущие действия? Для объяснения этого явления можно выдвинуть следующую *гипотезу*: представляя воображаемую ситуацию, человек актуализировал в ней свое идеальное Я (вернее: часть этой подструктуры самосознания в виде ситуативного идеального Я-образа), подавляя, вытесняя менее приятный для себя образ реального Я. Поскольку идеальный Я-образ обладает высшими человеческими качествами, возможными и желательными для данного человека как представителя данного пола, то воображаемые героические и благородные действия являются логическими следствиями этой желательной актуализированной структуры.

Когда же человек реально оказывается в такой же ситуации, то у него, разумеется (и если он не психотик и его актуализируемые Я-образы соответствуют тем ситуациям, к которым он должен адаптироваться), актуализируются те реальные свойства – черты характера и темперамента, знания, навыки, представления и себе и самооценка – которыми он обладает, а также их отражение в сознании в виде образа реального и актуализированного Я. Поскольку личность реально не обладает высокими и желаемыми для себя свойствами, в реальной ситуации она будет действовать совсем не так, как представлял себе рисуя воображаемую ситуацию. В воображаемой ситуации идеальный Я-образ вытесняет из сознания образ реального Я, а в реальной ситуации, наоборот, актуализированный ситуативный Я-образ собственной реальной лично-

---

<sup>32</sup> Фрейд З. *Очерки по психологии сексуальности*, с. 136.

<sup>33</sup> Фрейд З. *Очерки по психологии сексуальности*, с. 136.

сти вытесняет из сознания идеальный Я-образ, если он был актуализирован, или не позволяет ему актуализироваться (в частности – вследствие известной узости сферы сознания). Поэтому в этих двух ситуациях мотивация и регуляция поведения осуществляются различными подструктурами Я-концепции и, естественно, они будут различными. Эти различия в поведении могут достигнуть уровня противоположностей, если различия между идеальным Я-образом и реальным Я-образом значительны.

Человек, заметив такие большие различия между своим реальным поведением и представляемым поведением в воображаемой ситуации, обычно переживает удивление и, оказавшись по существу в состоянии когнитивного диссонанса, ищет способов оправдания. По мере увеличения сходства между этими подструктурами Я-концепции чувство удивления постепенно ослабляется, поскольку человек освобождается от многих иллюзорных представлений о своей личности. Я-концепция становится более реалистичной и свободной от внутренних противоречий. В этом случае, по нашему мнению, механизм вытеснения уже не играет такой важной роли, как в вышеуказанных случаях: как в реальных, так и в воображаемых ситуациях человек воспринимает себя в основном реалистично. Это, по нашему мнению, является важным признаком зрелой психической адаптации и зрелости личности, если в Я-концепции нет патологических черт и комплекса неполноценности. Развитие личности, приводящее ко все большему уменьшению различий между идеальным Я и реальным Я, является лишь одним из возможных вариантов формирования личности, при котором необходимость вытеснения уменьшается и, в результате этого, предотвращается развитие патологических защитно-адаптивных механизмов и их комплексов. Однако возможны и другие варианты развития.

#### **§ 4. Вытеснение и проблема психической зрелости**

Мы предлагаем гипотезу, согласно которой нормальная, оптимальная работа механизма вытеснения является одним из критериев социально-психологической зрелости личности. Оптимальность вытеснения, по нашему мнению, во-первых, налицо тогда, когда этим путем не игнорируются действительно важнейшие проблемы самой личности и ее референтных групп, и, во-вторых, не образуются фиксации на уже потерявших актуальность фрустрациях прошлого и на незначимых «малых» фрустрациях настоящего.

Являясь особой формой забывания, вытеснение, тем не менее, отличается от забывания знаний и впечатлений в обычном смысле слова. Если вытеснение образов и мыслей, относящихся к определенным объектам, определяется отношением приятное – неприятное, то забывание без активного вытеснения определяется такими факторами, как отсутствие интереса к объекту, незначимость последнего для личности, время от момента восприятия до момента проверки количества сохраненного в памяти информации и т. п. Вытесняется то, что неприятно для личности и причиняет ей страдание, тогда как нередко человек забывает нужные знания, которые рад был бы свободно воспроизвести. Выборочно вытесняется все то, что вызывает стыд, страдание, угрызения совести, внутренние конфликты и т. п., будь то внутриспсихические содержания и процессы или же события внешнего мира.

Вытеснение осуществляется благодаря тому, что в нужное для осуществления психической защиты время некоторые переживания личности воспроизводятся, осознаются и полностью заполняют сферу сознания. Эти получившие преимущественное «право» осознания психические содержания актуализируются благодаря активации определенных потребностей и мотивов, которые оказываются интенсивнее тех, которые активизировали вытесняемые содержания. Можно сказать, что вытеснение является выражением борьбы мотивов и победы одного из них (или группы конвергирующих мотивов). Актуализация приятных содержаний и вытеснение с их помощью неприятных можно осуществить сознательно и произвольно, добываясь «исчезновения» (для сознания) неприятной реальности.

Таким образом, вытеснение тоже является выборочным и временным забыванием, но оно мотивировано иначе, чем обычное забывание, а именно: потребностью в защитной адаптации, обусловленной наличием фрустраторов.

## **§ 5. Вытеснение в повседневной жизни и возможности его социально-психологического исследования**

В повседневной психической активности человека, без того, чтобы он этого осознал более или менее полно, происходит освобождение его сознания от многих нежелательных мыслей и переживаний, от фрустрирующих воспоминаний. Это освобождает сознание для целенаправленной осознанной деятельности и одновременно защищает структуру самосознания, в частности – положительную самооценку личности от фрустраций и нежелательных изменений, которые могли бы привести, в частности, к формированию комплекса неполноценности. Вытеснение, понимаемое как такой активный механизм освобождения сферы сознания от нежелательных содержаний, дает нам бесчисленное множество своих проявлений. Поэтому достаточно привести лишь несколько примеров.

Известно, что у верующих нередко бывают богохульные мысли, которые независимо от их воли время от времени проникают в сферу сознания, вызывая тревогу, а иногда даже страх. Для «освобождения» от них верующий или молится, или начинает читать священные книги, и с их помощью вытесняет из своего сознания эти неприемлемые, греховные мысли. Отсюда ясно, что молитва имеет, по крайней мере, две основные функции: а) вытеснение фрустрирующих содержаний из сферы сознания; б) действительное обращение к Богу с какой-либо просьбой. Именно успешное вытеснение с помощью молитвы приводит к восстановлению уравновешенного психического состояния, а не образ Бога и ожидание его помощи, как обычно полагают.

Другое очень распространенное явление, являющееся по существу разновидностью вытеснения, может иллюстрировать его генезис: дети, как правило, любят своих родителей, восхищаются ими и переживают с ними идентификацию, но родители очень часто вынужденно или вследствие незнания психологии детей и методов их воспитания, фрустрируют их. Фрустрированные дети не могут не иметь агрессивных побуждений и мыслей, направленных на фрустраторов, и такие мысли они нередко непосредственно выражают. Но после возникновения и даже выражения агрессивных мыслей и действий у них сразу же начинается вытеснение, поскольку активизируются или уже усвоенные или непосредственно воздействующие на них социальные санкции и моральные оценки. В таких случаях вытеснение может принимать форму самообвинения и оправдания поступков родителей. Поскольку в таких случаях имеет место вытеснение агрессивности, то появляется такое интересное адаптивное явление, как перенос агрессии на другие объекты (в данном случае – на самого себя), сопровождающийся рационализациями. Конкретно, может использоваться та разновидность этого защитного механизма, которой мы дали название *рационализации для других* (в данном случае – в пользу своих родителей).

Особой и пока что совсем неисследованной является следующая проблема: используются ли в процессе самообвинения какие либо рационализации? Эту проблему иначе можно сформулировать следующим образом: бывают ли такие формы самообвинения, которые, имея в своем составе рационализации, по существу являются разновидностью самооправдания? Интуиция нам подсказывает, что ответ должен быть положительным: люди, обладающие социально-психологической ловкостью и навыками социальной «хитрости» («макиавеллизмом»), по-видимому, широко пользуются этим механизмом. Однако для развития соответствующей концепции нужны проверенные, а еще лучше – экспериментальные факты. С этой целью можно использовать результаты исследования макиавеллизма, которые уже несколько десятилетий

проводятся психологами, в первую очередь американскими<sup>34</sup>. Осуществляя такую исследовательскую программу можно создать возможность социально-психологического исследования вытеснения, что до сих пор, насколько нам известно, еще не сделано. При этом следует учесть, что многие используют самообвинение – после совершения каких-либо поступков, которые фрустрируют их или других и вызывают необходимость или потребность в самонаказании или наказания – для предотвращения обвинения и наказания со стороны других. Это тоже макиавеллистическая тактика социального поведения. Многие, например, совершают неприятные поступки и извиняются, но без настоящего чувства вины; следовательно – без морального роста и даже импульса в этом направлении. Нам представляется, что для решения подобных психологических задач следует привести достижения не только психологии фрустрации и защитных механизмов, но и исследователей когнитивного диссонанса.

## **§ 6. Расширение Я-концепции, вытеснение и адаптация личности**

Актуальные переживания личности всегда шире, чем то, что непосредственно осознается ею, поскольку существуют обширные бессознательная и подсознательная сферы психики. Личность шире Я-концепции, а последняя – любого ситуативного Я-образа. Если личность имеет возможность выразить в осознанной речи те свои подсознательные содержания, которые относятся к собственной личности и, таким образом, расширить свою Я-концепцию, то тем самым она может улучшить свою адаптацию к проблемным ситуациям.

Эта идея, хотя и не совсем в адекватной форме, выражена в знаменитой формуле З. Фрейда: «Так, где было Оно, должно быть Я». Фактически весь процесс психоанализа есть осуществление данной формулы. Этот процесс, действительно, приводит к расширению Я-концепции, созданию новых установок к себе и т. п.

Как мы уже сказали, положительное (неискаженное) расширение Я-концепции является адаптивным процессом. С другой стороны, вытеснение является адаптивным процессом. Но каковы соотношения между этими двумя процессами – процессами расширения Я-концепции и вытеснения?

Как ни парадоксально, эти два процесса часто действуют в противоположных направлениях: вытеснение не позволяет расширить Я-концепцию за счет осознания тех содержаний подсознательного, которые неприемлемы для личности по моральным соображениям.

Еще З. Фрейд заметил, что чем жестче моральная цензура личности, тем труднее для нее осознать многие свои переживания. Особенно это касается тех желаний и влечений, которые несовместимы с моральными нормами референтных групп личности и всего общества. Хотя З. Фрейд данное положение обычно проиллюстрировал на примерах из сексуальной жизни, оно, как справедливо отмечает И. С. Кон, очень хорошо можно показать и на других примерах. С этой точки зрения он рассматривает зависть, порождающую ненависть к другому человеку. Зависть вытесняется и не осознается, поскольку человек «... с детства усвоил, что зависть – недостойное, низменное чувство. Признаться себе в подобном чувстве – значит существенно понизить свое самоуважение. Гораздо легче объяснить свою ненависть действительными и мнимыми пороками соперника»<sup>35</sup>. А это значит использовать проекцию и рационализацию.

В результате получается сложная и интересная картина: для улучшения адаптации личность стремится осознать мотивы своих действий и переживания и расширить свою Я-концепцию, однако против этого восстают ее моральные принципы. Осуществляется вытеснение этих

---

<sup>34</sup> См.: Baron R. and Byrne D. *Social Psychology*. 2nd Ed., 1977.

<sup>35</sup> Кон И. С. *Социология личности*. М.: «Политиздат», 1967, с. 48.

психических содержаний, процесс расширения Я-концепции останавливается, но для обеспечения надежной защиты против возможности их осознания приводятся в движение дополнительные механизмы – проекция и рационализация<sup>36</sup>.

Таким образом, расширению Я-концепции препятствует защитный комплекс, состоящий из вытеснения, проекции и рационализации. (Возможно, что в данный комплекс входят и другие защитные механизмы, но для выяснения этого обстоятельства потребуются дополнительные эмпирические и теоретические исследования).

Однако нельзя думать, будто этот защитный комплекс не играет адаптивной роли. Он ведь возникает для того, чтобы личность не осознавала такие психические содержания, которые являются потенциальными фрустраторами, хотя и такое осознание привело бы к расширению Я-концепции. Таким образом, эта защитная адаптация направлена вовнутрь, на собственные психические содержания и те мотивы, которые способствуют их осознанию. (Таким мотивом может быть, например, сознательное желание индивида расширить свое самопознание). Но это означает, что адаптивные механизмы и их комплексы, направленные против внутренних фрустраторов, могут привести к внешней дезадаптации в социальных ситуациях (поскольку в них адаптивным был бы процесс расширения Я-концепции). Исходя из сказанного, следует, по-видимому, проводить различие между внутренней адаптацией (и внутренней адаптированностью) и внешней адаптацией (и внешней, в собственном смысле социально-психологической адаптацией).

Если эта точка зрения верна, то в любой момент жизни человека мы можем и должны говорить об оптимальном соотношении ее внутренней и внешней адаптированностью. Не существует, конечно, непроходимых границ между ними, и внешняя неадаптированность приводит к внутренней неадаптированности, и наоборот. Например, наличие неразрешимых внутренних конфликтов обычно приводит к внешним конфликтам (в частности, путем проецирования внутренних конфликтов на окружающий социальный мир). Однако бывают и такие важные случаи, когда направленные по этим двум направлениям процессы (внутренней и внешней адаптированности) несовместимы, так как достижение одного из них исключает достижение другого. Поэтому мы и говорим об относительном соотношении (компромиссе) процессов, приводящих к этим двум результатам.

Нередко защита против таких внутренних конфликтов, которые могли бы возникнуть, если бы личность расширяла свою Я-концепцию за счет осознания своих подсознательных мотивов, мыслей и переживаний, приводит к предотвращению также внешних конфликтов. Причина этого состоит в том, что многие внутренние конфликты являются интернализированными социальными конфликтами. Если опять обратиться к проблеме зависти, то, как справедливо указал И. С. Кон, социальный «...конфликт состоит в том, что зависть морально осуждается и в то же время личный успех служит одним из показателей общественной значимости человека»<sup>37</sup>. Актуализация внутреннего конфликта (в результате осознания зависти) может привести к внешним социальным конфликтам, например, с объектом зависти, человеком, который добился успеха). Такой переход внутреннего конфликта личности в ее социальные взаимоотношения часто наблюдается в тех случаях, когда борьба за внимание одной женщины один из соперников терпит поражение.

---

<sup>36</sup> Описание этих механизмов см. в следующих трудах: Freud A. *Das Ich und die Abwehrmechanismen*; Налчаджян А. А. *Социально-психическая адаптация личности*. Ереван: Изд-во АН Армении, 1988 и др..

<sup>37</sup> Кон И. С. *Социология личности*, с. 48–49.

## § 7. Опыты Зимбардо и проблема вытеснения

Знаменитые опыты Филиппа Зимбардо, построившего искусственную тюрьму, позволили открыть целый ряд интересных феноменов, в том числе следующий: оказалось, что люди плохо знают собственные психические качества и очень плохо предвидят собственное поведение в необычных условиях. Так, многие испытуемые Зимбардо до опыта даже не могли вообразить, что могут причинить боль невинным людям, в то время как в ходе самого эксперимента многие из них не только причиняли вред, но сделали это с особой жестокостью.

Возникают вопросы, которые имеют непосредственное отношение к нашей теме – связи вытеснения и подавления с самосознанием личности. Вот они: 1) знали ли эти люди свои собственные качества заранее, но вытесняли их, поэтому не могли дать адекватный ответ о своем ожидаемом поведении? 2) Или же эти качества (жестокость, презрение к людям и т. п.) у них были латентными, никогда не осознавались раньше и были неожиданными для самих этих лиц?; в таком случае они не были вытесненными чертами и качествами, а просто были неизвестными.

Мы полагаем, что среди вновь раскрытых в ходе эксперимента черт, качеств и мотивов были и вытесненные, и до тех пор совсем не познанные (латентные). Эксперимент позволил расширить Я-концепцию участников. Но поскольку большинство открытых качеств были неприятными, следует ожидать, что эти лица после эксперимента начнут активно вытеснять их в подсознательное. Ведь подобное расширение Я-концепции приводило к снижению их самооценки.

## § 8. Исповедь, вытеснение, осознание

Исповедь или покаяние определяют как «христианское таинство, которое... состоит в том, что верующий, открыв грехи священнику, получает от него прощение невидимо от самого господя». Происходит исповедь из древних очистительных обрядов.

Исповедуясь перед священником, верующий, как предполагается, освобождается от своих грехов и сохраняет возможность попасть в царство божье после своей смерти.

Для исследования психологических аспектов и последствий исповеди необходимо учесть существование трех ее видов: 1) исповедь перед священником, а через него – перед невидимым Богом (в католичестве и православии); 2) исповедь как самоотчет человека (в протестантизме); 3) коллективная исповедь в церкви (в русской православной церкви).

В связи с исповедью одним из основных психологических вопросов является следующий: не приводит ли систематическое исповедание, особенно перед священником, к закреплению безнравственности и пороков? Не лучше ли, чтобы грешники переживали внутренний конфликт, попытки самостоятельного решения которого способствовало бы их духовному росту?

В каждом из описанных выше случаев состояния сознания и особенности процессов осознания своих грехов, вытеснение и подавление определенной их части, имеют психологические различия. Так, исповедь перед священником редко бывает полной и вполне искренней. При исповедании наблюдается сопротивление, и подавление определенной части своих осуждаемых деяний. В ходе исповедания подключаются процессы психологической самозащиты.

Исповедь как самоотчет, как нам кажется, может быть несколько более искренней. Здесь процессы осознания происходят более полно, хотя и отсутствуют важные социально-психологические аспекты процесса (кроме внутреннего «форума» – образа референтных групп). Нет другого – внимательного и сочувствующего слушателя, поэтому разрядка напряжения может быть неполной. Исповедь как самоотчет также лишь частично выполняет свою психозащитную функцию.

Групповая исповедь позволяет разрядить такие связанные с греховным поведением эмоции, которые невозможно разрядить при индивидуальной исповеди.

Может ли исповедь иметь вредные последствия? Это важная проблема. Подлежат исследованию следующие вопросы: 1) снимает ли исповедь вытеснение и подавление полностью? Если снимает, то полезно ли это для психического здоровья личности? 2) вполне возможна неискренность кающегося грешника, а это означает сочинение лжи с целью обмана и для формального получения отпущения грехов (индальгенции). Таким путем многие преступники могут только обнаглеть и стать более опасными для общества людьми; 3) какую роль играют объективное самонаблюдение и интроспекция в процессе исповедания? При исследовании этого вопроса следует иметь в виду, что интроспекция разрушает психологическую защиту личности. В процессе исповедания интроспекция играет важнейшую роль. Следовательно, разрушение защитных систем исповедующей личности неминуемо. Но тогда возникает вопрос: чем следует заменить систему разрушенной психологической самозащиты? Не становится ли человек психологически беззащитным после исповеди, если, конечно, она была искренней?

Есть еще одно важное обстоятельство. Дело в том, что сознательное воспроизведение впечатлений и знаний о своих греховных поступках и сообщение о них другому человеку вовсе не гарантирует абсолютного забывания этих психических содержаний. Более того, после исповеди их воспроизведение в сфере сознания может стать более легкой. Не приведет ли это к повторным фрустрациям и еще большей вторичной (третичной и т. д.) активизации защитных механизмов?

Исповедь может, по-видимому, обеспечить некоторое временное облегчение, катарсис, но отрицательные результаты могут быть более значительными.

В целом многие вопросы психологии исповеди еще предстоит исследовать в свете достижений современной психологии.

## **Глава 5. Вытеснение и познавательные процессы**

### **§ 1. Вытеснение и процессы памяти**

Как видно из описания механизмов вытеснения и подавления, они теснейшим образом связаны с процессами памяти. Более того, в определенном аспекте они являются особыми механизмами работы человеческой памяти, причем не только та разновидность вытеснения, которую мы называем «естественным», незащитным вытеснением и сменой содержаний потока сознания настоящего момента восприятиями и воспроизведениями следующего момента, но и активное («подлинное») вытеснение, осуществляемое высшими инстанциями личности.

Мы считаем, что без достаточно глубокого исследования фрустрации и механизмов психической защиты подлинное понимание динамических закономерностей работы памяти невозможно. Верно и обратное утверждение: познание процессов и закономерностей функционирования памяти создает надежную базу для изучения адаптивных механизмов личности – в частности – подавления и вытеснения. В этой области намечаются новые перспективы, поскольку в деле экспериментального исследования памяти получены ценные результаты.

Исследование вытеснения и подавления в связи с процессами памяти важно для понимания как нормальной, так и патологической психической активности. При этом необходимо проводить различие между двумя формами вытеснения, которые суть: 1) вытеснение как естественное и спонтанное – как чередование впечатлений и содержаний сознания, замена одних содержаний другими; это условие нормальной работы восприятия и памяти. 2) Вытеснение бесполезных и антисоциальных переживаний в психоаналитическом смысле. Это последнее можно считать защитной психологической реакцией на фрустрацию, тогда как первое таковым не является. Вытеснение во втором, фрейдовском значении есть процесс неосознанного удаления из сознания неприемлемых мыслей и т. п.

### **§ 2. Воспроизведение на службе у вытеснения (примеры из художественной литературы)**

В произведениях Л. Н. Толстого можно свидетельства того, что он хорошо осознал и понимал многие защитные процессы и выразил свое понимание в художественной форме. Ниже приводится пример того, как хорошо он знал о том, как работают механизмы вытеснения и подавления.

Пьер Безухов, герой романа «Война и мир», плененный французами, идет в колонне, в группе русских пленников. Один из них, Платон Каратаев, заболел и ослаб настолько, что уже не может ходить. Он сел, наклонившись о ствол дерева, и остался, с особой улыбкой на лице. Пьер оглядывается назад и видит, что два французских солдата стоят над Каратаевым и о чем-то говорят.

«Пьер не оглядывался больше. Он шел, прихрамывая, в гору.

Сзади, с того места, где сидел Каратаев, послышался выстрел. Пьер слышал явственно этот выстрел, но в то же мгновение, как он услышал его, Пьер вспомнил, что он не кончил еще начатое перед проездом маршала вычисление о том, сколько проходов оставалось до Смоленска. И он стал считать»<sup>38</sup>. Это очень интересный случай вытеснения крайне неприятного и угрожающего впечатления с помощью процессы воспроизведения из памяти определенного познавательного процесса и его продолжения. Для вытеснения актуального впечатления вспо-

---

<sup>38</sup> Толстой Л. Н. Собр. соч., в 12 томах., Т. VI, М.: 1984, с. 165.



минается другой, эмоционально более нейтральный, психический процесс. Как видно из продолжения повествования, защита эта неполная, но для Пьера она играла определенную положительную роль.

Пьер на привале засыпает у костра, видит сон, затем просыпается от разговора французских солдат, поджаривающих мясо на костре. Он замечает собачку Платона Каратаева, которая уже ласкается к другому хозяину – пленному русскому солдату. Он сразу же, по ассоциации, вспоминает лицо Платона, его взгляд, которым тот последний раз, сидя под деревом, смотрел на Пьера, звук выстрелов, вой собаки, преступные лица стрелявших в Платона французов и об отсутствии Каратаева на этом привале. «И он готов был уже понять, что Каратаев убит, но в то же самое мгновение в его душе, взявшись бог знает откуда, возникло воспоминание о вечере, проведенном им с красавицей полькой, летом, на балконе своего киевского дома...»<sup>39</sup>. Как нетрудно видеть, и на этот раз психика находит средство самозащиты, на этот раз с помощью приятного воспоминания.

Нетрудно видеть, что приведенные примеры очень верно отражают реальность повседневной психической жизни людей. Исследование вытеснения и его последствий – это исследование реальной психической динамики людей. Причем в приведенных примерах ясно видна связь вытеснения с целым рядом аспектов работы человеческой памяти.

### § 3. Вытеснение и процесс забывания информации

А. Отличие вытеснения от обычного забывания. – Являясь особой формой забывания, вытеснение, тем не менее, отличается от забывания знаний и впечатлений в обычном смысле слова. Если вытеснение образов или мыслей, относящихся к определенным объектам, определяется отношением приятное – неприятное, то забывание без активного вытеснения определяется такими факторами, как отсутствие интереса к объекту, незначимость последних для личности, время от момента восприятия до момента проверки количества сохраненной в памяти информации и т. п. Вытесняется то, что неприятно для личности и причиняет ей страдание, в то время как нередко человек забывает нужные знания, которые рад был бы свободно воспроизвести. Выборочно вытесняется все то, что вызывает стыд, страдание, угрызения совести, внутренние конфликты и т. п., будь то внутриспсихические содержания или же события внешнего мира.

Вытеснение осуществляется благодаря тому, что нужное для осуществления психологической защиты время некоторые переживания личности воспроизводятся, осознаются и полностью заполняют сферу сознания. Эти, получившие преимущество быть осознанными, психические содержания актуализируются благодаря активации определенных потребностей и мотивов, которые оказываются сильнее тех, которые активизировали вытесняемые содержания. Можно сказать, что вытеснение является выражением борьбы мотивов и победы одного из них (или группы конвергируемых мотивов). Актуализацию приятных содержаний и вытеснение с их помощью неприятных можно осуществить сознательно и произвольно, добываясь «исчезновения» неприятной реальности из сферы сознания. Это уже, как мы знаем, подавление.

Таким образом, вытеснение тоже является выборочным и временным забыванием, но оно мотивировано иначе, чем обычное забывание, а именно: потребностью в защитной адаптации, обусловленной наличием фрустрации.

Б. Забывание в результате вытеснения. – Работой механизма вытеснения обусловлены все те случаи забывания, которые не являются следствием органических болезней мозга или же первого вида «вытеснения» новыми психическими содержаниями (в изложенном выше пони-

---

<sup>39</sup> Толстой Л. Н., указ. соч., с. 167.

мании). З. Фрейд подробно описал некоторые из этих форм забывания как следствий работы механизма вытеснения<sup>40</sup>. Мы забываем начатое, но неприятное для нас дело, которое, тем не менее, неизбежно следует выполнить; забываем своевременно возвращать чужие вещи и даже «засовываем» их куда-то, теряем; забываем своевременно явиться на свидание, от которого сознательно или подсознательно не ждем ничего приятного или когда ожидаем какую-то угрозу. З. Фрейд пришел к выводу, что результатом работы вытеснения является одна из общих тенденций функционирования памяти человека, а именно: легко забываются неприятные события, впечатления и переживания, и сравнительно легче воспроизвести в сознании впечатления от приятных для нас событий прошлого. (Встречаются многочисленные исключения из этого правила, поэтому мы говорим не о законе или закономерности, а только о тенденции в работе памяти. Эта тенденция является одним из ярких выражений общей гедонистической направленности психической деятельности человека).

У многих людей неприятные события, переживания и впечатления так глубоко вытесняются в подсознательное, что прошлое почти всегда оценивается как более приятное, чем настоящее: многие фрустрации и страдания, потеряв свою актуальность, или совсем забываются (в смысле невозможности их произвольного воспроизведения, что проявляется, в частности, в виде особой разновидности вытеснения – т. н. *отрицания*), или же воспроизводятся без актуализации в прошлом связанных с ними эмоций. Эта тенденция работы памяти особенно заметна у детей. У многих взрослых ее обнаружение затруднено тем, что у них в процессе социализации появляется много новых индивидуальных различий черт характера, установок, которые действуют сильнее, чем названная тенденция. Поэтому есть люди, которые чаще всего вспоминают или воображают неприятные для себя ситуации и события.

Гедонистическая направленность в работе процессов воспроизведения вполне целесообразна и адаптивна, поскольку, хотя она на уровне сознания искажает образы прошлого, при постоянно актуализируемых воспоминаниях фрустраций прошлого человек стал бы пленником прошлых страданий и неудач и потерял бы волю, необходимую для продвижения вперед, к осуществлению новых целей и самореализации. Такая фиксированность на прошлом, как результат провала вытеснения и подавления, является невротическим симптомом, подавляющим творческую активность и адаптацию личности в новых проблемных ситуациях.

Как мы увидим в дальнейшем, чрезмерная активность и персеверативность механизма вытеснения также чревата опасностями для психического здоровья личности. Однако без его оптимальной активности (Этот уровень оптимальности вытеснения еще предстоит установить, с учетом индивидуальных различий людей) повседневная нормальная и продуктивная деятельность, адекватное исполнение социальных ролей были бы невозможны. Вытесняются, игнорируются многие фрустрации не только прошлого, но и настоящего.

#### § 4. Вытеснение – вид забывания

Из психологии памяти мы знаем, что забывание воспринятой информации может быть *абсолютным* и *относительным* (или временным). Абсолютное забывание имеет место в том случае, когда информация полностью стирается из памяти. Это имеет место тогда, когда воспринятая информация не подвергается консолидации, т. е. не переходит из кратковременной памяти в сферу памяти долговременной, где она может сохраниться практически до конца жизни человека.

Какой из этих двух типов забывания имеет место в результате работы вытеснения и подавления? Исследования, повседневный опыт и практика психиатров (особенно психоаналитиков) показывает, что вытеснение не есть абсолютное забывание. Оно приводит к времен-

---

<sup>40</sup> См.: Фрейд З. *Психопатология обыденной жизни*. М., 1923; его же: *Введение в психоанализ. Лекции*. М., 1989 и др..

ному забыванию, т. е. к невозможности произвольного воспроизведения в сфере сознания тех впечатлений, мыслей и желаний, которые причиняли боль и стыд, фрустрировали человека, поскольку когда-то были в сфере сознания индивида.

Но от обычного временного забывания информации такое забывание, которое является следствием вытеснения, отличается, по крайней мере, в двух отношениях: 1) причины, мотивы амнезии в этих двух случаях совершенно различны; 2) амнезия в этих двух случаях различна и по признаку полноты.

Многие наши повседневные переживания вскоре забываются по той причине, что не используются и в дальнейшем никогда не воспроизводятся. Однако подавление селективно и направлено против тех воспоминаний, которые причиняют индивиду страдание. Это защитная психическая функция.

При обычном забывании индивид, который не в состоянии произвольно воспроизвести забытый материал, может узнать его при новом предъявлении или вновь выучить наизусть значительно быстрее, чем новый материал такого же объема и содержания. Но подавление, как правило, чаще всего так полно, что личность не в состоянии ни узнать, ни переучить материал даже тогда, когда он предлагается его вниманию. Это означает, что личность активно, хотя и бессознательно, отказывается отвечать на любые стимулы, которые могут привести к «вспоминанию» некоторых бессознательных психических содержаний. Однако когда подавленный материал возвращается в сферу сознания (во время гипноза или с помощью какой-либо иной техники), то воспроизведение обычно бывает таким полным, что индивид удивляется: как он мог забыть все это!?

## § 5. «Время лечит»: так ли это?

Общеизвестна и считается закономерностью психической жизни человека тенденция забывания неприятных событий прошлого и лучшего воспроизведения впечатлений от приятных событий. Более тщательные наблюдения, однако, показали, что это утверждение в той или иной мере верно для детей, а не относительно работы памяти взрослых людей. Одним из выражений подобной закономерности считается такая ее вербализация, как утверждение, что «время лечит» наши душевные раны. Но может ли *само время* что-либо изменить в наших воспоминаниях?

Речь должна идти о роли подавления и вытеснения, двух процессов психической защиты, которые, протекая во времени, приводят к подобному результату. Ведь целенаправленно подавляется и вытесняется главным образом то, что для нас неприятно. Если бы нам не удалось уменьшить интенсивность неприятных переживаний, то жизнь стала бы невыносимой. Как правило, приятные и веселые переживания, особенно детских лет, чаще и беспрепятственнее появляются в нашем сознании, и мы охотно их переживаем вновь.

Но взрослые личности – это более сложные психические образования и рассматриваемая тенденция у них выражается более слабо. Более того, формируются такие личности, которые преимущественно вспоминают неприятные события, да и думая о будущем, большей частью воображают наступление неприятных событий. Мы уже знаем, что забывание многообразно и мотивируется различными желаниями и тенденциями. Оно не управляется только соотношением приятного и неприятного. Забываться может и то, что неинтересно или не имеет значения для нашей деятельности, хотя и не причиняет страдания. Подавляется и вытесняется то, что причиняет душевную боль и страдание, стыд и другие мучительные чувства. Забывание путем вытеснения и подавления – это лишь одна специфическая разновидность забывания.

## § 6. Селективная невнимательность и вытеснение

Под селективной (избирательной) невнимательностью следует понимать процесс, посредством которого некоторые переживания и действия не замечаются с достаточной отчетливостью и не оцениваются (если даже замечаются). Личность не обращает внимания на их природу и значение. Чтобы обращать внимание на них, следует с самого начала поставить перед собой такую задачу.

О селективной невнимательности впервые с ясностью говорил Г. С. Салливен, считая ее частным выражением феномена сужения сознания. Этим способом «Я» человека сопротивляется таким воспитательным воздействиям, которые не соответствуют его структуре. Обычно не замечаются такие переживания и действия, которые вызывают тревогу и, в конечном счете, требуют изменения Я-концепции. Когда в ходе воспитательной и терапевтической беседы затрагиваются такого рода психические содержания пациента или воспитанника, то у него либо появляется сильная тревога, либо он совершает такие действия, которые уменьшают тревогу (или предотвращают ее появление)<sup>41</sup>.

Различие между вытеснением и избирательной невнимательностью, по-видимому, состоит в степени неосознанности соответствующих действий, переживаний и событий. То, к чему человек избирательно невнимателен, легко может осознаваться и быть принятым в Я-концепцию. А вытесненные содержания не только подсознательны, но и часто недоступны сознанию, тем более те, которые относятся к самосознанию: они не могут осознаваться как часть структуры Я-концепции. Если даже на эти вытесненные содержания обращает внимание дружелюбно расположенный человек, они все равно не осознаются и только вызывают тревогу и страстное их отрицание.

Осознаваться могут те содержания, которые не требуют серьезного изменения основной направленности и характеристик Я-концепции. Если бы мы осознали свои вытесненные содержания, то подверглись бы серьезным изменениям. Изменились бы и те межличностные отношения, которые мы имеем с другими людьми. Изменилось бы наше будущее (в той мере, в какой оно зависит от характеристик нашей личности). Вся личность подверглась бы переструктурированию.

Но ограничение сферы сознания может отрицательно влиять на удовлетворение психофизиологических потребностей и на обеспечение безопасности. Когда это принимает заметные размеры, имеет место психическое нарушение.

## § 7. Избирательность воспроизведения как результат психологической самозащиты (в связи с эффектом Зейгарник)

А. Эффект Зейгарник и воспроизведение. – Известно, что воспроизведение из памяти ранее запечатленной информации редко бывает точным. Чаще всего наблюдается преобразование материала, которое является следствием ряда факторов: установок, опыта, представлений индивида и других внутриспсихических содержаний. Предполагается, что одним из факторов, детерминирующих избирательность воспроизведения, является механизм психологической защиты и искажения. Идея состоит в том, что каждый из нас стремится защищать свои взгляды о самых важных явлениях, и поэтому отвергает угрожающий или противоречащий им материал. Такое воздействие оказывают, например, жизненно важные установки личности. Та информация, которая им не соответствует, забывается.

---

<sup>41</sup> См.: Sullivan H. S. *Conceptions of Modern Psychiatry*. New York, 1947, p. 264.

Это явление полезно исследовать в связи с одним известным психологическим явлением, с так называемым «эффектом Зейгарник». Обнаружение и исследование данного эффекта началось с одного простого наблюдения Курта Левина: его официант (waiter) был способен запомнить каждую деталь заказа до момента закрытия счета. После этого момента он почти полностью забывал заказ. Из этого наблюдения Левин пришел к выводу, что намерение завершить какую-либо деятельность или задание создает в личности психическое напряжение, которое снимается только после завершения дела. Одним из проявлений этого напряжения является изменение воспроизведения. Отсюда был сделан вывод, что *человек лучше воспроизводит содержание незавершенных задач*. Этот вывод был экспериментально подтвержден Б. В. Зейгарник. Она поручала своим испытуемым решать задачи, позволила завершить процесс решения некоторых и не разрешала завершить процесс решения других задач. Затем она проверяла воспроизведение содержаний этих задач. Оказалось, что содержание незавершенных задач воспроизводится значительно лучше.

В дальнейшем исследовались различные аспекты этой проблемы. Предполагалось, что если время между прекращением работы над задачей о воспроизведении удлиняется, то описанный эффект выражается более слабо, поскольку напряжения падает. Эксперименты показали, что уже через один день наблюдается подобное ослабление эффекта. Усталость также приводит к ослаблению эффекта<sup>42</sup>.

Было проведено различие между настоящим и психологическим завершением задачи. Если я не завершил решение задачи, но продвинулся вперед настолько, что убедился, что смог бы без труда завершить его, то тогда это «психологическое завершение» действует как настоящее. Во время одного из экспериментов испытуемым было сказано, что психолога интересует только то, может ли испытуемый завершить процесс решения задачи. Поэтому они могут, как только убедятся в этом, прекратить процесс решения. В этом случае не наблюдалось различия между воспроизведением завершенных и незавершенных задач. Предвидение психологического завершения подавило эффект Зейгарник.

Позже эффект Зейгарник подвергнулся исследованию и в социально-психологическом аспекте. В частности, некоторыми психологами был изучен следующий вопрос: если человек оставил какое-либо дело незавершенным, но его завершил другой человек, то будет ли у него возникать эффект Зейгарник? Этот вопрос представляет важность для исследования совместной, групповой деятельности людей. Оказалось, что если люди работают вместе и *сотрудничают*, то если один из них завершает дело, начатое другим, эффект Зейгарник исчезает у того, кто оставил его незавершенным. Это один из аспектов взаимозависимости людей, работающих вместе в малой социальной группе<sup>43</sup>.

(Гипотеза: вполне возможно, что исчезновению эффекта Зейгарник у тех, кто оставил дело незавершенным, способствует механизм интроекции; с помощью этого механизмов человек приписывает себе то, что сделано другими. Мы полагаем, что в групповой деятельности подобного рода работа интроекции может играть существенную роль, но преимущественно – в ситуации сотрудничества. Случай *соперничества* требует специального исследования).

Большой интерес представляет экспериментальное исследование, проведенное Аткинсоном, которому удалось показать влияние сильной мотивации (а именно: сильного мотива достижения) на процесс воспроизведения. Представляют особый интерес два факта: а) в деле воспроизведения завершенных задач между сильно и слабо мотивированными индивидами нет различия; б) сильно мотивированные (с мотивом достижения) лучше воспроизводят содержание незавершенных задач, чем слабо мотивированные индивиды.

---

<sup>42</sup> См.: Lewin K. *Field theory in social science: Selected papers*. D. Cartwright (Ed.). New York: Harper and Row, 1951; Зейгарник Б.В. ....

<sup>43</sup> См.: Lewis H. B. *An experimental study of the role of the ego in work: 1. The role of the ego in cooperative work*. – *Journal of Experimental Psychology*, 1944, 34, pp. 113–126.

Б. Подавление и эффект Зейгарник. – Большой интерес для теории психологической защиты и защитной адаптации представляют те случаи, когда люди активно стараются забывать, т. е. подавлять, содержания незавершенных задач вместо того, чтобы упорно их воспроизводить в сфере сознания. Это может иметь место тогда, когда незавершение процесса решения задачи воспринимается нами как *неудача* (а следовательно – и как причина фрустрации). В этом случае возникает тенденция, направленная против эффекта Зейгарник. Некоторым психологам удалось получить эффект подавления в ситуациях «типа Зейгарник»

Так, С. Розенцвейг поручил детям и студентам решить задачу (в виде загадки). Членам одной группы было сказано, что их задача – оказать помощь экспериментатору в стандартизации загадки, а другой – что с помощью решения загадок измеряется их интеллект. Розенцвейг прекратил решение некоторых загадок и дал возможность испытуемым завершить решение некоторых других. Те испытуемые, которые, как они думали, подверглись проверке интеллекта (т. е. с сильным «вовлечением «Я»), лучше воспроизводили завершенные задачи, чем незавершенные. Эффект Зейгарник наблюдался у тех, у которых «вовлечение Я» было слабо выражено (это были те, кто, как они думали, помогали психологам в стандартизации задачи). Как признала сама Зейгарник, когда *психологическое значение* задания завершения задачи меняется (с помощью инструкций психолога или «самоинструкциями» испытуемых), эффект претерпевает изменения<sup>44</sup>.

(В этой связи можно было бы исследовать влияние самовнушений, их роли в реминисценции, переживании озарений, в творческом процессе вообще).

Таким образом, подавление, а предположительно и другие защитные механизмы, играют важную роль в том, что процессы восприятия, памяти, познавательные процессы вообще, обладают признаком избирательности. Подавление активно удаляет конфликтные и другие неприятные содержания в подсознательную сферу, и зачастую они становятся недоступными для произвольного воспроизведения. Если человек рассказывает о каких-либо событиях, то особенно болезненные для него детали не воспроизводятся. Если подавление настоящее и глубокое, тогда произвольное воспроизведение становится невозможным.

Возникают новые проблемы, в частности, следующая: есть люди, которые подобные детали воспроизводят и нередко рассказывают другим, имея цель вызвать у них сочувствие. Они этим самым ставят себя в незащищенное положение. Это можно считать патологией психической защиты, отсутствием нормальной и адаптивной защиты. Изучение подобных случаев (когда человек хорошо помнит свои фрустрации и рассказывает о них даже своим недоброжелателям), частично, по всей вероятности, детерминированных эффектом Зейгарник, убеждает нас в том, насколько важно иметь нормальные механизмы подавления и других защитных процессов. (Настоящую проблематику имеет смысл расширить путем изучения таких «беззащитных людей». Кстати, среди людей с особо высокой умственной одаренностью таких людей немало).

В лабораторных условиях подавление нередко трудно наблюдать, но в повседневной жизни и в клинике оно встречается очень часто и в убедительных формах. В лабораторных условиях А. Целлеру удалось вызвать подавление (невозможность воспроизведения) материала, связанного с угрозой, а позднее – возможность воспроизведения после устранения угрозы<sup>45</sup>. Такие эксперименты подтверждают фрейдовское представление об условиях подавления и вытеснения.

---

<sup>44</sup> См.: Rosenzweig S. An Experimental study of «repression» with special reference to need-persistent and ego-defensive reactions to frustration. – «Journal of Experimental Psychology», 1943, 32, pp. 64–74.

<sup>45</sup> См.: Zeller A.F. An Experimental analogue of repression, II. The effect of individual failure and success on memory measured by relearning. – «Journal of Experimental Psychology», 1950, 40, pp. 411–422.

В аналогичном исследовании Дж. Флейвелла с помощью «терапевтической» процедуры была устранена угроза, связанная с подлежащим воспроизведению материала. Он получил результаты, подтверждающие существование эффекта подавления<sup>46</sup>.

Таким образом, исследование избирательного воспроизведения может способствовать развитию представлений о способах психической адаптации. Следует также отказаться от упрощенного представления, согласно которому избирательность воспроизведения состоит в том, что приятное легко воспроизводится, а неприятное забывается. Существование эффекта Зейгарник и других явлений существенно осложняют картину психологической реальности, создавая противоборствующие тенденции, которые одновременно могут иметь адаптивное значение. (Данный раздел можно расширить на основе анализа новых экспериментальных данных).

## § 8. Вытеснение и ошибочные действия

Ошибочные действия, так часто встречающиеся в повседневной жизни, большей частью обусловлены, по-видимому, одновременным функционированием *подсознательного вытеснения* и *сознательного подавления*. Отмечая данное обстоятельство, один из психологов (Г. Люкерт) очень верно отметил, что такое представление облегчает истолкование ошибочных действий, поскольку *здесь наблюдается как бы процесс их рождения*.

Действительно, ошибочное действие является выражением вытесненного импульса, который тут же подвергается новому вытеснению в форме подавления этого действия. Подавляются также произвольные попытки адекватного истолкования своих ошибочных действий, не говоря уже о попытках других истолковать их (которые встречаются со смущением или гневом – в зависимости от социальной ситуации и взаимоотношений с истолкователем).

Следует заметить, что если фрустратор сложен и занимает значительное место в жизни личности, вытеснение может привести к разнообразным последствиям: забыванию, ошибочным действиям, перцептивной и семантической защите, психосоматическим изменениям, кошмарным сновидениям и другим формам произвольного воображения и т. д. Уместно сказать здесь несколько слов об ошибочных действиях, которые подробно исследованы Фрейдом. До появления работ Фрейда подобные выпадения из памяти считались случайными речевыми ошибками, обусловленными, например, утомлением, нарушением мозгового кровообращения и т. п. Однако Фрейд подобные «ошибки» не давали покоя. Например, одна дама, беседуя с подругой об одной общей знакомой, назвала ее девичьей фамилией: она накрепко забыла фамилию ее мужа. В ходе беседы стало ясно, что она не одобряет это замужество, причем не исключено, что из-за зависти к ее удаче.

Фрейд был убежден, что все в психической активности человека, даже самые незначительные на вид действия, детерминированы и не лишены значения. Подробно исследуя разнообразные ошибочные действия, составляющие т. н. «психопатологию обыденной жизни», он открыл, что они имеют в своей основе внесознательные тенденции, что к таким ошибкам приводят подавленные и вытесненные импульсы и мотивы. Причем подобные промахи речи и поведения довольно часто следует считать произвольным самораскрытием личности. Поэтому их регистрация и психологическое истолкование дает ценную информацию о человеке вообще и о той конкретной личности, ошибки которого исследуются. Исследование подобных ошибок ценно также с точки зрения исследования самих процессов вытеснения и подавления, которые рассматриваются как бы в самом процессе их рождения.

Получается сложная картина адаптивно-защитной активности человека, которую следует охватывать в целом понятиями научной психологии. В художественной литературе встре-

---

<sup>46</sup> См.: Flavell J.H. *Repression and the «return of repressed»*. – «Journal of Consulting Psychology», 1955, 19, pp. 441–443.

чаются такие удачные попытки, которые подлежат тщательному психологическому анализу. Непосредственные результаты вытеснения очень удачно описывает Ф. М. Достоевский в романе «Преступление и наказание»: после совершения убийства Раскольников бесцельно шатается, блуждает в подсознательном состоянии, забывает о своем преступлении. (Исследование преступников может значительно обогащать данное направление исследований).

## § 9. Внутренняя речь, фрустрация и вытеснение

Когда человек оказывается в проблемной (фрустрирующей) ситуации, то наряду с другими психическими механизмами активизируется также его внутренняя речь. Такая необходимость возникает потому, что человек должен обсуждать на сознательном уровне возникших проблем и трудностей, составлять планы действий, осуществлять процессы целеобразования или замены целей, активизировать психологическую самозащиту, осуществить поиск способов успешной адаптации.

Есть такие защитные механизмы (рационализация, интеллектуализация, часть процессов проекции и интроекции и т. п.), которые выражаются в речевой форме. Эти речевые (вербальные) защитные и адаптивные процессы очень часто протекают в форме внутренней речи. Причем эти процессы, насколько нам известно, в таком аспекте – как психозащитные процессы – насколько нам известно, еще совсем не исследованы.

Подлежит исследованию, например, такая задача: каким образом внутренняя речь участвует в процессе вытеснения фрустрирующих впечатлений и других психических содержаний из сферы сознания в подсознательное. Более частным является следующий вопрос: какое участие в процессе вытеснения играют словесные самовнушения, процессы переоценки фрустрированных целей и других ценностей, от которых приходится отказываться и т. п. Это очень важные проблемы, поскольку касаются именно процессов вытеснения. Известно, что, хотя прошло более ста лет после начала исследования защитных механизмов, многие психологи до сих пор жалуются на то, что мы сможем регистрировать лишь результаты защитных процессов. в том числе вытеснения, но наблюдать сам процесс не в состоянии. Мы утверждаем, что исследование внутренней речи с этой новой точки зрения позволит делать важные открытия относительно функционирования защитных механизмов.

Мы полагаем, что во внутренней речи можно частично наблюдать процесс осуществления вытеснения, в той мере, в которой они вербализуются. Изучение внутренней речи открывает окно в подсознательный психический мир, в котором наряду с другими процессами, осуществляется также психологическая защита, в ходе которой вырабатываются тактика и стратегия защитной адаптации.

При исследовании этих проблем следует опираться на уже проведенные исследования внутренней речи, а также на достижения психолингвистики<sup>47</sup>.

## § 10. Вытеснение, символизация и творчество

А. Вытеснение и символизация психических содержаний. – Вытеснение связано с процессами порождения и использования символов как в бодрствующей жизни, так и в сновидениях. Хотя оно является не единственной предпосылкой символизации психических содержаний, тем не менее, его роль огромна и пока что, как мы полагаем, еще до конца не выяснена. Причем проблема символизации с помощью вытеснения актуальна не только для психологии личности и социальной психологии: она важна также для этнической психологии.

---

<sup>47</sup> См.: Соколов А. Н. *Внутренняя речь и мышление*. Москва: Изд-во МГУ, 1968; Тихомиров О.К. *Психология мышления*. М.: Изд-во МГУ, 1984; Слобин Д., Грин Дж. *Психолингвистика*. Москва: «Прогресс», 1976, и др..



Вытеснение оказывает влияние также на все виды произвольного воображения – на порождение и динамику грез, галлюцинаций и сновидений. Еще З. Фрейд показал, например, что вытеснение психического содержания нередко появляется в сновидениях, причем частично в символизированном виде.

Мы считаем, что все виды символизации в той или иной мере обусловлены защитными механизмами вытеснения и подавления.

Б. Вытеснение и подсознательные образы. – Согласно психоанализу, при вытеснении и удержании нежелательных психических содержаний вне сферы сознания действуют две силы: 1) те психические силы, исходящие от «Я», которые осуществляют вытеснение и (или) подавление; 2) те силы, которые, находясь в подсознательном, действуют в противоположном направлении, т. е. против вытеснения. Вытесняющие силы создают условия появления в сознании образных компенсаторных, заменяющих и символических содержаний; в то же самое время действующие в противоположном направлении силы, наоборот, тормозят процесс осознания образов. Высокий уровень облегчения и торможения приводят к состоянию динамического равновесия, и образы остаются вне сознания<sup>48</sup>.

При внезапном нарушении этого равновесия в сферу сознания прорываются прежде заторможенные образы. Такое внезапное нарушение равновесия может наступить под воздействием различных «релизеров»: новых мотивов (например, усиления сексуальной потребности), принятия алкоголя и др.

Исходя из этих представлений ряд психоаналитиков предполагает, что имеют место непрерывные бессознательные процессы дневных «сновидений», т. е. грез (daydreaming) с участием зрительных образов. Переработка этих образных содержаний может привести к появлению некоторых неожиданных психических явлений, выражающихся в переходе бессознательных образов в сферу сознания. Если эти образные содержания неприятны для личности, то у нее создается такая же ситуация, какая возникает при восприятии внешних травмирующих событий<sup>49</sup>.

В. К теории остроумия Фрейда. – Как известно, Фрейд считал шутки формами включения вытесненных из сознания и измененных психических содержаний и их дериватов в игру сознательных психических сил. Шутка – это особая техника преодоления вытеснения, причем то, что первоначально было неприятным, теперь уже становится источником удовольствия. Шутка, согласно Фрейду, – это только одно из тех средств, с помощью которых вытесненное неприятное становится приятным.

Возникает следующая проблема: какие еще существуют средства временного преодоления вытеснения, и нельзя ли, исследуя их, лучше понять подлинные механизмы вытеснения и его влияния на развитие и динамику личности?

## **§ 11. Механизм вытеснения, и почему интеллектуалы «наивны»?**

Знание механизма вытеснения необходимо для понимания многих социально-психологических явлений. В их числе – т. н. «наивность» тех людей, которые занимаются интеллектуальным трудом.

Когда человек много и последовательно занимается высокими в интеллектуальном отношении темами, духовной – в широком смысле – деятельностью, он невольно вытесняет из сферы своего сознания память о мерзостях жизни – о хитрости людей, обмане, эгоизме и жестокости и т. п. Более того, эти недостатки ему представляются нереальными. Поэтому он

---

<sup>48</sup> См.: Horiowitz M.J. *Image Formation and Cognition*, p. 144.

<sup>49</sup> См.: Kubie L.S. *The relation of psychotic disorganizations to the neurotic process* – «*Journal of American Psychoanal. Association*», 1967, 15, p. 626; Arlow J. *Unconscious fantasy and disturbances of conscious experience*. – «*Psychological Quarterly*», 1969, 38:1.

становится «наивным», и для него направленные на него коварные действия, даже простое хамство, оказываются неожиданными. У него могут отсутствовать средства психологической самозащиты против таких действий недоброжелателей и врагов.

Простые же люди, которые ежедневно живут в этой «грязи», лучше подготовлены для защиты своих интересов, поскольку сами большей частью являются подлыми и примитивно – хитрыми существами. Они в каждую минуту готовы как для нападения, так и для защиты. У них для этого есть и время, и наглость, и хамство и т. п. – все в достаточной степени. Встречаются, конечно, исключения.

## Глава 6. Патологические последствия вытеснения и подавления

### § 1. О возможных патологических последствиях вытеснения

Вопрос о патологических последствиях вытеснения и подавления в психоанализе является традиционным. Данный вопрос специально рассмотрела Анна Фрейд, которая указала на то, что в аспекте действенности такой защитный механизм, как вытеснение, занимает особое положение среди других защитных механизмов. Оно, по ее мнению, сильнее других механизмов и оказывается победителем в борьбе против таких влечений, против которых остальные защитные механизмы оказываются бессильными. Вытеснение является постоянно действующей «инстанцией» и требует притока и расхода психической энергии. Другие же защитные механизмы считала А. Фрейд, при каждой новой фрустрации заново начинают свою работу.

Говоря об этих особенностях вытеснения, А. Фрейд отметила, что работа этого очень действенного механизма чревата опасными для личности последствиями. Отщепление от Я, которому подвергается целая область аффектов и влечений, может привести к разрушению личности. Вытеснение может стать основой невротических и компромиссных образований. Функционирование других защитных механизмов также чревато опасными последствиями, но даже при увеличении интенсивности их использования они, как полагает А. Фрейд, в большей мере остаются вблизи границы нормы. (Отметим, однако, что данное утверждение мы считаем весьма спорным, поскольку оно явно противоречит тому, что в настоящее время нам известно, например, о патологических формах регрессии). Они выражаются в бесчисленных превращенных формах (*Verwandlungen*), искажениях (*Verzerrungen*) и деформациях Я, которые частично сопровождают неврозы, частично же заменяют их<sup>50</sup>.

Как нетрудно видеть, здесь в психоаналитических терминах выражена ценная идея о возможных патологических последствиях интенсивного использования вытеснения. Но мы полагаем, что к серьезным трудностям психической жизни, конфликтам, неврозам и психозам может привести не только чрезмерно интенсивное (т. е. выше оптимального – в указанном ранее смысле оптимальности), но и чрезмерно слабое (ниже оптимального) функционирование механизма вытеснения. Если механизм вытеснения стал слабым и недейственным, то перед нами чрезмерно чувствительная (нетолерантная) к воздействию новых фрустраторов невротическая личность, постоянно воспроизводящая и обсуждающая травмировавшие его события прошлого.

Когда механизм вытеснения чрезмерно активен, то у личности наблюдается тенденция игнорирования реальных и требующих разрешения проблем жизни, невосприимчивость к внушениям нравственного характера. Она в значительной мере теряет, как мы полагаем, способность к сопереживанию (эмпатии), усиливаются ее эгоистические черты и тенденции. Чрезмерно интенсивное и длительное вытеснение может привести также к тем патологическим последствиям – расщеплению от «Я» целых областей аффектов и влечений и разрушению личности – о которых написала А. Фрейд.

Механизм вытеснения функционирует преимущественно непроизвольно и подсознательно. Произвольное его использование оправдано в той лишь мере, в какой оно не препятствует правильному восприятию и истолкованию жизненных ситуаций, проблем и человеческих взаимоотношений, обеспечивая зрелую адаптацию личности к меняющимся условиям жизни.

---

<sup>50</sup> Freud A. *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. London, 1946, S. 59.

Что вытеснение действительно может играть подобную положительную адаптивную роль, доказываются не только клиническими и экспериментальными данными, но и фактами повседневной жизни. Здравый смысл народа обобщил и выкристаллизовывал их в таких формулах житейской мудрости, как: «Забудь об этом!», «НЕ обращай внимания!» и т. п. Такие формулы занимают значительное место в повседневном речевом общении и поведении людей (в последнем случае – как внутренних правил и программ поведения), представляя собой способы утешения других или самоутешения и саморегуляции. Сформулировав эти внутренние программы рационального (адаптивного) поведения, народная мудрость уже давно догадалась о существовании спасительного механизма вытеснения, который только в XX веке стала предметом специальных психологических исследований.

## § 2. Неудача (провал) вытеснения

Многие фрустрирующие, психотравмирующие ситуации вытесняются из сознания, забываются, преодолеваются с помощью защитно-адаптивных механизмов. Однако психологами и психиатрами, в первую очередь З. Фрейдом, было замечено интересное явление: есть люди, у которых имевшие место в прошлом травмирующие ситуации вновь и вновь повторяются. Впервые это явление он отметил в связи с изучением сновидений людей, участников Первой мировой войны: у них вновь и вновь повторялись одни и те же травмирующие сновидения военного содержания. Он считал эти сновидения выражением неудачи вытеснения. Если в сновидениях, в которых образно исполняются неисполненные в реальной жизни желания (в определенной мере это именно так), человек переживает в целом приятные эмоции (т. е. эти сновидения подчинялись принципу удовольствия), то в травматических сновидениях все было иначе: они не подчинялись этому принципу<sup>51</sup>.

Следует, по-видимому, согласиться с этой точкой зрения, но с одним уточнением: против таких фрустрирующих ситуаций мобилизуется не один механизм (вытеснение или подавление), а целый комплекс защитных механизмов, однако его работа оказывается неудачной. Фрустрирующая ситуация сохраняется. Это как бы не до конца разрешенная задача, которая, как показали исследования К. Левина и Б. Зейгарник, имеют собственную тенденцию воспроизведения. Они не забываются. (Данный эффект мы уже рассмотрели на страницах настоящей книги).

Поскольку это так, то следует согласиться с точкой зрения Дж. Арлоу, который считает, что такие травмирующие образы всегда сохраняются в области бессознательных фантазий и всякий раз внутренне просматриваются, как только возникают новые сходные ситуации<sup>52</sup>.

Другие психоаналитики считают, что повторение травмирующих ситуаций мотивировано стремлением освобождения, избавления от них путем овладения и принятия<sup>53</sup>.

Исследования показали, что у бывших узников фашистских концлагерей многие травматические ситуации лагерной жизни упорно и непроизвольно повторяются как в бодрствующем состоянии, так и во сне даже десятилетия спустя. Такие персеверативные образы нередко появляются даже после установления свободных интервалов<sup>54</sup>.

---

<sup>51</sup> См.: Фрейд З. *По ту сторону принципа удовольствия...*

<sup>52</sup> См.: Arlow J. *Unconscious fantasy and disturbances of conscious experience*. – «*Psychoanal. Quarterly*», 1969, 38:1; см. в кн.: Horowitz M.J. *Image Formation and Cognition*. New York, 1978, p. 142.

<sup>53</sup> См.: Furst S.S. *Psychic Trauma*. New York, London: Basic Books, 1967; Horowitz M.J. *Stress Response Syndromes*. New York: Aronson, 1976.

<sup>54</sup> См.: Niederland W.G. *Clinical observations on the «survivor syndrome»*. – «*International Journal of Psychoanal.*», 1968, 49, p. 313; Krystal H.K. (ed.). *Massive Psychic Trauma*. New York: Intern. Univ. Press, 1968; Chodoff P. *The German concentration camp as a psychological stress*. – «*Arch. Gen. Psychiat.*», 1970, 22, p. 78.

В конце этого краткого обсуждения сделаем только одно замечание: поскольку эти образы всегда сохраняются на подсознательном уровне, то мы считаем, что на уровне предсознательного, на котором, согласно нашей концепции, протекают сновидения, а также на уровне сознания они могут подниматься под воздействием новых фрустраций, под влиянием рассказов других очевидцев, вопросов заинтересованных лиц и т. д. Эти внутренние травмирующие ситуации всегда остаются с человеком.

### **§ 3. Нарушение вытеснения и патология памяти**

Мы говорили о том, что чрезмерность вытеснения порождает психические нарушения и нежелательные черты характера.

Но верно и другое: вытеснение и подавление являются, если они не чрезмерны, нормальными механизмами нормальной психической жизни человека. Если бы мы не сумели в каждую минуту своей жизни вытеснить из сознания и сферы поведения то, что не нужно и не уместно, и осознать лишь то, что необходимо, то целенаправленная психическая активность была бы невозможна. Поэтому нарушение нормальной работы вытеснения и подавления, а тем более – их отсутствие, приведет к психическим нарушениям.

Когда у человека слабо развиты вытеснение и подавление (как механизмы и психические способности), у него будут наблюдаться резкие переходы от одного вида поведения и переживания к другим видам, он будет действовать неуместно, импульсивно и нецелесообразно. Это явление психиатры заметили давно. Так, Владимир Леви писал: «И многие из ненормальностей, смешных и страшных, которые мы наблюдаем у тяжелых душевнобольных, можно объяснить тем, что у них не срабатывает вытеснение вариантов поведения, относимых к разряду «не то»... Это динамический, обратимый процесс: эпизоды нормального и ненормального могут сменять друг друга с потрясающей скоростью. То, что было действенным и актуальным долгие годы, может вытесняться мгновенно, а давно вытесненное может неожиданно всплыть в сновидении, под действием галлюциногена или другой «встряски» мозга»<sup>55</sup>.

Когда вытеснение и подавление работают слабо, нарушаются границы между разными сферами и уровнями психики человека, границы сознания и подсознательного. Самосознание (Я) теряет контроль над психической активностью, поскольку вытеснение, подавление и удержание вытеснения – главные механизмы в руках «Я», с помощью которых этот центр личности осуществляет контроль над собственной психической активностью.

Итак, если чрезмерность вытеснения и подавления нарушает память и приводит к забыванию, амнезии целых отрезков жизни человека или целых блоков его переживаний и знаний, то их слабость также порождает патологию характера и поведения, но другого рода. В первом случае могут забываться и такие блоки знаний, которые не имеют прямого отношения к психическим травмам личности и нужны для ее практической, например профессиональной деятельности.

Можно выдвинуть предположение, что как слабость вытеснения и подавления, так и их чрезмерность и патологизированность имеют тенденцию не к узко направленному, а к диффузному воздействию на психическую жизнь. В первом случае (когда вытеснение и подавление слабы) человек беспорядочно вспоминает все что угодно, и его целенаправленная деятельность нарушается. В случае же чрезмерной строгости этих защитных механизмов их воздействие распространяется не только на травмирующие впечатления и конфликты, но и на нейтральные психические содержания в том числе на профессиональные знания. В этом случае человек как бы становится малознающим и тупоумным, хотя на самом деле это не так. В. Леви назвал это явление «избирательной тупостью».

---

<sup>55</sup> Леви В. *Охота за мыслью*. М., 1971, с. 103.

Чрезмерность вытеснения имеет также социально-психологический аспект. Данный аспект заметил, например, В. Леви, который писал, что вытеснение делает человека избирательно тупым в смысле забывания полезных, но «неинтересных» знаний.

«Есть и другие виды «избирательной тупости». Вы с кем-то спорите, но замечаете, что говорите словно на разных языках: ваши доводы «не доходят». Ваш оппонент вполне искренне уверяет вас и себя, что ему хочется понять. Ваши аргументы доходят, но, увы, вытесняются: приказы «не принимать во внимание» исходят из подсознания. Энтузиаст – исследователь, вполне честно получающий результаты, которые ему ужас как хочется получить, удачливый телепат, фанатик односторонней идеи. Мы видим здесь и обманываемого, который, как кажется и другим и ему, ничего не замечает, и обманщика, который вытесняет свою совесть»<sup>56</sup>.

#### **§ 4. Вытеснение, замещающие образования и симптомообразование**

А. Замещающие образования. – Мы уже видели, что вытеснение не только вербально и специфично, но и очень подвижно и имеет тенденцию к обобщению и распространению на широки отрезки знаний человека. Нельзя также думать, что вытеснение в связи с определенными травмами совершается раз и навсегда, с неизменными результатами. Наоборот, согласно психоанализу (и это очень верно замечено), оно требует постоянного расхода психической энергии, иначе его результаты будут подвергнуты опасности и потребуются новый акт вытеснения.

Вытеснение оказывает постоянное давление на сознание, и для сохранения баланса нужно встречное давление.

Во время сна создаются условия образования сновидений (т. е. вытеснение частично снимается), но после пробуждения вытеснение сразу же снова устанавливается. Читатель, мы надеемся, помнит, что мы выдвинули также идею о существовании механизма подсознательного вытеснения в сновидениях, в результате чего появляются символы и вообще необходимость истолкования сновидения.

Итак, одним из наиболее важных и массивных замещающих образований являются сновидения.

Вытесненные влечения и желания могут находиться на различных уровнях активности, их психическая энергетическая заряженность может быть различной. Поэтому они, с различной активностью, стремятся проникнуть в сферу сознания и поведения. Поскольку прямое проникновение вытесненных содержаний в сферу сознания запрещено, возникают, кроме сновидений, и другие дериваты этих содержаний. Эти дериваты в виде идей могут быть осознанными, пока обладают лишь небольшой энергией. Но нередко их содержание таково, что конфликтует с сознательным контролем «Я». Когда энергия этих дериватов увеличивается, конфликт между ними и «Я» обостряется, тогда начинается уже вытеснение такого деривата (активной идеи) первоначально вытесненного.

Б. О механизмах образований замещений и симптомов. – Мы не раз говорили, что механизм вытеснения доступен для исследования лишь в том случае, если имеются какие-либо результаты его работы. Еще Фрейд утверждал, что вытеснение приводит к созданию двух видов психических новообразований: замещающих образований и симптомов. Фрейд же поставил вопрос о том, тождественны ли те механизмы, с помощью которых создаются замещающие образования и симптомы?

Фрейд писал, что, согласно имеющимся в его распоряжении данным, эти два процесса различны, и что не само вытеснение создает замещающие образования и симптомы: суще-

---

<sup>56</sup> Леви В., указ. соч., с. 106.

ствуют какие-то другие механизмы и процессы их работы, которые создают симптомы и замещающие образования. Последние являются индикаторами вытеснения, но не им создаются.

Эти замечания очень важны не только потому, что ставят вопрос раскрытия еще неизвестных механизмов, порождающих симптомы и замещения, но и в другом отношении: в изложениях психоанализа мы нередко встречаемся с утверждением (или с молчаливым предположением), будто само вытеснение приводит к образованию симптомов и замещающих образований. При оценке взглядов Фрейда необходимо иметь в виду, что он отвергал подобное упрощенное понимание данной проблемы и предложил идею о существовании особых процессов образования замещений (субститутов) и симптомообразования. Он даже считал, что изучение этих процессов должно предвещать исследование вытеснения.

Но исследование этих скрытых процессов возможно лишь путем анализа неврозов и на основе лучшего понимания соотношений сознания и подсознательного.

В. Симптомообразование и симптомы. – Какие симптомы появляются в результате вытеснения травмирующих личность психических содержаний? Попытаемся описать основные из числа таких симптомов. Это, в первую очередь, различные *истерические симптомы*.

Весьма широко распространены *навязчивости*, которые являются замещающими представителями (симптомами) вытесненных влечений. Это такие образования, которые не только приносят удовольствие, но и причиняют страдание. Симptomу, замещающему действительное влечение, редко удается проявляться в моторных действиях, но даже когда это имеет место, совершаемые действия остаются в границах собственного тела. Процесс замещения изолируется от внешней реальности.

*Истерическая конверсия* – это также такая реакция на вытеснение, при которой «Я» вытесняет неприемлемое влечение, что приводит к появлению симптомов. На этом, согласно Фрейду, борьба заканчивается. Это компромисс, при котором симптом допускается в сферу сознания. Дальнейшее самоутверждение личности осуществляется с помощью симптома, что является патологической реакцией на фрустрацию. «Я» создает для себя такие симптомы для того, чтобы воспользоваться его преимуществами.

При неврозе навязчивости и при паранойе создаются еще целый ряд симптомов, которые доставляют индивиду нарциссическое удовлетворение, которого он лишен. Такие больные создают о себе представления как об особенно чистых и совестливых людях, значительно лучших, чем другие. Такие нарциссические представления, как указал Фрейд, препятствуют лечению невроза, поскольку «Я», воплотив в свою структуру симптом, больше не желает от него отказываться. Сопrotивление психологическим и воспитательным воздействиям усиливается. Симptom такого рода, как заместитель вытесненного влечения, вновь и вновь активизируется и требует удовлетворения. Иногда даже кое-какие действительные элементы вытесненного вместе с симптомом, проникают в сферу сознания.

О *фобических реакциях*, в виду их важности и распространенности, мы будем говорить отдельно.

*Чрезмерная любовь* всегда симптоматична; она указывает на наличие амбивалентного чувства. Такая любовь свидетельствует о том, что у человека скрыто существует также ненависть. В таких случаях любовь всегда на чеку, чтобы постоянно подавлять противоположное чувство. (Нетрудно видеть, что чрезмерная любовь образуется вследствие вытеснения, но в его образовании участвуют также другие механизмы, в частности – механизм образования обратной реакции).

Г. Симптомы и сверхдетерминация. – Еще З. Фрейд заметил, что один симптом может быть выражением нескольких вытесненных мотивов. Это явление получило название «*сверхдетерминация*».

Возникает ряд вопросов. Во-первых, каким образом возникают такие симптомы? Каким образом (под влиянием каких сил) векторы нескольких мотивов, конвергируясь, порождают

один комплексный симптом? Во-вторых, когда появляется такой симптом, то приводит ли он к одновременной редукции напряжения всех тех вытесненных мотивов (влечений и т. п.), представителем которого он является? Насколько нам известно, на эти вопросы пока нет ответов.

Д. Адаптивны ли симптомы? – Симптомообразование в целом – довольно умный, даже остроумный способ снятия психического напряжения, поскольку проявление симптома, как правило, не вызывает ответного наказания, которая была бы неизбежна, если бы человек попытался открыто удовлетворить те мотивы, которые породили данный симптом.

Однако нельзя сказать, что симптомы в полной мере адаптивны. Почему? Причина их дезадаптивности состоит в том, что они препятствуют удовлетворению других, невытесненных потребностей и мотивов человека. Например, в случае истерии симптомы мешают удовлетворению приемлемых потребностей даже в том случае, когда их удовлетворение привело бы к одновременному снижению напряжения вытесненного мотива. Говоря об этом, И. Сарнов отметил, что симптомы нередко даже тормозят рабочие движения. В качестве примера он приводит поведение страдающего истерией солдата, который отказывается выполнять приказы командира.

Е. Почему и когда симптомы вызывают страх? – Проблема симптомов имеет еще один аспект. Поскольку человек не имеет власти над собственными симптомами (они возникли и сохраняются помимо его воли), то нередко они вызывают страх.

Эта эмоция особенно интенсивна тогда, когда симптомы имеют характер паралича того или иного органа или компульсивных действий.

С подобными симптомами тесно связана также тревога. Когда у человека появляется мотив избавления от симптомов, сразу же возникает конфликт между этим осознанным мотивом и тем вытесненным в подсознательную сферу влечением, косвенным выражением которого данный мотив является. Когда переживающий подобный конфликт индивид обращается к психотерапевту за помощью и врач стремится привести в его сознание подсознательный мотив, у человека возникает тревога. Подобное тревожное состояние порой бывает такой интенсивной, что больной уходит и больше не возвращается к психотерапевту. При общении с такими больными врач может оказаться в положении такого человека, с которым данный больной имел конфликт и перед которым испытывал чувство страха<sup>57</sup>.

## § 5. Фобические реакции

А. Психологическая сущность и виды фобических реакций. – Фобические симптомы (реакции боязни и страха) Фрейд предпочитал исследовать на примере истерического невроза. Но мы считаем, что в перспективе все психопатологические симптомы и защитные реакции целесообразно исследовать также и на других неврозах: неврозе навязчивости, паранойе, астеническом неврозе, при сексуальных и других психопатиях и при некоторых психозах.

Психоаналитики считают фобию попыткой разрешения внутреннего конфликта. Эту точку зрения Фрейд развил на примере маленького Ганса, который боялся лошадей. Его анализ показал, что мальчик одновременно любил и ненавидел отца, а с помощью страха перед лошадьми попытался разрешить этот конфликт.

Агрессивность проявляется в виде симптома страха.

Большинство фобий, согласно Фрейду, появляется в результате того, что настоящий объект страха заменяется другим объектом.

Б. Социальная неофобия. – Неофобия – это страх перед новыми предметами и явлениями. Животные и человек в некоторых условиях (особенно при внезапном изменении жизненной ситуации) избегают новых предметов.

---

<sup>57</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, pp. 206–207.



В рамках современной социальной психологии предстоит развивать теорию социальной неофобии: показать формы, истоки, причины и социальные последствия этого явления, врага всякой инновации и вообще социального творчества. Неофобия в некоторых случаях может, конечно, играть адаптивную роль, но и на его отрицательную роль необходимо обратить внимание.

Консерватизм и бюрократизм в социальной жизни могут следствием, в числе других причин, также социальной неофобией.

В. Вытеснение и фобии у детей. – Бенджамин Спок как-то писал, что страх перед насекомыми, отказ идти в школу из-за боязни, страх остаться один, без родителей и т. п. – все они суть внешние выражения антагонизма к родителям, который дети не хотят открыто признавать<sup>58</sup>.

Говоря языком психологии, речь идет о подавлении и вытеснении агрессивности ребенка к родителям и ее преобразования в фобию. А фобия по существу есть результат проецирования агрессии на других – на людей и животных, в том числе на воображаемых существ, приписывания им агрессивных намерений, каких у них или нет, или же они есть, но не такие интенсивные.

Здесь мы имеем дело с работой защитного комплекса агрессия – вытеснение – проекция. Итоговая адаптация ребенка, конечно, носит иррациональный характер, и с позиции зрелой психической жизни она является дезадаптацией. Но в возникшей ситуации антагонистических отношений в родителями ребенок именно так адаптируется. Для него слишком трудно признать, что питает агрессивность к родителю, и он находит доступный его уровню развития способ самозащиты, протекающий по линии вытеснение собственной агрессивности – проекция – фобия.

Так начинается развитие адаптивных механизмов личности, в том числе защитных.

## § 6. Психосоматические нарушения как следствия вытеснения

Психосоматические нарушения, а также их нередко наблюдаемое спонтанное исчезновение, указывают на то, что перед нами широкая область исследований. Развитие этой области нашей науки позволит глубже понять природу динамических законов подсознательного, психической защиты, взаимосвязи психологических и физиологических процессов. Эта область развивается, но здесь мы не ставим цель более или менее широко обсуждать полученные результаты. Поэтому ограничимся только некоторыми замечаниями.

Еще Анна Фрейд заметила, что вытеснение является, в отличие от остальных защитных механизмов, постоянно действующим механизмом, требующим постоянного расхода психической энергии. Эта особенность вытеснения чревата опасными последствиями для психического здоровья человека.

Говоря об этих особенностях вытеснения, А. Фрейд отметила, что этот механизм, вследствие своей действенности, приводит к нежелательным последствиям. Таковы отщепление от «Я» целых областей аффектов и влечений, разрушение личности. Как мы видели, вытеснение может стать основой невротических и компромиссных образований.

Другие защитные механизмы также чреваты опасными последствиями, но даже при большой интенсивности они в большей степени остаются вблизи черты нормального функционирования, чем вытеснение. Они выражаются в бесчисленных превращенных формах (*Verwandlungen*), искажениях (*Verzerrungen*) и дифференциациях Я, которые частично сопровождают неврозы, а частично заменяют их<sup>59</sup>.

---

<sup>58</sup> См.: Спок Б. *Ребенок и уход за ним*. М., 1971, с. 13.

<sup>59</sup> См.: Freud A. *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. London, 1946? S. 59.

## **§ 7. Вытеснение и симптоматическое поведение в повседневной жизни**

Вытеснение, как мы видели, это универсальный механизм психической жизни. У всех людей в течение жизни накапливаются вытесненные мотивы и другие психические содержания. Защитные механизмы позволяют держать их в подсознательном и подавленном состоянии и сделать жизнь более или менее сносной.

Но кроме защитных механизмов у людей, как мы видели, возникают также симптомы, в том числе симптоматические действия, которые воспринимаются как небольшие ошибки. Это те повседневные ошибки, которые впервые подробно исследовал З. Фрейд в своей знаменитой книге «Психопатология обыденной жизни». Поскольку эта работа Фрейда написана доступно и широко известна, нет смысла подробно излагать ее содержание. Поэтому ниже мы сделаем только несколько замечаний принципиального порядка.

Симптомы рассматриваемого типа большей частью выступают в виде ошибок памяти, забывания тех или иных вещей и сведений, которые нам, конечно, известны. Люди нередко забывают о своих деловых встречах и свиданиях. Забывает, куда положил тот или иной предмет, на время заимствованный у другого человека. Бывают более серьезные случаи забывания, например, человек может забыть свое имя. Во всех таких случаях, как предполагается, активны вытесненные действия.

Многие социально полезные и желательные поступки люди не совершают по той причине, что противостоят вытесненные мотивы. Один из психологов приводит пример: наш коллега защищает диссертацию, но мы забываем поздравить его, поскольку у нас есть подсознательная зависть к нему. В таких случаях люди всегда имеют конфликт мотивов. Фрейд знал о подобных случаях забывания и признавался, что подобное случается и с ним.

Вытесненные мотивы нередко вызывают ошибки коммуникации. Общаюсь с другим человеком, индивид вдруг совершает подобные ошибки, которые раскрывают его скрытую мотивацию. Допуская подобные ошибки, люди обычно сами их мотивы не осознают. В таких случаях, как отмечал Фрейд, оказывается, что вытеснение частично провалилось. Правда, после их совершения вытеснение обычно интенсифицируется.

## Глава 7. Рационализация, интеллектуализация и психологическая самозащита (когнитивная психозащита)

Рационализация, один из самых активно используемых защитных механизмов, достойна того, чтобы ей была посвящена целая книга. Она является выражением глубочайших потребностей человека. Примечательны следующие слова польского писателя Станислава Лема, сказанные много лет назад, чуть ли не в середине XX века:

«Человечество не похоже на многообещающего, благородного и умного юношу, честного в своих поступках; скорее это старый грешник, который тайком смакует всякие мерзости, а наготове держит ворох лицемерных фраз. И все же этот грешник, уже тронутый параличом, хочет лечиться, исправляться, испытывает – хотя бы временами – приступы благоразумия, особенно после серьезных кровопусканий»<sup>60</sup>.

Для успешного лечения от всяких недугов необходимо иметь знания. «Ворох лицемерных фраз», которыми пользуется человечество, состоит большей частью из рационализаций. Поэтому изучение корней и различных форм этого защитного психологического механизма углубит самопознание человека и человечества, создаст более благоприятные условия для самосовершенствования. Страх перед таким самопознанием – признак слабости и незрелости. Можно надеяться, что человечество в настоящее время, благодаря мощному развитию науки и техники, в достаточной мере созрело для того, чтобы смело взяться за углубленный анализ своих недостатков и их социально-психологических корней. На этом пути исследование защитных механизмов личности, групп и этносов, в том числе и в первую очередь рационализации – это тот вклад, который могут внести психологи в умственное совершенствование человечества.

Работа по исследованию защитных механизмов начата еще в последней декаде девятнадцатого века, но многие из основных проблем этой области психологии еще не решены. Задачей настоящего труда является не только обзор того, что уже сделано нашими предшественниками, но и выдвижение целого ряда новых идей, которые могут интенсифицировать развитие соответствующих разделов психологии личности, социальной и этнической психологии.

Одним из самых распространенных, часто используемых и мощных средств психологической самозащиты личности является тот механизм, который (открытый З. Фрейдом), получил название *рационализация*. Исходя из современных наших представлений о сущности, видах и особенностях этого механизма его можно было бы дать другие, научно более правильные названия, например такие: защитная аргументация или, что еще лучше, маскирующая аргументация, или защитная осознанная словесная мотивировка (хотя по крайней мере мотивация рационализации может быть подсознательной). Все это дополнительные термины отражают очень важные аспекты механизма рационализации и процесса его использования. Однако мы намерены сохранить классический, хотя и не очень удачный термин «рационализация», поскольку он очень широко распространен. Главное – правильное представление об этом механизме и о той роли, которую он играет в психической жизни человека и общества.

### § 1. Общая характеристика рационализации

А. Проблема. – В психологии понятие «рационализация» впервые использовал психоаналитик и биограф З. Фрейда Эрнст Джонс в 1908 году<sup>61</sup>. В последующие годы это понятие закрепилось в психологии и стало постоянно использоваться не только психоаналитиками, но и многими представителями других направлений и школ психологии. Однако мы, вместе с сохра-

---

<sup>60</sup> Лем С. *Сумма технологий*. М.: «Мир», 1968, с. 20.

<sup>61</sup> См.: Jones E. *Rationalization in everyday life*. – «*Journal of Abnormal Psychology*», 1908, 3, pp. 161–169.

нением ставшего классическим термина «рационализация», в соответствующих контекстах будем использовать также эквивалентные термины «защитная аргументация» или «маскирующая аргументация».

Отметим также, что проблема рационализации очень широка, она охватывает не только многочисленные конкретные проявления и формы этого явления, но и ее многообразные связи с остальными защитными механизмами, другими психическими механизмами и явлениями. Охват всего этого многообразия – дело многотрудное и осуществим только при условии длительного и последовательного исследования. В настоящей работе мы постараемся охватить как можно более широкий круг вопросов психологии рационализации. Мы рассмотрим сущность этого механизма, ее основные разновидности, ее связи с другими адаптивными механизмами. В ходе исследования нами предлагается целый ряд новых идей. Отметим, что в психологической литературе проблема рационализации рассматривается не совсем «структурированно» и последовательно, нет пока четкого видения видов и способов этого явления, нет его подлинного структурно – функционального и логического анализа. В настоящей работе мы постараемся четко выделить названные аспекты рассмотрения, что, как мы надеемся, облегчит дальнейшее систематическое исследование рационализации, которая, безусловно, является одним из самых интересных и универсальных адаптивных механизмов человека.

Б. Определение рационализации и ее функций. – 1) Рационализация, как защитный процесс, состоит в том, что человек изобретает вербализованные и по своему виду логичные суждения и умозаключения с целью ложного объяснения и оправдания своих фрустраций и тех предметов, явлений, поведения тех людей, которые имеют отношение к его фрустрации. Последняя же выражается в виде неудач и провалов в деятельности, беспомощности, прива-ции и депривации (лишения каких-то ценностей). В психологии делать рациональным что-либо, в том числе поведение и переживание, означает придать ему разумность, по крайней мере видимость разумности, рациональности и понятности (в отличие от иррациональности и неразумности, непонятности, странности и бессмысленности (абсурдности)). Рационализировать что-либо по существу означает приписать ему смысл, разумно объяснить, истолковать данное явление. Выбор аргументов для осуществления рационализации – это, по-видимому, в значительной степени подсознательный процесс. В еще большей степени подсознательна мотивация процесса рационализации. Реальные мотивы процесса самооправдания или защитной аргументации остаются неосознанными, а вместо них фрустрированный индивид, выбравший для своей психической самозащиты данный механизм, изобретает мотивировки, приемлемые аргументы, предназначенные для оправдания своих действий, психических состояний, своих фрустраций. От сознательного обмана защитная аргументация отличается произвольностью своей мотивации и убеждением субъекта в том, что он говорит правду.

Уже из сказанного видно, что рационализация, как когнитивно-защитный процесс, для своего протекания нуждается в атрибуциях и, как будет показано позже, в целом ряде других механизмах психической активности.

В качестве самооправдывающих аргументов используются различные «идеалы» и «принципы», высокие – общественно ценные мотивы и цели. Рационализации являются средствами сохранения самоуважения личности в такой ситуации, в которой этот важный компонент ее Я-концепции оказывается под угрозой снижения.

После того, как в 1908 году Э. Джонс выдвинул свое понимание рационализации, были сделаны попытки раскрытия содержания этого понятия и распространения на широкий спектр событий мировой истории. Такую попытку предпринял, например, американский историк Дж. Робинсон, который определил рационализацию как самооправдание, возникающее тогда, когда мы чувствуем себя или свою группу обвиненными в непонимании или в ошибке<sup>62</sup>. Этот автор,

---

<sup>62</sup> См.: *Robinson J.H. The mind in the making. New York: Harper, 1921.*

таким образом, был близок к пониманию того, что рационализация может быть не только индивидуальной, но и групповой, и исследование групповых рационализаций важно для понимания культуры групп, в том числе различных форм этнического «сознания».

Уже приведенное определение показывает, что процесс рационализации начинается после того, как с человеком случилось что-то неприемлемое для его моральных принципов, несовместимое с уровнем его самоуважения, т. е. после того, как он фрустрирован. Хотя человек может начать процесс самооправдания и до наступления фрустрации, т. е. в виде превосходящей психической защиты, однако более типичными являются случаи рационализации после наступления фрустрирующих событий, воздействия фрустраторов. Таковыми могут быть также поступки самого человека. Действительно, сознание нередко не контролирует поведение, а следует за поведенческими актами, имеющими подсознательную и, следовательно, сознательно не регулируемую мотивацию. Однако после осознания собственных поступков у личности могут развертываться процессы рационализации, имеющие целью осмыслить эти события и дать им такое толкование и объяснение, которые согласуются с представлением человека о себе, о своих принципах и о своем «Я» – реальном и идеальном.

2) В определении рационализации уже содержится понимание ее *функций* и *целей*. Но специально надо добавить следующее: сообщая смысл собственным действиям и другим явлениям, рационализатор тем самым пытается сообщить смысл собственному существованию и своей активности, своим поступкам. Тем самым можно утверждать, что рационализации входят в число тех психологических средств, с помощью которых человек удовлетворяет свою потребность в смысле жизни. Можно также утверждать, что рационализация является средством создания в психике личности защитного мотива<sup>63</sup>. Можно предложить еще более общий тезис: рационализация является одним из механизмов создания осознанных мотивов (мотивировок) поведения. Рационализации могут участвовать также в процессе целеобразования и целеполагания.

Рационализирующий человек сознательно или подсознательно стремится создать себе представление, будто не фрустрирован. В случаях типа «зеленого винограда», о котором речь пойдет ниже, это стремление выражается в том, что, не сумев достать зрелые плоды, хитрая лиса заявляет, будто и не хотел винограда, так что не считает себя лишенным. В тех случаях, когда фрустратором является конфликт, с помощью рационализации отрицают существование конфликта (например, внутренний конфликт между двумя стремлениями, направленными к различным целям).

Мы ниже увидим, что одним из способов рационализации является дискредитация цели, к которой безуспешно стремился человек. Целью дискредитации является желание доказать (причем в первую очередь самому себе), что фрустрации вовсе не было и даже хорошо, что цель не была достигнута. (Примеры: после отказа со стороны женщины – ее дискредитация, после провала на вступительных экзаменах в вуз – дискредитация этого вуза и т. п.).

Если человека фрустрируют собственные внутренние мотивы и личностные черты, которые не соответствуют его стандартам и даже конфликтуют с ними, то целью рационализации является желание убедить себя, будто этих мотивов и качеств не существует. В таких случаях рационализация сочетается с вытеснением и проекцией и способствует успешному вытеснению. Для достижения этой цели создается другой, социально более приемлемый мотив (и мотивировка). Например, человек чинит препятствия на пути целенаправленной деятельности другого, поскольку боится его соперничества, но самому этому человеку и другим объясняет свой поступок как стремление правильно воспитывать этого человека. Рационализация позволяет изобретать другой, в морально-психологическом отношении более приемлемый мотив. Скупой богач утверждает, будто благотворительство вредно, поскольку приводит к ослаблению

---

<sup>63</sup> К этой мысли близки также некоторые идеи К. Обуховского. См.: Обуховский К. Психология влечений человека.

моральных сил того, кто принимает помощь, превращает его в иждивенца. Но мы знаем, что это не всегда так.

В. Рационализация как защитная аргументация. – Процесс аргументации или аргументированный дискурс (как вид связной речи) всегда ведется в защиту определенных тезисов, поэтому в широком смысле слова такие процессы являются защитными (или самозащитными). Если тезис, выдвигаемый личностью (аргументатором) для нее значим, т. е. затрагивает ее мотивы и цели, то процесс аргументации начинает преследовать не только цель защиты и обоснования этого тезиса, но и психологической самозащиты личности аргументатора. Поэтому аргументированный дискурс, отличаясь от описательной, объяснительной и повествовательной речи своей структурой и доказательностью, имеет еще одну особенность: он имеет защитный характер, несет функции психологической самозащиты говорящего.

Конечно, такой дискурс не всегда является психологической защитой в специфическом смысле (т. е. главным образом рационализацией в том смысле, в котором она здесь рассматривается). Однако во всех случаях выяснение наличия в процессах аргументации защитных тенденций и попыток их реализации важно потому, что ее логические, психологические и другие особенности, как мы полагаем, во многом зависят от ее мотивов и целей. Цели и мотивы аргументации всегда личностные, внутренние, и поэтому она – не бесстрастное описание чего-либо, не просто воспроизведение выученного ряда суждений, а зачастую это процесс создания и выдвижения новых аргументов, логика и структура которых служат достижению целей личности. А от целей и мотивов личности следует идти к тем значениям и ценностям, которые имеются в ее долговременной памяти, т. е. в подсознательной сфере ее психики.

Ниже мы предлагаем выделить и исследовать целый ряд *разновидностей рационализации*, основными из которых, на наш взгляд, являются нижеследующие. Для удобства мы их рассмотрим попарно.

## § 2. Рационализация и интеллектуализация

Поскольку рационализация теснейшим образом связана с т. н. интеллектуализацией, то для того, чтобы при обсуждении различных аспектов работы рационализации иметь в виду эти связи, лучше представить механизм интеллектуализации уже сейчас.

Под *интеллектуализацией* понимают совокупность психических процессов осознания, понимания и вербализации (словесного выражения) человеком собственных переживаний, мыслей, конфликтов и диссонансов, взаимоотношений с другими людьми и т. п., в целом – содержания своей психической активности. Ведущей целью этого сложного процесса является овладение внутренней и внешней реальностью, установление контроля над ними. Целью интеллектуализации является превращение собственных конфликтов и других эмоционально насыщенных проблем в нейтральную, чисто умственную задачу. В процессе интеллектуализации познавательное содержание конфликта или другого переживания изолируется от его эмоционального аспекта. Человек начинает говорить о своей личностно значимой проблеме так, как будто она чужая забота и его по существу мало касается.

В отличие от рационализации, в процессе интеллектуализации выдвижение аргументов имеет сравнительно более логичный, «умный» характер. При рационализации же мы в основном имеем дело с видимой, ложной логикой – с психо-логикой.

Еще Анна Фрейд подробно изучила те интеллектуализации, которые используются подростками и юношами в пубертатном периоде их развития. По ее мнению, подросток и юноша используют подобную умственную работу для того, чтобы справиться со своими конфликтами. Когда конфликты влечений описываются с помощью представлений и суждений, индивид получает возможность их осознания и установления контроля над ними.

Для успешного осуществления процесса интеллектуализации необходимо уже иметь достаточно высокий уровень интеллектуального развития. В свою очередь, систематические интеллектуализации способствуют дальнейшему умственному развитию личности.

Однако возникает вопрос, который мы могли бы задать при рассмотрении каждого из защитных механизмов, а именно: почему личность выбирает именно этот механизм и почему пользуется им именно в такой мере? Эта проблема пока не решена окончательно. Пытаясь ответить на данный вопрос, как справедливо отмечал еще Гайнц Гартманн, следует учесть, что способность к научению и мышлению являются независимыми от инстинктов и защитных процессов функциями. (Правда, можно говорить только об относительной независимости интеллектуальных функций от инстинктов и защитных процессов).

Согласно Анне Фрейд, интеллектуализация инстинктивной жизни является одним из самых ранних достижений человеческого Я. Интеллектуализацию эта исследовательница считала не просто активностью Я, но и его неотъемлемой частью.

Интеллектуализация – это тот защитный механизм, с помощью которого стремятся избавиться от тяжелых эмоциональных состояний и тревоги, вызванных стрессом и фрустрацией, путем обсуждения возникшей ситуации в качестве абстрактной проблемы. Подчеркиваются когнитивные аспекты фрустрации, предлагаются такие объяснения, которые, ослабив эмоции личности, позволяют ему действовать более осознанно и ясно.

### § 3. Интеллектуализация и эмпатия

Можно считать, что эти два явления – эмпатия и интеллектуализация – находятся в обратно пропорциональных отношениях друг с другом. Это означает, что в межличностных отношениях чем больше индивид А пользуется адаптивным механизмом интеллектуализации, тем слабее его эмпатия с теми, кого эта интеллектуализация касается. Итак, предлагая правило обратной зависимости интеллектуализации и эмпатии, попытаемся проиллюстрировать его с помощью часто приводимого в литературе примера. Например, специалист по стрессу Т. Кокс пишет: «... врач может относиться к своему больному без эмоций, как к безликому случаю номер такой-то, как к типичному случаю стенокардии или чего-либо другого. Врач может контролировать свои собственные чувства, избегая слишком близкого контакта с больным или не принимая близко к сердцу его страдания. Профессионал – врач, психолог или медицинская сестра по этой причине не любят лечить тех, кто им эмоционально близок. В такой ситуации трудно сохранять бесстрастность»<sup>64</sup>. Интересные данные такого рода приводят Т. Шибутани<sup>65</sup>, И. Харди<sup>66</sup> и другие авторы. Член медицинского персонала должен сохранить психологическую дистанцию между собой и больным и не придавать переживаниям больного слишком большого значения, поскольку только при этом условии он сможет оказывать пациенту эффективную профессиональную помощь.

Подавление эмпатии с помощью интеллектуализации является способом психологической самозащиты.

Другим очень распространенным случаем интеллектуализации является следующий: человек, который потерял близкого родственника, спонтанно, но явно с целью смягчения своей душевной боли, начинает делать рассуждения о том, что покойный мог бы жить долго, поскольку он был счастливым человеком, или, наоборот, что смерть избавила его от страданий и других неприятностей этой жизни.

---

<sup>64</sup> Кокс Т. *Стресс*. М.: «Медицина», 1981, с. 102.

<sup>65</sup> «Социальная психология», М.: «Прогресс», 1969.

<sup>66</sup> «Врач, сестра, больной. Психология работы с больными», 4-е изд., Будапешт, 1981)

Одним из способов интеллектуализации в тех случаях, когда человеку удается выйти безвредным из опасной ситуации, является следующая словесная формула: «Удачно вышел из положения, могло быть и хуже».

Главное в интеллектуализации – это процесс образования понятий и их вербализация, т. е. словесного выражения тех понятий, которые порождаются в психике человека на основе его восприятий.

Вербализация может иметь место на различных уровнях в зависимости от того, как полно мы знаем предмет, для чего и для кого выражаем в словах его образ восприятия. Каждый предмет имеет несколько названий (например стол – это не только стол, но и мебель (предмет мебели), артефакт, предмет (вообще). В зависимости от ситуации, в которой происходит вербализация, мы выбираем то или иное название.

Однако для каждого предмета одно из его названий является главным, имеет как бы «высший статус». В вышеприведенном примере мы чувствуем, что главным именем предмета является слово «стол», поскольку оно полнее всего выражает его сущность (а вернее – наиболее привычное и ясное, устойчивое значение этого предмета в жизни людей). При вербализации возникает проблема выбора тех названий интеллектуализированных предметов, которые лучше всего подходят к актуальной ситуации и к тем целям, которые преследуются человеком. Следует отметить также, что использование лингвистических категорий не просто завершает процесс образования понятий, но и продолжает его, способствует формированию понятий, которое началось на нелингвистическом уровне.

#### **§ 4. Разновидности интеллектуализации**

Интеллектуализация – это универсальный и многообразный механизм психологической самозащиты индивидов и групп. Она может выступать как в «чистом» виде, т. е. как собственно интеллектуализация, так и в виде рационализации, изоляции, отрицания действия и, возможно, в других вариантах. Поскольку в настоящей книге рационализация исследуется многосторонне и подробно, то познакомимся с остальными разновидностями интеллектуализации.

А. Изоляция. – *Изоляция (isolation)*. – При изоляции человек воспринимает или вспоминает определенные события, но при этом эмоциональные его компоненты разделяет, изолирует от когнитивных, и подавляет их. В результате этого эмоциональные компоненты психического содержания едва осознаются и слабо переживаются. Идея (мысль, впечатление, событие) осознается так, как будто она относительно нейтральна и не представляет опасности для личности. Например, женщина рассказывает врачу, что еще девушкой была соблазнена взрослым мужчиной, но, рассказывая об этом, никаких эмоций не переживает. Она вспоминает некоторые моменты, связанные с соvrращением, но то, что случилось до и после этого, не вспоминает.

Подобные примеры показывают, что механизм изоляции проявляет свою работу различными образом. Изолируются друг от друга не только эмоциональные и когнитивные компоненты впечатления; такая форма психической самозащиты сочетается с изоляцией воспоминания от цепи других событий, т. е. в психике человека имеет место распад ассоциативных связей. По-существу изоляция приводит также к ретроградной и проградной амнезии, в результате чего воспоминания травмирующих чувств максимально ухудшаются. Воспроизводимое содержание выглядит «бесцветным» и не вызывает беспокойства и индивида. Крайние формы такой изоляции встречаются у невротиков (например, при неврозе навязчивости).

Бывает также, что воспроизводится только эмоциональное переживание, в то время связанное с ним содержание или проникает в сознание с опозданием, или же вообще не осознается. Примером такой изоляции является следующее явление, которое встречается у всех людей: после пробуждения со сна со сновидениями, человек имеет специфическое пережива-



ние (например, что соприкасался с чем-то таинственным), но никак не может сказать, каково было содержание сновидения.

Психоаналитик Норман Камерон заметил очень интересный подтип механизма изоляции: человек имеет реалистическое знание о чем-то (например – о сексуальной жизни), которое в его психике живет бок о бок с регрессивной, часто даже инфантильной интерпретацией. По определенным причинам эта ложная интерпретация не вытесняется, выступает как в сознании, так и в подсознательной сфере, хотя нередко и вызывает тревогу. Пациент действует так, как будто инфантильная ложная интерпретация верна, хотя на уровне сознания он все же знает, что это не так. Камерон приводит интересный пример: молодая женщина думала, будто после рождения ребенка у женщины все внутренности могут выпасть на землю. Она высказывала это мнение, даже не боясь, что станет предметом насмешек. Простое объяснение, что это невозможно, она приняла с поразительной наивностью. Ее беспокойство и другие симптомы исчезли, изоляция была преодолена<sup>67</sup>.

Последствия работы механизма изоляции наблюдаются также в поведении людей, которые приговорены к смерти. Некоторые из них могут внешне как бы безразлично рассуждать о своей предстоящей казни. На самом деле их переживания, как мы полагаем, сложны и мучительны. Но в таких ситуациях у некоторых из них появляется своеобразное переживание, как будто все, что имеет место, происходит не с ними, а с другим человеком, а сами являются безразличными внешними наблюдателями<sup>68</sup>. Это уже другой патологический механизм, известный под названием деперсонализации. Можно считать, что в состав этого комплексного механизма входит также изоляция.

Наличие в психике человека таких «островков» мысли оказывает влияние и на поведение: оно становится непоследовательным. Например, когда много раз человек разочаровывается из-за своей доброты, то он стремится вытеснить это свое качество и стремится действовать как строгий и недобрый человек. Но когда ку него ослабляется самоконтроль, он спонтанно совершает добрые дела. Поведение становится непоследовательным.

Б. Отрицание действия. – Отрицание совершенного действия (undoing) – другая разновидность механизма интеллектуализации. К этой категории принадлежат также т. н. очистительные ритуалы, очищающее (cleansing) поведение<sup>69</sup>. Подобные ритуалы позволяют человеку освободиться от мучительных чувств.

Данный механизм можно иллюстрировать следующим примером, который мы заимствуем у Отто Феничела. Семнадцатилетний юноша переживает суровый конфликт из-за того, что практикует мастурбацию. Беседу с ним его пастор осуждает эту привычку и дает совет никогда не общаться с другим мальчиком, который мастурбирует. Пациент знал другого мальчика, который занимался этим и считал, что отказаться от этой привычки очень трудно. При встрече с ним он переживал неловкость. Вскоре он начал избегать встречи с ним, а встречаясь на дороге, сворачивал в сторону<sup>70</sup>.

Этот маленький ритуал является примером отрицания (undoing). Этим способом пациент отвергает мастурбацию и очищает себя сразу после запрещенного контакта с другим мальчиком.

В. Атрибуция смысла абсурду. – Известному российскому специалисту в области психологии языка и речи приписывается следующая афористическая мысль: «Речь есть не что иное,

---

<sup>67</sup> См.: Cameron N. *Personality Development and Psychopathology*. Bombay, 1969, p. 242.

<sup>68</sup> См.: Coleman J.C., Morris Ch.G. and A.G.Glaros. *Contemporary Psychology and Effective Behavior*. Glenview)Ill.), 6th Ed., p. 198.

<sup>69</sup> См.: White R.W. *The Abnormal personality*. New York: Ronald, 1956.

<sup>70</sup> См.: Fenichel O. *Outline of clinical psychoanalysis*. New York: Norton, 1934.

как осмысление бессмысленного»<sup>71</sup>. Иначе говоря, люди нередко рационализируют абсурд, нелепицу, бессмыслицу. Это довольно распространенная форма интеллектуализации.

## **§ 5. Эмоциональная изоляция и интеллектуализация (исторический пример)**

Султан Сулейман I (1520–1566) был одним из самых великих правителей Османской империи. Но и он не смог избежать роли убийцы своих близких людей. Этот султан организовал три военных похода против Персии. Первые два возглавил сам, третью же поручил Рустем-паше. Сын султана Мустафа был губернатором в Анатолии. Янычары, составляющие ядро турецкой армии, требовали, чтобы их возглавлял Мустафа, если уж султан так стар, что не может сам возглавить свое войско. Посланцы Рустем-паши сообщили султану, что будто Мустафа благосклонно относится к этим требованиям янычар. Любимая жена Сулеймана Роксолана решила воспользоваться этим и устранить Мустафу с тем, чтобы следующим султаном стал один из ее сыновей. Она внушила султану, будто Мустафа хочет свергнуть его. Сулейман оказался в трудном, конфликтном положении. Вот что далее повествует историк:

«Решая идти в поход или нет, Сулейман медлил. Его мучили сомнения, связанные с тем шагом, который ему предстояло сделать в отношении собственного сына. В конце концов, придав делу безличностный и теоретический характер, он попытался получить беспристрастный приговор от муфтия, шейх-уль-ислама. Султан сказал ему, свидетельствует Бусбек, «что в Константинополе жил торговец, чье имя произносилось с уважением. Когда ему потребовалось на некоторое время покинуть дом, он поручил присматривать за своей собственностью и хозяйством рабу, пользовавшемуся его наибольшим расположением, и доверил его верности своих жен и детей. Не успел хозяин уехать, как этот раб начал растаскивать собственность своего хозяина и замышлять нехорошее против жизни его жены и детей: мало того, замыслил гибель своего господина». Вопрос, на который он (султан) попросил муфтия дать ответ, был следующим: «Какой приговор мог бы быть на законных основаниях вынесен этому рабу?». Муфтий ответил, что, по его мнению, «он заслуживал быть замученным до смерти»<sup>72</sup>.

Успокоенный таким образом, Сулейман, по прибытии в полевую штаб, из Амасьи вызывал к себе сына Мустафу. Молодой человек в свою очередь оказался в конфликтном состоянии. Он знал, что если появится перед разгневанным отцом, будет наказан, а если не пойдет, тем самым ясно покажет, что действительно замышлял предательство. Он принял смелое и опасное решение: отправиться к отцу. Затем Лорд Кинрос приводит рассказ современника этих событий о том, как немые слуги султана, как только Мустафа заходит в шатер отца, нападают на него и, несмотря на его яростное сопротивление, убивают его. Внутри шатра «все казалось мирным; не было солдат, телохранителей или сопровождающих лиц. Присутствовали, однако, несколько немых (категория слуг, особенно высоко ценившаяся турками), сильных, здоровых мужчин – предназначенных ему убийц. Как только Мустафа вошел во внутренний шатер, они решительно набросились на него, изо всех сил пытаясь набросить на него петлю. Будучи человеком крепкого телосложения, Мустафа отважно защищался и боролся не только за свою жизнь, но и за трон; ибо не было места сомнению, что, сумеет он вырваться и соединиться с янычарами, они были бы настолько возмущены и тронуты чувством жалости по отношению к своему фавориту, что могли бы не только защитить, но и провозгласить его султаном. Опасаясь этого, Сулейман, который был отгорожен от происходившего всего лишь льняными занавесями шатра... высунул голову в том месте, где в этот момент находился сын, и бросил на немых свирепый и грозный взгляд и угрожающими жестами пресек их колебания. После

---

<sup>71</sup> См.: Поршнев Б. Ф. *О начале человеческой истории*, с. 471–472.

<sup>72</sup> Кинрос Лорд. *Расцвет и упадок Османской империи*, с. 257–258.

этого, в страхе удвоив усилия, слуги опрокинули несчастного Мустафу на землю и, набросив шнурок на шею, удушили его»)<sup>73</sup>.

Рассказ об этом жестоком деянии представляет интерес для психолога по нескольким причинам: 1) жажда власти и страх перед смертью заставили Сулеймана убить любимого и, как говорят, очень способного сына, законного наследника престола; 2) для психологической подготовки этого преступления султан, не догадываясь об этом, использовал ряд защитных механизмов, а именно: а) произвел *изоляция* интеллектуальной стороны конфликта от своих эмоций и превратил его в абстрактную теоретическую задачу; б) спрашивая мнение муфтия, проецировал ответственность за принимаемое решение на другого, на «специалиста»; в) этим путем он сумел опираться на авторитет муфтия, а через него – и на авторитет ислама и пророка Мухаммеда. Производя подобную психологическую подготовку, он приобрел способность к убийству родного сына. Но и после этого он, по-видимому, нуждался в дополнительной психологической самозащите и, в поисках «козлов отпущения», строго наказал нескольких сановников. Он освободил от поста главнокомандующего Рустема и отправил в Стамбул. Конечно, сильным стимулом совершения этого убийства была Роксана, любовь к ней султана.

На этом примере мы ясно видим, каким образом целый ряд психозащитных механизмов подготавливали человека для встречи с сильным фрустратором, для принятия труднейшего решения, а также для психологической самозащиты после того, как страшное событие уже произошло. Для Султана Сулеймана Первого убийство представителей других наций и религий, военнопленных или мирных жителей, «гяуров», было обычным делом. Но убийство сына заставило его мобилизовать целый ряд психозащитных механизмов, чтобы обеспечить психологический комфорт путем атрибуции ответственности другим авторитетам, и с помощью целого ряда других механизмов – изоляции, рационализации и переноса остаточной агрессивности на других людей. Для султана нахождение «козлов отпущения» не представляло труда: все подданные были его рабами.

Поскольку подобного рода события случались и в других империях и королевствах, можно предположить, что во всех этих случаях психологическая подготовка и самозащита осуществлялись в основном с помощью одинаковых механизмов. Но это утверждение было бы полезно доказать с помощью новых сравнительных исследований.

## § 6. Актуальная и предвосхищающая рационализации

Защитный механизм рационализации более активно используется в тех случаях, когда человек уже фрустрирован. Например, если он уже нарушил общепринятые нормы морали и, будучи в достаточной мере социализированным, переживает *внутренний конфликт* или *когнитивный диссонанс*. Эту разновидность рационализации мы называем *актуальной*, поскольку она мотивирована необходимостью освобождения от фрустрации, которую актуально переживает индивид.

Однако, как мы уже знаем, человек может предвидеть, предвосхищать наступление фрустрирующих ситуаций. Он может, например, спланировать осуществление таких действий, которые невозможны без нарушения моральных норм общества или таких социальных групп, которые для него являются референтными. Предвидение такого конфликта может мотивировать развертывание в психике человека таких предварительных защитных процессов, которые можно назвать *предвосхищающей рационализацией*. Исследование защитных процессов как способов предварительной подготовки личности к встрече с будущими фрустрирующими ситуациями – задача большой теоретической и практической важности. В более широком плане мы можем говорить о проблеме *предвосхищающих адаптивных действий людей*.

---

<sup>73</sup> Лорд Китрос, указ. соч., с. 258.

Знание предвосхищающих рационализаций человека помогает с большей точностью предвидеть его будущее поведение и ход мыслей. Можно также предположить, что актуальная и предвосхищающая рационализации имеют серьезные различия в своих мотивах, формально-логической и психо-логической структурах. Эта проблема, впервые здесь сформулированная, нуждается в дальнейших исследованиях.

## § 7. Рационализация для себя и для других

А. Рационализация для себя. – Как защитный процесс рационализация традиционно (начиная, по крайней мере, с вышеупомянутой статьи Э. Джонса) определяется как процесс самооправдания, психологической *самозащиты* личности. В большинстве случаев мы, действительно, наблюдаем именно такие защитные аргументации, которые можно назвать *рационализациями для себя*. В качестве примера рассмотрим известный типичный случай «зеленого винограда», в художественной форме представленный в известной эзоповской басне «Лисица и виноград»: «Голодная лисица увидела виноградную лозу со свисающими гроздьями и хотела до них добраться, да не смогла; и, уходя прочь, сказала сама себе: «Они еще зеленые!».

Так и у людей: иные не могут добиться успеха по причине того, что сил нет, а винят в этом обстоятельства»<sup>74</sup>.

Снижая ценность объекта, к которому он безуспешно стремится, человек рационализирует *для себя* (или *ради себя*) в том смысле, что стремится к сохранению самоуважения, собственного положительного представления о себе, а также для сохранения того положительного представления, которое, по его мнению, другие имеют о своей личности. Путем защитной аргументации он стремится сохранить свое «лицо» перед собой и значимыми для себя людьми. Басня Эзопа не затрагивает того аспекта рационализации, которая предназначена для самооправдания потерпевшего неудачу человека перед другими людьми, поскольку в ней лисица оправдывается только перед собой, у нее внутренний диалог с самим собой. Но в ней имеется дополнительная и очень важная психологическая идея, которая заключается в следующем: за свою неудачу наша лисица обвиняет не себя, а обстоятельства. Это уже полухудожественная постановка вопроса *атрибуции ответственности* за неудачу внешним обстоятельствам, т. е. очень важная проблема *теории атрибуции*, которая в наши дни развивается в социальной психологии и психологии личности<sup>75</sup>. Причем внешние обстоятельства, которым атрибутируется ответственность за собственные неудачи, можно подразделить на две группы: а) несоциальные (физические, химические, географические и т. п.) и б) социальные (другие человеческие индивиды, социальные и этнические группы, социальные нормы и т. п.). Так что развитие теории атрибуции можно было бы начать с анализа басни Эзопа «Лисица и виноград».

Б. Рационализация для других. – Однако человек способен к *идентификации* как с отдельными людьми, так и с референтными группами. Мы считаем, что во всех случаях позитивной идентификации человек может использовать механизм рационализации в пользу лиц или групп, с которыми он в той или иной степени идентифицируется, если последние оказываются в фрустрирующей ситуации. Защитное оправдание объектов идентификации мы называем *рационализацией для других*. Любопытно, что эта важная и, как мы считаем, широко распространенная разновидность рационализации совсем не изучена психологами. Более того, она и не выделена в качестве психологической проблемы. Между тем нетрудно привести примеры, иллюстрирующие ее реальность. Например, мать, имея глубокую идентификацию со своим ребенком, рационализирует в его пользу, когда он фрустрирован или совершил морально или

---

<sup>74</sup> Эзоп. Басни. Москва: «ЭКМО», 2003, с. 141.

<sup>75</sup> Основные проблемы теории атрибуции рассматриваются в нашей книге «Атрибуция, диссонанс, социальное познание», Москва: «Когито-Центр», 2006.

юридически неприемлемый поступок. Такое поведение родителя чревато серьезными последствиями, так как *ребенок в свою очередь идентифицирует себя с родителем и обучается способам и стратегиям социально-психической адаптации*. Рационализации, приведенные родителем в его пользу, путем интернализации превращаются во внутренние рационализации для себя. Таким образом, мы видим, что рационализация для других генетически предвдваряет рационализации для себя, хотя ребенок уже с самого начала периода овладения речью, оказавшись во фрустрирующих ситуациях, может *изобретать* рационализации в свою пользу. Формирование общей психо-логической схемы механизма рационализации, ее способов и общей стратегии осуществляется в основном этими двумя путями и почти с самого начало – параллельно.

Еще одно обстоятельство, привлекающее наше внимание в связи с выделением вышеуказанных двух видов рационализации, состоит в том, что механизм рационализации для других основывается на адаптивном механизме идентификации, а последняя, в свою очередь, обычно тесно связана с механизмом *интроекции* или основывается на ней. Поэтому мы имеем дело с защитно-адаптивным комплексом, состоящим из интроекции, идентификации и рационализации, к которым присоединяются также подавление и вытеснение.

Но идентификация, как мы знаем, чаще всего амбивалентна, и мы можем, следовательно, поставить и такой вопрос: каким образом эта амбивалентность находит выражение в способах, интенсивности, структуре, последовательности и других параметрах рационализации для других? Поскольку взаимодействие во многом зависит от уровня взаимного принятия ролей и уровня идентификации участников социальных процессов, то ясно, что сформулированные только что вопросы затрагивают важные социально-психологические проблемы.

Как нетрудно видеть, выделение описанных двух типов рационализации на основе механизма идентификации позволяет углублять наше понимание рационализации, поскольку она связывается с целым рядом других психических явлений. Причем эти две разновидности рационализации значительно отличаются друг от друга по своим психологическим механизмам, хотя по своей логической структуре они могут быть весьма сходными. Рационализация для себя не требует эмпатии (если, конечно, не предполагать существование самоэмпатии и достаточно высокой самооценки – как необходимых условий для ее функционирования; здесь уместно вспомнить о нарциссизме о поразмышлять о рационализациях нарциссов).

Рационализацию для других можно назвать также викарной рационализацией. Исследование викарного опыта людей имеет важное значение для понимания того, каким образом приобретаются защитные механизмы и защитное поведение<sup>76</sup>.

Интересный пример сознательного использования викарной рационализации приводится в одной из публикаций еженедельника «Аргументы и факты». Корреспондент этой газеты побывал в Таиланде и на заводе фирмы «Мицубиши электрик», производящей кондиционеры, наряду с другими интересными фактами, узнал следующее: начальство иногда проявляет снисходительность к тунеядцам. «Скажем, если человек опоздал на работу без уважительной причины, начальство предпочитает само выдумать эту причину (работнику и коллегам объясняют, что у него все утро, скажем, болел живот), чем давать пример к нарушителям дисциплины со стороны других сотрудников»<sup>77</sup>. Пример, действительно, интересный: сочиняется рационализация для другого. Но насколько эффективны подобные методы и на что они рассчитаны. Могут ли такие приемы способствовать внутреннему созреванию личности?

В. Рационализация и для себя, и для другого. – Начнем с примера. Как-то автор этих строк был вынужден подарить одну из своих новых книг некоему С. А., глубоко презираемому им человеку, «коллеге», поскольку в присутствии других лиц этот субъект настойчиво просил

---

<sup>76</sup> Относительно викарной агрессии в литературе уже имеются ссылки; см., например: Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия, с. 51.

<sup>77</sup> Писаренко Д. Работа не волк, от конвейера не убежит. – «АиФ – Москва», № 27, 2003, с. 22.

об этом. Но книга была подарена без посвящения: автор ставил только свою подпись. Это С. А. явно не понравилось (он крайне самовлюбленный человек, нарцисс), но он «нашелся» и сказал: смотрите, у г. А. Н. так мало времени, что даже посвящение не может написать. Это была рационализация для меня, он хотел, как бы, оправдать меня.

Однако нетрудно видеть, что с помощью этой рационализации он обеспечил также собственную психическую защиту. Отсюда можно прийти к выводу, что подобные рационализации для другого (или ради другого) двуфункциональны или даже многофункциональны. С их помощью человек, не совсем осознавая всю сложность своей мотивации, реализует следующие функции: 1) защищает себя от унижения, 2) защищает того, кто его унижил (дабы показать, что сам не считает себя униженным), 3) в возникшей проблемной социальной ситуации, в которой присутствовали не только обе стороны, но и другие лица, он как-то обеспечил коммуникацию и способствовал преодолению смущения присутствующих.

Но и это еще не все! Его рационализация в пользу автора не совсем удовлетворила последнего. Ведь он, не написав дружеского посвящения, сам оказался в трудной ситуации, поскольку не пошел навстречу определенным ожиданиям присутствующих. Поэтому он сочинил свою собственную рационализацию. Он сказал, что ему не удастся написать хорошие посвящения на своих книгах, поэтому и воздерживается от этого.

Мы полагаем, что подобные двуфункциональные рационализации имеют разновидности в зависимости от того, на каком виде идентификации они строятся. 1) При положительной идентификации осуществляются рационализации для любимого, уважаемого, высоко оцениваемого человека, который оказался в трудной ситуации и нуждается в психологической поддержке. Например, родитель может оправдывать своего сына. 2) При отрицательной идентификации с другим человеком рационализатор оправдывает своего врага или даже мучителя, палача. Типичный случай – рационализация Иисуса Христа в пользу своих мучителей. Когда римские солдаты и еврейская чернь истязали его, он, мысленно обращаясь к Богу, к Отцу своему, говорил: «Прости их, Отец мой, они не ведают, что творят». Между тем мучители Христа очень хорошо знали, что творят и даже наслаждались своими садистическими действиями.

## § 8. Прямая и косвенная рационализация

Эти виды рационализации отличаются тем, что фрустрированный человек, осуществляя защитную аргументацию, говорит о фрустраторе и о себе, оправдывает себя, переоценивает силу фрустратора. Это поистине *рациональная рационализация*, в процессе которой человек, в общем, остается в кругу реальных вещей и отношений.

*Непрямая (косвенная) рационализация* представляет собой следующий процесс: Фрустрированный человек использует механизм рационализации, но объектами его мысли становятся такие предметы и вопросы, которые прямого отношения к его фрустраторам не имеют. Мы полагаем, что в результате подсознательных психических процессов эти предметы и задачи получают *символическое значение*. С ними индивиду легче оперировать, они нейтральны и не затрагивают непосредственно конфликты и фрустрации личности. Прямая рационализация в таком случае была бы мучительной, порождая новые фрустрации. Поэтому подсознательно вытесняется истинное содержание фрустраций и конфликтов, и их место в сфере сознания занимают нейтральные содержания психики.

Следовательно, при переходе от прямой (или «рациональной») защитной аргументации к непрямой (или косвенной, «иррациональной») рационализации большую роль играют механизмы подавления и вытеснения. Поэтому так называемые «навязчивые мудрствования», наблюдаемые у невротиков, вовсе не бессмысленны. Это комплексный защитный механизм, состоящий из двух главных компонентов: рационализации и вытеснения. Но в результате тес-

ного переплетения этих двух (в нормальной психической жизни трудносовместимых) механизмов рационализация становится иррациональной и не освобождает человека от фрустрации.

Здесь любопытно то, что умственные операции как бы навязываются индивиду, продолжают осуществляться против его воли. При переходе от прямой рационализации к непрямой содержание мыслей меняется, но их однажды заведенный механизм продолжает работать как бы по инерции. Можно предположить, что в таких случаях два параллельных процесса рационализации протекают на двух уровнях психики: на подсознательном уровне вследствие работы механизмов подавления и вытеснения имеет место прямая или первичная рационализация, а в сфере сознания – непрямая ее форма. Причем последняя является таким выражением первичной рационализации, которая приемлема для сознания, *изолирована* от связанных с фрустрациями эмоций и до некоторой степени *символизирована*. Как мы видим, в деле создания вторичных или непрямых рационализаций играет роль еще один знакомый нам защитно-адаптивный механизм – изоляция.

Поэтому для понимания смысла вторичной или непрямой рационализации мы должны выполнить значительную работу по истолкованию ее содержаний. Здесь могут оказать помощь метод ассоциативного эксперимента и знание истинных фрустраций личности.

Используя эти общие идеи, можно попытаться подвергнуть психологическому анализу «навязчивые мудрствования» на всех уровнях психического здоровья, поскольку такие явления наблюдаются и у практически здоровых людей, когда они оказываются в фрустрирующих ситуациях. Трудность заключается в том, что содержание этих мудрствований чрезвычайно разнообразно у разных людей, хотя их «навязчивость» свидетельствует о том, что они не только «навязываются», но и повторяются.

## § 9. Постгипнотические рационализации

*Постгипнотические рационализации* – это та особая разновидность рационализации, которая была обнаружена при исследовании явления «постгипнотического внушения». Проведено немало экспериментов с постгипнотическим внушением<sup>78</sup>. Один из его экспериментов был организован следующим образом: субъекту под гипнозом внушалось, что после пробуждения он должен смотреть на карман гипнотизера. Как только гипнотизер вынет из своего кармана платок, испытуемый должен открыть окно. Была также внушена полная амнезия всего того, что с ним происходило в гипнозе, в том числе формулы внушения. После выведения из загипнотизированного состояния испытуемый почувствовал себя в легком дремотном состоянии, однако охотно общался с присутствующими и участвовал в нормальном разговоре. Однако он все время украдкой подсматривал за карманом гипнотизера, и когда тот как бы случайно вынул платок, субъект почувствовал в себе импульс открыть окно. Он сделал шаг в этом направлении, затем в нерешительности остановился. Э. Хильгард объясняет это тем, что субъект бессознательно мобилизовал свое желание быть разумным человеком и, в поисках объяснения своего неразумного импульса открыть окно, нашел следующий аргумент: «Здесь, кажется, немного душно, не так ли?». Изобретая подобное оправдание, он открыл окно и почувствовал облегчение.

Каким образом испытуемому удалось найти аргумент, оправдывающий его иррациональное, непонятное для самого себя поведение, тот внутренний импульс, который толкал его к определенным действиям? Здесь мы видим один любопытный путь изобретения аргу-

---

<sup>78</sup> См., например: Бассин Ф. В. *Проблема бессознательного*. М., 1968; Буль П. И. *Гипноз в клинике внутренних болезней*. Л., 1968; Черток Л. *Гипноз (проблемы теории и практики; техника)*. М., 1972; Черток Л. *Непознанное в психике человека*. М., «Прогресс», 1982; *Интересные данные по этой проблеме можно найти в сборнике «Бессознательное. Природа, функции, методы исследования*. Т. 1–3, Тбилиси, «Мецниереба», 1978–1979). В интересующем нас аспекте поучительны гипнотические эксперименты Э. Хильгарда. (См.: Hilgard E. R. a.o., *Introduction to Psychology*, p. 144.

ментов, нужных для осуществления рационализации: ложный аргумент создается на основе искаженного восприятия ситуации и вербализации этого восприятия в виде мысли: «В комнате душно». Мы полагаем, однако, что у самого испытуемого остается некоторое ощущение, догадка о неистинности этого суждения, о чем свидетельствует вопросительная форма суждения («...не так ли?») и потребность в социальной поддержке. Последнее обстоятельство свидетельствует о том, что рационализации только тогда приводят к успеху, т. е. к нормальной защитной адаптированности, когда получают поддержку присутствующих или вообще социальную поддержку. Рационализируя, человек невольно обманывает не только себя, но и других. В качестве подлежащей исследованию новой проблемы можно сформулировать следующую группу взаимосвязанных вопросов: что произойдет, если рационализирующий не получит искомой поддержки? Совершит ли он то действие, импульс к которому в него возник? Будет ли он фрустрирован, и если да, то к каким новым адаптивным процессам эта фрустрация приведет? Что случится с внутренним конфликтом (диссонансом) между двумя «когнициями» («Я разумный человек» и «Я хочу открыть окно») после отказа в социальной поддержке рационализирующему аргументу «Здесь, кажется, немного душно, не так ли?». Очевидно, что получение адекватных ответов на эти вопросы способствовало бы более глубокому пониманию адаптивных психических процессов и тех изменений в структуре личности и ее самосознания, которые возникают в результате защитной аргументации.

Не следует думать, будто вышеописанный гипнотический эксперимент носит искусственный характер и не имеет ничего общего с той психологической реальностью, которая имеет место, когда человек действует и мыслит в бодрствующем состоянии, на уровне сознания. Вследствие ограниченности возможностей интроспекции, «узости» сферы сознания и наличия у каждой личности постоянных защитных тенденций значительная часть динамики психической активности остается под порогом сознания. Осознаются главным образом не механизмы мышления, воображения и других психических процессов, а их результаты (например, готовое суждение или ассоциация представлений). Поэтому глубокое изучение процесса аргументации возможно без знания подсознательных механизмов мотивации, мышления, символизации, вербализации и других психических процессов.

Необходимо обсудить еще одно обстоятельство, отмеченное, например, Т. Шибутани. Он справедливо предостерегает против злоупотребления термином «рационализация». «Люди постоянно рассказывают о своих поступках, – пишет он, – Если объяснение звучит правдоподобно, мы принимаем его как «причину» поведения, а если нет – отвергаем как «рационализацию». Это показывает, что применение термина «рационализация» зависит от системы взглядов человека, высказывающего суждение»<sup>79</sup>. Это замечание нуждается в более серьезном рассмотрении.

Нам представляется, что делая это замечание Шибутани спутал две вещи: 1) является ли данный процесс защитной, самооправдывающей аргументации действительно рационализацией, или нет? 2) от чего зависит правильное восприятие рационализации другим лицом, воспринимающим эту аргументацию и высказывающим о ней суждение? – Мы полагаем, что аргументация объективно может быть рационализацией, но восприниматься слушающим в качестве совокупности истинных суждений, правильно отражающих психологическую ситуацию. Возможно также диаметрально противоположное положение вещей. Поэтому необходимо провести четкое различие между самим процессом как он есть, и тем, как этот процесс воспринимается самой рационализирующей личностью и социальными наблюдателями. Последние, конечно, при оценке этого процесса исходят из собственных «систем отчета», включающих их осознанные и неосознанные мотивы, системы ценностей, установки и т. п. Важное значение имеет также способность человека к сопереживанию с фрустрированным лицом, который осу-

---

<sup>79</sup> Шибутани Т. *Социальная психология*. М.: «Прогресс», 1969, с. 74.



ществляет психическую защиту. Здесь, как видно из этого краткого обсуждения, налицо целый ряд нерешенных вопросов. Поэтому было бы целесообразно исследовать проблемы восприятия и оценки процесса защитной аргументации другими людьми, а также самой рационализирующей личностью. Обсуждение этой проблемы будет плодотворным только в контексте идей социальной психологии общения людей.

## § 10. Нормы, ценности и новая типология рационализаций

Эрих Фромм как-то заметил, что люди рыночного типа понимают равенство как взаимозаменяемость<sup>80</sup>. А это означает отрицание индивидуальности. Это циничная ориентация<sup>81</sup>.

В названной книге мы выдвинули идею о существовании нескольких типов рационализации по критерию использования различных социальных норм (ценностей): справедливости, равенства, нормы потребностей и т. п. Здесь же можно добавить следующее: есть также разновидности *циничных рационализаций*. Такая рационализация создается, в частности, в том случае, когда равенство подменяется взаимозаменяемостью, и в процессе защиты с помощью рационализации используются такие искаженные понимания нормы равенства. Циничность состоит в том, что если люди взаимозаменяемы, то индивидуальность обесценивается: талант, благородство и другие ценные черты характера не считаются ценностями. Точно также может цинично обесцениваться также норма справедливости.

## § 11. Другие виды рационализации

Поскольку рационализация опирается на другие защитно-адаптивные механизмы, мы можем выделить ряд ее разновидностей (модусов) исходя из того, какой из них является ведущим. можно выделять еще две ее разновидности.

6) *Проективная рационализация*, которая опирается в первую очередь на механизм проекции. Возможно, что можно ввести и более широкое понятие *атрибутивной рационализации*, т. е. такого процесса защитной аргументации, который опирается на ту или иную разновидность атрибуции. Понятно, что в таком случае можно выделить ряд разновидностей самой атрибутивной рационализации.

7) *Вытесняющая (подавляющая) рационализация*, опирающаяся в первую очередь на механизмы вытеснения и подавления тех проникших в сферу сознания образов и мыслей, которые относятся к фрустрирующим ситуациям.

Как мы видим, существуют еще неиспользованные возможности расширения классификации типов рационализаций, которые должны реализоваться в ходе дальнейших исследований.

Очень сложной формой психической защиты является «навязчивое мудрствование», «умственная жвачка», которая часто становится неприятной для индивида и приводит к вторичным фрустрациям. В навязчивых мудрствованиях, безусловно, большую долю составляют рационализации. Однако спецификой этих рационализаций, на наш взгляд, является то, что в них человек размышляет о вещах, не имеющих значения для личной жизни больного<sup>82</sup>. Исходя из этого можно выделить еще две разновидности рационализации.

---

<sup>80</sup> См.: Fromm E. *Man for Himself*, pp. 72–74.

<sup>81</sup> Вкратце данный вопрос мы обсудили в монографии «Этическая характерология» (Ереван: «Огебан», 2001, с. 126.

<sup>82</sup> О патологической разновидности «умственной жвачки» см., например, в следующих работах: Банищikov В. М., Короленко Ц. П., Давыдов И. В. *Общая психопатология*. М., 1971, раздел «Расстройства мышления»; Банищikov В. М., Невзорова Т. А. *Психиатрия*. М., 1969, с. 33–35.

## § 12. Способы рационализации

Если общей, стратегической целью рационализации для себя является самооправдание и сохранение высокого уровня самоуважения в условиях фрустрации, то очевидно, что в каждом конкретном случае эта стратегическая цель ситуативно конкретизируется и достигается определенными *способами*. Систематический обзор подобных способов значительно расширил бы понимание психической жизни человека. Не претендуя на полноту, опишем здесь те основные способы рационализации, которые нам удалось обнаружить в ходе анализа литературных данных и собственных наблюдений.

А. Дискредитация цели. – Этот способ рационализации произвольно используется людьми в фрустрирующих ситуациях типа «зеленого винограда». Психологическая осуществляемая с помощью этого метода рационализации примерно такова: «То, что недоступно мне, не может обладать высокими качествами». Это типичная психологическая фигура мышления фрустрированного человека в условиях сильной привагии. Точно так же отвергнутый поклонник «вдруг» обнаруживает, что женщина, выглядевшая прежде в его глазах чуть ли не идеальной красавицей, как оказывается, не лишена недостатков. Последний случай, однако, имеет одно существенное различие от случаев «зеленого винограда»: здесь женщина является не только объектом желания («целью»), но и фрустратором, поскольку, обладая сознательной волей, она сама блокирует дальнейший ход целенаправленной активности субъекта. В первом случае не сам по себе виноград фрустрирует лису, а высота, собственные слабости (неспособность достать виноград, который сам не оказывает сопротивления попыткам овладеть им). Мы полагаем, что адаптивные процессы, последующие за этими фрустрациями, должны иметь некоторые различия. Например, в случае, когда сама цель является фрустратором, ее дискредитация, по нашему мнению, должна отличаться большей интенсивностью, последовательностью и насыщенностью агрессивными импульсами и действиями. Впрочем, это зависит также от ценности фрустрирующей цели, от которой пришлось отказаться.

Б. Дискредитация жертвы. – Данный способ рационализации используется в тех ситуациях, когда человек совершает аморальные поступки по отношению к другому человеку (которого назовем его «жертвой»), вследствие чего переживает внутренний конфликт или диссонанс. Действие данного механизма было обнаружено у части испытуемых в известных экспериментах Стэнли Милгрэма<sup>83</sup>. Во время этих экспериментов испытуемые, выступающие в роли «учителей», должны были наказывать «учеников» за совершенные ими ошибки в процессе экспериментального обучения путем нанесения электрических ударов различной интенсивности. Испытуемые, проявившие жестокость, оправдывали свои действия путем уменьшения привлекательности своих жертв как человеческих существ, их дискредитации как личностей. Испытуемые рассуждали примерно следующим образом: «Я гуманный человек, но эти люди недостойны моего доброго отношения: они же сами согласились стать подопытными кроликами»<sup>84</sup>.

Способ дискредитации жертвы часто используется в повседневных взаимоотношениях индивидов и групп, и опирается, в свою очередь, на механизмы атрибуции и проекции. Иначе говоря, то, что выступает как способ осуществления защитного процесса рационализации, состоит из других, сравнительно более простых защитно-адаптивных механизмов, поэтому мы считаем, что если не все, то хотя бы некоторые процессы рационализации представляют собой *комплексные защитно-адаптивные процессы*. Иначе говоря, личность, осуществляющая подобные рационализации, использует адаптивный комплекс, состоящий из атрибуции

---

<sup>83</sup> См.: Milgram S. *Obedience to authority*. New York, 1974.

<sup>84</sup> См.: Столин В. А. *Самосознание личности*, с. 121.

и проекции. Возможно также включение в состав таких адаптивных комплексов механизмов интроекции и идентификации. Например, испытуемый, участвовавший в экспериментах С. Милгрэма, мог бы подумать так: «Он бы на моем месте поступил таким же образом, он бы меня не пожалел». Ясно, что в подобных случаях имеет место воображаемое принятие роли жертвы и представление ее в своей роли «наказующей инстанции». Принятие роли жертвы означает наличие социально-психологической основы идентификации той или иной степени полноты.

Дискредитация жертвы путем приписывания ей отрицательных черт и мотивов, в частности, агрессивности, построение на их основе рационализаций с целью оправдания своих планируемых действий, совершение этих действий и последующее их оправдание путем использования новых защитных аргументов – это процессы, которые встречаются не только в отношениях индивидов, но и индивида и группы и в межгрупповых отношениях.

В литературе очень верно отмечается, что способ дискредитации жертвы используется в случаях предательства, в частности, когда предают друга<sup>85</sup>. В таких случаях собственное предательство человек рационализирует примерно так: «Дружба для меня свята, но данный человек недостоин моей дружбы». Основания же для такой рационализации, как мы уже писали, создаются с помощью механизмов атрибуции, в том числе проективной.

Какие типы людей склонны к частому использованию этого защитно-адаптивного комплекса и, следовательно, к предательству? Если учесть, что среди испытуемых С. Милгрэма самыми жестокими оказались авторитарные индивиды с явно выраженным конформным характером (выражающимся в виде тенденции к безоговорочному подчинению власти авторитарных людей), то именно из среды таких людей и чаще всего, как мы полагаем, выходят предатели<sup>86</sup>.

А как ведет себя принадлежащий данному типу человек, если он обладает большой властью? Мы предлагаем следующую гипотезу: *авторитарно-конформная личность, обладающая большой властью и олицетворяющая организацию или социальную группу, имея тенденцию к предательству, проецирует ее на других (прежде всего на людей с низким статусом), обвиняет их в предательстве и предпринимает против них отрицательные превентивные санкции*. Такие люди, по-видимому, вообще не верят в дружбу и любовь, рассматривают человеческие отношения лишь как отношения эксплуататоров и эксплуатируемых, хозяев и рабов, чувствуют себя полноценными именно в системе таких взаимоотношений. Мы считаем, что к таким выводам приводят результаты экспериментов и наблюдений С. Милгрэма, Ф. Зимбардо и других социальных психологов, которые стремятся использовать данные своих исследований для понимания реальной жизни людей современного американского общества. Эти исследования еще раз свидетельствуют о том детерминирующем влиянии, которое оказывает дух времени и психологическая атмосфера общества на менталитет и поведение людей.

Сделаем, наконец, еще один вывод из предыдущего изложения: авторитарная и конформистская стратегии включают в свой состав процессы систематического использования такого способа рационализации, как дискредитация жертвы, которая может быть как предварительной (до реального превращения ее в жертву), так и актуальной (после совершения действия).

В. Механизм «сладкого лимона». – Суть этого механизма, использование которого фактически порождает новый вид рационализации, можно выразить следующим образом: «То, что принадлежит мне, хорошее (наилучшее)». Автор настоящих строк помнит, как для его 8-летнего сына Тиграна не было в мире лучшей автомашины, чем наша, его автомашина, хотя, конечно, объективно это было не так».

---

<sup>85</sup> См.: Столин В. В. *Самосознание личности*, с. 121; см также: Ryan W. *Blaming the victim*. New York: Pantheon, 1971.

<sup>86</sup> Наша концепция предательства подробно изложена в следующей книге: Налчаджян А. А. *Этническая характеристология*. Ереван, «Огебан», 2001, гл. 11.

Данная форма рационализации имеет различные варианты, например следующий: когда у человека имеется старая вещь предмет мебели, квартира, автомобиль и т. п., которые уже нельзя считать хорошего качества, но он не имеет возможности купить новые, он начинает указывать себе и другим их положительные качества, а также на те трудности, которые связаны с приобретением новой машины и уходом за ней. (Относительно новой машины он может сказать, что она слишком дорогая, имеет высокую скорость, которая опасна для жизни и т. п.). Когда внимание таким образом рационализирующих людей обращают на то, что социальный престиж тех, у кого имеется дорогая машина, фешенебельная квартира и т. п. – более высоки, чем у тех, кто живет скромнее, они могут отвечать, что такие люди сами не заслуживают уважения. В итоге подобных рационализаций человек убеждает себя, что старая машина имеет так много достоинств, что было бы глупо заменить ее новой. Это «лимон» оказывается сладким.

При этом мы видим, что механизм «сладкого лимона» достаточно сложен и содержит минимум два «потока» мысли. Один из них предназначен для сублимации принадлежащего человеку предмета, а другой – для дискредитации другого предмета – объективно лучшего, но недоступного. Можно даже утверждать, что здесь действует закон сопряженного возникновения аргументов за (свой предмет) и против (других, недоступных). Это новый подход, и его следует развивать.

### § 13. Реакция второго уровня

Однако сразу же можно видеть, что дискредитация недоступных, но качественных предметов есть не что иное, как механизм «незрелого винограда», с которым мы уже знакомы. Это означает, что механизм «сладкого лимона» является как бы продолжением и расширением механизма «незрелого винограда». В результате получается комплексный защитный механизм, в котором сопряжены оба эти механизма. Если ядерными психо-логическими фигурами для названных механизмов, соответственно являются следующие: 1) «То, что недоступно мне, плохое» и 2) «То, что мое, хорошее», – то в комплексном механизме (т. е. в рационализации второго, более высокого уровня) эти две ядерных психо-логики сопрягаются, в результате чего получается следующее сложное суждение: «То, что не принадлежит мне – плохое, а то, что принадлежит мне – хорошее».

Вполне понятно, что подобное суждение никогда не может быть истинным. Человек, который мыслит таким образом, не желает знать истину. Он стремится к самозащите и обеспечению психического комфорта для себя, а не к объективному познанию вещей.

Итак, когда судьба одаривает человека «незрелым, кислым виноградом», он начинает убеждать себя, будто является обладателем «спелого винограда». Это подлинная психологическая самозащита.

Рационализации как первого, так и второго уровней активно используются бедными людьми. Такие люди могут считать свою бедность очень удобной, поскольку богатство, большие деньги порождают пороки и преступления, искажают наши взгляды на жизнь, основные ценности, политику и т. п. Лишенные богатства люди склонны также утверждать, что плохо быть богатым, поскольку богачам завидуют, многие косо смотрят на их богатство, их не любят и т. п. Это правдоподобные (а не истинные) и большей частью иррациональные суждения. Это доказывается тем, что когда такой философствующий бедняк получает возможность стать богатым, он быстро отказывается от своих прежних взглядов и «берет» доступное богатство. Правда, для того, чтобы выглядеть последовательными людьми, они внешне могут высказывать свое прежние идеи о богатстве и бедности, делая вид, будто от них не отказались. Переживают ли они когнитивный диссонанс? Если переживают, то с помощью каких механизмов его смягчают? Это вопросы, которые стоит исследовать, тем более в наши дни, когда немало прежде бедных людей за короткое время стали богатыми.

## § 14. Механизм «сладкого лимона» и фатализм

Механизм «сладкого лимона» имеет одну интересную разновидность, ядерную психологию которой можно выразить следующим образом: «Все то, что происходит в мире и в нашей жизни – это наилучшее из возможных». (Сразу же вспоминается известное изречение немецкого философа XVIII века Лейбница, который как-то назвал наш мир «лучшим из миров»). Это чистой воды фатализм, а именно – фаталистическая рационализация).

Данный механизм часто используется в религиозных идеологиях и проповедях. Он оказывает полезную услугу тем религиозным идеологам, которые вынуждены доказать доброту Бога даже в том случае, когда вокруг – море преступлений, когда погибают дети, безмерно страдают люди. Таким образом, кое-кто даже пытается оправдать как геноцид армян в Турции, так и холокост евреев и другие подобные деяния. Для них страдания как отдельных людей, так и целых народов – не повод для составления более реалистических взглядов. ведь вполне возможно, что таким образом Бог демонстрирует свое особое отношение к этим «избранным» народам.

## § 15. Самодискредитация

Обсуждение различных видов дискредитации, как способов рационализации, приводит к естественному, на наш взгляд, вопросу: может ли та или иная форма самодискредитации служить целям успешной рационализации и, следовательно, социально-психической адаптации личности? Насколько нам известно, данный вопрос совершенно не исследован в мировой психологии. Мы полагаем, что такой адаптивный процесс может иметь место в тех случаях, когда человек, имея высокий уровень притязаний, стремился к труднодоступным целям, но потерпел неудачу. Подобная фрустрация может привести к понижению его оценок в глазах авторитетных для него людей и референтных групп. В такой ситуации самодискредитация может стать средством предварительной защиты против возможных вторичных фрустраций. Например, человек объявляет, что он переоценил свои возможности и поэтому его неудача естественна. Тем самым в какой-то мере предотвращается как критика других, так и, следовательно, новые фрустрации.

Об адаптивных функциях самодискредитации мы предложили только некоторые предварительные суждения. Необходимы тщательные эмпирические исследования различных вариантов проявления этого явления и тех социальных ситуаций, в которых они спонтанно используются. Однако следует сказать, что самокритика и самоуничтожение могут привести к образованию комплекса неполноценности личности, а такой комплекс, безусловно, является дезадаптирующим. Поэтому адаптивные возможности самодискредитации не должны преувеличиваться. Этот механизм, по-видимому, эффективнее всего действует тогда, когда используется иронически. Самодискредитация, кроме того, может служить средством бегства от социальной ответственности. Как нетрудно видеть, есть масса вопросов, требующих исследования.

## § 16. Самообман

Данный способ рационализации чаще всего встречается в тех ситуациях, в которых человек совершает выбор между двумя возможностями (целями, альтернативными линиями поведения и т. п.), но отвергнутый вариант сохраняет для него свою ценность и привлекательность. Для рационализации сложившихся обстоятельств и освобождения от возникшего когнитивного диссонанса человек пытается в какой-то степени отрицать факт совершения поступка, т. е. утверждает, будто не имел подлинной возможности свободного выбора. Такой самообман,

как адаптивный механизм, выступает в двух основных вариантах, которые стали предметом обсуждения в мировой психологии. Приведем их описание так, как оно представлено в ряде современных работ<sup>87</sup>.

А. Отрицание существования возможности выбора. – *Отрицание существования возможности выбора* – это такое отрицание позволяет адаптирующей личности утверждать, что его действие (выбор, поведение) *не было поступком* в подлинном смысле этого слова и, следовательно, он не несет за него ответственности. Эта разновидность самообмана выступает в двух вариантах: а<sub>1</sub>) человек старается представить себя не субъектом деятельности, а «элементом технологии», за которую он не может нести ответственность. Данный вариант самообмана очень четко был зафиксирован во время тех бесед, которые С. Милгрэм и Ф. Зимбардо проводили со своими испытуемыми после проведения своих известных экспериментов<sup>88</sup>.

Некоторые испытуемые ответственность за свои жестокие действия переносили на науку, на руководителя, на ситуацию эксперимента, низводя себя, как выражаются эти исследователи, «до состояния агента». Таким образом, рационализирующий себя человек продолжает считать себя гуманным, полагая, что в подобных условиях любой другой человек поступил бы таким же образом. Когда подобный самообман касается важных социальных действий, он чреват опасными последствиями. Вспомним, что на Нюрнбергском процессе именно так оправдывали себя гитлеровские палачи; а<sub>2</sub>) вторым вариантом этого способа самообмана является следующий: человек отрицает возможность выбора, ссылаясь на то, что его действие будто бы было выражением неконтролируемых внутриспсихических состояний (усталости, эмоциональных расстройств, опьянения и т. п.). С помощью подобных аргументов стараются уйти от ответственности. Осуществляя подобную защитную аргументацию в повседневной жизни, человек ссылается на то, что был «вне себя» и т. д. При этом иногда имеется в виду реальная неконтролируемость подсознательных процессов, однако в целом мотивация остается защитной и исходящей из ложных посылок.

Б. «Добродетель». – Второй разновидностью самообмана является следующая: человек совершает действия, причиняющие реальный вред другому, однако не признает себя вредителем и создает в себе (и для себя) убеждение, будто действует в пользу жертвы. Весьма распространенным является следующее явление: человека жестоко и несправедливо наказывают за легкий проступок, но утверждают, будто делают это для его же пользы, для его воспитания, например. Такие рационализации часто используются эгоистичными и жестокими родителями, применяющими по отношению к своим детям крайне авторитарный стиль воспитания. Из области взаимоотношений полов можно привести такой пример: мужчина бросает женщину, но заверяет, будто делает это исходя из ее же интересов. Все эти случаи чрезмерной «заботы» о жертвах являются конкретизациями описываемого способа самообмана, который, конечно, предназначен и для обмана других, для сохранения в глазах окружающих престижа гуманного и справедливого человека.

Рассматриваемая разновидность самообмана опирается, если обобщить сказанное, на такие аргументы, в которых содержатся ссылки на высокие моральные принципы. Эти, чаще всего альтруистические, принципы, которые в некоторых случаях злоупотребляются, приводятся исходя из эгоистических защитных мотивов. То обстоятельство, что существуют подлинные и активные альтруисты, не вызывает никаких сомнений. Здесь же речь идет о ложном альтруизме, который выставляется напоказ не ради другого, а в собственных интересах. В таких случаях объекты подобных «альтруистических» действий в психологическом смысле являются

---

<sup>87</sup> См., например: Аронсон Э. *Общественное животное. Введение в социальную психологию*. М., «Аспект Пресс», 1998; Милгрэм С. *Эксперимент в социальной психологии*. СПб., «Питер», 2000; Зимбардо Ф., Ляйппе М. *Социальное влияние*. СПб., «Питер», 2000; Столин В. В. *Самосознание личности*, с. 120–121.

<sup>88</sup> См.: Milgram S. *Obedience to Authority*. New York, 1974; Zimbardo Ph.G. *The Pathology of imprisonment*. – In: *Doing unto Others*. Ed. by Z.Zubin. New York, 1975; Кош И. С. *Открытые «Я»*, с. 95–105.

жертвами. Формирование подобного защитно-адаптивного альтруизма нередко является преимущественно подсознательным процессом.

## § 17. Психологический «материал» рационализаций

Из чего состоят рационализации людей? Уже по определению этого механизма мы знаем, что рационализируя, человек пользуется вербальными суждениями и умозаключениями. Рационализирующий человек стремится быть *логичным*, иначе он не сможет убедить ни себя, ни других в справедливости своих утверждений, например, о том, что не виноват в своих неудачах, что «виноград еще зелен» и т. п.

Но если бы мы ограничились этим, то не смогли бы понять неочевидные подсознательные механизмы и источники рационализаций. Мы считаем, что для углубления понимания содержаний рационализации полезно опираться на то знание, которое мы имеем (пусть эти знания пока весьма скромные) о так называемом *вербальном воображении*. Как и обычные образные процессы воображения, вербальное воображение тоже нередко превращается в процесс *фантазирования*. Речь, по существу, идет о вербализации тех образных процессов воображения, которые в данный отрезок времени реально протекают в психике человека, но или остаются полностью подсознательными и бессознательными, или же осознаются лишь частично и нечетко. Так параллельно два уровня воображения – образного и вербального – протекают в психике писателя, который описывает, например, какие-то вымышленные события и действия своих героев.

Мы полагаем, что в теории защитной адаптации мы должны исследовать те связи, которые существуют (это наша гипотеза) между вербальным воображением и рационализациями. На конкретных примерах эту связь нетрудно продемонстрировать. Например, возьмем один из самых известных случаев (классов) рационализаций, ту, которая образно выражена в басне Эзопа «Лиса и виноград»: что здесь, по существу, говорит лиса, символ хитроумных людей, не любящих признавать свои поражения, когда заявляет самой себе, что «виноград еще зелен»? Это не что иное, как вербализация ее воображаемого представления неспелого винограда в отличие от спелого, который он непосредственно воспринимает. Вспомним аналогии из жизни людей, и мы сразу поймем, что в большинстве подобных случаев *отрицания реальности с помощью рационализаций* люди пользуются своей вербальной фантазией. Перед нами уже защитный комплекс личности. Итак, многие рационализации создаются из материала вербального воображения. А если так, то их структура не может быть чисто логической. Здесь мы должны искать интересные проявления психо-логики человека.

## § 18. Рационализации ситуативные, временные и вечные

Рационализации создаются для решения определенных жизненных задач, для преодоления фрустраций, с определенной целью. Поскольку цели личности меняются во времени, претерпевают изменения уровни ее притязаний и т. п., то можно выделить, то по критерию временных критериев целей и притязаний можно выделить еще по крайней мере три разновидности рационализации: ситуативные, временные и «вечные».

*Ситуативными* мы называем такие рационализации, которые используются людьми только в определенной, сложившейся в настоящий момент ситуации, в которой личность переживает ситуативную и преходящую фрустрацию, После того, как фрустрация исчезает, исчезает также рационализация.

*Временные рационализации* также возникают в определенных ситуациях. Но они сохраняются в памяти человека и используются в течение определенного отрывка времени, поскольку в его жизнедеятельности вновь и вновь возникают сходные фрустрирующие ситуа-

ции. Но со временем такие ситуации постепенно возникают все реже и реже (например, вследствие перехода индивида в новые возрастные группы, в результате переезда на новое место жительства, смерти определенных лиц и т. п.), поэтому рационализация постепенно теряет свое адаптивное значение и, наконец, исчезает из поведенческого репертуара личности. Она «затухает», хотя это не всегда означает ее исчезновение из подсознательного.

«Вечные» рационализации – это такие рационализации (например, в виде самооправдания), которые нужны человеку до конца жизни, поскольку соответствующие ситуации, требующие адаптации, повторяются до конца его жизненного пути. Например, «вечными» являются те рационализации, которые связаны с экзистенциальной фрустрацией, т. е. такой, когда проблематичным становится само существование человека. Такие рационализации в виде «мудрых изречений» передаются последующим поколениям, и в этом смысле они действительно являются долгоживущими интеллектуальными достижениями. Кстати, такие рационализации представляют особый интерес по той причине, что, как мы предполагаем, в них запечатлены важные личностные или групповые ценности. В этом «пункте» появляется возможность стыковки теории рационализации с теорией ценностей – аксиологией.

К мысли о выделении описанных разновидностей рационализации автора этих строк привели размышления над одним таким изречением. К одному древнеримскому деятелю, уже достаточно известному, обращается один знакомый с удивительным вопросом: «Как, Вы еще не сенатор?». На это он ответил так: «Лучше пусть люди удивляются, что я еще не сенатор, чем скажут: «Как, он уже сенатор?». Очевидно, что этот деятель очень удачно рационализировал, настолько удачно, что это его изречение-рационализация дошла до нас и не только возбуждает интерес, но и в различных вариантах успешно используется людьми.

Но в жизни каждого человека, имеющего высокие цели, эта рационализация может играть эффективную адаптивную роль только временно, поскольку, когда такой человек и через 10 лет после изобретения этого изречения еще не стал «сенатором», то оно уже не устраняет горечь и фрустрацию, осознание того, что стал жертвой несправедливости. Ведь оно содержит определенный намек на надежду, на то, что у человека энергия мотива достижения не иссякла, что у него сохранились вера в свои силы, гордость за свои заслуги, которые так и остались неоцененными его ограниченными и завистливыми современниками. Но с возрастом эти психологические основы данного изречения (надежда, мотив достижения, гордость и ожидание успехов) ослабляются и исчезают, поэтому оно (изречение в виде рационализации) как бы «зависает в воздухе», оказывается в психологическом вакууме. Оно дискредитировано и может еще больше дискредитировать этого человека, если он попытается, как и прежде, психологически исцеляться и адаптироваться с его помощью. Это рационализация периода гордой молодости, и в устах пожилого человека звучит как выражение регрессивного движения, даже инфантилизма, немудрой, чуть ли не ребяческой старости.

Поэтому мудрость изречений относительна. Есть «премудрости» молодого возраста, среднего и пожилого возраста, старости. И каждый должен утешаться средствами, соответствующими своему возрасту. Эти временные рационализации также передаются от поколения к поколению, но предназначаются для определенных возрастных категорий людей.

(В порядке ассоциативного замечания можно отметить, что, по всей видимости, известный тест Розенцвейга (Р – F) имеет отношение к ситуативным и преходящим, хотя и типичным, фрустрациям и ситуативным защитным процессам, в том числе рационализациям).

## **§ 19. Рационализация под влиянием воспроизведения прошлой ситуации фрустрации**

Процесс рационализации может быть следствием воздействия фрустратора, который в данный момент отсутствует, но образ которого воспроизводился в сознании.



Хорошей иллюстрацией этого положения может служить отрывок из рассказа Варлена Стронгина «Психотерапия»<sup>89</sup>. Герой рассказа Бородкин из-за болезни горла не выходит на работу и, оставшись один (жена уходит на работу) начинает думать об Ирине Павловой, молодой девушке, с которой работает в одном отделе. «Что-то в ней есть». – думает он и начинает размышлять о том, что с ней жизнь была бы другой. («Не то, что с моей тюхой»). Но нужен ли он этой молодой особе, он – женатый, неперспективный. Она знает, что он не сделает успешной карьеры, поэтому даже не смотрит в его сторону, «А все глеет на этого Мухортова. Еще бы – его командируют в Амстердам! И чего я в ней нашел? Обыкновенная смазливая мещанка!».

В этом, на первый взгляд очень простом отрывке автор мастерски использовал сочетание целого ряда психологических феноменов, конвергенция которых только и могла давать желательный эффект. Будучи больным, что само по себе вызывает состояние фрустрированности, герой рассказа вспоминает то, что наиболее приятно для него: образ молодой, доброй и красивой женщины, от одной улыбки которой «выздороветь можно». Ассоциация образов приводит, однако, к воспроизведению в сознании образа «этого Мухортова», к которой проявляет повышенный интерес Ирина. Видимо, наш герой при наблюдении сцен «глазения» на Мухортова часто переживал фрустрацию, зависть и ревность. Теперь эти чувства вновь оживились, он переживает повторную фрустрацию. Бородкин понимает, что Ирина ему недоступна («Но нужен ли я ей?»), и, чтобы избавиться от этих неприятных переживаний, пускает в ход спасительный механизм рационализации: обесценивает желанный объект в собственных глазах. («И чего я в ней нашел? Обыкновенная смазливая мещанка!»). Такие быстрые переходы от высокой оценки к поиску недостатков обычно свидетельствуют о том, что рационализация находится на первом этапе своего развития, неустойчива и не очень убедительно даже для ее создателя. Если бы Ирина начала проявлять интерес к Бородкину, то можно не сомневаться, что ход его мыслей изменился бы, да самым радикальным образом. Но он уже начал искать в ней недостатки, причем не полностью осознавая мотивацию своего мыслительного процесса.

В психолингвистическом аспекте представляет интерес то, как герой, ради выбора нужных для рационализации аргументов, гибко переходит из одной семантической сферы своей психики в другую: образы возможной приятной жизни с Ириной сменяются совсем другими сценками, о чем свидетельствует появление слова «мещанка». Но использование слова «смазливая» говорит о том, что характеристика не совсем отрицательная и путь назад, к высокой оценке, не закрыт. Интересно, что в зависимости от таких тонких различий мотивации (осознание недоступности понравившейся женщины, но присутствие следов надежды) довольно тонко дифференцированными выбираются также аргументы, предназначенные для построения рационализации. Ирина превращается не в «обыкновенную мещанку» в строгом и однозначном смысле, но остается еще и носительницей качества «смазливости», что весьма обнадеживающе. В худшем случае есть надежда, что и в будущем, если ему станет в немоту со своей «тюхой», или по каким-то другим причинам почувствует себя несчастливый, образ «доброй и красивой» Ирины опять возникнет в его сознании как символ утешения и осмысленности существования.

Ревность является выражением интенсивной фрустрации и может стать причиной новых фрустраций. Это чувство часто порождает насыщенную агрессивностью рационализацию. Исследование подобных явлений необходимо для понимания реальной жизни и взаимоотношений людей. Психологический анализ большего числа подобных, литературных и взятых из жизни примеров, позволит раскрыть новые аспекты рационализации и ее взаимосвязей с другими психическими явлениями.

---

<sup>89</sup> См.: Стронгин В. Психиатрия. – «Литературная газета», № 3 (18 января 1978 г.).

## § 20. Социальная поддержка и успешность рационализации

Рационализация может играть свою защитную роль наиболее успешно тогда, когда рационализирующий имеет веру в справедливость, истинность своих суждений.

Одним из тактических способов достижения подобного результата является следующий: если мои рационализации принимаются другими на веру, то и я могу поверить в их справедливость, и они могут играть свою защитную роль.

Дело в том, что, рационализируя, фрустрированный индивид нередко осознает, что, несмотря на внешнюю логичность своих рассуждений, они неубедительны. Наличие такого сомнения в значительной степени ослабляет защитное значение рационализации. Для того, чтобы преодолеть подобные сомнения человек начинает подвергать свои суждения испытанию реальностью. Поскольку ему в данном случае нужна вера в то, что не он виновен в своих неудачах, что его самооправдания справедливы и обоснованны, ему остается один самый главный и доступный путь испытания истинности своей рационализации: это попытка убеждать других в ее обоснованности, т. е. попытка получить *социальную поддержку*. Обычно когда находятся люди, которые верят в ее истинность, укрепляется также вера самого фрустрированного и защищающегося индивида. В результате данные рационализации, становясь более эффективными защитными средствами, начинают воспроизводиться все чаще и чаще, причем иногда даже в таких ситуациях, в которых никто от человека не требует самооправдания.

Примерно такой же механизм действует в том случае, когда человек одновременно высоко оценивает свою личность и сомневается в истинности своей ценности. Если эталонные группы и значимые личности подтверждают его ожидания, то его вера обычно укрепляется, а сомнения вытесняются.

Отсюда еще раз становится очевидной социальный характер природы человека. Любая форма его психической самозащиты может быть эффективной лишь тогда, когда она одобряется важнейшими для него социальными группами и референтными лицами.

## § 21. Рационализации на уровне групп, обществ и народов

А. Проблема. – Поскольку в настоящее время уже известно, что фрустрации могут переживать не только индивиды, но и социальные группы, целые общества и этносы, то мы должны исследовать защитные механизмы и процессы также на этих уровнях социальной иерархии. В частности, мы можем говорить о групповых и этнических рационализациях.

Например, те же механизмы «зеленого винограда» и «сладкого лимона» можно исследовать также на этническом уровне. Так, если основная масса этноса стремится к определенной цели, но не достигает ее, то может «всем миром» дискредитировать эту цель. Наиболее «мудрые» представители этноса теперь уже могут утверждать, что нереалистично и неразумно в существующих условиях стремиться к таким целям. Отказ от привлекательных общезнаковых целей теперь уже оправдывается с помощью «мудрых» рационализаций.

В психической жизни этносов очень четко наблюдается также действие механизма «сладкого лимона». Например, нация может занимать неблагоприятное географическое положение, но ее представителями могут создаваться целые теории о том, что это географическое положение – одно из наилучших в мире. Причем в результате подобных защитных процессов может порождаться парадоксально интенсивная любовь к этому ландшафту. Даже собственные потери и поражения нередко истолковываются как преимущества и достижения (например, проигранная битва). Интенсивное использование таких форм психологической защиты может ослабить мотив достижения национальных целей, осуществления чаяний народа.

Своеобразными могут быть те рационализации, которые в ходу у различных социальных групп, страт и классов. Одно дело рационализации торговцев, другое – те рационализации, которые используются чиновниками, военными и другими социальными группами. Доскональное изучение всех этих когнитивных продуктов может стать вкладом как в теорию фрустрации и психической защиты, так и в социальную и этническую психологию.

Б. Этнические различия рационализаций. – На острове Фиджи существовала следующая традиция: когда сын замечал, что у своего отца появились явные признаки одряхления, он *должен был* подстергать и убить его. Эту жестокую традицию «объясняли» с помощью следующей рационализации: так надо поступить исходя из интересов самого старшего человека, поскольку состояние души умершего в потустороннем мире зависит от ее состояния в момент смерти<sup>90</sup>.

Подобные рационализации, как нетрудно догадаться, можно отнести к той категории этого защитного механизма, которую выше мы назвали рационализацией для другого (или во благо другого). Одновременно это является также рационализацией в пользу сына-убийцы.

Здесь ясно видно, что необходимость использования подобной рационализации зависит от других элементов культуры этноса, таких как вера в загробную жизнь и бессмертие души. Эти верования мотивируют определенное поведение, которое затем требует оправдания, рационализации, поскольку противоречат каким-то другим моральным и иным представлениям. Мы видим, что разные элементы культуры этноса порождают один другого, поддерживают существование друг друга, составляя подсистему культуры народа. Здесь «прощупываются» определенные механизмы культурогенеза и психогенеза этноса.

Мы полагаем, что намеченное здесь направление этнопсихологических исследований на основе теории фрустрации и защитных механизмов обещает быть перспективным.

В. Прескриптивные общества и роль рационализаций. – Роль рационализаций в прескриптивных обществах затронул, например, социолог Говард Беккер, но без ее подробного рассмотрения<sup>91</sup>. А между тем выяснение роли рационализации в процессе создания национальных традиций и культуры вообще – важнейшая проблема социальной и этнической психологии, а также теории социально-психологической адаптации. Поэтому следует начать ее исследование. Мы считаем, что рационализации необходимы, в частности, для создания священных ценностей, более не подлежащих изменению. при соблюдении этого условия они способствуют консервации и консолидации традиций, приведя, в частности, к социально-политическому консерватизму.

Когда общество остается верным каким-то общим принципам, но не возражает против изменения способов и путей их претворения в жизнь, то и в этом случае, как верно замечает Беккер, могут скорее всего использоваться оправдательные аргументы, чем истинная дедукция (дедуктивный вывод способов из принципов)<sup>92</sup>. Это может привести к повышению уровня абстрактности принципов, удалению от них конкретных решений, сужения круга тех лиц, которые все еще придерживаются этих принципов и, как следствие всего этого, необходимости выдвижения новых принципов. Именно такое процесс имел место в СССР, где многие считали, что «принципы – принципами, но жизнь требует свое» или «жизнь идет своим ходом».

---

<sup>90</sup> См.: Linton R. *The Study of Man*. New York, 1936, p. 157.

<sup>91</sup> См.: Беккер Г. *Современная теория священного и светского и ее развитие*. – В книге: Беккер Г., Босков А. *Современная социологическая теория*. М., 1961, с. 181–182.

<sup>92</sup> Беккер Г., Босков А., указ. соч., с. 184–185.

## **§ 22. Временная локализация рационализации как основа новой типологии ее видов**

С помощью рационализации люди могут оправдывать свои поступки прошлого, настоящего и даже те, которые готовятся совершить в будущем. Это эмпирически очевидно.

Но в таком случае мы должны выяснить, чем отличаются соответствующие процессы рационализации, которые на временной оси в каждом из названных случаев локализируются по-разному: в прошлом, настоящем и будущем. Более конкретно, возникают следующие вопросы: 1) чем отличаются процессы выбора аргументов и фактов, а также мотивы самооправдания или объяснения? 2) исходит ли один и тот же человек в этих различных случаях от одной и той же системы ценностей?

Поскольку события прошлого обычно необратимы, то естественно предположить, что их оправдание не может осуществляться в точности таким же образом, как оправдываются поступки настоящего или те, которые человек намерен совершить в будущем. Поскольку рационализации всегда связаны с проблемными ситуациями, с диссонансом или конфликтом, то одно дело оправдание подобных действий, совершенных в прошедших ситуациях такого рода и другое – оправдание поведения настоящего, когда проблемная ситуация переживается актуально и остро.

Мы полагаем, что эти идеи могут дать начало плодотворным исследованиям названных трех разновидностей процессов рационализации. На основе примеров и экспериментов нетрудно показать различия рационализаций в зависимости от локализации на временной оси... Можно использовать следующий метод: испытуемого просят объяснить три поступка, две из которых уже совершены (один – в прошлом, а второй – только что, «в настоящем»), а третий только планируется. Одинаковым ли образом будет он объяснять свои неудачи (фрустрации) и ошибки, совершенные в этих случаях, в том числе предвидимую неудачу и ошибки? В качестве гипотезы можно предположить, что выбор аргументов, весь процесс аргументации (защитной рационализации) и связанные с ними процессы атрибуции, проекции и другие защитных процессы (и выбор механизмов защиты) будут иметь не только сходства, но и существенные различия.

## **§ 23. Виды рационализации по критерию содержания рационализируемого явления**

Предметом рационализации мы называем то явление, которое субъект пытается оправдывать или объяснять. Таких предметов (содержаний) очень много, поэтому ниже мы очень кратко рассматриваем только некоторые самые важные из них.

А. Рационализация хамства. – Хамство – это грубое, наглое поведение. Нередко как сами хамы, так и другие люди пытаются оправдывать таких людей и иначе истолковать их поведение. Различные формы рационализации хамства имеются как в народной культуре, так и в повседневной разговорной речи и в художественной литературе. Хамов нередко считают непосредственными, искренними, бесхитростными людьми. А между тем при близком рассмотрении оказывается, что хамство есть выражение грубости, высокомерия, циничности, неуважения к людям и других неприятных и вредных для общества качеств личности.

Б. Рационализации бедности. – Бедность оправдывается как в определенных слоях народа, так и в некоторых социальных и религиозных философских системах.

Специально предстоит исследовать те случаи, когда богатые оправдывают бедность народа. Это рационализация для других, но не ради этих других, а скорее – ради себя, в защиту своих интересов. Например, богач (А), который эксплуатирует бедняка (В), можно сказать ему:

«Я завидую тебе. У тебя так мало забот: закончил работу – и все, свободен. А я вот день и ночь должен работать, тревожиться и т. п.». – Такие рационализации обычно неискренни и даже циничны.

В. Рационализация агрессивности. – Одной из основных функций рационализации является оправдание агрессивных желаний и поступков.

Если у человека имеется сильная, но подавленная (подсознательная) агрессивность, то на уровне сознания она выражается в виде критики. Люди с сильной агрессивностью строже критикуют тех, кто нарушает моральные нормы. Это было бы неплохо, если бы во многих случаях психологический анализ не показал, что такого сверхкритического человека волнует не столько мораль, сколько потребность в разрядке собственной агрессивности.

Следовательно, надо полагать, что хотя бы некоторая часть строгих моралистов занята социализацией и сублимацией своей агрессивности, для чего в качестве познавательного механизма в первую очередь выбирается рационализация.

С этой точки зрения подлежат дальнейшему исследованию моральные учения, выдвинутые разными философами, а также личность и деятельность основателей религий. Так, Мухаммед и его религия очень агрессивны, но ему и его последователям в основном удалось преобразовать внутриэтническую агрессию в межэтническую и межконфессиональную.

## § 24. Рационализации преступника: волк и ягненок

А. Общая тенденция. – Рационализации – излюбленное средство самозащиты преступников – начиная от улыбчивых коррупционеров и кончая жестокими убийцами. Эти люди, совершая свои преступления, всегда ощущали потребность в самооправдании. Мотивация самооправдания особенно сильна у тех из них, которые – в отличие от жестоких психопатов – не совсем лишены морали. Можно выдвинуть гипотезу, согласно которой чем выше уровень морального развития преступника, тем интенсивнее его мотивация самооправдания после совершения преступления. У них, по-видимому, возможно даже переживание угрызений совести.

У таких людей активный процесс создания рационализаций начинается в том случае, когда они готовятся объяснить свое поведение, или когда от них уже требуют объяснения.

Например, люди, уклоняющиеся от уплаты государственных налогов, изобретают целый ряд рационализаций для самооправдания. Утверждают, что государство осуществляет много ненужных и требующих больших расходов программ; что мы платим больше, чем должны и т. п.

Б. Механизм басни «Волк и ягненок». – Читатель, конечно, еще с детства знаком с этой басней, которая в том или ином варианте встречается в культурах многих народов. Увидев ягненка около ручья, хищный волк, конечно, захотел съесть его. Но этот волк все же уважал законы (в душе был демократом) и ему нужно было логически обосновать свой поступок. Ягненок, конечно, не хотел стать жертвой и стал активно защищаться, приводя свои контраргументы, нейтрализуя волчьи аргументы. Не имея больше возможности одоления логики ягненка, волк делает вид, что уже хочет уйти, и тут у него в голове возникает счастливая мысль: а ведь ягненок действительно виноват в том, что у него разгорелся аппетит и появилось желание съесть его. Чувство голода возникло из-за того, что он видел ягненка. И тогда, имея законное основание, волк спокойно съел ягненка.

Такую психо-логику с целью самооправдания используют многие преступники. Ход их мысли после разбойного нападения можно представить следующим образом: «Разве я виноват? Почему она (жертва) такая глупая, что в такое позднее время дня оказалась на пустынной улице, да еще с такой суммой в кармане?». Оказывается, что бедного разбойника этот преступник (преступница) вовлек в капкан, а то он не совершил бы такого преступления. Один

знакомый автора этих строк, который в одном небольшом деле вел себя мошеннически и присвоил небольшую сумму, старался оправдываться следующим образом: «А почему ты доверился мне? Не надо было обмануться». Это почти та же психо-логика самооправдания преступника, которая была описана выше. Одна проститутка оправдывала свою специфическую социальную активность следующим образом: «Разве я виновата? Если бы жены этих мужчин хорошо исполняли свои супружеские обязанности, я бы осталась без дела». У автора этих строк возникает соблазн объединить все это, с первого взгляда такие разные, случаи по признаку их ядерной психо-логики и назвать *психо-логикой проститутки*.

## **Глава 8. Защитная мотивация, рационализация и адаптация**

### **§ 1. Мотивация рационализации**

А. Почему выбираются одни рационализации, а не другие? – Поскольку рационализация – это процесс защиты индивидом своего «Я» то вопрос, вынесенный в заголовок настоящего раздела, представляется интересным. Ведь человек в принципе мог бы выбрать различные рационализации, такая возможность у взрослого человека с развитым словесно-логическим мышлением и с обширными знаниями всегда существует.

Можно предположить, что выбираются такие рационализации, которые наилучшим образом защищают ту подструктуру Я-концепции, которая положительно оценивается человеком. Во всяком случае его мотивация (и мотивировка), как мы полагаем, именно такая. Он может, конечно, совершать ошибки, неудачно защищаться, выбрать не самые эффективные и убедительные суждения. Это зависит также от опыта, от уровня вербального развития, от знания обстановки и от других факторов. В деле использования рационализаций с целью психологической самозащиты, в умении выбора подходящих аргументов, можно приобрести опыт, навыки, гибкость и другие качества, необходимые для мастерского выполнения самозащиты.

Следует также иметь в виду, что с помощью рационализаций человек оправдывает другой мотив или другую деятельность – такие, которые также были выбраны среди многих возможных вариантов (если, конечно, мы рассматриваем поведение человека не в лаборатории, а в естественных условиях жизни).

Б. Является ли рационализация обманом? – Обман – это сознательное, намеренное поведение. В этом смысле многие случаи рационализации не являются обманом в строгом психологическом смысле, поскольку они спонтанны и их мотивация не осознается. Используя рационализации, человек обычно уверен, что прав. Внешний же наблюдатель начинает подозревать, что человек рационализирует, когда обнаруживает, что одно и то же поведение может быть объяснено разными мотивами, а не только с теми, которые приводятся индивидом. Подозрение возникает и в том случае, когда последствия действий резко различаются от тех целей, для достижения которых они были предприняты.

Когда у человека развита сильное «Я» и он не боится знать правду о себе, то он может желать искренне разобраться в мотивах собственного поведения. Но когда его «Я» ослаблена и он имеет сильную самозащитную тенденцию, то будет рационализировать свои мотивы и действия, оказывая сильное сопротивление попыткам других раскрыть перед ним его подлинные мотивы. Когда в результате успешного психоанализа индивид узнает свои подлинные мотивы, у него переживания тревоги и страха становятся более умеренными, и они приобретают способность включения знания о настоящих своих мотивах в структуру Я-концепции.

Каждый человек, объясняя свое поведение, в какой-то мере пользуется рационализациями. Подсознательно выбираются такие мотивировки, которые больше всего совместимы с самоуважением и со структурой Я-концепции. Правда, если не все мотивы поступков человека осознаются им, то тем самым возникает возможность рационализации, поскольку мы не можем полностью правильно объяснить свое поведение. Наши объяснения только частично могут быть правильными. Причем неосознаваемые мотивы чаще всего являются вытесненными, следовательно, наши объяснения являются защитными аргументациями, т. е. рационализациями.

## § 2. Личность, целеобразование, рационализация

То обстоятельство, как часто, в каких ситуациях и каким образом человек рационализирует, может стать важным индикатором устойчивых качеств личности. Многие спонтанно рационализируют, даже специально ищут слушателей, хотя никто от них не требует объяснений и оправданий своего поведения. В подобных случаях можно с большой вероятностью говорить о наличии в психике человека конфликтов, нерешенных проблем и диссонансов, которые фрустрируют его. Изучение защитных аргументаций, таким образом, может служить важным источником психодиагностических данных о личности. Этот прикладной аспект проблемы рационализации требует дальнейшего рассмотрения с целью, например, создания соответствующих тестов. При этом следует исходить из того общего положения, что сознательные самооценки людей часто являются рационализациями, с помощью которых они скрывают то, что их фрустрирует. Даже самый честный взгляд на самого себя не гарантирует от рационализации и, следовательно, от искаженного восприятия собственной личности и неверной ее оценки.

У разных людей тенденция к психологической самозащите различна. Полагают, что чем ниже уровень самооценки человека, чем труднее для него принимать самого себя таким, каков он есть на самом деле, тем в большей мере его основные усилия направляются не на самопознание, а на самозащиту и самооправдание. Чем сильнее тенденция к самозащите, тем меньше сил и времени остается для объективно-полезной деятельности. Есть люди, которые даже собственные самые нелепые поступки истолковывают в терминах высоких мотивов, с помощью чего создают положительную установку на свою личность. Такая форма самоутверждения имеет уже патологические особенности.

В механизме рационализации важным моментом является искаженное восприятие действующим лицом отношения между его потребностями и осознанной целью поведения.

Для того, чтобы глубоко анализировать этот важнейший аспект процесса аргументации, касающийся начала, инициации процесса, следует делать небольшое отступление и в более широком плане рассмотреть проблему *целеобразования*.

Как известно, в психической активности зрелой человеческой личности большое место занимает целесообразная, целенаправленная деятельность, т. е. такая форма активности, окончательная цель и общий план которой индивид осознает с самого начала. Началом деятельности можно считать «момент», когда ее цель и план уже даны в готовом виде в сознании человека. Они, разумеется, в ходе самой деятельности претерпевают значительные изменения, но эта сторона вопроса в данный момент нас не интересует.

Проблема состоит в том, каким образом в психике человека формируется эта цель. Иначе говоря, каковы механизмы целеобразования и целеполагания. При отсутствии такого специального процесса целеобразования и, следовательно, осознанной цели, активность личности примет импульсивный характер. Нельзя сказать, конечно, что в аргументации, как в преимущественно осознанном логико-психологическом процессе, импульсивность совершенно отсутствует. Этот интересный вопрос нуждается в специальном рассмотрении. Но в целом нам представляется справедливым утверждение, что процесс аргументации есть форма целенаправленной деятельности. Поэтому знание того, каким образом происходит целеобразование, необходимо для понимания психологических, а также философских аспектов процесса аргументации.



К сожалению, процесс целеобразования пока слабо изучен. Уже опубликованы некоторые сборники<sup>93</sup>, однако в них перечисленные выше вопросы не исследуются. Поэтому ниже мы предлагаем ряд собственных соображений.

При обсуждении проблемы целеобразования следует отдельно рассмотреть процессы выдвижения общей цели деятельности (так сказать, стратегической цели, определяющей общую направленность активности человека) и частных (промежуточных) целей. Можно предположить, что образование промежуточных целей является более гибким процессом, подверженным изменениям тактического порядка, чем выдвижение окончательной цели деятельности.

Целеобразование, без сомнения, исходит из сферы мотивации личности, т. е. в его основе лежат потребности человека. Актуализированная активность выступает в качестве мотива, который является когнитивно-эмоциональным психическим состоянием, желанием, стремлением и т. п. Одна и та же потребность может иметь различные проявления в виде несколько различающихся мотивов поведения. Когда мотив достаточно активен – на сознательном или под-сознательном уровне – он, в свою очередь, активизирует познавательные механизмы личности. Причем врожденный механизм наследственного «рефлекса», описанный И. П. Павловым, может выступить как самостоятельно, так и в служебной роли, т. е. как средство удовлетворения других потребностей, актуализированных в качестве мотивов. В результате познавательной активности осуществляется выбор тех объектов, которые обладают качествами, удовлетворяющими актуализированную потребность. Именно эти объекты и выступают в качестве целей.

Выбор объектов в качестве целей осуществляется, конечно, в тех сферах действительности, которые доступны личности, о которых он имеет необходимую информацию. Либо это такие сферы, которые еще не существуют, но представлены в сознании с помощью механизмов воображения. Когда речь идет о социогенных потребностях высокого уровня, то механизм воображения в процессе целеобразования играет доминирующую роль. Он позволяет осуществить вероятностное предвидение, предвосхищение желаемого будущего. Поэтому мы думаем, что интимные механизмы целеобразования следует искать в комплексной активности мотивов, процессов памяти, мышления и воображения. Речь, разумеется, идет о тех случаях, когда человек самостоятельно выдвигает свои цели, а не получает их от других в виде готовых требований.

Когда человек выдвигает определенную цель и планирует соответствующую деятельность, то он в той или иной мере осознает и понимает связь цели с мотивами деятельности (а следовательно, и с лежащими за ними потребностями). Иначе говоря, человек имеет некоторое осознанное представление не только о том, что хочет (к чему стремится), но и о том, почему стремится именно к этой цели, а не к другой. Конечно, полной осознанности мотивов почти никогда не бывает. Но процесс рационализации усиливает трудность осознания подлинных мотивов поведения. Как мы уже говорили, рационализирующая аргументация включает искаженное восприятие действующим лицом отношения между его потребностями (мотивами) и целью деятельности. Цель воспринимается в качестве релевантной для группы таких его потребностей, удовлетворение которых представляет для него значительную ценность. Обычно это такие социогенные потребности, удовлетворение которых санкционируется обществом и, следовательно, может способствовать консолидации или повышению его социального статуса.

Между тем цель рационализирующей аргументации на самом деле, будучи достигнута, привела бы к удовлетворению другой группы потребностей, которые в данной ситуации выглядели бы неприемлемыми или неадекватными. Например, поступки и их рационализация могут преследовать эгоистические цели (или, иначе говоря, цель рационализирующей аргументации

---

<sup>93</sup> См.: «Психологические механизмы целеобразования» Отв. ред. О. К. Тихомиров. Москва: «Наука», 1977.

может быть выбрана так, чтобы стало возможным удовлетворение эгоистической потребности), однако свое поведение человек сознательно мотивирует (аргументирует) иначе: пытается доказать его обусловленность высокими моральными критериями.

В мотивационной сфере личности постоянно возникают конфликты. Тенденция к рационализации говорит о том, что между вышеуказанными двумя группами потребностей возник конфликт, причем только одна, первая, группа представлена в феноменологической картине мира (психофизической ситуации деятельности) данного человека, в сфере его сознания. Рационализирующая аргументация исходит из этого неосознаваемого или лишь частично осознаваемого конфликта, и подлинной ее целью является преодоление этого внутреннего противоречия.

Таким образом, целеобразование в процессе рационализации подчиняется важнейшей закономерности: *личность, рационализируя, решает не ту психологическую задачу, которая на самом деле является содержанием его фрустрации*. Целеобразование рационализации, таким образом, имеет более сложную структуру, чем в тех случаях, когда оно не исходит из потребности разрешения внутренних конфликтов, возникших между двумя группами потребностей. Следовательно, если сложна мотивация рационализации, то и ее логическая и психологическая (особенно когнитивная) структуры тоже должны иметь дополнительные особенности, не встречающиеся в процессах аргументации незащитного характера, т. е. такие, которые не исходят из фрустрации и преследуют единственную цель – достижение истины. Проблема особенностей психо-логической структуры рационализирующей аргументации мы рассматриваем в отдельной главе.

### **§ 3. Отраженная рационализация и адаптация личности**

Защитная мотивировка имеет еще одну любопытную психологическую особенность: *в большинстве случаев она призвана решать внутренние проблемы, но эти проблемы в сознании субъекта представлены в качестве внешних; они как бы проецируются на внешний мир и воспринимаются субъектом как проблема приспособления (adjustment) к среде*. Где искать причины этого явления?

Можно предположить, что во всех тех случаях, когда у личности имеются социально-неприемлемые потребности, они, находясь в сфере сознания, могли восприниматься в качестве свидетельств обладания отрицательными чертами характера и аморальными тенденциями. Но восприятие собственной личности как носительницы отрицательных качеств – источник фрустраций, поскольку обладание отрицательными чертами обществом и каждым его социализированным членом считается достойным сожаления явлением, т. е. депривацией, формой лишения определенных благ. Для преодоления своих фрустраций, имеющих такие внутренние источники, личность может идти как путем самопознания и самосовершенствования, так и менее плодотворным путем преимущественной психологической защиты. Второй путь заключается в том, что субъект искажает психологическую реальность и воспринимает себя в качестве положительного объекта.

Но при этом искажается не только восприятие самого себя. Используя, наряду с рационализацией, также механизм проекции, человек свои вытесненные из сознания отрицательные качества приписывает другим и высказывает о них отрицательные оценочные суждения. Поэтому мы предлагаем назвать подобные отрицательные суждения о других *отраженными рационализациями*, поскольку обесценивая и унижая других, он нередко в замаскированной форме борется против собственных внутренних конфликтов и недостатков, считая их источниками фрустраций и угроз для его положительной самооценки.

Таким образом, критика, направленная на других, имеет очень сложную мотивацию. Вполне возможно, что другие являются носителями критикуемых недостатков. Но для пони-

мания психологических истоков отраженной рационализации важно то, что для личности, осуществляющей эту разновидность психологической самозащиты, не эти недостатки других людей (и вообще «человеческой природы») являются подлинными объектами интереса, а собственная личность со своими конфликтами и неудовлетворенностью.

Итак, механизм отраженной рационализации является средством *объективации* личностных проблем. Такая объективация с помощью проекций ан внешний мир позволяет найти новые, дополнительные и косвенные средства преодоления внутренних конфликтов и фрустраций.

Важно учесть, что рационализация может иметь место в различных вариантах: а) говоря о своих проблемах, рационализируя свои мотивы, человек, образно говоря, не выходит за собственные границы, не вовлекает в сферу рационализирующей аргументации других людей; б) фрустрированная личность подсознательно проецирует собственные внутренние фрустраторы на других и осуществляет отраженную рационализацию; в) наконец, рационализация может носить объективно-комплексный характер, т. е. человек может, исходя из ложных посылок, не только оправдывать себя, но и критиковать других. Такая дифференциация разновидностей рационализации поможет осуществить весьма тонкий психологический анализ защитного вербального поведения человека.

Однако рационализация, как показывает анализ приведенных примеров, иногда действительно выступает как механизм приспособления к условиям внешнего мира, т. е. такой механизм, который имеет дело с подлинно внешними, объективными проблемными ситуациями. Такую функцию рационализация выполняет тогда, когда она используется личностью для искажения или отрицания объективно существующего, но отрицательно оцениваемого факта. Встречаются такие случаи, когда человек начинает оправдывать нечто (например, поступки, суждения или системы взглядов), во что хотел бы поверить, хотя оно (например, суждение о собственной личности) заведомо ложно. Очевидно, что такую задачу человек может решить только с помощью *софистических аргументов*. Мы полагаем, что связь защитной аргументации с проблемой мотивации софистического поведения может стать интересной темой для дальнейшего исследования.

В заключение отметим, что следовало бы тщательно исследовать общую логическую структуру защитных форм аргументации. На основе такой работы можно было бы раскрыть причины и формы использования в рационализациях известных логических ошибок (парадоксизмов, софизмов и др.). Эти вопросы мы намерены обсудить в главе, которая посвящена психо-логике рационализации.

#### **§ 4. Рационализация на службе у Я-концепции**

В каких ситуациях у личности возникают рационализации? Когда начинается их непроизвольное или произвольное продуцирование? Мы уже знаем, что существуют типичные случаи и ситуации, которые вызывают психическую защиту с помощью рационализаций. Это те случаи, когда человек допустил оплошность или серьезную ошибку и ему хочется объяснить или оправдать свои промахи, поскольку у него возникло чувство вины (а чувство вины всегда связано с чувством ответственности). Потребность в рационализациях возникает при неудачах, т. е. тогда, когда человеку не удается достигнуть поставленных перед собой целей или последние достигаются не в полной мере, частично, не говоря уже о тех случаях, когда человек идет на риск и теряет все, ничего взамен не приобретая. Наконец, как мы уже знаем, потребность в продуцировании рационализаций возникает в условиях переживания конфликтов и диссонансов, возникающих как перед, так и после принятия определенных решений (выбора одного их альтернатив среди нескольких). Все эти и подобные случаи, часто встречающиеся

в жизни каждого человека, нуждается в исследовании в теории фрустрации и психической защиты, в том числе в аспекте участия рационализации в защитных процессах.

Но если попытаться делать еще один шаг вглубь этих проблем, пытаясь найти то общее, что объединяет все описанные случаи и ситуации, то можно заметить, что в большинстве подобных случаев у фрустрированного человека возникает потребность в защите своего «Я» и его Я-концепции. Именно под регулирующим и управляющим влиянием «Я» и возникают те рационализации, с помощью которых защищается структура и содержание собственной Я-концепции.

Исходя из этого, мы выдвигаем следующую идею: мы считаем, что у каждого человека среди всех используемых им рационализаций имеется такая группа этих когнитивных образований (механизмов), которые исходят из «Я» и структуры Я-концепции. Для краткости их можно назвать *исходящими из Я-концепции рационализациями*. Хотя каждая рационализация, используемая личностью для самозащиты, так или иначе, опосредованно, связана с «Я» (поэтому и мы говорим о защите «Я» или личности, Эго), все же некоторые из них теснее связаны с элементами и целыми блоками Я-концепции, сопряжены с ними. Такие сопряженные с «Я» рационализации возникают в следующих случаях: 1) когда фрустраторы прямо воздействуют на Я-концепцию личности. (Например, кто-либо – В прямо заявляет, будто у А имеется какой-либо серьезный личностный недостаток или А совершил серьезную ошибку; 2) когда у личности, в составе ее Я-концепции, имеется устойчивый комплекс неполноценности, который постоянно мотивирует ее психологическую самозащиту, в том числе и с помощью рационализации.

Исходящие из «Я» рационализации, как и следовало ожидать, служат в первую очередь для защиты приемлемой для «Я», положительно оцениваемой структуры и содержания Я-концепции. Такая защита, на наш взгляд, может осуществляться двумя способами: 1) прямая, непосредственная защита имеет место тогда, когда на критику и попытки дискредитации личность отвечает прямым самооправданием или указанием на свои положительные черты, непосредственно отрицая то, что говорят фрустраторы: «Я не такой», «Ты ошибаешься», «У меня, наоборот, очень развита эта способность» и т. п. 2) Косвенная, и часто более эффективная, защита осуществляется следующим образом: индивид для сохранения своей Я-концепции и самоуважения осуществляет такую целенаправленную деятельность, выдвигает перед собой такие цели, вырабатывает такой уровень притязаний, достижение которых опровергало бы то, что говорят критики и недоброжелатели; 3) можно указать на еще одну возможность: человек, потерпев неудачу в какой-либо деятельности, для того чтобы доказать свою состоятельность, упорствует в ее исполнении, не отказывается от своих первоначальных целей, в результате чего у него активность приобретает персеверативность. Персеверативным становятся также те механизмы, с помощью которых он осуществляет свою психологическую самозащиту. Мы полагаем, что подобное упрямство в продолжении исполнения той деятельности, которая привела к неудаче – это признак того, что личность компенсирует свою ущемленность.

## **§ 5. Защитный мотив и процесс рационализации (новые идеи)**

А. Мотивы: подлинные и защитные. – В настоящей книге нет возможности для всестороннего анализа всех аспектов одной из самых сложных проблем психологии – проблемы мотивации человеческого поведения. Поэтому мы берем такую рабочую характеристику мотива и мотивации поведения человека, которая в целом известна психологами и принимается с их стороны (особенно в среде российских психологов), хотя нами добавляются некоторые новые нюансы.

Итак, мы считаем, что *мотив* (от лат. *movere* – приводить в движение, толкать) поведения человека – это определенная актуализированная потребность, которая переживается

как когнитивно-эмоциональное динамическое состояние. Каждый мотив имеет свою структуру, куда входят познавательные элементы, эмоциональные компоненты и представление о той потребности, которую человек хотел бы удовлетворить с помощью определенной активности (поведения, деятельности). Некоторые авторы (например К. Обуховский) считают, что мотив состоит из образа цели и программы действий<sup>94</sup>. Но мы считаем, что цель – это другое образование: она ассоциируется с мотивом, но не является его элементом. Что же касается программы действий, необходимых для достижения цели, то обычно такая программа налицо только в осознанных мотивах типа намерения. Типичными мотивами с ясной структурой являются намерения и социальные установки.

Для того, чтобы выяснить мотив или группу мотивов наблюдаемого поведения человека, мы должны задать ему вопрос: «зачем?» или «для чего?» он выполняет эти действия. Отвечая на такой вопрос, человек пытается осознать свои мотивы. Когда он словесно выражает свои мотивы и с их помощью обосновывает (объясняет) свое поведение, мы говорим о том, что он *мотивирует* его. Однако подобная мотивировка в некоторых случаях соответствует психологической реальности, т. е. отражает подлинные мотивы поведения, в других же случаях может не соответствовать. В последнем случае человек или не осознает свой мотив и поэтому, лишь бы дать какое-то объяснение, сочиняет иной мотив, либо осознает свой мотив (и знает о своих целях), однако по каким-то причинам скрывает их и высказывает совсем другое обоснование, обычно – социально приемлемое. В последних двух случаях перед нами защитная мотивация ли мотивировка, сочинение защитных мотивов.

Б. Защитный мотив в процессе рационализации. – Мы уже знаем, и это принято в современной психологии, что у человека мотивы бывают *подлинными* и *защитными*. Однако нам представляется вполне реальной и другая возможность. Мы считаем, что один и тот же мотив в одних психологических ситуациях выступает в качестве подлинной движущей силы активности человека, а в других ситуациях (а именно – при серьезных фрустрациях) может играть защитную роль. Иначе говоря, каждый мотив потенциально имеет две функции: обычную (подлинную) и защитную, и какая из них будет задействована, зависит от той ситуации, в которой оказался человек, а также от его переживаний и настроения.

Итак, хотя в принципе можно сказать, что мотивы бывают подлинными и защитными, эти типы в чистом виде вряд ли встречаются. Каждый мотив имеет две функции: функцию порождения незащитной адаптивной активности, не обусловленной фрустрацией, и защитную функцию, которая активизируется в том случае, когда человек фрустрирован и данный мотив актуализирован. Причем эту двойную функцию мотив может играть одновременно, и в этом случае он является *амбивалентным мотивом* не только потенциально, но и актуально. (Можно утверждать, что убедительным свидетельством такой возможности являются амбивалентные чувства, поскольку они тоже становятся мотивами поведения человека). Но такую двойственную функцию мотив может играть как одновременно, так и отдельно – в различных ситуациях.

Это последнее утверждение позволяет предположить, что для сознательной рационализации в виде самооправдания лучше использовать такие мотивы, которые уже имеются в иерархии мотивов человека и в прошлом действительно порождали (или хотя бы в составе комплекса нескольких мотивов активизировали) деятельность данного человека.

В этом случае мотив, в общем, будет амбивалентным. Поэтому можно поставить следующий вопрос: *не являются ли амбивалентные мотивы лучшими средствами (основами) рационализации?*

Очевидно, что в ходе психического развития личности ею приобретаются все новые мотивы, а некоторые из старых мотивов (теперь уже незрелых) утрачиваются или подавляются по причине негодности (анахроничности). Поэтому нет сомнения, что в ходе своего психи-

---

<sup>94</sup> См.: Обуховский К. Психология влечений человека. М.: «Прогресс», 1972, с. 28.

ческого развития личность приобретает не только подлинные мотивы приспособительно-преобразующего мир характера, конструктивной активности, но и мотивы защитной активности (защитные мотивы). Однако наша идея состоит в том, что рационализация будет убедительной как для самой личности, так и для других, так и успешной как средство адаптации, если личность в качестве защитных мотивов, как основ рационализации, будет использовать подлинные и зрелые мотивы данного возраста. Очевидно, что использование незрелых мотивов прошлого, особенно детских лет, не может обеспечить психологическую защиту с помощью рационализации, поскольку для данного возраста они являются незрелыми и неадекватными. Например, когда зрелая личность оправдывает свой отказ выполнять свои общественные функции и свои неудачи гедоническими мотивами, то такая рационализация не будет убедительной и психологически полезной ни для других, ни для себя. (Мы полагаем, что, следуя логике Гордона Олпорта, здесь можно говорить о существовании функционально автономных защитных мотивах и *функционально автономных рационализациях*).

Можно выдвигать также следующую общую идею: если некоторые – если не все – философские и этические системы являются результатами и средствами психологической защиты, т. е. имеют в своей основе и узловых частях рационализации, то самыми незрелыми являются те из них, которые опираются на гедонические защитные мотивы. Таковы все религиозные системы, а также некоторые социально-философские доктрины.

Дальнейшее развитие всех этих идей может быть полезным для развития психологии личности и социальной психологии. Но здесь мы ограничимся вышесказанным, поскольку это не задача настоящего труда.

## **§ 6. Поиск защитных мотивов как процесс рационализации**

Мотив, как мы уже знаем, это когнитивно-эмоциональный динамический комплекс, с помощью которого человек объясняет и обосновывает свое поведение, отвечая на вопрос «зачем?» или «для чего?». Когда человек приводя мотивы (и мотивировки) в свою пользу, объясняет свое поведение, он фактически осуществляет процесс рационализации. Это специфический вид данного защитного механизма и мы вправе присвоит ему название *рационализации с помощью мотивов* (или рационализирующей мотивировки). Это процесс поиска, обнаружения (создания) и использования мотивов, с помощью которых человек пытается дать разумное объяснение своему поведению (поступкам, деятельности или бездействию, переживаниям и т. п.). Потребность в таком защитном процессе возникает в том случае, когда мы осознаем, что наше поведение нежелательно и неприятно для окружающих (референтных) людей или групп и даже для нас самих. Ведь человек способен осознать и понимать, что в данный момент занимается не тем, чем надо заниматься, что есть более срочные дела, к исполнению которых он почему-то не приступает.

Например, студент завтра должен сдавать экзамен, но сидит перед телевизором и смотрит художественный фильм. Когда ему напоминают, что он должен готовиться к экзамену, он начинает сочинять оправдательные мотивы для своего иррационального, неразумного поведения: мол, устал, нуждается в отдыхе; все равно не успеет изучить весь материал; надо беречь здоровье. Он может также философствовать в том духе, что жизнь дается один раз и неразумно лишить себя удовольствий; что некоторый перерыв в работе поможет затем выучить материал более эффективно и т. п. Вполне понятно, что некоторые из этих суждений могут быть истинными, но дело в том, что он самом деле студент прервал свои занятия не по этим причинам (мотивировкам), а потому, что не увлечен своей специальностью и не любит напряженно работать. Приводимые с целью самооправдания аргументы – это защитные мотивы, а процесс их сочинения и приведения – это защитный процесс мотивировки, особая разновидность механизма рационализации.

## Глава 9. Рационализация, защитные комплексы и личность

Процесс рационализации, происходя как познавательный процесс личности, взаимодействует с другими психическими механизмами – как защитными, так и незащитными. В числе последних – различные познавательные процессы, установки и другие. Мы уже знаем также, что рационализации начинаются под воздействием конфликтов и диссонансов, которые также в определенном аспекте являются механизмами психической жизни. Ниже мы рассматриваем некоторые из таких связей. Это необходимо для лучшего понимания защитно-адаптивных процессов личности.

### § 1. Рационализация и установки личности

Психологически ориентированные талантливые писатели в своих произведениях так или иначе касались защитных механизмов личности, в том числе рационализации. Соответствующие эпизоды их книг могут дать начало новым размышлениям психологов над этими важнейшими механизмами психической активности людей.

Л. Н. Толстой в романе «Война и мир» следующим образом описывает переживания Пьера Безухова: он хотел бы исполнить обещание, данное своему другу князю Андрею и не поехать к Курагину, с которым он проводил беспутную жизнь. Но ему хотелось туда поехать. И он переживал внутренний конфликт. Вот как описывает далее Толстой процесс самозащиты Пьера и механизм принятия решения.

«Но тотчас же, как это бывает с людьми, называемыми бесхарактерными, ему так страстно захотелось еще раз испытать эту столь знакомую ему беспутную жизнь, что он решил ехать. И тотчас же ему пришла в голову мысль, что данное слово ничего не значит, потому что еще прежде, чем князю Андрею, он дал также князю Анатолию слово быть у него; наконец, он подумал, что все эти честные слова – такие условные вещи, не имеющие никакого определенного смысла, особенно ежели сообразить, что, может быть, завтра же или он умрет, или случится с ним что-нибудь такое необыкновенное, что не будет уже ни честного, ни бесчестного. Такого рода рассуждения, уничтожая все его решения и предположения, часто приходили Пьеру. Он поехал к Курагину»<sup>95</sup>.

Это хороший пример исследования рационализаций и иллюстрация того, как этот защитный механизм разрушает один из конфликтующих мотивов личности.

### § 2. Рационализация, диссонанс, самосознание

Исследования Лиона Фестингера и его последователей имеют существенное значение для понимания того, каким образом осуществляется выбор между конфликтующими альтернативами и каковы психологические последствия такого выбора. Фестингер показал, что выбор между привлекательными альтернативами создает у личности когнитивный диссонанс, сила которого пропорциональна привлекательности отброшенной альтернативы; последующий за выбором диссонанс пропорционален качественным различиям альтернатив выбора; этот диссонанс пропорционален важности выбора<sup>96</sup>.

Важность этих результатов для психологии личности и социальной психологии заключается в том, что они позволяют существенно углубить наше понимание реальных жизненных

---

<sup>95</sup> Толстой Л. Н. Собр. соч. в 12 томах, Т. 3, М.: «Правда», 1984, с. 40.

<sup>96</sup> См.: Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. СПб.: «Речь», 2000; Brehm J.W. and A.R.Cohen. *Explorations in Cognitive Dissonance*. New York: John Wiley and Sons, 1962, pp. 308–309.

случаев, связанных с выбором: случай героини романа Толстого «Война и мир», не сумевшей сделать окончательный выбор между двумя примерно одинаково привлекательными мужчинами и поэтому покончившую с собой; тех многочисленных случаев, когда люди никак не могут принимать решение и долго колеблются между альтернативами; тех случаев, когда решение принимают, но после этого в их образе мышления и поведении появляются иррациональные черты и действия, обусловленные непроизвольно разворачивающимися процессами психологической защиты.

В тех случаях, когда человек осуществляет не добровольный выбор, а уступает внешнему давлению, то опять у него возникает диссонанс, за которым следуют следующие процессы: 1) этот диссонанс уменьшается, когда увеличиваются (и усиливаются) вознаграждения, побуждения или оправдания этого принуждения; 2) диссонанс, возникающий в результате уступки внешнему давлению, уменьшается параллельно с усилением принудительных сил, порождающих уступчивость.

Возникает проблема: означает ли это, что слабая фрустрация вызывает более интенсивный диссонанс, чем сильная? Но мы знаем, что сам диссонанс является для личности фрустратором. Поэтому возникает еще один вопрос: уменьшает ли усиление внешнего фрустратора силу внутреннего фрустратора, в данном случае – диссонанса? Следует найти этому феномену объяснение и применить его при объяснении тех социально-психологических явлений, которые возникают в социальных группах при деспотическом управлении. Известно, что при сильной деспотической власти, подавляющей творческую активность и спонтанность личности, члены социальной группы меньше протестуют и переживают меньше внутренних конфликтов, чем при либеральной или демократической власти.

Когда же человеку преподносится диссонантная информация, в числе других появляются следующие последствия (реальность которых подтверждена экспериментально): 1) при предъявлении противоречивой информации уровень возникающего диссонанса является прямой функцией важности темы (сообщения); 2) диссонанс у воспринимающего является прямой функцией трудности «открытости» для противоречивой информации.

Получены также экспериментальные данные, подтверждающие ту идею, что диссонанс может возникать в ситуациях «свободного» или вынужденного (принудительного) выбора и как следствие этих выборов. Но нет доказательств, что выбор должен всегда привести к возникновению диссонанса. Сам Фестингер утверждал, что простой акт принятия решения еще не может обязательно привести к диссонансу или к процессам редукции диссонанса. Нужно порождение действия, т. е. решение должно влиять на поведение для того, чтобы вызвать диссонанс. Правда, это утверждение нам представляется спорным. Мы полагаем, что и на этапе принятия решения возможен диссонанс.

Теория когнитивного диссонанса почти не решила никаких проблем, но указала на целый ряд еще не исследованных явлений, наблюдающихся в период после принятия решения. Самое главное то, что восприятие и оценка альтернатив до принятия решения и после принятия решения различны: после принятия решения наблюдается большая субъективность и страстность, а также предубежденность. Здесь большую роль играет *рационализация принятого решения*, искусственное усиление его значимости в вред отброшенным альтернативам. Но сами эти процессы рационализации все еще слабо исследованы. Самое большее – бросаются в глаза их результаты. То, что такие защитные процессы после принятия решения начинаются – в этом нет никакого сомнения. Человек оправдывает особенно те выборы, которые несовместимы с его Я-концепцией. Для возникновения диссонанса после принятия решения важнее несоответствие между когнитивными структурами Я-концепции и совершенного выбора, чем



несогласованность (inconsistency) между различными альтернативами. На это важное обстоятельство обратили внимание также другие социальные психологи<sup>97</sup>.

В качестве обобщения подобных наблюдений Ф. Хайдер выдвинул формулировку, согласно которой существует тенденция воспринимать любое событие (X), считающееся функцией характеристики личности (P) и ее среды (E) таким образом, чтобы восприятие X, P и E и их взаимосвязей были совместимы друг с другом.

Из этой формулы следует, что индивид может переживать диссонанс, когда P – другая личность (т. е. в отношении своей концепции о другой личности). Например, когда мы видим, что наш друг мошенничает или проявляет плохой вкус, то восприятие этих фактов создает диссонанс с нашей «концепцией друга».

Еще одним следствием является следующее: индивид может переживать само – диссонанс (потребность защищать свою Я-концепцию) даже тогда, когда действие X произведено другой личностью, если он приписывает ей некоторые свои черты. (Иначе говоря, когда существует некоторая идентификация, которая создает основу для фрустрации даже в том случае, когда фрустратор воздействует на другую личность). Например, когда отец узнает, что его сын воровал деньги, то этот факт оказывается в диссонантном отношении с его представлением о себе как об отце. Диссонантным с Я-концепцией является также следующее: человек узнает, что высокопочитаемое им лицо (учитель, специалист и т. п.) делает неправильный выбор.

Согласно вышеприведенной общей идее Хайдера, диссонанс и защитная тенденция могут возникать как до, так и после принятия решения. Поэтому диссонанс не является специфичным только для процессов, следующих за выбором и решением, и не является неизбежным.

Психологические события, последующие за принятием решения, очень интересны. Возникает желание оправдать свои действия перед собой и другими (рационализация), которое приводит к не сразу бросающимся в глаза изменениям. Действия, следующие за принятием решения, меняют восприятие реальности и делают трудным для человека пересмотр или изменение своего решения.

Например, если человек принимает приглашение на обед вместо того, чтобы пойти на концерт, то его решение подкрепляется такими действиями, как обещание хозяину, что придет в гости (и тогда, идя на концерт, он нарушил бы свое обещание), или отказ купить билет на концерт (что исключает возможность идти на концерт). – Изменения реальности, являющиеся следствиями решения, обычно увеличивают относительную психологическую силу избранной альтернативы, которая оказывается в центре внимания и активности. Однако усиленное внимание не всегда приводит к открытию новых удовольствий. Оно может привести также к отрицанию воображаемых ожиданий, к сожалению, а также к попыткам не делать того, что было решено делать.

### **§ 3. Выбор целей, уровень притязаний и когнитивный диссонанс**

Есть люди, которые выбирают трудные цели, чтобы, потерпев неудачу или поражение, могли иметь основу для самооправдания с помощью этого внешнего обстоятельства. Это то *внешнее оправдание*, которое часто наблюдается при когнитивном диссонансе.

Поэтому проблему уровня притязаний, во всяком случае ряд ее аспектов, можно плодотворно исследовать на основе теории когнитивного диссонанса. В приведенном случае диссонанс (как разновидность внутреннего конфликта) возникает между следующими когнициями: а) представлением о трудности цели, б) представлением о неадекватности своих способностей, которое возникает как следствие неудачи (фрустрации).

---

<sup>97</sup> См.: Deutch M. and R. Kraus. *Theories in Social Psychology*. New York, London, 1965, p. 74; Deutch M., R. M. Kraus and N. Rosenau. *Dissonance or defensiveness?* – «*Journal of Personality*», 1962, 30, pp. 16–28.

Конечно, когнитивный состав таких состояний намного сложнее, и эту сложность надо раскрыть для понимания всей сложности последующих адаптивных – образных, вербальных и т. п. – процессов. Когнитивный состав до наступления неудачи, на этапе выбора цели, и когнитивный состав после неудачи, различны. Переход от одного состава (и всей воспринимаемой ситуации) к другому в значительной степени обуславливает появление конкретных форм адаптации. (В такой постановке изложенное – новая проблема, и ее следует исследовать с учетом всех фактов об уровне притязаний и защите).

#### **§ 4. Тенденция к рационализациям и некоторые черты личности**

А. Рационализация – ведущий защитный механизм у определенной категории людей. – По частоте и активности использования рационализации между разными индивидами существуют различия. Можно поставить вопрос о выяснении связи тенденции к преимущественному использованию рационализации у различных типов личностей. Поскольку, насколько нам известно, таких специальных исследований еще не проводилось, ниже мы высказывает несколько соображений по этой важной проблеме.

У некоторых типов людей рационализация может стать ведущим защитным механизмом. Поэтому мы вправе говорить о *рационализирующем типе личности*. В итоге своего психического развития в специфических условиях некоторые индивиды приобретают устойчивую тенденцию к созданию рационализаций почти в каждой проблемной ситуации. Рационализация становится ведущим механизмом социально-психической адаптации таких людей. «Собирая» вокруг себя ряд вспомогательных механизмов, например атрибуцию и идентификацию, рационализация составляет центр адаптивной стратегии таких людей.

Когда у личности формируется подобная защитно-адаптивная стратегия, она может стать не только устойчивой, но и ригидной и даже патологизироваться. О подобных патологических последствиях систематического использования рационализации мы будем говорить в отдельной главе. Отметим только, что если в мягких формах рационализации ситуативно даже полезны, то в таких устойчивых, крайних и ригидных формах они приводят к патологической адаптации личности. Причем не всегда личность осознает, что дезадаптирован, в то время как для внешнего наблюдателя это очевидно. Имея сложные системы рационализаций и жесткую адаптивную стратегию соответствующего типа, личность начинает запутываться в собственных умственных конструкциях и теряет чувство реальности.

*Трусость* – это не только страх перед теми силами и факторами, которые угрожают безопасности личности. Человек может быть трусливым в науке, идеологической работе, в моральной сфере и т. п. Мы выдвигаем гипотезу, согласно которой трусливый человек больше склонен к рационализациям, чем человек храбрый, причем система «трусливых рационализаций» делает его еще более трусливым. По-видимому, исходя из того, что существуют различные виды рационализации, можно выделить различные виды трусости (моральную, познавательную, политическую и т. п.).

Б. Рационализация и сверхвысокая самооценка. – Защитные и компенсаторные (т. е. субститутивные) процессы направлены на то, чтобы преодолеть чувство неполноценности и убеждение в своей неспособности вызвать к себе позитивную установку со стороны других людей. Поэтому активное использование защитных механизмов почти всегда приводит к особым формам формулировки представлений о своем «Я», а именно: к крайне высоким самооценкам. Эта тенденция становится особенно сильной при паранойе, когда человек имеет одновременно манию преследования и манию величия.

При наличии у личности элементов паранойи у него появляется тенденция рационализировать возникшее положение вещей порою даже с помощью необычных (изумительных) объяснительных верований. Этим путем они стараются привлечь к себе внимание как можно боль-

шего числа людей, чтобы чувствовать себя важными персонами. Параноики часто приходят к выводу, что в детстве их меняли с другим ребенком и т. п. Они считают, что свои подлинные родители были более значительными людьми. Это утверждение они считают достоверным фактом и одним из признаков существования заговора, организованного против них своими врагами.

В. Зависимость типа рационализации от типа темперамента и других черт личности. – Люди с различными темпераментами, оказавшись в одинаковой проблемной ситуации, пользуются различными рационализациями (а также различными защитными механизмами из числа остальных). На основе соответствующих фактов можно выделить индивидуальные типы рационализации (и индивидуальные типы других защитных механизмов). Появление индивидуальных (и индивидуализированных) типов защитных механизмов закономерно, поскольку реальны и закономерны индивидуальные различия по темпераменту и другим измерениям личности. Отсюда – важность их научного исследования.

Для анализа можно взять известный пример, часто описываемый даже в учебниках по психологии. Три школьника одного возраста, но разных темпераментов (А – сангвиник, В – холерик, а С – меланхолик) вместе идут в театр, но опаздывают к началу сеанса и дежурный их не пускает в зал. На эту фрустрацию они реагируют по-разному. А говорит: «Ничего, я думаю, что в начале показывают неинтересные сцены. Зайдем после перерыва. Теперь же лучше пойти в буфет».

В, будучи холериком, проявляет агрессивность и старается силой ворваться в зал. (При этом у него могут появляться рационализации с агрессивным содержанием, а также такие, с помощью которых он пытается оправдать свое опоздание).

С же говорит: «Опять не повезло. Всегда так, когда хочу посмотреть что-то интересное, не получается».

Считается, что общий дух вербальных реакций у людей с разными темпераментами будет различным.

Эти типы рационализаций подлежат анализу с целью выявления специфичности их мотивации, их психолингвистической структуры и механизмов выбора аргументов, составляющих рационализацию.

Мы считаем, однако, что эти различия защитных процессов зависят не только от типа темперамента. К примеру, рационализации разных меланхолических личностей в одной и той же фрустрирующей ситуации будут различными в зависимости от различий истории их психического развития. Если меланхолик С<sub>1</sub> в жизни часто переживал фрустрации, то он, конечно, будет чаще пользоваться рационализациями типа «Опять не повезло...». Но другой меланхолик (С<sub>2</sub>), не имеющий такой же истории фрустраций, и по этой причине имеющий более оптимистический взгляд на жизнь, может реагировать рационализациями по-другому.

Поскольку из индивидуальных различий людей лучше всего экспериментально исследованы два измерения (экстраверсия – интроверсия, невротизм – эмоциональная устойчивость), то целесообразно начать исследование индивидуальных способностей защитных механизмов в зависимости от этих измерений, а не от глобальных (и, по-видимому, реально не существующих) типов темперамента (сангвиник, меланхолик, холерик, флегматик).

Другим важным и интересным направлением может стать исследование зависимости характера защитных механизмов и их комплексов от уровня притязаний личности и от всего комплекса связанных с ним явлений, в том числе от социометрического статуса. Для этого можно использовать данные, полученные еще Хоппе и другими психологами<sup>98</sup>.

Можно постепенно расширять эти исследования, охватив все новые связи защитных механизмов с другими общими или индивидуальными свойствами личности.

---

<sup>98</sup> См.: Фресс П., Пиаже Ж. *Экспериментальная психология*. Вып. V, с. 36–40 и др.

## **§ 5. Защитный комплекс с ведущей рационализацией (об одной рационализации Анатолия Карпова)**

В различных случаях жизни рационализация всегда выступает в связи с другими защитными механизмами, составляя с ними временный или устойчивый защитный комплекс. Рассмотрим такой защитный комплекс, в центре которого находится рационализация.

В октябре 1978 года в филиппинском городе Багио в матче за титул чемпиона мира по шахматам Анатолий Карпов со счетом 6:5 победил Виктора Корчного и вторично стал чемпионом. К концу матча счет был 5:2 в пользу Карпова, однако он потерпел три поражения подряд и счет стал 5:5. Однако после этого он играл успешно и выиграл матч. Среди его интервью особый интерес с точки зрения психологии фрустрации и психологической защиты вызывает то, которое он дал газете «Известия» (1978, 4 ноября, № 259 (19019)). На вопрос о срыве (т. е. фрустрации, возникшей в результате проигрыша в трех последовательных партиях) Карпов ответил: «— К сожалению, хладнокровие не всегда с нами. Видимо, сказалась физическая и нервная усталость. Но потом я взял себя в руки. Я верил в победу. Кстати, ни один шахматный матч на первенство мира не проходил без ошибок его участников».

Как видно из этих слов, проецируя на всех людей собственную слабость, Карпов тем самым попытался утешить себя, оправдываться, т. е. рационализировать свою неудачу. Такой же смысл имеет следующее его утверждение: «Кстати, ни один шахматный матч на первенство мира не проходил без ошибок его участников». В этом случае наблюдается также использование рационализаций с целью избежать глубокого самоанализа и раскрытия подлинных истоков своих переживаний. Мы здесь видим также ту разновидность рационализации, которой дали название «принципа рациональной абсолютизации».

Причем во всех этих своих предназначенных для самозащиты утверждениях Карпов вполне искренен, что чувствуется по прочтении всего интервью. Это свидетельствует о том, что использование механизмов проекции и рационализации является для него обычным делом, они в его психике нормально развиты, и при необходимости спонтанно актуализируются и заполняются тем конкретным содержанием, которое требуется сложившейся ситуацией.

Симптоматично и то, что о претенденте Корчном и о его возможностях как шахматиста Карпов ничего не говорит. Психологии известно, что замалчивание является формой скрываемой враждебности.

Итак, перед нами защитный комплекс, состоящий из проекции, агрессии и рационализации. Поскольку враждебность «скрывается», то это значит, что в психозащитном процессе участвует также вытеснение (или, вероятнее всего, сознательное подавление неприятных знаний о больших возможностях противника).

## Глава 10. Вера в «справедливый мир» и исходящие из нее рационализации

Внутрипсихическими «источниками» рационализаций могут быть некоторые уже сформировавшиеся установки, концепции и представления человека, такие, которые просто принимаются на веру, считаются верными без критики и проверки. Одним из таких представлений является вера большинства людей в то, что будто мир справедлив и каждый в нем получает по своим заслугам. На эту веру обратил внимание американский психолог М. Лернер. Поскольку эта концепция имеет непосредственное отношение к психической защите с помощью рационализации, ниже мы вкратце рассмотрим ее.

### § 1. Концепция М. Лернера

А. Справедлив ли мир? – Исходя из повседневных наблюдений и данных некоторых экспериментальных исследований, американский психолог М. Лернер выдвинул концепцию о том, что у людей существует «вера в справедливый мир». Значительное число людей, если не большинство, верит в то, что мир в целом, причем даже в своих физических проявлениях, справедлив и, следовательно, добро и зло вознаграждаются по заслугам. У многих такая концепция о мире носит неосознанный или полусознанный характер, тем не менее такая вера оказывает влияние на их поведение. Они во многих случаях действуют исходя из такого представления<sup>99</sup>.

Подобная неявная (имплицитная) теория о предполагаемой справедливости мира, которая, на наш взгляд, в значительной мере иррациональна (в смысле несоответствия фактам жизни), приводит к парадоксальным результатам. Одним из них является то, что люди склонны оправдывать победителей и осуждать побежденных, а это очень часто не что иное, как вопиющая несправедливость. Более того, победителей, тех, кто добивался успехов (по их критериям) не только оправдывают: усиливается симпатия по отношению к ним. Вообще удачливые люди становятся вследствие этого (а также атрибуций, о которых пойдет речь ниже) более привлекательными, в первую очередь для представителей противоположного пола.

Можно предполагать, например, что многие верили в мудрость и доброту Сталина и оправдывают его преступления именно потому, что на их образ мышления оказывает влияние имплицитная теория справедливого мира, которую они несут в себе, иногда не совсем осознавая ее. Действительно, трудно вообразить, что невинного человека просто так возьмут да накажут или уничтожат. Предполагается, что он в чем-то виноват, хотя никто толком не может сказать, в чем. Палачи сочиняют такие грехи для своих жертв, а многие, не имея возможности проверить сказанное, верят им в слово.

Б. Теория атрибуции и концепция Лернера. – Предложенная Лернером концепция о существовании веры в справедливый мир получает мощную поддержку со стороны другой социально психологической теории – *теории атрибуции*. Создатели этой теории заметили, что когда кто-то терпит поражение, страдает, оказывается в бедственном положении, тогда многие внешние наблюдатели, особенно те, кто находится в более благополучном положении, ищут причину такого положения вещей в самих этих людях, считая, что за свои неудачи и страдания виноваты сами. У наблюдателей происходит атрибуция (приписывание) этим людям отрицательных черт, мотивов и поступков. Это явление *обвинения жертвы*.

---

<sup>99</sup> См.: Lerner M. *Social psychology of justice and interpersonal attraction*. – In: *Foundations of interpersonal attraction*. New York, 1974; его же: *Evacuation of performance as a function of a performer's reward and attractiveness*. – «*Journal of Personality and Social Psychology*», 1965, 1, pp. 355–360.

Такое явление наблюдается и при оценке неудач, поражений социальных групп и даже этносов в соперничестве с другими. Например, немало людей обвиняют евреев за то, что их преследовали и организовали их этноцид в XX веке; такого рода обвинения звучат и в адрес армян. Обвинение жертв за их страдания – очень распространенное явление, и оно в значительной степени опирается на веру в справедливый мир и осуществляется с помощью механизма атрибуции. Вот к каким последствиям может привести такая иррациональная вера.

Почему клевета приводит к желательным для клеветника результатам? По той причине, что многие думают так: если про Р такие странные вещи рассказывают, значит он действительно что-то сделал. Ведь мир справедлив! Иначе говоря, многие рационализируют в пользу клеветников, палачей и других преступников, тем самым создавая благоприятную ситуацию для их дальнейшей разрушительной деятельности.

В. Оправдание несправедливости. – Обвинение жертвы – широко распространенное явление. Оно наблюдается даже в экспериментальной ситуации. М. Лернер провел эксперимент о доказал, что даже в таких условиях вера в справедливый мир порождает обвинение жертвы, т. е. *несправедливость*. В одном из экспериментов испытуемым предлагали проанализировать дорожно-транспортное происшествие. Анализ всех данных о происшествии, в котором был ранен пешеход, показал, что пешеход (жертва) был невиновен в случившемся, виновен был шофер. Когда испытуемым говорили, что пешеход получил легкое ранение, испытуемые выносили правильное решение: виноват водитель. Когда же им сообщили, что пешеход получил тяжелые ранения и находится в тяжелом положении или умер, испытуемые начинали обвинять не только водителя, но и жертву; они *перераспределяли ответственность* между двумя сторонами<sup>100</sup>. Имел место атрибуция ответственности как водителю (настоящему виновнику), так и жертве. Это несправедливость, но люди редко осознают, как у них *вера в справедливость и ее окончательную победу приводит к несправедливости*.

Имплицитная теория о справедливости мира приводит к оправданию целого ряда других несправедливостей. В другом эксперименте Лернера четверо испытуемых играли в такую игру, в которой каждый внес равный вклад. Однако экспериментатор вознаграждал только одного из них (случайно избранного участника). Затем просили испытуемых сказать, кто из игроков внес наибольший вклад в общий успех. Большинство утверждало, что такой вклад внес тот, кто получил награду.

Это означает, что люди склонны оправдывать несправедливые решения, тем самым способствуя подкреплению и укоренению социальной несправедливости. В основе такой склонности лежит, в частности, неявная теория (вера) о том, что мир, в котором мы живем, справедлив. Точно так же верующие считают, что не надо бороться против несправедливости, поскольку Бог сам накажет виновных и несправедливых людей, т. е. мир построен на справедливых началах. Согласно верующим, справедливость победит если не на земле, то в потустороннем мире.

Парадоксальность выводов, к которым приходят люди, имплицитно или сознательно руководствующиеся теорией справедливого мира, подтверждается также тем, как испытуемые оценивают «учеников» – участников известных экспериментов Стэнли Милгрэма. Оказалось, что чем сильнее страдает жертва от сильных электрических ударов, тем большую антипатию она вызывает у испытуемых. Испытуемые Лернера наблюдали видеозапись экспериментов Милгрэма. Любопытно, что когда у испытуемых не было возможности прекратить эксперимент, антипатия наблюдателей к жертве была интенсивнее. Симпатия же к «ученикам» усиливалась, когда у них была свобода действий.

Г. Влияние на личность. – Какое влияние на другие аспекты личности и ее активности оказывает иррациональная вера в то, будто мир справедлив? Одно из них – это часто наблюдаемая пассивность тех людей, у которых такая вера сильна. Такие люди, считая, что справедли-

---

<sup>100</sup> Lerner M. *Social psychology of justice and interpersonal attraction*. – In: *Foundations of interpersonal attraction*. New York, 1974.

вость рано или поздно восторжествует, пассивно ждут, чтобы эта справедливость наступила, чтобы его проблемы решались как бы сами по себе. Но кто, кроме самого человека, может решать его проблемы, кто больше него заинтересован в их решении? Никто. Поэтому у многих жизненно важные проблемы остаются нерешенными.

## § 2. О структуре веры в справедливый мир

Приведенные факты и суждения показывают, что теория о справедливом мире есть не что иное, как *организованная система рационализаций*. Она используется для психологической адаптации индивидов и групп в таких ситуациях, в которых совершается или совершилась несправедливость, но они бессильны что-либо сделать. Люди, исходя из теории справедливого мира, наивно верят в то, что их успехи и достоинства не могут, в конце концов, не вознаграждаться. И если в жизни действительно бывают случаи, когда справедливость торжествует (такое тоже бывает), то люди активно пользуются подобными фактами для подкрепления своей веры в справедливость мира. Но в тех многочисленных случаях, когда торжествует несправедливость, люди, исходящие из своей имплицитной теории, проецируют окончательное справедливое решение на неопределенное будущее, иногда даже «в мир иной». Мы считаем, что именно здесь следует искать один из психологических истоков веры в загробный мир, в справедливый суд божьи и тому подобные утешительные представления. В этом случае, если опять вернуться к структуре этой теории справедливости, можно сказать, что в ней значительное место занимают *вероятностные суждения*, предположения о том, что произойдет в будущем. Правда, если имплицитная теория справедливости принимает характер веры, то в ней должны преобладать категорические суждения.

Это показывает, что мы в дальнейшем, пытаясь развивать теорию Лернера, мы должны раскрыть различные варианты имплицитной теории справедливого мира, например, по критерию силы веры (подобная теория может иметь уровни и по уровню рациональности – иррациональности).

Другая важная проблема – выяснение того, каким образом в психике человека в процессе его социализации формируется такая вера, подобная имплицитная теория.

## Глава 11. Политические, идеологические и этнические виды и аспекты рационализации

Психологические рационализации широко распространены во всех областях жизнедеятельности человека и общества. Особенно их много в философии, политике и политологии, в социологических учениях и религиозных идеологиях, в исторических трудах, мемуарах деятелей различных эпох. Политические и идеологические рационализации – это чаще всего псевдообъяснения, в которых сублимируются защитные тенденции, агрессивность и тщеславие, стремление утверждать себя, в том числе интеллектуальными средствами. Ниже мы рассматриваем некоторые из наиболее существенных вопросов, касающихся идеологических и политических рационализаций.

### § 1. Ретроспективный взгляд на идеологию и политику

Краткая история исследования рационализации до 60-х годов XX века дана в книге Гарднера Линдзее и Эллиота Аронсона<sup>101</sup>. В ней приводится, в частности, уже известная нам точка зрения Дж. Робинсона, согласно которому рационализация представляет собой самооправдание, имеющее место тогда, когда нас или нашу социальную группу обвиняют в совершении ошибок и в различных заблуждениях. Однако уже Гордон Олпорт заметил, что понятие рационализации имеет более широкий спектр значений, чем простое самооправдание. Разновидностями рационализации являются также различные случаи маскировки (cloaking) мотива, защиты системы ценностей, оправдание (excusing) плохого поведения любимого существа и вообще множество случаев отказа видеть аргументы в правильном освещении. Короче говоря, заключает Г. Олпорт, рационализация представляет собой процесс выдвижения хороших доводов вместо реальных.

А. Социальные стереотипы и рационализации. – Близкое отношение к концепции рационализации, как отметил Г. Олпорт, имеет т. н. «доктрина стереотипа», предложенная Уолтером Липпманом<sup>102</sup>. Он говорил о том, что образованная в голове человека картина выполняет ряд полезных функций, поскольку редуцирует сложную социальную реальность к доступной для управления содержанию, которая, однако, имеет ложные пропорции «реальности». Когда реальный опыт противоречит стереотипу, то имеет место одно из двух.

Если у человека психика уже стала негибкой или какая-то интенсивная заинтересованность делает для него неудобным преобразование своего стереотипа, то он пренебрегает противоречиями, объявляя их исключениями из общего правила; он дискредитирует неудобные свидетельства, находится в них «трещины» и изъяны старается предавать их забвению.

Но если человек сохранил свою любознательность и открытость (open-mindedness), то он включает новизну в имеющуюся у себя картину и позволяет, чтобы она изменилась. Иногда, отмечает Липпман, когда имеет место из ряда вон выходящий случай, который приводит к изменению установленной схемы, человек может быть потрясен до такой степени, что уже теряет доверие к общепринятым способам восприятия жизни. Он приходит к выводу, что реальные явления обычно не являются таковыми, как о них принято думать. У человека происходят мировоззренческие изменения.

Б. Идеологические доктрины прошлого и рационализации. – Более старой, но сходной с теорией стереотипов является «доктрина идеологии». Еще Френсис Бэкон в своем «Новом Органоне» отметил, что доминирующие родовые и племенные идолы, «идолы ярмарок и

---

<sup>101</sup> См.: Lindzey G., Aronson E. *The Handbook of Social Psychology*. Vol. 1, 1968, pp. 22–28.

<sup>102</sup> См.: Lippman W. *Public opinion*. New York: Harcourt, Brace; 1922.



пещер», отличаются хроническими ошибками и искажениями реальности. Идеологии социальных классов, служащие для оправдания их претензий, являются разновидностями рационализации. К. Маркс и Ф. Энгельс в «Немецкой идеологии» термином «идеология» обозначили те специально разработанные верования, которые провозглашались классом капиталистов с целью оправдания своего привилегированного положения в обществе. Находящееся под их влиянием движение, выступающее под названием «социологии знания», занялось исследованием любой идеологии, авторы которых стремятся исходить из системы определенных ценностей и оправдывать их, в то время как эти ценности могут быть сконструированы исходя из иррациональных или квазирациональных соображений<sup>103</sup>. Однако со временем понятие «идеология» стала употребляться без «привкуса» двуличия, хотя это не свидетельствует о том, что они свободны от рационализаций. Это просто невозможно.

Хотя целый ряд других авторов обратили внимание на указанные выше характерные особенности идеологий, для психологов некоторый интерес представляет точка зрения Вильфредо Парето – итальянского экономиста, его доктрина о «деривациях». Парето написал обширный трактат по социологии с позиций иррациональной социальной психологии. Он, как отмечает Олпорт, не был знаком с взглядами своих интеллектуальных предшественников, но создал «новую систему», которые У. МакДауголл и другие социальные психологи подвергли суровой критике за повторение того, что уже было известно в социальной психологии.

Парето, как и все иррационалисты, считал, что у человека имеется два вида мотивов: реальные и фиктивные (деривации). Первые подчиняют человека его чувствам, которыми умные люди манипулируют с помощью нелогичных доводов, а возникающие на их основе социальное поведение «объясняется» и приукрашивается с помощью вербальных иллюзий, которым Парето дал название дериваций. Последние широко распространяются в обществе средствами массовой коммуникации. Подлинные же мотивы, по мнению Парето, сводятся к некоторым умственным процессам, которым он приписывает названия «инстинкт комбинирования», «потребность выразить свои чувства внешними действиями», «сексуальные остатки» (*sexual residues*) и т. п.<sup>104</sup>

Вполне понятно, что проблема мотивов в современной психологии исследуется более глубоко и всесторонне. Но главное в том, что идея рационализации в явном или латентном виде присутствовало во взглядах Парето и более ранних социальных мыслителей.

В. Рационализации в идеологиях. – В каждом обществе существует социальная стратификация, т. е. деление общества на «высшие» и «низшие» группы. Реальность этих групп основана на некоторых причинах, из которых социологи (например, Ян Щепаньский) отмечают следующие: объективные производственные отношения и объективные возможности деятельности, которыми обладают люди, занимающие то или иное положение в этой системе отношений. Щепаньский добавляет еще две причины, которые имеют психологический характер: субъективное представление о собственном высоком или низком положении, а также создание идеологии, «обосновывающей или рационализирующей разделение на высших и низших, лучших или худших или придающей субъективным представлениям о высоком и низком положении объективированный характер»<sup>105</sup>.

Приведенное – вскользь сделанное – замечание содержит очень верную мысль о роли рационализации в процессе создания идеологий. Особенно важно раскрытие мотивации подобных рационализаций, их связей с индивидуальными и групповыми фрустрациями. Анализ идеологий и механизмов их влияния на основе теории фрустрации и психологической

---

<sup>103</sup> См.: Mannheim K. *Ideology and utopia*. New York, 1936.

<sup>104</sup> См.: Pareto V. *The mind and society*. New York, Harcourt, Brace; 1935.

<sup>105</sup> Щепаньский Я. *Элементарные понятия социологии*, с. 175.

защиты может в значительной мере обогатить социологию, политические науки и, вполне естественно, социальную психологию.

## § 2. Политические рационализации

А. Общее представление. – Существуют различные виды политических рационализаций, т. е. таких, которые создаются в политических целях, для решения политических проблем. Последние, как известно, касаются процесса овладения властью, ее удержания, борьбы за власть и т. п.

Когда лидеры той или иной страны развязывают войну против другой страны, они обычно не ограничиваются военными действиями. Желая выглядеть миролюбивыми ли даже жертвами, они прибегают к помощи политических рационализаций. Историки подобное явление заметили еще в девятнадцатом веке, до, во время и после Первой мировой войны и в другие исторические периоды. Для распространения политических рационализации в составе других пропагандистских материалов политики раньше в основном использовали органы печати, а в настоящее время в их распоряжении находится более широкий спектр средств массовой коммуникации.

«Тотчас после начала войны, – читаем мы в одном из трудов по истории дипломатии, – дипломаты воюющих стран занялись сочинением версий, обелявших их собственные правительства от обвинения в разжигании войны. В сериях так называемых «цветных» книг дипломаты всех стран старались внушить массам, что их правительства ведут лишь оборонительную войну»<sup>106</sup>.

Работу защитных механизмов нетрудно отметить в широкой сфере этнополитики, а также в этнополитологических трудах. И было бы интересно исследовать те формы, в которых защитные механизмы используются в этих сферах политической активности, в отношениях глав государств, министров иностранных дел, при составлении договоров и в самих договорах и т. п. Если еще больше конкретизировать проблему, то можно, например, задать вопрос: считается, что канцлер Германии Отто Бисмарк был мастером создания блоков и составления договоров; в таком случае какое место в его умственной деятельности на дипломатическом поприще играли различные рационализации и интеллектуализации? Считается, что он сумел создать целый ряд уровней дипломатической защиты Германии<sup>107</sup>. Каким образом он это осуществил и какие защитные психологические механизмы использовал?

Собираясь объявить войну России, канцлер Германии Бетман пытался выдать эту агрессию в качестве войны против царизма: он постарался представить дело так, как будто выступает в интересах социал-демократии. Немецкие лидеры стремились создать видимость того, будто ведут «народную войну» против деспотизма. «Бетман решил, что германскому правительству выгоднее начать войну под лозунгом борьбы с царизмом. Он был уверен, что германские социал-демократы ухватятся за этот лозунг и это облегчит им поддержку имперализма в мировой войне. С точки зрения внутренней политики канцлер не ошибся»<sup>108</sup>. Иначе говоря, ему удалось обмануть социал-демократов. Но мы думаем, что ему удалось обмануть не только немецких, но и русских социал-демократов, которые во время войны усилили свою борьбу против правительства своей страны и довели страну до известных революций 1917 года.

Б. Пример политической рационализации из жизни Мао Цзэдуна. – В 1943 году в Особом районе Китая, где находились центральные органы КПК, сложилось тяжелое экономическое

---

<sup>106</sup> *История дипломатии. Т. 2. Дипломатия в новое время (1872–1919). Под ред. академика В. П. Потемкина. М., 1945, с. 7.*

<sup>107</sup> *См.: указ. соч., с. 94–95.*

<sup>108</sup> *История дипломатии, с. 261.*

положение. Политбюро ЦК КПК решило «... выбросить в течение года ан рынки провинций, находящихся под управлением центрального правительства (так называемый внешний рынок), не меньше одного миллиона двухсот тысяч лян опиума.

Опиум будут производить в основном армейские части (это и выращивание мака, и его обработка). Главный поставщик – районы 120-й пехотной дивизии Хэ Луна (дивизия этим давно занимается).

Отдано распоряжение о массовой скупке опиума на территориях, захваченных японцами. Опиум – груз малогабаритный. Не составляет труда доставить его в Яньань или другие специально назначенные пункты Особого района, откуда он будет распространяться по провинциям, подвластным центральному правительству, и распродан в тридорога»<sup>109</sup>.

Руководство КПК и лично Мао понимали, что продажа опиума – преступление. «Уполномоченным по опиумной проблеме был назначен Жэнь-Би-ши, который в беседе с П. П. Владимировым сказал, что товарищ Мао Цзэдун понимает, что не совсем чистоплотна эта опиумная спекуляция, разведение мака и производство опиума». Однако товарищ Мао Цзе-дун указал, что в данной конкретной обстановке опиум призван играть передовую революционную роль и ошибочно было бы им гнушаться. Политбюро единодушно поддержало точку зрения председателя ЦК КПК»<sup>110</sup>.

Ясно, что здесь мораль приносили в жертву политическим амбициям Мао и его соратников. Однако Мао переживал моральный конфликт или диссонанс, от которого решил освободиться с помощью рационализации.

Очевидно, что такого рода рационализации составляют сердцевину *политической демагогии*. Если бы цели Мао были подлинно гуманными, то он вряд ли пожелал прибегать к таким методам обеспечения победы своей партии. Истина состоит в том, что его интересовал лишь захват власти во всей стране, установление своей личной диктатуры. Наряду с этим подлинным мотивом своей активности (который он, конечно, скрывал), он выставлял перед другими иные мотивы: желание счастья для народа, стремление к обеспечению победы марксизма в Китае и т. п., ссылаясь на которые и оправдывал свои аморальные действия. Эти высокие мотивы имели защитный характер и послужили психологической основой для развертывания других защитных механизмов: рационализации, агрессии, проекции (он проецировал на гоминдановцев и на их лидера – Чан Кайши собственные антинациональные и другие намерения).

Здесь наблюдается одна общая закономерность: для успешной рационализации недостаточно скрывать подлинные мотивы и цели своих поступков (да и рационализация также призвана скрывать подлинные мотивы личности). Необходимо сформулировать выставляемые и морально приемлемые мотивы, против которых никто не посмеет открыто выступить, поскольку они благородны, исходят из принципов высокой морали и т. п. Если такие мотивы уже сформулированы, то уже нетрудно свои реальные действия и поступки, исходящие из скрываемых мотивов, свести к выставляемым мотивам.

С помощью такого психологического механизма совсем нетрудно повышать цены на товары и услуги и утверждать, что это делается ради счастья народа; репрессировать людей, лишить их счастья, и опять утверждать, что это делается для их же счастья, и т. п. Это несложный механизм, им может успешно пользоваться любой демагог, если он аморален и жесток.

Политические рационализации широко распространены и используются в самых различных вариантах. Поэтому следует выявить все их разновидности и подвергать систематическому исследованию. Это позволит значительно углубить и расширить теорию рационализации и политико-психологический анализ политических поступков людей. Плодотворным обещает

---

<sup>109</sup> Владимиров П. П. *Особый район Китая (1942–1945)*. М.: Изд-во Агентства печати Новости, 1973, с. 175.

<sup>110</sup> Владимиров П. П., указ. соч., с. 175.

быть синтез теории рационализации и таких известных социально-психологических теорий, как теории когнитивного диссонанса и атрибуции.

Проблема, которую кратко можно выразить в виде вопроса: «Можно ли совершать преступления ради благородных целей?» – интересует мыслителей уже давно, она находится в центре сюжета романа Ф. М. Достоевского «Преступление и наказание». То обстоятельство, каким образом каждый индивид решает для себя эту и аналогичные проблемы, может служить индикатором уровня его моральной зрелости. Поэтому при их анализе следует применить также достижения в исследовании процесса морального развития личности, за которые мы обязаны прежде всего Жану Пиаже и Лоуренсу Колбергу.

В. Нападение на Югославию и политические рационализации лидеров НАТО. – В конце марта 1999 года страны, входящие в военно-политический союз НАТО, начали массированные бомбардировки Югославии с целью, как заявили тогдашний президент США Бил Клинтон, секретарь НАТО Хавьер Солано, госсекретарь США Мадлен Олбрайт, премьер-министр Великобритании Тони Блейер и другие лидеры НАТО – заставить президента Югославии Слободана Милошевича прекратить гонения на косовских албанцев и подписать ультимативное соглашение на переговорах в Рамбуйе (близ Парижа). Милошевич и его представители на переговорах, естественно, отказались капитулировать, очень верно предвидя, что лидеры НАТО стремятся окончательно расчленить и уничтожить Югославию. И вот после этого главари НАТО приняли глупое решение о бомбардировке Югославии, чтобы этим способом заставить Милошевича капитулировать. Принимавшие такое решение политики совсем не считались с патристическими чувствами сербов, с их исторической памятью и национальным характером. Дальнейшие события известны: сербы потеряли Косово, сердцевину их родины натовцы передали мусульманам-албанцам.

И вот как до принятия решения о нападении на Югославию, и сразу после принятия этого решения, а также в последующем, лидеры НАТО начали интенсивно заниматься самооправданием. Оправдывалось принятое решение, Милошевичу атрибутировались различные злые мотивы и качества, даже болезненные наклонности и т. п. Клинтон даже позволил себе обратиться к сербскому народу и объяснить, с какой целью подвергает бомбардировке их страну. Спрашивается, однако, если этнический конфликт имеет место в Косово, то почему подвергаются бомбардировке мосты на севере страны, в городе Новый Сад, почему разрушается промышленность страны?

О патологичности психической активности нападающих можно судить также по их холодным расчетам: в результате бомбардировок Югославия к 10 мая потерпел урон примерно в 100 миллиардов долларов, тогда как расходы НАТО на эту преступную операцию составили всего 500 миллионов долларов. А гибель тысячи людей, в том числе мирных граждан, для них не имело значения. В ходе этой истребительной войны стратеги НАТО испытывали новейшие виды оружия; это было сделано на земле одного из славянских народов, что позволяет утверждать, что за их действиями незримо присутствовали и вдохновляли их расистско-националистические идеи. Эти же демократы позже напали на Ирак с целью «освобождения иракского народа от фашистского режима Саддама Хусейна». Последующие события показали, что расширение НАТО, «освобождение» разных народов, т. н. «цветные революции» и т. п. – звенья единой цепи имперских планов этого блока. Теперь уже, в 2006 году, этот блок угрожает Иран, опять собираясь освободить народ этой страны от его нынешних руководителей. Двойная мораль этих освободителей ясно видна по их позиции по вопросам геноцида армян в Турции в 1915–1923 гг. и по другим острым вопросам, в том числе этническим конфликтам, имеющим место в их странах и в других частях мира.

Г. Шутка неудачника. – Вторым президентом России в 2000 году был избран В. В. Путин. Один из его соперников, бизнесмен чеченской национальности У. Джабраилов, среди соперников занял последнее место. Вот как он прокомментировал такой результат:

«Ч на этот результат и рассчитывал. Это последнее место, но это первое место с другой стороны». – Как видно отсюда, применение рационализации может порождать шутку. Авторы сообщения в «АиФ» по этому поводу иронизируют следующим образом: «Эх, Путин, Путин! Так позорно провалился!» – наверное потирает руки г-н Джабраилов, глядя на результаты выборов со своей «другой» стороны»<sup>111</sup>.

Д. Политическая рационализация в сочетании с инграциацией. – В июле 2000 года Россия дала понять западным странам, что желательно, чтобы эти страны списали часть государственного долга России. (В этом долге значительное место занимают финансовые долги бывшего СССР).

Был получен следующий ответ: Россия – великая держава и ей не нужно списание долгов, как если бы она была страной третьего мира.

Перед нами, конечно, довольно тонкая рационализация-отказ. Западу жалко потерять эти деньги, он желает обязательно возвращать их. Тонкость ответа получается благодаря тому, что рационализация строится на основе инграциации: Россия великая держава, как можно сравнивать ее со странами третьего мира и т. п.

### **§ 3. Социально – психологические и этнопсихологические аспекты рационализации**

Осуществляя рационализации, люди защищают не только себя, но и свои социальные, в первую очередь наиболее важные, референтные группы и их членов, в том числе этнические группы и своих этнофоров. В общем виде можно сказать, что рационализации (а нередко и остальные защитные механизмы) используются для защиты тех социальных и этнических групп, с которыми человек имеет положительную идентификацию. Именно исходя из подобных фактов автор настоящих строк еще в монографии, изданной в 1988 году, выдвинул точку зрения, согласно которой существует специальный вид рационализации, а именно – рационализация для других (или ради интересов других) – в отличие от рационализации для себя (для защиты Эго), которая и традиционна исследовалась психоаналитиками<sup>112</sup>.

У людей в целом наблюдается тенденция переоценки собственного происхождения, настоящей позиции в обществе, должности и значения. Но здесь для нас важно отметить, что с помощью рационализации люди пытаются искусственно повышать значение также своих социальных (семья, школа, город и т. д.), религиозных и этнических групп. Большинство из подобных рационализаций приводят к формированию предубеждений – как индивидуальных, так и групповых.

Назовем подобные разновидности рассматриваемого защитного механизма социально-психологическими рационализациями, а их специальные разновидности – религиозными и этническими рационализациями. В результате их систематического использования у личности и групп появляются системы предубеждений, идейные маскировки. Человек, который несет в себе систему подобных представлений, становится невосприимчивым к взглядам другого и к истине. Мы полагаем, что именно это и является одним из путей формирования этноцентрических идеологий и некоторых особых подструктур самосознания этносов.

Подобные идеализированные маскировки играют существенную роль как в межличностных, так и в межэтнических отношениях. Садисты, фашисты и индивиды других психологических типов широко пользуются такими идеологиями, которые хотя и поверхностны, но для многих убедительны и приемлемы. Учет существования подобных идеологий имеет большое значение для понимания межэтнических и межконфессиональных отношений. Напри-

---

<sup>111</sup> «АиФ», 14(1015), Апрель 2000, с. 2.

<sup>112</sup> См.: Налчаджян А. А. Социально-психическая адаптация личности. Ереван: Изд-во АН Армении, 1988, с. 166–167.

мер, сильная нация покоряет слабую, после чего ее руководители и идеологи начинают утверждать, будто покоренный народ не способен на самоуправление, поэтому нуждается в опеке и помощи. Современная история предоставляет в наше распоряжение немало таких примеров.

## Глава 12. Религиозные рационализации

Психологический механизм рационализации получил разнообразные воплощения в религиозных представлениях народов, особенно в таких подробно разработанных религиозных идеологиях, как мировые религии – буддизм, христианство и ислам. Уже сейчас можно предположить, что религиозная потребность людей является мощным мотивом, порождающим всевозможные, порою очень тонкие рационализации. Ниже мы рассмотрим некоторые аспекты этой большой проблемы.

### § 1. Проблема

Для чего человеку нужен Бог? Причин несколько: ему нужен защитник, источник всевозможных благ и т. п. Но самое главное – *для того, чтобы придавать смысл всему существующему, рационализировать все существующее и все то, что происходит вокруг нас*. Если все, что происходит в мире, исходит от Бога, тогда все имеет смысл, нет ничего бессмысленного, и все оправдано.

Каждая из религиозных идеологий – это сложная система рационализаций; уровень ее сложности зависит от ее разработанности, от того, какие личности ее разрабатывали, в какой мере она внутренне противоречива, устойчива и дает основу для предвидения будущего. Но такую систему можно создать только с помощью рационализаций, т. е. создавая желательную видимость. Объективное, бескорыстное, научное познание такой видимости создавать не может, это не научная задача.

Изобретение рациональных объяснений таких явлений, о подлинных причинах и сути которых мы не знаем – средство паллиативное. Оно искусственно снимает проблемы и конфликты и создает психологический комфорт.

### § 2. Фаталистические рационализации

Каждая религия фаталистична. Причем это тот случай, которому мы в специальной книге, посвященной фатализму, дали название внешнего фатализма<sup>113</sup>.

Исходя из этого можно утверждать, что существует специальный тип защитной аргументации или маскирующего мышления, которому можно давать название *фаталистические рационализации*. Религиозные рационализации большей частью носят фаталистический характер или потому, что прямо утверждают фаталистические идеи, или же по той причине, что создаются для защиты, обоснования и объяснения фаталистических взглядов верующего. (Путем анализа примеров нетрудно расширить данный раздел).

### § 3. Рационализации «для Бога»

В числе религиозных рационализаций важное место занимают те, которые предназначены для укрепления веры в справедливость и могущество Бога.

Так, когда с плохим человеком или преступником случится беда, то верующие люди сразу же начинают утверждать, что его «Бог наказал». Но когда такая преступная личность продолжает процветать, то верующие создают рационализации типа «Бог милостив и великодушен».

---

<sup>113</sup> См.: Налчаджян А. А. Феномен фатализма. Рукопись.

Когда одна за другой на голову честного и скромного человека сваливаются несчастья, то в этом случае верующие утверждают, будто «Бог испытывает человека». Для чего? Только Богу известно.

#### § 4. Христианские рационализации

Между рационализациями, которыми пользуются представители разных религий имеются не только сходства, но и различия. Поэтому в рамках психологической теории рационализации предстоит дифференцированно исследовать буддийские, христианские и исламские рационализации. Здесь же мы упомянем лишь некоторые из самых характерных христианских рационализаций.

Когда римские военные в сопровождении толпы вели Христа на место казни, он, мысленно обращаясь к Богу (которого считал своим отцом), говорил: Отец мой, прости этих людей, они не ведают, что творят. Действительность же состоит в том, что эти люди и их руководители очень хорошо знали и осознавали то, что творили. И творили они это зло с садистическим удовольствием. В то же самое время Иисус, оказавшись в безысходном положении, создавал рационализации для своих мучителей, старался как-то оправдывать их.

Нет сомнения, что подобного рода рационализации в пользу других возникали у человечества, в том числе в среде евреев, задолго до появления на исторической арене Иисуса Христа. Они служили средством психологической самозащиты в руках определенной категории людей. При этнопсихологическом и этнопсихолингвистическом подходе задача состоит в следующем: *те народы, которые приняли христианство, особенно всем народом (как это имело место в Армении), начали использовать подобные религиозные рационализации систематически, как часть своей идеологии или даже (со временем) как выражение своего образа мышления и менталитета.*

Это явление можно наблюдать даже в наши дни: даже некоторые представители народов, подвергшихся этноциду, пытаются найти оправдание для палачей своего народа. В ходе таких оправданий (т. е. рационализаций в пользу врагов) они используют такие рационализации, как следующие: 1) они не ведали, что творили; 2) сам Бог организовал эти события, ведь все в мире делается по воле Бога. Недавно (2005 г.) один армянский священник, который создал радиостанцию и ведет религиозную пропаганду, в беседе с журналистом заявил, что геноцид армян в Турции произошел по воле Бога. Если продолжить подобную логику (это, кстати, хороший пример иррациональной психо-логики), то сам всемогущий Бог назначил турок в качестве исполнителей этого преступления, и эти преступники, убив армянских детей и женщин, унаследовали их родину и теперь наслаждаются своей победой. Но для чего Бог сделал все это? Не Сатана ли тут взял верх над Богом, которого сами верующие считают добрым и великодушным? Ведь даже автор этих строк, у которого интерес к религии имеет научный, религиозно-ведческий характер, не может позволить себе утверждать, что Бог детоубийца. А ведь со слов этого священника именно так и получается. Следующий шаг в этом направлении иррационального мышления – это обвинение самой жертвы в том, что его уничтожили. Но в чем были виноваты маленькие дети – непонятно.

Христианское учение считает человека слугой Бога. С другой же стороны делаются утверждения, цель которых является сублимация человека: человека считают высшим творением Бога, совершенством; человек будто является представителем Бога на земле; Бог назначил родителей в качестве своих представителей, чтобы они защищали детей, чтобы они любили и вырастили их. Утверждается, что создавая человека Бог имел какие то высшие цели, иначе почему бы он стал готовить человека собственными руками и вдохнул в него жизнь из самого себя (как будто кто-либо присутствовал при этом акте творения).



Представляет интерес следующая рационализация: человек живет тройственной жизнью: растительной, животной и духовной. Растительная жизнь никогда не выходит за свои пределы, животная жизнь с помощью органов чувств и движений направляется на предметы, и только третья жизнь, духовная, может существовать отдельно (как это имеет место у ангелов. Приведя эти рационализации, христианский педагог Ян Коменский утверждал, что поскольку эта высшая форма жизни сдерживается и подавляется со стороны первых двух более низких видов жизни, то должно существовать такое место, где она достигла своего совершенства<sup>114</sup>. – Соглашаемся ли мы с такими утверждениями или нет, одно ясно: у религиозных идеологов способность создавать рационализации достигла уровня виртуозности.

---

<sup>114</sup> См.: Коменский Я. А. Великая дидактика.

## Глава 13. Логика и психо-логика рационализации

Рационализация является специфической и очень важной разновидностью мышления человека. Следовательно у нас должно быть более или менее полное представление о той специфической логике, в соответствии с которой протекает эта разновидность мышления. Исследование данного аспекта проблемы рационализации только сейчас начинается, поэтому в последующих ниже нескольких параграфах мы представляем только собственные представления о психологической логике рационализации.

### § 1. Психо-логика рационализации: предварительные замечания

Формальная логика требует, чтобы человек исходил из истинных предпосылок и мыслил (рассуждал) в соответствии с законами и правилами правильного, научного мышления. Мы уже видели, что процесс рационализации не во всем соответствует этим требованиям. Человек, рационализируя свое поведение, ошибку, неудачу и т. п., руководствуется другими правилами и предпосылками, совокупность которых можно назвать ее психо-логикой (т. е. психологической или субъективной логикой). Ниже мы рассмотрим ряд главных аспектов этой специфической логики.

А. От неистинной (ложной) посылки к ложным выводам. – Первая и главная особенность рационализации как мыслительного процесса состоит в том, что человек, выбирая эту форму защиты, исходит из неверных посылок. Например, лиса (символ рационализирующего человека) заявляет, что «виноград еще зелен» (это его ложная посылка, которая появляется как вербализация искаженного образа реального предмета), а затем из него выводит ряд других суждений, делает специфические умозаключения. (Например, «Но ведь я и не хотел винограда»). Тем самым он пытается изменить свою первоначальную мотивацию. Басня Эзопа «Лиса и виноград» фактически воплощает одну из ведущих психо-логических модусов рационализации. Этот модус (эта фигура) мышления отражает схему, структуру мышления всех тех лиц, которые, имея определенную цель и не достигая ее, начинают ее дискредитировать. Психология дискредитации недоступных целей – это подлинная психо-логика рационализации.

Б. Психо-логика эвфемизмов. – Давно, еще задолго до появления Фрейда и его учения, некоторые мыслители (Макиавелли, Гоббс, Бенгам и другие) заметили, что людям свойственно создавать для себя фикции (т. е. воображаемые сущности) и заменять ими реальные сущности. Подобные фикции сохраняются, поскольку делают более приятным ход социальной жизни и взаимодействия людей. Давно известно, например, что руководители государств и другие лидеры, в реальности преследуя эгоистические цели, выступают в роли защитников интересов государства и народа, нации, тем самым всячески маскируя истину. Они пользуются маскирующими свои реальные мотивы суждениями и выводами, приводят различные факты в качестве аргументов и, что весьма интересно с психологической точки зрения, прибегают к помощи эвфемизмов.

Когда вместо того, чтобы называть вещи своими именами, люди заменяют их эвфемизмами, то безошибочно можно сказать, что эти эвфемизмы используются в составе более или менее развернутых рационализациях.

Поэтому психо-логика эвфемизмов представляет серьезный интерес для психологической теории рационализации и психологической защиты вообще.

Широко известны эвфемизмы, которые используются при описании сексуальной жизни и интимных отношений людей. В анекдотах сексуального содержания без эвфемизмов невозможно добиваться нужного эффекта. (привести примеры и расширить).

В. Иррациональная концептуализация. – Когда мыслители – философы, социологи, психологи и другие концептуализируют исследуемые явления, то такая работа не всегда преследует цель познания истины, т. е. того, что имеет место в реальности. Поэтому мы должны говорить о существовании *иррациональной концептуализации*, которая хотя и предлагается в качестве результата поиска истины, но на самом деле отвечает другим мотивам и целям. На самом же деле они отвечают другим мотивам и целям.

Например, религиозные представления обычно выдаются не как концептуализации, которые соответствуют религиозным потребностям людей (как это есть на самом деле), а в качестве истинных представлений о мире, которые даже превосходят научные представления. Считается (так думают истинно верующие и религиозные идеологи), будто науки или не нужны, или же должны соответствовать религиозным догматам и служить целям религии и церкви. Широко известно изречение верующих мусульман о том, что все, что нужно знать человеку, есть в Коране, а то, чего там нет, и не надо знать.

Иррациональные концептуализации в значительной своей части являются результатом специфического мышления людей – процесса рационализации непонятного, грозного, того, что вызывает тревогу и страх.

Рационализации искажают реальность, поскольку сами являются искаженными познавательными процессами. Они дают такие ложные объяснения реальности, которые выглядят правдоподобными и рациональными. В этом их большая опасность.

Психо-логика рационализации, по-видимому, имеет свои особенности в зависимости от того, какие явления ею охватываются. В числе явлений, вызывающих рационализации, следующие: маскировка мотива; защита системы ценностей; простительное отношение к плохому поведению симпатичного или любимого человека; отказ воспринимать приводимые другими аргументы в истинном свете.

Во всех и других подобных случаях люди предпочитают хорошие (приятные) аргументы вместо истинных, т. е. таких, которые отражают подлинную реальность<sup>115</sup>.

Г. Психо-логика искажения собственной Я-концепции. – Целая система рационализаций у человека возникает в связи с необходимостью защиты своей Я-концепции от тех неблагоприятных воздействий, которым эта центральная структура личности подвергается как со стороны других социальных объектов (критика, злословие и т. п.), так и в результате собственных ошибок, опрометчивых действий и т. п. *Рационализация особенно важна в том случае, когда человек не просто осознает, что совершил дурной поступок или ошибку, а когда, исходя из таких фактов, приходит к выводу, что сам, как личность, является плохим, т. е. носителем серьезных недостатков.* (Развернуть эту идею на основе анализа фактов).

В таких ситуациях у человека возникает мотивация такого искажения фактов о себе, которое нужно для того, чтобы продолжать воспринимать себя в качестве приятного и положительного человека. В таких ситуациях самовосприятие осуществляется двумя способами: а) с помощью инграциации; б) с помощью объективного самовосприятия. В этих двух случаях связанные с ними рационализации должны иметь различия. Но данная проблема здесь впервые ставится и нуждается в эмпирическом исследовании.

Д. Софистические аргументы и психо-логика рационализации. – Здесь мы впервые и весьма кратко предлагаем концепцию софистических рационализаций. Софизмы люди могут использовать как для оправдания приятной и желательной внешней реальности (например, другого человека; идей, в которые хочется верить и т. п.), так и с целью оправдания своих поступков и неудач.

---

<sup>115</sup> Данное обстоятельство отмечается также другими авторами. См.: Lindzey G. and E. Aronson (Eds.). *The Handbook of Social Psychology, Vol.1, p. 21.*

Мы полагаем, что во всех тех случаях, когда софизмы играют ведущую роль в процессе рационализации, можно говорить о существовании специфических софистических рационализациях.

## § 2. Психо-логика самооправдания

А. Фрустрация, вина и самооправдание. – Мы уже знаем, что самооправдание является одной из самых распространенных разновидностей рационализации. Попытаемся понять психо-логику этого процесса.

Нередко бывает так, что человек под влиянием каких-то своих внутренних импульсов или внешних стимулов ведет себя опрометчиво или экстравагантно, после чего переживает чувство вины за свои поступки. Как только у человека возникает чувство вины, у него возникает также мотив самооправдания, целью которого является освобождение себя от ответственности. Подобные переживания у людей часто возникают после иррациональных, импульсивных покупок. Например, если человек, имея скромные финансовые возможности, покупает дорогую машину, у него возникает потребность оправдания этого поступка как перед собой, так и перед другими, поскольку обязательно находятся люди, которые выражают свое удивление по такому поводу. В этих условиях он начинает сочинять рационализации, ему машина была нужна для работы, эта машина расходует меньше бензина, чем его старая машина, машина нужна для того, чтобы всей семьей отдохнуть за городом; можно даже услышать суждение о том, что раз есть продавцы машин, то должны находиться также покупатели, ведь продавцам нужно же зарабатывать деньги, и т. п. В результате такой интеллектуальной работы чувство вины не исчезает полностью, но безусловно смягчается. Центральная психо-логика всех этих продукций мысли, по нашему мнению, находится в утверждении: «Я ни в чем не виноват, я сделал правильную покупку».

Анализ подобных примеров показывает, что в составе таких развернутых мыслительных процессов бывают не только иррациональные, но также рациональные суждения. Без них вся эта постройка рухнула бы, стала бы неубедительной, искусственной. Кроме того, рассуждая, фрустрированный и переживающий чувство вины человек выдвигает перед собой новые цели, пересматривает свои ценности и т. п., т. е. приобретает не только защитные, но и рациональные, разумные результаты. Каждый сложный процесс рационализаций – это одновременно как иррациональный, так и рациональный процесс. Но все же, хотя этим путем нередко обеспечивается неплохая адаптация, исходные посылки и мотивы этих процессов иррациональны и ложны. Ложна также конечная цель: не раскрытие и понимание истины, а самооправдание путем искажения реальности. Такова внутренняя психо-логика подобных защитных процессов.

Люди сильно отличаются друг от друга по способности создавать рационализации. Причины этих различий необходимо исследовать специально. Но здесь важно отметить, что, по всей видимости, те, кто имеет развитые способности к созданию рационализаций, менее подвержены психическим заболеваниям. Способность создавать рационализации особенно большую услугу оказывает людям в их борьбе против повседневных «малых фрустраций», тем самым предотвращая их суммацию, что было бы весьма вредно для психического здоровья. Когда ежедневно переживаемые фрустрации успешно преодолеваются, становится возможным сохранить психическое здоровье и здоровую адаптированность.

В специальной литературе совершенно справедливо утверждается, что в борьбе против фрустраций основным приемом является переориентация личности, т. е. отказ от прежних целей и выбор новых. В свете теории рационализации следует иметь в виду, что механизм рационализации играет существенную роль в подобной переориентации личности. Ведь для того, чтобы отказаться от прежних целей и выбрать новые цели, человеку необходимо иметь

достаточных оснований. Последние создаются в результате активной интеллектуальной деятельности, в том числе с помощью рационализации. Пусть эта достаточность оснований лишь психо-логическая, пусть это психологический камуфляж, но она нужна человеку и до некоторой степени адаптивна.

Б. Пример из художественной литературы. – Л. Н. Толстой считал стремление к самооправданию типичным для человека, поскольку оно дает возможность сочетать удовлетворение желаний, выгоды и удобства с чувством собственного достоинства, значительности своей личности и высоким самоуважением. В романе «Воскресенье» он писал:

«Удивляло его (Нехлюдова. – А. Н.) то, что Маслова не стыдилась своего положения – не арестантки (этого своего положения она стыдилась), а своего положения проститутки, – но как будто даже была довольна, почти гордилась им. А между тем это и не могло быть иначе. Всякому человеку для того, чтобы действовать, необходимо считать свою деятельность важной и хорошею. И потому каково бы ни было положение человека, он непременно составит себе такой взгляд на людскую жизнь вообще, при котором его деятельность будет казаться ему важной и хорошею... В продолжение десяти лет везде, где бы она ни была... видела, что все мужчины нуждались в ней. И потому весь мир представлялся ей собранием обуреваемых похотью людей, со всех сторон стороживших ее... Так понимала жизнь Маслова, и при таком понимании жизни она была не только не последний, а очень важный человек. И Маслова дорожила этим пониманием больше всего на свете. Чужая же, что Нехлюдов хочет вывести ее в другой мир, она противилась ему, предвидя, что в том мире, в который он привлекал ее, она должна будет потерять это свое место в жизни, дававшее ей уверенность и самоуважение»<sup>116</sup>.

Подобное сопротивление – выражение нежелания дезадаптироваться, выйти из состояния патологической адаптированности. И чтобы сохранить эту свою адаптированность, защищаться от грозящей опасности, Маслова прибегает к помощи защитных механизмов, в том числе рационализации.

В. О двух рационализация Альберта Эйнштейна. – Когда Эйнштейн прибыл в США и поселился в Центре высших исследований в г. Принстоне, он не изменил привычек своей личной жизни и одевался неряшливо. Когда ему сделали замечание, он отвечал следующим образом: «Здесь ведь меня никто не знает».

В другом случае, чтобы оправдать свою неряшливость, он сказал диаметрально противоположное: «Здесь все меня знают».

Эти несовместимые высказывания исходят из одного психологического источника: необходимости защиты от требований изменить своим привычкам, что всегда фрустрирует человека, особенно пожилого. Их несовместимость показывает, что они действительно являются рационализациями, возникшими в психике человека с целью самооправдания.

Когда высказывается первое из приведенных суждений, то молчаливо предполагается, что если бы возникли обратные условия (если бы его, Эйнштейна, знали), он будто изменил бы свое поведение. Но когда такое изменение условий действительно наступает, они само становятся средством самооправдания. В этом случае, выдвигая свое второе оправдание, Эйнштейн молчаливо предполагал, что при наличии противоположных условий он бы изменил свои привычки.

Перед нами очень интересный и весьма распространенный тип рационализации, суть которой состоит в том, что любые ситуации истолковываются так, чтобы сохранить в целостности то, что дорого человеку: свою независимость от ожиданий и требований других людей, свои привычки, которые стали адаптивными, и т. п.

Такие рационализации, конечно, не выдерживают никакой логической критики, поскольку не отвечают критерию истинности. Но они оправданны и целесообразны в психо-

---

<sup>116</sup> Толстой Л. Н. *Воскресенье*. – Собр. соч. в 12 томах, т.11, М.: 1959, с. 163.

логическом отношении, но не по формально-логическим критериям. Это яркий пример того, что в личной жизни человек не всегда руководствуется логически безупречным обоснованием своих поступков. Зачастую такое обоснование невозможно и даже нежелательно. Психология мотивации поведения, имея защитную природу, оказывается несовместимой с требованиями логической безупречности.

Нет сомнения, что психологический анализ большего числа подобных примеров позволит раскрыть новые психо-логические структуры защитного мышления и поведения человека.

### **§ 3. Психо-логика и адаптация личности**

На основе вышеизложенного целесообразно сделать несколько обобщений с тем, чтобы в последующих параграфах вновь вернуться к более частным вопросам.

Адаптивные процессы не должны и не всегда могут быть разумными в логическом смысле слова. Психологическая разумность означает соответствие поведения психологическим законам. А поскольку эти законы с формальной точки зрения суть выражения особой логики психической жизни, то с психологической точки зрения «разумность» или «правильность» поведения означает соблюдение правил и законов психо-логики.

Мы полагаем, что современная формальная логика является частным, «предельным» случаем более широкой области психо-логики, которую предстоит создать. Решение этой задачи может способствовать исследованию адаптивных процессов, особенно процессов разрешения диссонансов, конфликтов и психической защиты<sup>117</sup>.

Мы считаем, что психо-логические суждения и умозаключения нацелены не столько на разрешение объективно возникающих задач, сколько на психологическую адаптацию в проблемных ситуациях. Например, почему индивиду А хочется думать, что друг его друга В, некий С, является также своим другом? Ведь никакие правила и законы формальной логики не заставляют его думать подобным образом. Мы полагаем, что особая мотивация, потребность в новом друге, даже если не осознается полностью, оказывает влияние на познавательные процессы А, порождая в его психике соответствующее подлинно психо-логическое умозаключение: 1) Я – личность А; 2) В – мой друг; 3) С – друг В; 4) следовательно С – также мой друг. В реальной жизни С может быть другом А, как он является другом В, однако нет в этом никакой логической необходимости. С может быть нерелевантным для А, а в некоторых случаях – даже врагом.

Вот почему в таких случаях перед нами – подлинно психо-логическое умозаключение, все три посылки которого логически верны, но заключение является психо-логическим. Но подобные психо-логические фигуры могут быть до поры до времени адаптивными. Однако известно также изречение «третий – лишний», что также психологически верно для случая некоторых специфических социальных отношений.

### **§ 4. Объяснение, дедукция, силлогизм и рационализация**

Для того, чтобы раскрыть структуру рационализаций, следует выяснить, какую роль в них играют дедуктивные и индуктивные умозаключения, их разновидности.

Поскольку рационализация есть процесс объяснения и оправдания собственных ошибок, неудач и т. п., то следовало ожидать, что в ней важную роль должны играть дедуктивные умозаключения. Дедукция позволяет выяснить причины явлений, их взаимосвязи и т. д. При этом общие законы (или общие суждения вообще, большие посылки, независимо от того, доказана

---

<sup>117</sup> Наши представления о психо-логике изложены в следующей монографии: Налчаджян А. А. *Психо-логика познания и поведения. Рукопись.*

их истинность, или нет) применяются для объяснения частных случаев, новых данных опыта, их вербализации. (Т. е. они устанавливают связи между отдельными дедукциями, описывающими данное явление и его причины).

Для рационализации характерно то, что в ней посылки дедукции принимаются на веру, если удовлетворяют потребностям фрустрированной личности. Человек не проверяет их истинности (или закрывает глаза на нее), хотя большей частью они выбираются подсознательно и считаются истинными. Этими посылками (как психологическими предпосылками) человек мотивирует свое поведение, не зная, что подобная мотивировка не опирается на истину и носит защитный характер.

В результате рационализации (используя индукцию и дедукцию), человек может обнаружить новые «факты» о собственной личности, обычно такие, которые характеризуют его положительно и помогают ослабить состояние фрустрации.

Важна также следующая проблема: каким образом индукция и дедукция совместно участвуют в процессе рационализации? Это следует выяснить путем анализа конкретных случаев рационализации. (Подобные случаи можно найти в философии, науках, психиатрии и, конечно, в художественной литературе).

Значение дедуктивных умозаключений в процессе рационализации связано с тем, что для объяснения своего поведения (своих фрустраций, недостатков, непоследовательностей поведения и т. п.) человек должен опираться на общечеловеческий опыт, который зафиксирован в речевых формах, в различных «философиях жизни». Иначе его аргументация в свою пользу не прозвучит убедительно ни для других, ни для себя самого (что в смысле психической самозащиты не менее важно, поскольку для успешной защиты необходимо обеспечить высокую самооценку, а для этого необходимо, чтобы человек поверил во все то положительное, что он говорит о самом себе).

В процессе рационализации, используя дедукцию и индукцию, человек выдвигает гипотезы о себе. Поскольку эти гипотезы основываются на неверных (защитных) посылках и защитных мотивах, то проверка следствий из этих гипотез была бы опасна для личности. Она чревата опасностью саморазоблачения. Поэтому человек, осуществляющий психическую защиту, обычно выдвигает о себе гипотезы положительного содержания, но их не проверяет. Это делают другие, которые, указывая на ее необоснованность, еще раз фрустрируют человека. Поскольку другие не так озабочены состоянием нашего самосознания, то нам лучше иметь как можно меньше гипотез о себе с защитным содержанием (с рационализациями).

## § 5. Вероятностные суждения в рационализациях

В годы юности человек приобретает способность любить. Для него другой человек приобретает такую же значительность, как и он сам. Однако вследствие диссоциации (иначе говоря, вытеснения) преобладавших раньше импульсов ненависти к другим и к себе, человек время от времени проявит к объекту любви также враждебные чувства и действия. Хотя раньше, отмечает Г. С. Салливен, такие действия были обычными, теперь в новой социальной ситуации они покажутся мистическими. Человек не понимает, почему он совершает эти действия. Диссоциация, полагает Салливен, неполная. Когда появляются эти действия, их субъект переживает недоумение (т. е. оказывается в проблемной ситуации). У него начинается генерация правдоподобных суждений<sup>118</sup>.

Салливен полагает, что рационализация является техническим термином, которое используется для обозначения этого злоупотребления рассуждениями. Количество рационализаций у некоторых людей равняется уровню их скучности в социальных ситуациях. Все их

---

<sup>118</sup> См.: Sullivan H.S. *Conceptions of Modern Psychiatry*. New York, 1947? p. 54.

действия, которые не получают ожидаемого ответа со стороны других, «объясняются», причем всегда правдоподобно, хотя причины собственных социальных ошибок никто толком не знает. «Если бы в момент скуки меня спросили, какова самая выдающаяся характеристика человеческого существа, то я бы ответил так: его правдоподобность (His plausibility)<sup>119</sup>.

Таким образом, по мнению Салливена, рационализации состоят из правдоподобных (т. е. вероятностных) суждений. Это положение открывает новый аспект исследования рационализаций и тех типичных фрустрирующих социальных ситуаций, в которых они выполняют защитную роль.

## **§ 6. «Принцип» рациональной абсолютизации и фатализм**

Явление, которое получило название «принцип рациональной абсолютизации», наблюдается как в повседневной жизни, так и в области более широких социальных проблем. Оно, по существу, представляет собой разновидность рационализации, но в нем психо-логический аспект так четко выделяется, что мы решили поместить его обсуждение в настоящей главе.

Когда человеку не удается исполнять свои повседневные обязанности и у него возникают трудности в самоуправлении, то он проявляет склонность истолковать эти свои неудачи и недостатки с помощью общих формулировок и антропологических понятий. Например, зная о своей импульсивности, он может утверждать, что «человек вообще – это импульсивное и неуправляемое существо». Этим путем он собственным недостаткам приписывает абсолютное, универсальное значение. Как нетрудно видеть, подобная рационализация осуществляется с помощью механизмов обобщения и атрибуции.

Когда человек оказывается в неблагоприятной, с точки зрения удовлетворения своих потребностей, ситуации и не находит путей ее изменения, у него появляется тенденция абсолютизации этой ситуации. Это удобная стратегия самозащиты, поскольку если человек убежден, что такова судьба всех людей, так было в прошлом, так есть в настоящем и так будет в будущем, то для него теряет смысл жаловаться на свою судьбу. Развивается фатализм и склонность надеяться на окончательную справедливость. Я думаю, что вокруг этой основной рационализации «собираются» ее дериваты, например, такой: «Надо быть выше повседневных мелких забот и неудач, ведь в конце концов «там», где мы все окажемся после смерти, все будут равны и справедливо вознаграждены или наказаны» и т. п.

Можно привести много житейских примеров использования этого механизма рационализации. Так, женатый мужчина, который позволяет себе прелюбодействовать, утверждает, будто все мужчины по своей натуре склонные к полигамии. (Кстати, подобное утверждение можно встретить также в некоторых гендерологических концепциях). Таким способом он пытается сохранить свое высокое самоуважение. Правда, следует заметить, что моральные правила и принципы, запрещающие полигамию, тоже не всегда научно обоснованы. Они имеют прагматический характер и были приняты и утверждены несколькими социальными институтами, поскольку на определенных этапах истории оказались полезными средствами обеспечения устойчивости общества.

Перед нами стратегия основательного искажения реальности, такая форма дереализации, которая, безусловно, играет мощную психозащитную роль.

Механизм или, точнее, стратегия рациональной абсолютизации последовательно использовали те индивиды, которые пытались создавать глобальные философские системы. Психологическое исследование личности и результатов деятельности этих людей, например, экзистенциальных философов, их образа мышления, значительно обогатит теорию рационализации и

---

<sup>119</sup> Sullivan H.S., *op. cit.*, p. 54.



понимание ее психо-логики, позволит лучше понять мотивации работы некоторых людей в области философии.

## § 7. Ссылка на общепринятое – способ рационализации

Когда человек допускает такие формы поведения, которые необычны для данной культурной среды (например, когда в разгар радостного события кто-либо плачет или, наоборот, не плачет при скончавшемся родителе), то у него возникает потребность самооправдания. Мотивом такой рационализации является желание сохранения своего престижа и самоуважения.

При такой рационализации человек нередко ссылается на общепринятые предубеждения, традиции и на другие аргументы. *Ссылку на общепринятое, т. е. разделяемые большинством членов сообщества взгляды, по нашему мнению, следует считать особенностью рационализации, поскольку убеждать другого можно только с помощью таких аргументов, которые имеют для него статус истинных.*

Такие рационализации необходимы, поскольку, когда человеку не удается понимать, пусть иллюзорно, и рационализировать свою фрустрацию (часто именно рационализация и создает такие иллюзорное понимание), то у него возникает и длительно сохраняется состояние тревоги и ожидания угрозы. Он чувствует себя в опасности. Когда же «причина» фрустрации и ее последствий (например, депрессии) очевидна для личности и значимых для нее людей, то все переживание становится менее угрожающим для самооценки личности и даже включается в структуру личности<sup>120</sup>.

Вышесказанное показывает, что рационализацию следует считать социально-психологическим процессом. Иначе говоря, самооправдание всегда является оправданием перед реальными или воображаемыми значимыми личностями. Это особая форма коммуникации.

Для развития этой гипотезы можно использовать высказанную нами мысль о том, что существуют две формы рационализации: рационализация для себя (в свою пользу) и рационализация для других (в пользу других). Но даже рационализация для других частично мотивирована потребностью в самозащите.

## § 8. Рационализация и другие мыслительные операции

А. Рационализация и трансдукция (новая проблема). – *Трансдукция* свойственна мышлению детей доопреационального периода умственного развития и представляет собой переход от частного к частному.

Возникает вопрос: возможно ли, что когда человек, фрустрируясь, начинает рационализировать, в его мыслительных процессах регрессивно увеличивается число трансдукций? Иначе говоря, мы предполагаем, что эгоцентрическая мотивация психологической самозащиты порождает детские формы мышления? Если исследования покажут, что такая гипотеза верна, то это позволит нам получить более конкретное представление о психо-логической структуре рационализации. Трансдукцию мы считаем психо-логической операцией.

Б. Паралогизм и рационализация. – Сходный вопрос мы можем задать также относительно участия паралогизмов в процессе самозащиты с помощью рационализации: может ли защитная мотивация привести к произвольному увеличению числа паралогизмов в рассуждениях человека? Если удастся доказать справедливость этой гипотезы, то будет сделан еще один шаг в направлении конкретизации психо-логической теории рационализации.

«*Паралогизм* (греч. paralogismos – неправильное, ложное рассуждение) – логическая ошибка в умозаключении, происшедшая непреднамеренно и являющаяся нарушением законов

---

<sup>120</sup> См.: Sullivan H.S., *op. cit.*, p. 105.

и правил логики, а противоположность софизму... – ошибке, сделанной с намерением ввести кого-либо в заблуждение»<sup>121</sup>.

## § 9. Научное и любительское объяснение психических явлений

А. Являются ли научные объяснения рационализациями? – Вопрос, который нам следует выяснить, следующий: имеются ли в научных психологических объяснениях рационализаций? Мы видели, что в философии, историографии, а тем более в религиозных учениях полно различных рационализаций, а это значит, что соответствующие теории нельзя считать в строгом смысле научными. А как обстоит дело в области научной психологии?

Для того, чтобы приблизиться к ответу на данный вопрос, посмотрим, какие существуют способы объяснения в психологии? К настоящему времени в психологии применяются две формы объяснения человеческого поведения: 1) объяснение правилами (т. е. исходят из того, что человек является животным, действующим по правилам; 2) причинное объяснение. Но что значит объяснение в психологии? Этим вопросом занимался английский философ Р. Петерс, которого интересовал именно этот вопрос: что означает объяснить чьи либо действия или поведение?

В традициях теории инстинктов (У. МакДаугол и др.) можно было бы сказать, что личность действует определенным образом (т. е. выполняет эти, а не другие действия), поскольку она мотивирована со стороны определенного инстинкта. Фрейдист свел бы поведение человека к динамическому взаимодействию психических инстанций Оно, Я и Сверх-Я. Бихевиористы, вспомнили бы о своей схеме стимул – реакция и искали бы физиологическую потребность, которая, по их мнению, является причиной наблюдаемого поведения. В противоположность этим объяснениям Петерс выдвинул уже упомянутую выше объясняющую модель, названный им *rule-following, purposive model*, что можно перевести как «модель действия по правилам и ради определенной цели». Допустим индивид Р совершает определенные действия и достигает определенного результата. Например, он пересекает улицу. Для чего он это делает, т. е. в чем причина такого поведения? Когда на такой вопрос отвечают, например, так: «Чтобы купить сигареты», то обычно мы удовлетворяемся, поскольку в этом ответе имеется указание на цель, которую преследовал своими действиями индивид Р.

Однако, согласно Петерсу, «человек есть животное, следующее правилам». Он не только преследует определенные цели, но и, кроме того, действует по определенным нормам и правилам. Существуют стандарты и согласованные формы поведения. Не так уж много человеческих действий выходит за рамки нормативных требований. Даже биологические потребности удовлетворяются в соответствии с культурными нормами (что съедобно, как есть, как иметь сексуальные сношения и т. п.?). Даже простое поведение человека, переходящее в другую сторону улицы для покупки сигарет, является сложным и подчиняется нормам. Р шагает, но не бежит; он входит в такой магазин, в котором продают сигареты, а не в магазин женских гарнитур; его поведение не соответствовало бы принятым нормам, если бы он переходил улицу прыгая на одной ноге. Когда мы наблюдаем подобные отклонения, наша мысль сразу же пытается найти причины таких отклонений.

В большинстве случаев поведение получает удовлетворительное объяснение, когда раскрываются его цели и те правила, в соответствии с которыми оно осуществляется. Следование правилам означает нормативную регуляцию поведения. Целесообразность же говорит о том, что своими действиями человек преследует определенные цели. Причинное объяснение поведения, в отличие от объяснения по правилам, обычно предлагается тогда, когда действия Р отклоняются от подходящих ситуативных форм. При таких отклонениях мы ищем разные

---

<sup>121</sup> Кондаков Н. И. *Логический словарь – справочник*. Москва: Изд-во «Наука», 1975, с. 435.

причины, локализованные в нервной системе, в системе восприятия и т. п. Когда обнаруживается анатомо-физиологическая причина (одна нога человека сломана, поэтому он ходит на одной ноге и вприпрыжку), то часто она принимается как достаточное причинное объяснение. Однако физиологическое объяснение поведения нельзя считать удовлетворительным, пока не раскрыты причины и правила поведения. Только обнаружение цели и правил дает удовлетворительное поведение, – считает Петерс<sup>122</sup>.

В целом с этой точкой зрения можно согласиться, хотя факторы, вызывающие поведение, несравненно более сложны. Например, причинное объяснение более или менее полно тогда, когда раскрыты мотивы поведения и его цели, соотношение между мотивами и целями, ситуации и их воздействие и т. п., хотя совокупность правил поведения можно считать частью той социальной ситуации, в которой действует человек.

Б. Объяснение, рационализация и новая ее типология. – Какое отношение имеет изложенная выше концепция к проблеме рационализации? Выскажем ряд соображений, которые позволят видеть эту связь.

Внутренние конфликты, диссонанс, тревога и другие фрустраторы приводят к отклонению поведения от правил и целей. Такое отклонение воспринимается человеком как новый фрустратор, если он знает свои цели и правила поведения и хотел бы до конца следовать им. При таких фрустрациях у самого действующего лица (да и у социальных наблюдателей) возникают по крайней мере следующие вопросы: 1) почему имело место данное отклонение? 2) каким образом возвратиться к целенаправленному поведению и действовать по правилам? 3) если же это невозможно, то как следует себя вести дальше?

Последние два вопроса показывают, что при таких фрустрациях возникает необходимость психологической переадаптации с помощью как незащитных, так и защитных механизмов. Возврат к правильному поведению является незащитной адаптацией. Если же это невозможно, начинают действовать защитные механизмы – атрибуция, рационализация и ряд других. Наряду с поиском подлинных психофизиологических, интрапсихических и ситуативных причин поведения личность начинает делать атрибуции и использовать рационализацию в качестве способа объяснения и оправдания своего отклоняющегося или необычного поведения.

Исходя из сказанного, мы полагаем, что в таких случаях могут наблюдаться следующие разновидности рационализаций: 1) рационализация причин поведения; 2) рационализация мотивов поведения; 3) рационализация правил поведения и даже сочинение новых, искусственных правил, приведя их в соответствие с реальным поведением. Когда подобные рационализации, а также связанные с ними атрибуции возникают в ходе научного объяснения наблюдаемого поведения человека или групп, перед нами объяснения полунаучные или квазинаучные. При оценке психологических теорий эти соображения желательны иметь в виду.

В теории фрустрации и психологической адаптации мы должны в первую очередь попытаться найти причинные объяснения, поскольку имеем дело с блокадой деятельности и ее нарушениями, деятельности, которая, по предположению, до появления фрустраторов была целенаправленной и протекала по правилам. Как мы знаем, активизируемые в таких ситуациях психозащитные процессы имеют специфическую психо-логику.

## § 10. Перенос смысла с цели на процесс активности

Очень распространенный вид рационализации – это тот, которому можно дать название «перенос смысла с цели на процесс активности». Примером может служить следующий: чело-

---

<sup>122</sup> См.: Peters R.S. *The concept of motivation*. New York: Humanities Press, 1958; см. также: Sampson E.E. *Social Psychology and Contemporary Psychology*. New York: John Wiley and Sons, 1971, pp. 20–21.

век совершает целенаправленную деятельность, но понимает, что цель, поставленная с самого начала, недоступна. И поэтому, пытаясь смягчить свой фрустрированность, сочиняет рационализацию, общую психо-логику примерно выражает следующее утверждение: «Главное не цель, а то, чтобы дело было интересным». Этот механизм, конечно, выражается в самых различных вариантах.

Сразу же вспоминается известное изречение немецкого социалиста XIX века Эдуарда Бернштейна: «Движение все, цель – ничто». Речь шла о социалистическом движении. Это деятель, вероятно, уже понимал, что цели социалистов нереализуемы.

## **§ 11. Как узнать и определить, что говорящий рационализирует?**

Когда люди рассуждают о чужом или своем собственном поведении, нередко довольно трудно определить, какие из их суждений объективны и выражают истину, а какие являются рационализациями. Между тем как для теории, так и при применении наших представлений на практике важно иметь надежные критерии для определения того, рационализирует ли человек, т. е. осуществляет ли специфическую когнитивную защиту, или главный его мотив – познание истины. По каким признакам мы могли бы узнать, что человек пользуется рационализациями? Психологи уже интересовались этим вопросом, и мы вкратце рассмотрим отмеченные ими признаки.

О трех таких признаках писал известный психологи и психиатры Дж. Колман<sup>123</sup>. Вот они: 1) рассуждающий человек пользуется рационализациями, когда мы замечаем, что он приводит аргументы главным образом для самооправдания; 2) когда говорящий не видит наличные в своих рассуждениях противоречия и непоследовательности, конфликтующие и диссонирующие суждения, которые для наблюдателя очевидны; 3) человек рационализуется, если на вопрос о его поведении и его мотивах он волнуется и возмущается.

Эти критерии, конечно, интересны и практически полезны. Одним из вариантов третьего из вышеприведенных критерия можно считать то, что предлагает специалист по адаптации человека С. Журар. Он считает, что самым простым правилом определения, рационализирует ли данный человек, который пытается объяснить свое поведение, является следующее: спросите его, какие другие мотивы он бы привел для объяснения своего поведения помимо тех, которые им уже приведены? Если от такого предложения он приходит в гневливое состояние, то это признак того, что он не просто объясняет, а также оправдывает свое поведение, т. е. продуцирует рационализации<sup>124</sup>. Дело в том, что когда наши рационализации подвергаются сомнению, то подобное отношение воспринимается нами в качестве угрозы тем защитным системам, которые мы построили с целью сохранения на высоком уровне своей положительной самооценки, для того, чтобы иметь приемлемую Я-концепцию. Когда мы позволяем, чтобы эти сложные и с трудом построенные защитные системы распались под критическими ударами чужих и неблагоприятных людей, то тем самым позволяем, чтобы к нам возвращались тревоги и фрустрации прошлого и настоящего<sup>125</sup>.

Однако в связи с описанными признаками (критериями) возникает ряд вопросов. Относительно предложения Журара: трудность состоит в том, что человек может разгневаться и в том случае, когда подвергают сомнению его правильные объяснения, когда высказывают недоверие к его словам. Ведь в таком случае одновременно фрустрируются два его мощных мотива:

---

<sup>123</sup> См.: Coleman J.C. and Morris Ch. and Glaros. *Contemporary Psychology and Effective Behavior*. Glenview (Ill.), 1987 (6th ed.), p. 193.

<sup>124</sup> См.: Jourard S.M. *Personal Adjustment*, p. 204.

<sup>125</sup> См.: Coleman J. C. *Abnormal Psychology and Modern Life*. Chicago, 1964.

стремление защищать свое «Я» и убежденность в том, что знает истину. Убежденность в знании истины – это убежденность в своей компетентности, что также дорого для каждого человека. Многие прикидываются компетентными, ведь это так важно для самоуважения.

Можно задать также следующий вопрос: для чего люди все-таки нуждаются в объяснении своего поведения? С целью самопознания? В повседневной жизни подобная тенденция людей принимается как аксиома, как будто так и должно быть, а между тем это серьезная проблема. Нередко человек объясняет свое поведение, когда нуждается в самооправдании, когда есть проблема ответственности, или когда есть потребность избавиться от чувства вины. Но мы считаем, что кроме этих специальных случаев у людей имеется общая и всегда присутствующая тенденция к само-объяснению и само-оправданию, поскольку никто не может быть полностью доволен собой.

Мы считаем, что вышеупомянутые критерии диагностики наличия рационализации в суждениях говорящего полезны, но представляют собой первый шаг на пути к выработке научно обоснованных критериев. *Мотивационный анализ и раскрытие психо-логики рационализаций*, которой они отличаются от других типов познавательной деятельности – вот тот путь, который может вести нас к установлению настоящих внутренних критериев защитной аргументации (рационализации).

## Глава 14. О вредных и патологических последствиях рационализаций

### § 1. Проблема

Каковы последствия систематического использования рационализаций для той личности, которая ими пользуется?

Рационализации, особенно в виде самооправдания, начинают возникать у человека еще в раннем детстве, как только он начинает говорить. Вполне понятно, что подобный спонтанный генезис определенного защитного механизма, безусловно, имеет сильную внутреннюю мотивацию, которая также очень рано появляется. Вопрос онтогенеза рационализаций мы рассматриваем в третьем томе настоящей книги. Здесь же отметим, что дети частично сами создают рационализации, частично же учатся им у других людей. Наконец, третий источник рационализаций – это область культуры, т. е. литература народа, его исторические и религиозные труды, весь комплекс народного творчества. Уже с раннего детства дети пытаются адаптироваться к трудным ситуациям жизни, сохранить свою физическую и психологическую целостность, развиваться и жить в мире, который полон трудностей, неожиданностей и опасностей.

Но к каким устойчивым личностным, характерологическим последствиям приводит систематическое пользование рационализациями? Таких последствий, как можно предположить, должно быть много. Психологи уже заметили по крайней мере два таких крупных последствий, которые мы ниже и обсудим в первую очередь.

### § 2. Два типа самообмана

Как мы уже видели, с помощью рационализаций человек приходит к двум типам искажения: 1) он искажает образ того внешнего мира, в котором живет; 2) он искажает также собственный образ, представления о своих физических чертах, поступках, их последствиях и собственных психических особенностях. Все это вместе можно обозначить словом *самообман* (self-deception). Это удачное название и оно недаром стало психологическим термином, поскольку, осуществляя защитную аргументацию, мы даем своему поведению неправильное причинное объяснение, выдумываем для него обоснование.

Отмеченные выше два аспекта или типа самообмана, конечно, нуждаются в отдельном и доскональном исследовании.

А. Искажение внешней реальности. – Рационализации могут касаться внешней физической реальности, устройства мира и его возникновения. Подобным познавательным продуктам можно дать название *космогонических и космологических рационализаций*. Например, религиозные представления о возникновении мира и человека, как результаты когнитивной фрустраций древних людей, безусловно, основательно искажают образ внешнего мира.

Другая система искажений, которые создаются в результате специфической психической активности каждого человека, касается того участка мира, в котором он живет, в первую очередь социального мира и тех людей, с которыми ему приходится иметь дело.

У каждого человека имеются представления о том, какова природа человека вообще, и что из себя представляют те люди, с которыми ему приходится иметь дело. Психология установила, что с возрастом у каждого индивида формируется своя имплицитная теория личности, которая оказывает влияние на характер его социальных взаимоотношений, на отношение к себе и т. п. «Имплицитной» эту теорию называют по той причине, что она формируется спонтанно и существует неявно (имплицитно), большей частью в неречевом виде и подсознательно.

Только когда к человеку обращаются с вопросами о том, что такое человек по его мнению, какими качествами он обладает, к чему стремится и т. п., только тогда он начинает осознанно описывать свое представление о человеке, то есть актуализировать свою имплицитную теорию личности, которая этим путем становится эксплицитной (явно выраженной, высказанной, хотя и всегда частично: полная осознанная вербализация такой сложной структуры, да еще непсихологом, просто невообразимо).

И вот психология утверждает, что во всех этих человековедческих представлениях людей значительное место занимают рационализации, которые искажают реальное положение вещей. Мы полагаем, что в построении имплицитной теории личности участвуют и другие психологические, в том числе защитные механизмы (атрибуция, проекция и др.), которые тесно связаны с рационализациями и взаимодействуют с ними, иногда участвуя в комплексных процессах психологической защиты.

Б. Искажение образов собственной личности и поведения. – Рационализации, входя в структуру Я-концепции личности, в значительной мере искажают ее. Вообще познавательная переработка собственного поведения и достигнутых результатов в различных областях деятельности, можно считать одним из психологических механизмов конструирования личностью собственной Я-концепции (структуры самосознания). Но такая умственная работа приводит к объективному результату, т. е. к формированию реалистической Я-концепции, когда осуществляется как регулируемый и объективный познавательный процесс, целью которого является познание истины. Но рационализация не такова (не всегда такова даже интеллектуализация). Главный мотив рационализации – не познание истины, а самозащита.

Поэтому и в результате процессов рационализаций создается искаженная Я-концепция. Человеком не всегда интерпретируются также свои действия, социальное поведение и его результаты. Многие ошибки игнорируются и не подвергаются критическому анализу, поэтому человек сам закрывает себе дорогу, ведущему к тому, чтобы учиться на собственном отрицательном опыте и совершенствовать свое поведение. Вместо этого рационализирующий человек расходует много сил и времени на самооправдание, на ложное обоснование собственных ошибок и личных недостатков.

В результате этого у личности появляются ложные представления, которые иногда доводятся до крайних форм, принимая характер бреда и галлюцинаций.

### **§ 3. Шизофрения и другие психозы**

Мы видели, что у людей, которые последовательно и упорно пользуются рационализациями, со временем формируются системы ложных взглядов и иллюзий, устранить которые становится невозможным даже при применении лучших методов психотерапии.

Подобные устойчивые и жесткие психические структуры чаще всего встречаются у психических больных людей, в первую очередь у шизофреников. Вот почему как психологов, так и психиатров интересует вопрос о том, к каким патологическим последствиям приводит систематическое использование рационализаций, не порождает ли подобная умственная работа неврозы и психозы. Как уже видно из сказанного, велика опасность развития у людей одной из самых тяжелых психических заболеваний – шизофрении.

Эта проблема имеет более широкое социально-психологическое, и даже политическое значение. Не секрет, что существовали и сегодня еще существуют государства, в которых лидеры органы управления обучают народов определенным ошибочным догматическим учениям, тем самым способствуя формированию шизоидных типов личностей и шизофреников. Авторитаризм и тоталитаризм содержат в себе подобную опасность. Те люди, которые стремятся к тоталитаризму в идеологии и практической политике, с этой точки зрения являются подозрительными. К патологическим последствиям может привести также религиозный фун-

даментализм, поскольку ядром религии являются рационализации и другие искаженные представления о мире и человеке.

#### **§ 4. Рационализация, ложь, лживость и обман**

Большую часть процессов рационализации нельзя считать осознанным обманом, поскольку человек, который пользуется этим защитным механизмом, обычно не осознает ложность своих исходных посылок (предпосылок своих рассуждений). Поэтому рационализация – это в первую очередь самообман и только вторично – обман других, причем рационализирующий человек не всегда ставит перед собой задачу сознательного обмана других. Слушатель легко понимает, что его собеседник высказывает самооправдывающие аргументы, поскольку последние неубедительны. Кроме неубедительности процесс рационализации отличается еще и тем, что обычно является растянутым, человек приводит все новые и новые доказательства тех тезисов, которые желает доказать, хотя, как мы думаем на основе наших наблюдений над поведением таких людей, они сами остаются неудовлетворенными своей аргументацией. У них мотив самооправдания сохраняется и в дальнейшем вновь и вновь воспроизводится (приходит в активное состояние), воспроизводя те же самые аргументы, которые неоднократно уже были использованы.

Итак, рационализацию можно считать такой ложью, которая в первую очередь предназначена для самого рационализатора и имеет преимущественно подсознательную и сугубо личную мотивацию. Лгун, совершая психологическую самозащиту с помощью рационализаций, в первую очередь хотел бы обмануть самого себя, а не других. Но мы полагаем, что когда удастся одновременно обманывать также собеседников и слушателей, то самообман бывает еще более убедительным. Процесс самообмана облегчается, когда слушатель соглашается с доводами рационализатора и убеждается в истинности его рассуждений.

В то же время необходимо иметь в виду, что и осознанная ложь предназначена для решения личных адаптивных задач.

Мы выдвигаем также следующую гипотезу: 1) склонность говорить ложь и обманывать людей в онтогенезе (возможно – и в истории человечества) впервые появляется в виде простых рационализаций, т. е. подсознательной лжи; 2) осознанная ложь и обман развиваются на основе рационализации, после чего идут уже своими самостоятельными путями развития, приобретая функцию решения задач и адаптации; 3) эти два процесса, при систематическом их протекании в психике личности, приводят к формированию определенных черт и комплексов ее характера; иначе говоря, они являются характерогенными процессами; 4) эти виды лжи являются также одними из механизмов конструирования структуры Я-концепции (самосознания) личности.

Мы полагаем также, что сформировавшийся лгун, как тип личности, так существенно отличается от других людей, что мы должны вновь исследовать у него специфичность таких психологических механизмов и процессов, как конфликты, диссонансы, процессы решения задач и особенно творческие процессы, которые у него в основном приобретают характер сочинения лжи.

#### **§ 5. Рационализация: обратная сторона ее полезности (последствия рационализаций для их субъектов)**

Каждая рационализация, как отдельное суждение или система суждений (умозаключение, рассуждение), предназначена в первую очередь для адаптации в определенной внешней, внутренней или внешне-внутренней ситуации. И такая адаптация в значительном числе случаев людьми достигается. Это полезное, положительное последствие умеренной рационализации. Это реализация ее позитивной функции.



Однако подобные ситуативные адаптации содержат потенциальную опасность для личности и групп – субъектов рационализации. Субъектом рационализации, как уже известно, мы называем того человека, который пользуется рационализациями для своей психологической самозащиты. К каким основным последствиям приводит системное использование рационализации? Хотя об этом по ходу исследования данного механизма немало сказано, тем не менее полезно резюмировать сказанное и высказать еще несколько новых идей.

1) Систематическое использование рационализаций приводит к искажению представлений их субъекта о мире и о себе. Причем это часто происходит незаметно для личности, поскольку по своей внешней форме рационализации представляются логически правильными суждениями и умозаключениями. В действительности же их психо-логика защитная, их цель – не открытие истины, а приспособление образа мира к своим защитным мотивам. Рационализации исходят также из потребностей и структуры Я-концепции личности.

2) Склонность к систематическому использованию рационализаций приводит к деморализации личности. Многие рационализации – это разновидности лжи, и если человек последовательно и систематически пользуется ими, то тем самым разрушает те свои моральные принципы и ценности, которые с таким трудом были построены в структуре его личности. Напротив, отказ от рационализаций (которые чаще всего принимают вид самооправдания) нередко приводит к коренным изменениям моральной философии личности. В одной книге мы читаем: «Довольно странно, когда человек начинает ругать самого себя за все плохое, что с ним приключилось; прямо невероятно, до чего это саморазоблачение очищает мозг и процесс мышления становится быстрым, ясным и простым»<sup>126</sup>.

Хотя этот автор не пользовался терминами теории психологической защиты, вполне понятно, что у него речь идет об освобождении человека от ложных суждений, самообмана и т. п., т. е. от рационализаций. Упомянутые де Крюи последствия освобождения от рационализаций нам представляются вполне реальными. Человек, который часто адаптируется с помощью рационализации, уже затрудняется произвести анализ своей личности и своих поступков. Более того, для него становится труднее устанавливать новые социальные связи.

Поскольку ситуативная адаптация практически полезна и обеспечивает психологический комфорт, положительно подкрепляется, система рационализаций (самозащитных аргументов) становится устойчивой и порождает такой стиль адаптации, который ограничивает возможность общения, развития и деятельности. У личности формируется также система ложных убеждений, которая лишает его свободы и чувства собственного достоинства.

Осуществляя рационализации мы приписываем вещам и фактам такие значения, каких они в реальности не имеют. (отсюда ясно, что очень часто рационализации осуществляются с помощью атрибуций). Хорошее самочувствие личности сохраняется, однако за счет того, что нередко приписывается значение абсурдности, нелепости. Вполне понятно, что такие психологические системы закрывают путь к подлинному познанию вещей, к творческой активности. (Вполне возможно, что отсюда открывается путь к пониманию того, что одни становятся творческими личностями, а другие, хотя и неплохо владеют языком, лишены способности к подлинному творчеству).

Такое явление наблюдается не только в жизни отдельных людей. Создание ложных классовых и других идеологий, приписывание значения таким факторам социального развития, которые такого значения не имеют (например, борьбе социальных классов, конфликтам и т. п.), отрицание роли психики и сознания, наследственности и т. п. – приводит к тому, что целые социальные группы и слои лишаются чувства реальности и закрывает себе дорогу к познанию мира и объективному самопознанию.

---

<sup>126</sup> Поль де Крюи. *Борьба с безумием*. М., 1960, с. 117.

## § 6. Рационализации, неврозы и психозы

Систематическое исследование рационализаций, замены объективного познания и самопознания рационализациями, приводит к патологическим последствиям. Следы этих процессов можно видеть в синдромах неврозов и психозов. Это сложный и сравнительно новый предмет исследования. Ниже мы представим ряд своих соображений.

А. Неврозы и рационализации. – Рационализации в виде формирования защитных, ложных мотивов и замена ими реальных мотивов, нередко встречается при неврозах.

Возьмем пример алкоголика. Например, алкоголик или наркоман объясняет свое увлечение стремлением забывать тяжелые проблемы своей жизни. Но потом алкоголик продолжает пить уже для того, чтобы забыть о неприятности, вызванной его склонностью к спиртным напиткам или наркотикам. Именно так он рационализирует свое поведение. Такую новую цель Казимеж Обуховский считает защитным мотивом<sup>127</sup>. Такую психо-логику он сравнивает с логикой волка из уже упомянутой басни «Волк и ягненок», где волк объявляет ягненка виноватым в том, что у него из-за вида жертвы возникло желание съесть ее.

Те, кто руководствуется такой логикой, обманывают самих себя ради того, чтобы продолжать принятую линию поведения. Алкоголик продолжает пить для того, чтобы смягчить последствия своего алкоголизма. Невротик-мужчина избегает женщин, поскольку когда-то потерпел с одной из них неудачу: вместо реалистического подхода он ожидает «настоящей любви» и т. п.

Конечно, во всех подобных случаях человек, используя рационализации, защищает не только возможность реализации принятой им линии или программы поведения (это обстоятельство Обуховский заметил правильно), но также о защите чувства собственного достоинства. Ложная цель, как результат процесса рационализации, позволяет вытеснить фрустрацию, осознание собственной ущемленности, и осознать преимущественно то, что позволяет сохранить высокую самооценку и чувство гордости. Речь идет, следовательно, о защите Я-концепции.

Б. Рационализации в структуре психозов. – Рационализации в структуре психозов – это очень широкая проблема. Поэтому ниже мы весьма кратко рассмотрим только пример паранойи. Самой характерной чертой параноика является всегда актуальная у него мысль о том, будто его преследуют. Эта черта часто, особенно при острых формах болезни, сочетается с мегаломанией (манией величия) – представлением о себе как о важной исторической фигуре. Именно мегаломания становится рациональной основой оправдания для убеждения (и чувства), будто его преследуют: если я великий человек, то как могу не иметь врагов?

Естественно считать, что подобные утверждения – это специфические формы рационализации, которые, по-видимому, основываются на работе других психических механизмов, таких как атрибуция, проекция, идентификация, агрессия – последняя в видоизмененных, проецированных на других – на «преследователей» – формах.

Но здесь возникает вопрос: фрустрируется ли параноик от осознания того факта, что его преследуют? Мы полагаем, что на этот вопрос следует дать положительный ответ, поскольку в результате каких бы процессов ни возникла мания преследования, она является постоянным источником создания проблемных фрустрирующих ситуаций для паранойяльной личности. И она должна оправдывать и обосновывать эти свои переживания.

---

<sup>127</sup> См.: Обуховский К. Психология влечений человека. М.: «Прогресс», 1972, с. 30–31.

## § 7. Алкоголь, наркотики и потребность в рационализациях

Алкоголь и другие наркотические вещества, оказывая влияние на нервную систему, отупляют чувства страха и тревоги, переживание фрустрации и стресса. Алкоголь оказывает тормозящее влияние на процесс осознания человеком своей личности и поведения, тем самым смягчая те отрицательные чувства, которые она переживала бы, если бы осознала, что свое поведение не соответствует моральным ценностям и нормам, а также собственным представлениям о себе, своей Я-концепции.

Кроме того, состояние опьянения используется как средство, аргумент самооправдания у тех лиц, которые в этом состоянии совершают запрещенные поступки. Так что связь рационализации и употребления алкоголя очень интересна. Например, люди, совершившие аморальные или преступные действия в состоянии алкогольного опьянения, могут утверждать, что в этом состоянии они не были самими собой, и как будто у них (и вместо них) действовал другой человек.

Интересно, что сходное явление у людей бывает и без опьянения, в особых состояниях психики, и писатели об этом знают. Например, немецкий писатель Ремарк в романе «Время жить и время умереть» описывает эпизод, когда его героиня Элизабет непроизвольно плачет, но просит своего мужа Эрнста не обращать внимания на это, потому что это происходит с ней непроизвольно, как будто не она, а какая-то другая внутри нее плачет<sup>128</sup>.

Кстати, когда у человека происходят такие непроизвольные формы поведения, окружающие нередко правильно понимают происходящее. Однажды один пожилой и умный человек следующим образом выразился об одном из наших депутатов Национального собрания: «Его речи умные, но не соответствуют его внешнему виду. Впечатление такое, будто кто-то другой говорит изнутри его».

Употребление алкоголя и наркотиков иногда помогает человеку делать внешние атрибуции и с их помощью оправдать себя. Так человек, совершивший аморальный поступок в состоянии опьянения, может сказать: «Не я виноват, виновата водка». Звучит как шутка, но такая психо-логика в самооправданиях людей встречается достаточно часто.

## § 8. Когнитивный диссонанс, рационализация и изменение установок личности

При рациональной психотерапии обычно опираются на идею, афористически высказанную еще римским императором и философом Марком Аврелием: «... Измени свое отношение к вещам, которые беспокоят тебя, и ты будешь от них в безопасности». На языке современной психологии это означает изменение установок личности. Иначе говоря, когда, находясь в фрустрирующей ситуации, индивид рационализирует, то тем самым он, сознательно или подсознательно, подвергает изменениям структуру своих установок (приведя в соответствие со своими целями и притязаниями, с фрустраторами) или уничтожает старые и создает новые. Поэтому одним из основных последствий рационализации является изменение установок и их смена.

Это общее теоретическое положение позволяет проанализировать конкретные случаи рационализации, к которым спонтанно прибегает человек в состоянии фрустрации (например, невротик); или же проводимый психотерапевтом процесс рациональной терапии. Нам представляется, что рациональная психотерапия, наряду с устранением ложных представлений

---

<sup>128</sup> См.: *Remarque E.M. Zeit zu Leben und Zeit zu Sterben. Berlin: Aufbau – Verlag, 1957.*

человека, приводит также к образованию новых рационализаций, которые оказываются более дееспособными в деле преодоления данного невроза.

Можно предположить, что методом рациональной психотерапии одни защитные механизмы личности (патологические) заменяются другими (рационализациями), которые считаются нормальными. Это по существу система новых установок, считающихся соответствующими принятым нормам. Подобные установки большей частью отражают отношение человека к собственной личности, к своим целям и притязаниям. Это и понятно, поскольку защищается в первую очередь структура самосознания личности. Фрустрирующая ситуация определяется и оценивается заново и по-другому.

Однако рациональная психотерапия, как метод создания новых защитных рационализаций, не приводит к полному устранению невроза и других последствий фрустраций по той причине, что необходимо одновременное применение комплекса защитных механизмов. При этом создание рационализаций в этом случае идет преимущественно через сознание, тогда как необходимо иметь методы прямого воздействия на подсознательную сферу (в обход сознания), где скрыты подлинные механизмы симптогенеза и порождения защитных механизмов, входящих в феноменальную картину поведения фрустрированной личности.

Следует отметить также, что создание рационализаций может быть эффективным методом борьбы против фрустраторов у здоровых людей, когда оно применяется либо профилактически, либо на первом этапе фрустрации, когда других устойчивых защитных механизмов еще не образовано.

## Глава 15. Комическое, юмор, рационализация

### § 1. Комическое

А. Общая характеристика. – *Комическое* (от греч. «комикос» – веселый, смешной, от «комос» – веселая ватага ряженных на сельскохозяйственном празднике Диониса в Древней Греции) – смешное. Противоположными качествами считаются трагическое (Аристотель, Шеллинг), возвышенное или трогательное. Но бывают также трагикомические явления.

Практически комический эффект получается в том случае, когда, как говорил еще Кант, нечто важное разрешается в «ничто»; когда обнаруживается несоответствие между действием и результатом, целью и средствами, понятием и объектом. Однако существуют также комическое несоответствие, комические оправдывания, ожидания и т. п.

При таком разнообразии проявлений комического довольно трудно определить его общую сущность, то, что является общим для всех его проявлений. Мы полагаем, что надо найти общие внутренние психо-логические структуры комического, и тогда все его частные проявления найдут свое естественное объяснение.

Для этого возьмем простой пример: человек низкого роста пытается выглядеть рослым. Это означает, что одна форма (х) пытается перейти в свою противоположность, т. е.  $x = \text{не-}x$ . Но ведь это такая формула, в которой нарушен логический закон тождества.

Однажды автору этих строк один из его знакомых в присутствии нескольких лиц очень серьезно сказал: «У тебя неплохой рост, ты почти одного со мной роста». Это было комично и все заулыбались, кроме говорящего: реально он на 3–4 см. ниже меня ростом и это явно видно. Это означает, что человек невольно ведет себя комично, поскольку осуществляет психологическую самозащиту. Мотив – защитный, а средство – психо-логика комического. В данном случае перед нами фактически двойная комичность, поскольку человек не осознает, что ведет себя комично. Если бы он сказал эти слова в порядке шутки, то дело ограничилось бы только первичным и осознанным комическим эффектом.

Б. Обобщенный пример: «Храбрый Назар». – Обобщенным примером оправдывания ожидания является получение известия о том, что «Назар стал царем». Это сказка о безграмотном, ленивом и трусливом крестьянине Назаре, который по воле обстоятельств получает прозвище «храбрый», а затем становится царем. Комический эффект в таких произведениях получается из-за того, что одно явление (плебей) превращается в свою противоположность (царь); одновременно это парадокс («Так не должно было быть, но есть»), а многие парадоксы вызывают комический эффект. Вот какова психо-логика подобного парадокса:

«Н не может стать Х»;

«Однако Н стал Х».

Когда происходят такие сложные события, люди смеются. Комическое всегда смешно, хотя и неодинаково. Эти синкретический смех, включающий целый ряд видов комического. Считается, что в процессе развития культуры народа из синкретического (или смешанного) смеха выделяются частные виды комического – сатира, ирония и юмор. Мы рассмотрим эти виды комического чуть позже и поподробнее.

## § 2. Сатира, ирония и юмор

О видах и критериях классификации видов комического в специальной литературе идут дискуссии. Это очень сложная проблема<sup>129</sup>. Здесь не место вдаваться в эти дискуссии, хотя новейшая психология могла бы сказать свое веское слово по поводу критериев классификации и механизмов комического. Наша задача – выяснить, в какой мере рационализация (отчасти и другие защитные механизмы) играют роль в создании комического. Поэтому мы вкратце опишем самые существенные черты названных трех видов комического – сатиры, иронии и юмора, после чего перейдем к роли рационализации в их образовании.

А. Сарказм и сатира. – Сарказм, т. е. злая, язвительная ирония – это тот вид комического (тот его полюс), при котором субъект издевается над объектом, стремясь психологически уничтожить его. Художественным выражением сарказма является сатира (в виде сатирических произведений), тогда как юмору соответствует шутка. Сатира – активная форма комического. С ее помощью борются со злом.

Средствами или приемами сатиры являются сарказм (злая ирония), насмешка, острота, деформация объекта и его окарикатуривание, гипербола и гротеск. Разные люди, в том числе авторы сатирических произведений, пользуются различными сочетаниями этих средств. Используются также более тонкие средства – намек, метафора, символизация и другие: последние появились в исторически поздние времена и указывают на то, что сатира развивается и принимает более тонкие формы. Это, по-видимому, обусловлено общим прогрессивным развитием познавательных способностей людей.

Сатирик не просто привлекает внимание к комическому. Сатира не предназначена просто для развлечения. Сатирик активно старается создать у читателя или зрителя определенную установку к объекту, который является предметом его внимания, он стремится, чтобы люди активно действовали. Сатирик стремится создать у людей убеждения и тем самым изменить их поведение. Создание такой установки, с познавательной точки зрения, означает создание сатирического взгляда на вещи. Сатирики – это моралисты и стремятся вызвать гнев у своих слушателей или читателей.

В сатире осмеянию подвергаются вредные явления. Сатирический (саркастический) смех, как выражение сатирической установки и использования его приемов (сарказма, иронии и т. д.) – это смех обличительный, обнажающий недостатки, активный и целенаправленный. Сатирику несвойственна нетерпимость, в то время как юморист отличается терпимостью (толерантностью) к объекту своего комического отношения. Саркастической может быть также улыбка человека.

Б. Ирония. – Ирония (от греч. «эйронеа» – притворство) – в эстетике и философии процессы отрицания, расхождения намерения и результата, замысла и объективного смысла. Считается, что ирония отражает парадоксы развития, определенные аспекты диалектики становления<sup>130</sup>.

В общественной жизни ирония выступает в виде издевательства или насмешки. В Древней Греции она стала риторическим приемом, а именно: говорить нечто, делая вид, что не говорите этого, т. е. называть вещи противоположными именами». (Например: «Да, ты очень храбрый человек», – говорят трусливому человеку иронически). Иначе говоря, психо-логика иронии такова: «Я скажу тебе х, но ты понимай не-х».

В. Юмор. – Слово «юмор» – от англ. *humour* – причуда, нрав, настроение; от лат. *humor* – влага, жидкость. – В научной литературе определяется как «особый вид комического, пере-

---

<sup>129</sup> См., например: Дземидок Б. *О комическом*. М.: «Прогресс», 1974.

<sup>130</sup> См.: *Философский энциклопедический словарь*, с. 220.

живание противоречивости явлений, соединяющее серьезное и смешное и характеризующееся преобладанием позитивного момента в смешном». (Философский энциклопедический словарь, с. 814). Отмечается также, что в отличие от иронии и остроумия, которые по своей природе интеллектуальны, юмор относится не только к сфере сознания, но и ко всему психическому строю, выступает как свойство характера личности.

Интересные мысли о природе юмора высказал еще Отто Вейнингер. Он опирался на А. Шопенгауэра, Жан Поля и других исследователей. Для многих, считал он, юмор является тонкой формой выражения сострадания к другим и к самому себе. С помощью юмора обеспечивают сохранение дистанции между собой и другими. «Самой существенной стороной юмора, на мой взгляд, является *преувеличенное подчеркивание эмпирического*, которое таким образом яснее выставляет всю *незначительность последнего*. Строго говоря, все, что реализовано, смешно. На этом и базируется юмор, являясь, таким образом, противоэмоцией эротики»<sup>131</sup>. В этом смысле Шекспира и Бетховена Вейнингер считает противоположностями. Юмор, согласно Вейнингеру, сосредоточивает внимание на ограниченном, выдвигает его на передний план, выставляет его напоказ, рассматривает его со всех сторон. Юморист понимает смысл мелких фактов и поэтому не проявляет склонности к путешествиям. Он с любовью углубляется во все мелкое, но для того, чтобы показать его несоответствие истинной сущности вещей.

«Остроумие раскрывает противоречие внутри самого явления; юмор же наносит явлению более решительный удар, представляя его как нечто целое, замкнутое в самом себе. Оба обнаруживают все, что только возможно, и этим они компрометируют мир опыта основательнейшим образом. Трагедия, наоборот, показывает то, что навеки остается *невозможным*; таким образом, комедия и трагедия, каждая по своему, отрицают эмпирию, хотя они обе противоположны друг другу»<sup>132</sup>.

Проблему юмора и сатиры Вейнингер обсуждает в связи с проблемами психологии полов и еврейства. Он пишет: «Юмор по характеру своему терпим, так как он знает более высокие ценности, чем все конкретные вещи, но он лукаво умалчивает о них. Сатира, как противоположность юмора, по природе своей нетерпима, а потому она больше соответствует истинной природе еврея, а также и женщины. Евреи и женщины лишены юмора, но склонны к издевательству»<sup>133</sup>. (Интересно, что бы сказал этот «мудрец», если бы видел современных блестящих евреев-юмористов).

Юмор играет положительную социальную роль, облегчает жизнь, освобождает человека от мыслей о мелочах, сплачивает коллективы. Поэтому юморист – всегда желанный человек в обществе. Сатириков же не терпят.

Из сказанного Вейнингером самое верное касается евреек. Некоторые из них, с которыми нам довелось встречаться и даже работать в одном коллективе, имели почти патологическую склонность издеваться над людьми. Работа в г. Николаев, ямы встречались с некоторым еврейским типом. Так что, по всей вероятности, можно говорить о существовании этнического подтипа евреев. «Эротика еврея сентиментальна, его юмор – сатира; но всякий сатирик сентиментален, как каждый юморист – эротик наизнанку... Но им обоим присуща та усмешка, которая так характеризует еврейское лицо: не блаженная, не страдальческая, не гордая, не искаженная усмешка, а то неопределенное выражение лица (физиономический коррелят внутренней многозначности), которое говорит о бесконечной готовности с его стороны ан все соглашаться»<sup>134</sup>.

---

<sup>131</sup> Вейнингер О. Пол и характер, с. 308.

<sup>132</sup> Указ. соч., с. 309.

<sup>133</sup> Указ. соч., с. 309.

<sup>134</sup> Вейнингер О., указ. соч., с. 316.

Здесь важно не столько то, что говорил Вейнингер о евреях, сколько постановка вопроса об этнических различиях различных форм комического и их связи с этническим характером. Эти проблемы необходимо исследовать.

Г. Различие между иронией и юмором. – Считается, что ирония и юмор противоположны «по правилам игры», «по характеру личины». (Отсюда можно догадаться, что различны их ядерные психо-логические структуры).

В иронии смешное скрывается под маской серьезности, но человек одновременно выражает насмешливое (т. е. отрицательное) отношение к предмету иронии.

В юморе серьезное преподносится под маской смешного. (Здесь отношение положительное, «смеющееся»). Как отношение к жизни юмор серьезнее и глубже. Здесь за маской ничтожного скрывается великое, за безумием – мудрость, за смешным – грустное.

В сатире предметом (объектом) являются пороки людей, а отношение человека (субъекта комического) является отрицающим, изобличающим. По-существу можно сказать, что ирония является более слабым вариантом сатиры и лежит между сатирой и юмором.

### § 3. Остроумие

*Остроумие* – это психический процесс, который основывается на сравнении и представляет собой сближение далеких и более или менее отвлеченных понятий<sup>135</sup>. Результатом такого психического процесса является *острота* – разновидность комического. Кроме того, мы называем человека *остроумным*, когда он удачно создает остроты. По нашему мнению, остроумие – комплексное качество, включающее как черты характера, так и познавательных способностей.

Остроты – это «играющие суждения», которые создают комический эффект. Последний в некоторых случаях может служить в качестве аргумента процесса доказательства.

### § 4. Приемы (способы) создания комического

От описанных выше форм комического (сатиры, иронии и юмора) следует отличить *способы* или *приемы* комического. Это те мыслительные операции, которые сознательно или подсознательно используются людьми для создания комического или для восприятия комического в повседневной жизни или в культуре (художественной литературе, в искусстве и т. д.). Уже сейчас можно сказать, что когда мы говорим о роли защитных механизмов, в частности – рационализации), в процессе создания комического, то имеем в виду, что они могут выступить в роли приемов или способов создания комического: именно приемов (способов, механизмов, а не видов комического. Каждый вид комического (сатира, ирония и юмор) в каждом конкретном случае – это результат использования целого ряда психических механизмов, среди которых могут быть также защитные механизмы – рационализация, атрибуция и другие.

Знакомство с литературой о комическом (комическое традиционно является предметом исследования в эстетике) убедило нас в том, что до сих пор в этой важной пограничной области научных исследований современная психология применяется совершенно недостаточно. А между тем каждый случай создания или восприятия комического – это сложный психический процесс, требующий в первую очередь специального психологического исследования.

Полезно знать, какие приемы комического обнаружены в предыдущих исследованиях. А обнаружены: целый ряд разновидностей преувеличения; *пародирование* (подражание оригиналу с одновременным преувеличением его характерных черт, с гиперболизацией); *гротеск* (такое преувеличение и окарикатуривание, которые выходят за рамки правдоподобных и переходят в фантастику); *травестировка* (уничтожение, дениграция и вульгаризация явлений,

---

<sup>135</sup> См.: *Философский энциклопедический словарь*, с. 265.



которые являются предметом уважения и даже почитания; так поступил Рабле с религиозной атрибутикой – мессами, проповедями, молитвами и т. п.); *преуменьшающее окарикатуривание* (намеренное упрощение, подчеркивание вторичности и незначительности мотивов при одновременном пренебрежении существенными) и др.<sup>136</sup>

Задачей психологии является: 1) выяснить, есть ли в составе этих приемов специальные защитные механизмы? 2) существуют ли такие защитные психологические механизмы, которые играют определенную роль в процессе создания комического, но до сих пор неизвестны исследователям?

## § 5. Рационализация, юмор, остроумие

А. Рационализации в структуре шутки. – Некоторые рационализации спонтанно формируются как остроты и шутки. Приведем пример. Руководителю учреждения докладывают, что молодая сотрудница М. Н. не оправдывает себя на работе и ее целесообразно уволить. Он задумывается и говорит: «Знаете, этого нельзя делать, так как она дочь моей сестры. Если я ее уволю, люди скажут, что злоупотребляю своим служебным положением, использую свою власть, чтобы свести счеты с сестрой».

Вполне понятно, что такая рационализация-шутка образовалась в результате переживания внутреннего конфликта между двумя желаниями: 1) желанием оставить М. Н. на своем месте и сохранить добрые отношения с сестрой; 2) желанием освободиться от М. Н. как от плохой сотрудницы. Этот ситуативный конфликт (который может затем стать перманентным) сразу же породил рационализацию. Поскольку последняя приняла форму шутки, она получила еще одну функцию (кроме функции разрешения или смягчения конфликта): способствовала повышению престижа руководителя как находчивого и остроумного человека.

Иррациональность такой тактики адаптации заключается в том, что реальная производственная проблема осталась нерешенной. Здесь руководитель невольно пользовался стратегией адаптации с сохранением проблемной ситуации.

Шутки порождаются как рационализациями для себя, так и рационализациями для других. Принимая вид шуток, они представляются более полезными и серьезными психическими образованиями. Например, я слушаю лектора, но не понимаю его. Вместо того, чтобы честно признаться в этом, я говорю: «Не сумел доходчиво объяснить». При использовании соответствующей интонации это неплохая шутка.

Однако почти такие же рационализации, высказанные слишком серьезным тоном или злобно, могут вызвать у слушателей улыбку сожаления: человек не способен признать свои слабости, в данном случае – свою неподготовленность к восприятию речи лектора.

В первом случае, выступая в виде шутки, рационализация содержит как критику, так и самокритику. Это здоровое психическое явление. (Вообще способность к самокритике – признак психической зрелости личности. В этом, на наш взгляд, глубокий смысл юмора, способности понимать шутки других и самому спонтанно их создавать).

Во втором случае рационализация, оставаясь внешне серьезной критикой другого человека или явления, свидетельствует об односторонности говорящего, о его неспособности принимать собственную личность со своими недостатками и достоинствами. А это – один из важных признаков недостаточной психической зрелости личности.

При образовании шуток рационализация нередко сочетается с атрибуцией. Приведем пример. Один музыковед по поводу ранней смерти Моцарта писал: на том свете, в раю, Бог решил создать симфонический оркестр, и поэтому срочно вызвал туда Моцарта. Эта шутка

---

<sup>136</sup> См.: Дземидок Б. О комическом, с. 66–71.

содержит атрибуцию Богу определенных намерений и оправдание ранней – несправедливой – смерти великого композитора.

Б. Шутка – средство психической защиты. – Оказавшись в состоянии фрустрации, люди из всех неагрессивных способов люди нередко выбирают шутку. Стремление «отшучиваться» – тенденция самозащиты. Писатели тоже давно знают об этом. Приведем пример из романа Л. Н. Толстого «Война и мир».

Князь Андрей в сопровождении офицера (из штаба Багратиона) обходит позиции русских войск, чтобы, если начнется сражение, знать, куда ехать, если получит поручение. Багратион разрешает. И вот он входит в палатку торговца, где за столами сидели офицеры, ели и пили. Среди них был и капитан артиллерии Тушин, один из героев романа Толстого. Но он сидит в одних чулках, затем встает перед вошедшими и неестественно улыбается. Штаб-офицер обращается к нему:

«– Ну, как вам, капитан Тушин, не стыдно? – ... вам бы, кажется, как артиллеристу, надо пример показывать, а вы без сапог. Забьют тревогу, а вы без сапог очень хороши будете. ... Извольте отправляться к своим местам, господа, все, все, – прибавил он начальнически.

Князь Андрей невольно улыбнулся, взглянув на штабс-капитана Тушина. Молча и улыбаясь, тушин, переступая с босой ноги на ногу, вопросительно глядел большими, умными и добрыми глазами то на князя Андрея, то на штаб-офицера.

– Солдаты говорят: разувшись ловчее, – сказал капитан Тушин, улыбаясь и робея, видимо, желая из своего неловкого положения перейти на шуточный тон.

Но еще он не договорил, как почувствовал, что шутка его не принята и не вышла. Он смутился.

– Извольте отправляться, – сказал штаб-офицер, стараясь удержать серьезность»<sup>137</sup>.

Шутка в данном случае помогла только наполовину, но ее самозащитная функция очевидна. Правда, шутка может быть и агрессивной.

## **§ 6. Рационализация для других – механизм порождения шуток**

Теперь специально рассмотрим один из главных видов рационализации – рационализацию для других – в качестве механизма порождения шуток.

Исследование процессов речевого общения людей позволяет выделить одно систематически появляющееся, весьма любопытное и, насколько нам известно, совсем не изученное явление, а именно: если кто-то находится в затруднительном положении и мы имеем желание его критиковать, одновременно понимая его положение (и сочувствуя ему), то мы часто рационализируем вместо него.

Этим социально-психологическим актом мы сразу выполняем две задачи: 1) помогаем собеседнику или даже отсутствующему человеку выйти из затруднительного положения; 2) прямо или косвенно критикуем его; 3) используем юмор в процессе общения с целью преодоления конфликтов, поскольку, как показывают наши наблюдения, такие рационализации для других оказываются шутками.

---

<sup>137</sup> Толстой Л. Н. Собр. соч. в 12 томах, т. 3, М.: Изд-во «Правда», 1984, с. 217.

Для того, чтобы научно разрабатывать эти чрезвычайно интересные социально-психологические и одновременно психолингвистические проблемы, мы выделили (см. в гл.1 настоящей книги) два типа рационализации (защитной аргументации): рационализацию для себя и рационализацию для другого. В первом случае условием рационализации (защиты своего Я) является идентификация с самим собой и достаточно высокий уровень самоуважения; во втором же случае нужна хотя бы слабая положительная идентификация с другим, переживание сопричастности. Мы полагаем, что чем сильнее выражены эти условия, тем активнее рационализирует человек ради другого. Например, мать может иметь такую глубокую идентификацию со своим ребенком, что при его словесной защите может потерять чувство реальности.

Наши наблюдения показывают также, что те люди, которые в результате глубокой фрустрированности чувствуют, что их самоуважение и самооценка находятся под угрозой, активно используют механизм рационализации, у них имеется также развитая тенденция рационализировать ради интересов других. Такое их поведение нередко принимает комические черты, но сами они остаются вполне серьезными.

Эти два вида рационализаций, их психологические истоки и логико-лингвистические структуры и разновидности подлежат подробному исследованию. Подобное исследование значительно расширит наши знания о мотивации различных форм вербального поведения и речевой коммуникации людей.

Однако уже вышеуказанных двух типов рационализаций позволяет указать на один очень интересный и перспективный путь применения наших знаний о рационализации: *оказывается, что рационализации для других, которые у нас появляются очень часто, являются шутками.* Вначале это лучше показать на примере.

Допустим, что вы находитесь в определенной социальной ситуации вместе с человеком, который не владеет языком здешних жителей. Но вы знаете, что он имел возможность и мог бы изучить этот язык, но лень и непонимание важности этого дела не дали ему заниматься. Поэтому его недостаток вызывает у вас критическую установку. С другой стороны вы понимаете, что он сейчас находится в затруднительном положении, и сочувствуете ему (тем более зная, что критика ничего не изменит, во всяком случае «здесь и сейчас»). Вдобавок ко всему этому его невежество может и для вас создать трудности, т. е. в определенной мере подвергать «малой фрустрации».

И вот это ваше противоречивое внутреннее состояние, в числе других суждений (которые здесь нас не интересуют) порождает рационализации в пользу этого человека. Вы ему в шутовском тоне говорите: «Ну, понятно, вы всегда были очень заняты и не могли заниматься таким второстепенным делом, как изучение английского языка!».

Ясно, что в таких шутках, которые, конечно, могут произноситься в сочетании с очень различными эмоциональными и экспрессивными компонентами, конвергируют и объединяются несколько установок: 1) критическая установка (часто злобная, саркастическая, со злобой, с иронией), 2) эмпатическая установка к объекту критики; 3) установка его оправдания; 4) желание с помощью такой шутки самому выйти из создавшегося неприятного положения.

Почему такие высказывания часто оказываются весьма удачными шутками? Почему возникает юмористическое настроение? Причина, по нашему мнению, состоит именно в том, что в них находят выражение противоречивые, нередко несовместимые установки, перечисленные выше. Особенно важно сочетание эмпатии и двух противоречивых желаний – желания критиковать и желания оказать помощь. Нетрудно наблюдать обилие таких рационализаций в процессе общения влюбленных и молодоженов, которые с юмором воспринимают недостатки друг друга. Нам представляется, что во взаимоотношениях таких людей (любящих, сопереживающих, но не совсем потерявших чувство реальности, поэтому замечающих ошибки и недостатки друг друга) обилие юмористических замечаний объясняется, в частности, спонтанной работой

механизма рационализации для партнера (а поскольку имеется идентификация, то косвенно и для себя).

Мы говорим, что выявленный нами механизм юмора является одним из нескольких, поскольку общеизвестно значение сублимации сексуальных и агрессивных импульсов, которая порождает определенную символику и является мощным стимулом к юмору (исследование З. Фрейда). Как понятно из вышеизложенного, психологическая структура шутки, играющей роль рационализации для другого, весьма сложна, но может совсем не содержать сексуальных элементов. Это при том условии, если под любой формой эмпатии, идентификации и любви, не предположить наличие скрытых сексуальных влечений.

Итак, можно выделить и исследовать определенный тип (или класс) шуток, построенных с помощью рационализаций для других. Эта идея вызывает ряд вопросов: 1) Какое участие принимает рационализация в других видах шуток, в анекдотах и других комических продуктах психики (в том числе в том процессе, когда человека критикуют, а он отшучивается)? 2) Мы полагаем, что всякая шутка играет психозащитную роль. Поэтому важно выяснить, каким образом все защитные механизмы участвуют в психологических защитных процессах личности с помощью шуток. 3) Почему шутки часто оказываются неудачными? Можно ли сказать, что чувством юмора обладает, а следовательно удачно шутит, тот, у кого уже образованы и находятся в пределах нормы защитные механизмы, по крайней мере рационализации? Не по этой ли причине ни дети в первые годы жизни, ни психотики, имеющие патологизированные защитные механизмы, не умеют шутить или шутят совсем неудачно? Эту проблему можно расширить следующим образом: для того, чтобы у человека развивалось нормальное чувство юмора, у него должны уже быть все основные уровни психики, причем подсознательные содержания не должны бесконтрольно и без критики (или подвергаясь сверхсильной догматической критике) проникать в сознание и вербализоваться.

Для дальнейшего развития этой концепции следует подвергать анализу примеры, взятые из реальной жизни, художественной литературы, из области народного творчества. Создав психологическую теорию юмора и других форм комического, а также их продуктов (шуток, анекдотов, не говоря уже о серьезных литературных произведениях), можно затем перейти к исследованию этнического психического склада разных народов.

## § 7. Секс, юмор и рационализация

Почему так много шуток и анекдотов связано с сексуальной жизнью? Обсуждая данный вопрос Ганс Айзенк исходил из концепции Анри Бергсона, который считал, что юмор возникает из противоречия между нашим представлением о достоинстве человека и механическим характером наших тел и некоторых аспектов нашего поведения. Например, человек с большим достоинством шагает по улице, но вдруг спотыкается и падает, вызывая, например, смех детей.

Сексуальное поведение содержит в себе много комического, причем оно сохраняется и в символических выражениях сексуальных действий (прицеливание и выстрел из пистолета, завинчивание и т. п.). Противоречие между романтическим идеалом любви и механическим характером сексуальных действий, несоответствие между гуманистическим идеалом и ценностями, приписываемыми другому, и его физической функцией раздражителями вместилища и неизбежно вызывает остроту. Играют роль также скрытые намеки о сексуальных вопросах и отказ открыто говорить об этих вещах. Контраст между механическим характером действия и тем духовным блеском, который придается ему поэтами, писателями и моралистами<sup>138</sup>.

Эти идеи могут оказать полезную услугу тем, кто желает заниматься психологическим анализом сексуальных шуток, в частности – при описании роли рационализаций в создании

---

<sup>138</sup> См.: Eysenck H.J. *Psychology is about people*. New York, 1977, p. 238.

подобных шуток. Рационализации здесь должны играть определенную роль, поскольку сторонник идеальной любви, осознав механический (животноподобный) характер сексуальных действий, может переживать фрустрацию, например, в виде снижения самооценки.

## **§ 8. Переоценка явления как тактический способ смягчения фрустрированности и проблема юмора**

Если человек стремится к такой цели, которой придает слишком большое значение, то при фрустрации его психической активности, направленной на эту цель, можно использовать защитную тактику переоценки цели (события и т. п.), а именно: следует относиться к значительной цели так, как будто она на самом деле малозначительна. Иначе говоря, следует осуществить переоценку цели.

Любопытно, что такая тактика защитной адаптации тесно связана с проблемой юмора. Во всяком случае юмор можно считать разновидностью механизма (тактического приема) переоценки.

В чем суть юмора (во всяком случае, одной его разновидности)? На этот вопрос, как мы видели, имеются различные ответы, но для наших настоящих целей представляет значительный интерес точка зрения С. Л. Рубинштейна, который считал, что чувство юмора состоит не столько в том, чтобы видеть комическое там, где оно есть, а в том, чтобы воспринимать как комическое то, что претендует быть серьезным<sup>139</sup>. Это, конечно, согласуется с тем пониманием комического, которое изложено в настоящей книге.

Однако эти две точки зрения, по нашему мнению, совместимы. Ведь сама претензия быть серьезным уже содержит в себе нечто комическое, а подлинно серьезное или трагическое таково естественным образом, без претенциозности.

Например, есть люди, у которых серьезность является комическим, а подлость и лживость – вполне серьезными. И им не надо претендовать на подлость, поскольку они в этом не нуждаются, это их естественное состояние, которое на каждом шагу проявляется спонтанно.

Таковыми тактическими способами адаптации могут служить ирония, юмор, улыбка (самовнушение радости при переживании печали или гнева), под которыми всегда лежат процессы переоценки ценностей, событий и ситуаций. Мы считаем, что это внутренние процессы переоценивания являются разновидностями рационализации. Исходя из этого, можно предложить новую классификацию видов *переоценивающей рационализации* в зависимости от того, какие внешние – поведенческие и эмоциональные – формы они принимают. Следовательно, можно выделить: а) ироническую рационализацию, б) юмористическую рационализацию; в) рационализацию радости (в частном случае это приводит к «хорошей mine при плохой игре») и т. п. Эту концепцию стоит разработать поподробнее на основе анализа эмпирического материала и различных видах комического.

## **§ 9. Сочувствие, юмор, ирония**

Без эмпатии нет юмора, а человек без чувства юмора не может считаться психически зрелой личностью. Развитие способности к эмпатии и юмору (и к самоюмору – в первую очередь) – важное условие формирования психически зрелой личности.

Ирония, а тем более сатира, по своей природе агрессивна, в то время как юмор добр. Юмор также является средством самоутверждения и психологической самозащиты, но не за счет достоинства другого: юмор утверждает, в качестве ценностей, как субъекта, так и объект. Юмор означает одобрение существования своего объекта.

---

<sup>139</sup> Рубинштейн С. Л. *Бытие и сознание*. М., 1957, с.

Ирония и сатира также мотивированы стремлением к самоутверждению, но – за счет другого, объекта иронизирования. Ирония – это грубое, агрессивное средство самозащиты и самореализации. В ней нет мудрости, она поверхностна. В то же самое время юмор присущ мудрым людям. Спорно даже часто встречающееся утверждение, что ирония является выражением остроумия. Всякий злой человек может найти в других реальные или воображаемые недостатки и издеваться над ними. Для этого вполне достаточны элементарные умственные способности и хитрость.

Подлинное остроумие – это способность тонко замечать сходства и различия предметов. Люди, у которого слабо развиты мышление и воображение, могут лишь издеваться над другими, у них не может быть подлинного юмора.

Ирония, издевка – это выражения интенсивной агрессивности человека. У такого индивида ирония и склонность издеваться над людьми так сильно развиты, что подавляется всякая способность к юмору.

Дети дошкольного возраста редко выражают юмористическое отношение к окружающим явлениям и людям, в раннем возрасте юмор невозможен, поскольку для него необходимы предпосылки: достаточно высокий уровень умственного развития, способность принятия роли другого, значительное преодоление эгоцентризма. Поэтому проявления настоящего юмора можно наблюдать только с подросткового и раннего юношеского возраста. Вот почему дети чаще всего издеваются над другими, многие из них жестоки и эгоистичны. Дети стремятся к самоутверждению путем дискредитации других. Они нередко со всей серьезностью желают смерти того человека, который причинил им неприятность. При сильном эгоцентризме (это установил Жан Пиаже) индивид не может быть сочувствующим и способным на юмористическое восприятие реальности. Преодоление таких инфантильных качеств, как эгоцентризм и эгоизм, создает условия для развития эмпатии и чувства юмора.

## Глава 16. Психическая регрессия: основные теоретические представления

### § 1. Общая характеристика психической регрессии

А. Регрессия. – Когда человек оказывается в состоянии фрустрации или предвидит наступление фрустраторов, то на подобные факторы отвечает целым рядом поведенческих и внутриспсихических изменений, в том числе агрессией, эмоциями и т. п. В числе этих реакций и защитных процессов наблюдается еще одна сложная реакция, которая получило название *психическая регрессия* (regression). В некоторых случаях для обозначения этой защитной реакции можно использовать термин «психологическое отступление», но не в смысле простого ухода индивида из ситуации, а внутренней перестройки психической активности.

Приведем пример, который хорошо иллюстрирует сущность этого явления. Когда в семье уже есть 4–5-летний ребенок и появляется новорожденный, то в поведении старшего ребенка наблюдаются изменения. Он вновь начинает сосать палец, грызть ногти, у него возобновляется энурез (ночное недержание мочи); он начинает говорить так, как говорил год-два назад и т. п. Все это – прошедшие формы поведения, которые теперь возобновились. В чем причина такого психологического возвращения в прошлое?

Причину подобной психической регрессии надо искать в той новой ситуации, которая сложилась в семье после рождения второго ребенка. В то время, как до рождения второго ребенка в центре внимания родителей был первый ребенок, после рождения малыша родители в основном занимаются им, и первый ребенок чувствует себя в эмоциональном отношении обделенным. Для первого ребенка это ситуация депривации, которая порождает фрустрацию. В ответ на эту новую ситуацию у ребенка возникает ряд защитных реакций, одна из которых – психолого-поведенческое возвращение на прошедший этап развития: более инфантильное поведение, которое наступает в результате регрессии, если даже регрессировавший ребенок это не осознает, является средством привлечения к себе внимания родителей, средством завоевания прошлого очень удобного статуса в семье. Желание ребенка – вновь стать главным или даже единственным предметом внимания и ласки родителей.

Если родители понимают проблемы такого психического состояния ребенка и стараются быть так же внимательны и ласковы к нему, как прежде, то регрессивные симптомы могут исчезать. В противном случае они могут углубляться и фиксироваться, оказывая вредное влияние на дальнейшее его психическое, социальное и физическое развитие.

Итак, психическая регрессия – это психологический и временной возврат индивида на более ранний период (этап) своего развития, упрощение психической активности и поведения. Психическая регрессия состоит в том, что личность, имея цель защищаться против чего-то неприятного, не действует в соответствии со своим возрастом, а действует так, как она действовала на более ранней (чаще всего – детской) стадии развития. В принципе, регрессировать могут все подсистемы личности – навыки и познавательные процессы, подструктуры самознания и вся Я-концепция целиком, характер, установки и т. п. Личность целиком вряд ли может регрессировать до младенчества, в ней всегда остаются более зрелые структуры и содержания. Нахождение в состоянии регрессии есть актуальная жизнь личности в настоящем, если даже она глубоко отчуждена от актуальной социальной действительности.

Например, если взрослый человек «прорегрессировал» к 5-летнему возрасту, то это не значит, что он временно стал 5-летним человеком. Это просто означает, что у него актуализировались некоторые психические качества и содержания его пятилетнего возраста, даже определенные черты его Я-концепции этого возраста. Все эти воспроизведенные инфантиль-

ные черты переживаются в настоящем, следовательно, они являются подлинными и динамическими психическими явлениями. Не человек в целом отступил к этому детскому возрасту, а лишь некоторые особенности этого возраста «вернулись» в более активное состояние, временно вытеснив более поздние психические приобретения и новообразования.

Б. Психолингвистический аспект возрастной регрессии. – Подлинная возрастная регрессия имеет место в том случае, когда у человека воспроизводятся склонности и, что самое главное, формы поведения внушаемого возраста. Главное то, что взрослый человек, регрессируя к детскому возрасту, *ведет себя как ребенок*.

Но эта проблема имеет еще один важный аспект. Дело в том, что взрослый человек может вспоминать свое прошлое, рассуждать об определенных эпизодах своего жизненного пути, даже пережить их вновь и достаточно эмоционально, но, несмотря на это, мы не можем утверждать, что он переживает подлинную возрастную психическую регрессию. Если он рассказывает об этом прошлом используя глаголы прошедшего времени («я видел», «я хотел» и т. п.), то это еще не регрессия, а воспоминание.

Только тогда, когда человек словесно описывает прошлое (говорит о нем) так, как будто это прошлое происходит как настоящее («я вижу», «я желаю» и т. п.), только тогда мы можем с уверенностью сказать, что он переживает подлинную временную психическую регрессию.

Для подлинной регрессии прошлое должно стать настоящим как в переживаниях (в образе тела, в желаниях, в межличностных отношениях), так и в психолингвистическом аспекте. В процессе подлинной регрессии должна воспроизводиться *психо-логика* той жизни, которой жил индивид в соответствующем возрасте. Эта психо-логика в первую очередь выражается в речи регрессировавшего индивида. При исследовании регрессии в гипнозе подобная подлинная регрессия действительно наблюдается.

## § 2. Регрессивное забывание и возрастная регрессия (старость и к закону Рибо)

Психическая регрессия наблюдается не только у детей, но и у взрослых людей. Общеизвестно, что в годы старости, а тем более у престарелых людей, у многих возобновляются детские черты, черты старческого инфантилизма. У некоторых из таких лиц инфантилизация принимает устойчивый и патологический, а также *необратимый* характер. Возникает необходимость ухода за такими старыми людьми точно так же, как ухаживают за детьми. По мере старения человек все чаще и чаще возвращается к воспоминаниям ранних периодов своей жизни, все больше живет прошлым.

Когда взрослый человек переживает фрустрацию, у него восстанавливаются те резкие изменения настроений, которые ему были характерны в годы детства. Это означает, что человек пережил возвращение к далекому прошлому не только в поведенческом, но и в эмоциональном отношении. Замечено, что параллельно со старением люди все чаще вспоминают «старые добрые времена», хотя такое представление можно считать лишь общей тенденцией со многими исключениями; во-вторых, подобная тенденция в значительной степени искажает действительный образ прошлого.

Еще в начале XX века известный французский психолог Т. Рибо в книге «Память в нормальном и патологическом состоянии», описав связанную со старением забывчивость, сформулировал свой известный закон, который остался в психологии как «закон Рибо». В соответствии с этим законом по мере старения и достижения престарелого возраста происходит ухудшение работы памяти человека и в целом происходит забывание знаний, опыта и впечатлений. Вначале забываются впечатления недавнего прошлого, далее – более старые и так до впечатлений и умений, приобретенных в раннем детстве. Позже всех забываются впечатления раннего детства. Общаясь со старыми людьми нетрудно заметить, что они хорошо помнят про-



шлое, но легко забывают недавние события своей жизни. Своих старых знакомых престарелые люди помнят лучше, чем тех, с которыми познакомились недавно. *Психическая регрессия личности опирается на регрессивное, ретроградное забывание.*

Подобное забывание получило название *ретроградной амнезии*. Она может быть как общей (т. е. человек забывает все), так и избирательной (забываются только отдельные впечатления и знания). Например, есть старые люди, которые хорошо помнят события и внешний вид людей, но забывают их имена.

Регрессия оказывает глубокое влияние также на характер престарелых людей. Такие люди склонны вновь и вновь рассказывать другим о своем прошлом, о самых приятных для себя событиях, забывая, что обо всем этом уже много раз рассказывали и другим это уже неинтересно. Например, один очень милый старик автору настоящих строк более 8 раз рассказывал о том, как в молодости был членом танцевальной группы и они поехали в Москву и выступили там, имея определенный успех. Это воспоминание у него было фиксацией, пунктом самоутверждения и средством психологической самозащиты. У таких людей меняются как характер, так и склонности и влечения. Некоторым престарелым людям свойственно преувеличение своей роли в событиях прошлого. Путем психической регрессии они переосмысливают не только свою личную историю, но даже историю того общества, в котором живут.

В 70–80-е годы в СССР долгое время первым руководителем был Л. И. Брежнев. В те годы у него уже стали видны признаки быстрого старения, он с трудом говорил и ходил тяжелой походкой. Он решил написать воспоминания (на самом деле, по его указанию написали другие). Было «решено», что Леонид Ильич играл первостепенную роль в годы Великой Отечественной Войны 1941–1945 гг., хотя до достижения поста генсека он как военный деятель не был известен. Пришлось определенные эпизоды войны изложить вновь, привести историю в соответствие с требованиями руководителя. У создателя «Малой земли» были явные признаки психической регрессии. Если у простого человека тенденция к преувеличению своей роли в истории не так опасна, то в случае с руководителем страны это чревато серьезными последствиями.

Но здесь для нас важно следующее: теорию психической регрессии можно плодотворно использовать в психоисторических исследованиях.

**В. Специфический вид адаптации.** – При исследовании психической регрессии с позиций теории социально-психологической адаптации легко заметить следующее: хотя регрессия является защитным механизмом, она обеспечивает защитную адаптацию личности весьма специфическим образом: подвергаясь фрустрации индивид отказывается от тех средств адаптации, которые характерны для взрослых людей, возвращается к защитно-адаптивным механизмам прошлых этапов жизни, иногда – вплоть до младенчества.

Иначе говоря, регрессия является механизмом перехода от одного уровня адаптации к другому, более простому уровню. Когда имеющиеся в распоряжении индивида средства, механизмы и стратегии адаптации не обеспечивают его эффективную адаптацию к сложившимся условиям его жизни, то совершенно естественно, что он будет искать другие способы и стратегии. Он может изобретать новые способы, учиться у других, но вполне естественно также, что он может использовать и те механизмы и способы, которые у него имелись в прошлом и обеспечили более или менее успешную адаптацию.

На любом этапе возрастного развития у людей сохраняется склонность возвращения к своему прошлому. Такой психологический возврат часто имеет место в грезах, мечтах и особенно в сновидениях. Причем чем чаще люди грезят прошлых более приятных временах, тем более трудна и полна лишений их настоящая жизнь. Психологическая регрессия – это один из способов ухода, бегства от неприятной реальности.

Г. Поведенческое выражение регрессии. – Психическая регрессия – это не только внутриспихические изменения личности, но и изменение поведения. Приведем пример из художественной литературы.

Уругвайский писатель Габриель Гарсиа Маркес в рассказе «Вдова Монтьель» написал об этой старой женщине: «За два месяца, истекших со дня похорон, у нее появилась привычка грызть ногти»<sup>140</sup>. Смерть мужа оказалась фрустрацией, вызвавшей к жизни регрессию.

Поведенческими формами регрессии следует считать также неадекватные реакции взрослых, такие как плач, топанье ногами, даже ругательства и проклятия. С помощью таких действий реальные проблемы жизни редко решаются. Но дети, используя такую «технику», нередко добиваются от родителей исполнения своих желаний. Мужья и жены часто доминируют друг над другом с помощью «дутья», плача, угроз о том, что уйдут из дома или совершат самоубийство и т. п.

Действия, свидетельствующие о регрессии, в лабораторных условиях можно вызвать с помощью электрического удара, холодного душа, внезапного громкого звука и других стрессоров. Здесь уместно отметить, что регрессия возникает не только под воздействием фрустраторов: такую защитную реакцию вызывают также многие стрессоры, а тем более – стресс-фрустраторы.

Д. Полная и частичная, устойчивая и временная регрессия. – Регрессия обычно бывает частичной, т. е. такой, когда к прошедшим этапам развития возвращаются лишь некоторые психические функции человека. Но бывают также случаи более или менее полной, всесторонней регрессии личности.

Регрессия бывает также эфемерной, ситуативной и, наоборот, устойчивой, охватывающей месяцы и годы жизни человека. Вполне понятно, что устойчивая регрессия оказывает более существенное влияние на личность и поведение индивида. Регрессивное состояние становится устойчивым в том случае, когда обеспечивает удовлетворение некоторых важных потребностей личности. Если с помощью регрессивных форм поведения человеку удастся заставлять людей, чтобы они удовлетворяли его потребности, то такие формы поведения закрепляются в поведенческом репертуаре личности и становятся перманентными.

При крайних формах регрессии, свойственных психотикам, человек становится способным удовлетворять свои потребности только в своих фантазиях. Однако в целом воображение и фантазия – вполне нормальные механизмы психической активности и адаптации людей.

### § 3. Фрустрация и регрессия

А. Фрейдовская концепция регрессии (разновидности регрессии по Фрейд-ду). – В своей книге «Толкование сновидений» З. Фрейд различает три разновидности регрессии: топическую, временную и формальную.

Под *топической регрессией* Фрейд имел в виду замещение (субституцию) вторичного процесса первичным. Именно в результате такой регрессии образуются сновидения. Поэтому можно утверждать, что исследование сновидений является одним из главных путей раскрытия особенностей данной разновидности регрессии. При такой регрессии рациональное мышление заменяется образным мышлением, а Я регрессирует к Оно. Когда Я сохраняет контроль над психикой, то импульсы получают двигательное выражение. Но если происходит короткое замыкание Я с Оно, тогда двигательная разрядка блокируется, аффект перетекает из двигательной системы к перцептивному полюсу, вследствие чего импульсы получают галлюцинаторную разрядку в виде дневных галлюцинаций, образов сновидений, фантазий и грез<sup>141</sup>. Пережива-

---

<sup>140</sup> См.: «Литературная газета» № 17, 25 апреля 1979 г..

<sup>141</sup> См., например: Anzieu D. *Les methodes projectives*, p. 19.

ния и формы поведения, которые в норме протекают и сосредоточены в высшей системе психики, при измененных условиях, например в сновидениях, в аффективном состоянии или при неврозе, протекают в более низкой системе. Желание, которое до этого выражалось в словах, при регрессии выражается в образах и символах.

*Временная регрессия*: вместо более поздних психических образований у человека появляются более ранние, человек возвращается на более ранний временной этап своего жизненного пути. Обычно в психологической литературе в качестве основного определения регрессии приводится определение временной регрессии. В настоящей книге мы тоже сохранили данную традицию. Это хронологический аспект проблемы регрессии.

*Формальной регрессией* Фрейд назвал то явление, когда примитивные формы выражения и представления заменяются обычными и нормальными. (Но в таком случае можно утверждать, что это уже не регрессия в приведенном выше смысле, а скорее всего это *прогрессия* – нормальное и систематически встречаемое явление в процессе психического развития человека. Было бы полезно выяснить, каким образом на различных этапах возрастного развития индивида сочетаются регрессия и прогрессия, и каким образом новое психическое образование побеждает и вытесняет старое).

Временная и топическая регрессия являются разными аспектами единого процесса регрессии. В зависимости от интересов личности и от той социальной ситуации, в которой она находится, на первый план выступает та или иная разновидность регрессии.

Б. Дальнейшие исследования. – Гипотеза фрустрации – регрессии, в более объективных терминах, была сформулирована Баркером, Дембо и Левиным, что позволило подвергнуть ее экспериментальной проверке<sup>142</sup>. Фрейдовские понятия они переформулировали в соответствии с терминами теории поля Левина.

Гипотеза фрустрации – регрессии требует, чтобы мы начали с описания картины изменения определенных видов поведения в ходе развития и созревания личности. Субъекты помещаются в фрустрирующие ситуации, и производится оценка их последующего поведения. Если это поведение соответствует более ранним этапам возрастного развития, чем то поведение, которое у них наблюдалось перед фрустрацией, то говорят, что имеет место регрессия. Таким способом Левин и его сотрудники исследовали регрессивное поведение детей. Эти исследования подробно описаны на последующих страницах настоящей книги.

Здесь приведем только одно замечание Лоусона, которое нам представляется интересным. Этот психолог считал, что неясно, является ли регрессия самостоятельным защитным механизмом, или же представляет собой основное свойство всех защитных механизмов. Иначе говоря, согласно Лоусону, *регрессивность* может быть одним из общих качеств всех защитных механизмов. Мы полагаем, что если даже это так, то этим не исключается существование самостоятельного механизма (и процесса) регрессии.

## § 4. Фиксация и регрессия

А. О природе фиксации (концепция Н. Майера). – Нельзя дать полную характеристику регрессии, совсем ничего не говоря о т. н. *фиксации*.

Возврат от зрелых форм психической активности и структуры личности к ранним и незрелым формам в первую очередь происходит в конфликтной ситуации, которую невозможно одолеть. Человек, находясь в конфликтной ситуации, путем регрессии ищет безопасности и психологического комфорта. Такой комфорт в прежние времена обеспечили ему ранние успешные формы приспособления, которые, именно благодаря своей адаптивности, закрепи-

---

<sup>142</sup> См.: Barker R.G., Dembo T. and K.Lewin. *Frustration and regression: an experiment with young children. Univ. of Iowa Studies of Child Welfare, 1941, 18, № 1.*

лись и сохранились в психике. Эти ранние успешные формы поведения Фрейд назвал *пунктами фиксации*. Поскольку развитие личности никогда не является завершенным, наше Я предоставляет определенную возможность этим фиксациям участвовать в актуальной психической активности взрослого человека.

Идею о существовании фиксации попытался расширить Н. Майер, который выдвинул гипотезу «фрустрации – фиксации». Свою концепцию в окончательном виде Майер опубликовал в 1949 году, хотя основная исследовательская работа была им выполнена в 30-е годы XX века.

Майер считал фиксацию одной из «проблем реальной жизни» и взял за основу ее повседневное понимание. Его концепцию считают противоречивой и содержащей много необоснованных утверждений об эффектах фрустрации. Он считал, что те формы поведения, которые появляются у животных и у человека, не могут быть истолкованы в понятиях поведенческой (Бихевиористской) теории научения и мотивации: он считал основным свойством этого поведения «фиксированность». Поскольку, как предполагал Майер, послефрустрационное поведение не подчиняется законам научения и мотивации, оно не может быть изменено с помощью терапевтического применения этих факторов. Фиксированное поведение, согласно Майеру, является самоцелью (*is an end in itself*) и полностью отличается от обычного поведения по решению задачи. (Считается, что эти крайние взгляды у Майера появились по той причине, что все свои эксперименты он проводил на животных – крысах, с помощью известной аппаратуры Лешли)<sup>143</sup>. Майер считал фрустрирующей такую ситуацию, в которой невозможно адаптивное, целенаправленное поведение, но в которой субъект должен продолжать отвечать на раздражители.

Б. Фиксация и регрессия. – Когда возникают новые проблемные ситуации, от человека требуется действовать с помощью новых методов и средств. При этом многие переживают чувство тревоги и ожидания угрожающих событий. Поэтому многие не желают обучиться новым способам активности; при этом у них одновременно наблюдается еще большее усиление старых навыков, привычек, форм поведения. (Здесь можно применить отрицательный вариант закона сопряженного изменения психических явлений). Этим путем фиксации еще больше усиливаются.

В ситуации фрустрации между регрессией и фиксациями устанавливаются связи. Чем сильнее Я фиксировано в определенном пункте своего прошлого, тем с большей легкостью в конфликтной ситуации он возвращается, регрессирует к этой точке. (Отметим, что у разных людей имеются собственные устойчивые формы и пункты фиксации и регрессии, знание которых имеет диагностическое значение). В таких случаях регрессия есть не что иное, как возврат личности к прежним успешным формам приспособления. В этих прошлых ситуациях личность находит исполнение желаний, спокойствие и источник силы (*Erfüllung, Halt und Stärkung*).

Однако психоаналитики очень верно заметили, что не все то, что лежит за нашими плечами, является переработанным, пережитым и завершенным. У каждого из нас сохраняется немало нерешенных травмирующих конфликтов, спешно покинутых нами в прошлом. Оказываясь в новых конфликтных ситуациях, мы нередко возвращаемся к аналогичным по тематике конфликтам и ситуациям прошлого. Такая регрессия может вначале дать о себе знать в «травмирующих сновидениях», после чего – ассоциироваться с переживаниями бодрствующей жизни. Это приводит к повторному переживанию старых, но все еще не преодоленных конфликтов.

В том случае, когда мы регрессируем к адаптивным фиксациям, мы находим безопасность и психический комфорт. Когда же мы регрессируем к своим нерешенным конфликтам, то у нас вновь возобновляются фрустрация и сопровождающие ее неприятные переживания.

---

<sup>143</sup> См.: *Maier N.R.F. Frustration. New York: McGraw – Hill, 1949; Lawson R., op. cit., pp. 23–26.*

В этом случае от нас требуется предпринимать попытки решения не только новых, но и старых конфликтов.

В целом структуру личности можно представить себе как состоящую из многих черт и комплексов, некоторые из которых могут быть изменены, в то время как попытка изменить остальные встречают сильное сопротивление. При наличии такого сопротивления мы можем быть уверены, что столкнулись с фиксированными чертами и блоками личности.

Знание о существовании фиксаций помогает понять, почему даже у зрелых людей встречаются некоторые парадоксальные для их возраста детские и юношеские черты, незрелые аспекты личности. Эти черты и комплексы были зафиксированы в качестве средств защиты против тех угроз, которые были направлены на «Я» и на его Я-концепцию, на самосознание в целом. Эти угрозы возникли бы, если бы человек отказался от определенных своих черт и попытался развивать новые.

Есть фиксации, которые тесно связаны с остальной структурой личности. Для того, чтобы сохранить эту структуру, личность должна сохранить и эту фиксацию. Так, С. Журар приводит пример мужчины, который казался во всех отношениях зрелым, но к женщинам относился так, как в детстве относился к своей матери: искал их покровительства и защиты, ожидая от них материнского отношения и т. п.<sup>144</sup> Попытки изменить эту черту вызвали у него тревогу и сопротивление. Дело в том, что эта черта ему нужна для защиты всей структуры своей личности и самосознания.

К некоторым другим аспектам взаимосвязи регрессии с фиксациями мы касаемся в третьей главе настоящей книги.

## § 5. Уточнения Абрахама Маслоу

Абрахам Маслоу в целом принимает психоаналитическую концепцию регрессии, но подчеркивает тот важный аспект, который касается психического роста и зрелости личности. Поэтому его суждения представляют определенный интерес. Этот психолог отметил, что к фиксациям и регрессиям приводят стремление к безопасности и комфорту, избегание боли и страданий, страх, угрозы и потери. Для того, чтобы успешно развиваться, личность должна иметь смелость. Маслоу исходит из того представления, что каждое человеческое существо имеет две системы сил. Первая система ведет к безопасности и защите от страха; эта система создает у личности регрессивную тенденцию, зависимость от прошлого, боязнь перед продвижением вперед, рисковать тем, что уже приобретено, страх перед независимостью, свободой и относительной изолированностью от других людей.

Вторая система сил толкает человека вперед, к целостности и уникальности «Я», к полнокровному функционированию всех его способностей, к формированию доверия к внешнему миру<sup>145</sup>.

Первую группу сил Маслоу называет также защитными силами, а вторую – тенденциями роста. Он считает, что конфликт между этими двумя группами сил является экзистенциальным, заложенным в глубочайшей природе человека. Схематически он следующим образом описывает влияние на личность этих двух групп сил:

Безопасность ←← Личность →→ Рост

Эта схема позволяет Маслоу следующим образом классифицировать механизмы роста: 1) усиление вектора роста, т. е. превращение его в нечто более привлекательное и источник удовольствия; 2) минимизация страха перед ростом; 3) минимизация «сил безопасности» и их

---

<sup>144</sup> Jourard S.M. *Personal Adjustment*. 2nd ed., New York, London: Collier – Macmillan Ltd, 1963, p. 218.

<sup>145</sup> См.: Maslow A. *Defense and Growth*. – In: «Theories of Psychopathology». Ed. by T. Millon. Phil. and London., 1967, p. 271.

привлекательности; 4) максимизация страха перед безопасностью, защитными тенденциями, патологией и регрессией.

Таким образом, сильную защитную тенденцию, особенно регрессию, Маслоу считает врагом психического роста личности.

Свою точку зрения Маслоу иллюстрирует, например, на таком традиционном примере, как развитие ребенка. Говоря о том, как ребенок, отходя от матери, начинает исследовать окружающее пространство, Маслоу замечает: если ребенок знает, что находится под защитой матери, он может регрессировать. Это выражается в том, что он, опасаясь чего-то, возвращается к матери не шагами, а ползком. На основе подобных фактов Маслоу приходит к определенным обобщениям. Безопасность создает условия для проявления высших потребностей и импульсов, которые ведут личность к росту и мастерству. Но если человек чувствует себя в опасности, то у него возникает регрессия к более фундаментальным основам бытия. Поэтому когда приходится делать выбор между безопасностью и ростом, обычно побеждает стремление к безопасности.

Потребность в безопасности часто берет верх над побуждением к росту. Вообще только тот ребенок развивается и становится здоровой и зрелой личностью, который чувствует себя в безопасности. Потребность ребенка в безопасности должна быть удовлетворена в первую очередь. Чем полнее удовлетворяется потребность ребенка в безопасности, тем меньшую значимость она будет иметь для ребенка, и тем менее ребенок окажется во власти этой потребности. Он будет стремиться вперед – к зрелости и творчеству.

## § 6. Примеры и уточнения

Психоаналитик Франц Александер в своей книге «Иррациональные силы нашего времени» рассматривает следующие примеры регрессии: мальчик в семье был окружен заботливой матерью и любящими его старшими сестрами. Он счастлив. Но как только он начинает посещать школу, начинаются трудности. Здесь он – всего лишь один из сверстников и никакими привилегиями не пользуется. Вначале не так плохо, поскольку учительница заботлива и уделяет много внимания детям. Но когда ее сменяет более строгий и требовательный учитель, ситуация меняется.

Вначале ребенок реагирует на новую ситуацию тревогой и неуверенностью. Затем у него появляется злость, и он энергично протестует против всего, что его окружает в школе. Он совершает агрессивные действия по отношению к другим детям и, конечно, сам становится объектом агрессии, возмездия.

Избалованный в семье ребенок начинает бояться окружающих и самоизолироваться. В таких условиях у него наблюдается возврат к ранним формам детского поведения, того периода, когда он жил более зависимой жизнью. У него возобновляется ночное недержание мочи (энурез), сосание пальца, речевые трудности (заикание и др.). Получается впечатление, что весь его организм восстает против тенденций роста. Те функции, которыми ребенок давно научился управлять, становятся неуправляемыми. Не сумев получить удовольствие от нормального социального общения (со сверстниками), он прибегает к способам самоудовлетворения. Сосание пальца – один из таких регрессивных способов. Такая регрессия свидетельствует о том, что новые формы адаптации, которые у него уже развились, не были достаточно прочными. Ранние формы приспособления, фиксированные в психике ребенка, продолжают свое существование, и ребенок возвращается к ним всякий раз, когда новые формы приспособления не приводят к успеху, а оказываемое извне давление интенсивно<sup>146</sup>.

---

<sup>146</sup> См.: Alexander F. *Irrationale Kräfte unserer Zeit*, S. 135–136.

В этом классическом примере ясно видны ход и смысл того, что называют регрессией. Человек в новой ситуации, с новыми требованиями, может быть не в состоянии в привычной форме осуществить свои потребности и притязания. Фрустрация вначале вызывает враждебность. Но так как они оказываются недейственными, выбирается путь отступления. «Я» личности активизируется, защищается от всех нападков, и у индивида появляются ранние формы приспособления. Причем психические механизмы защиты и компенсации выступают в тесном взаимодействии.

Примеры подобной регрессии можно привести и из жизни взрослых людей. Так, К. Г. Юнг приводит пример бизнесмена, который в результате неудачных комбинаций становится банкротом. При реалистическом подходе он должен был бы снизить уровень своих притязаний, стать смиренным, применить механизм самоограничения и работать на новом уровне, соответствующем его теперешним возможностям. Но ему никак не удается начать новую деятельность, он воображает себе, как будто продолжает стоять перед критической ситуацией, в то же время будучи неспособен предпринимать рискованные действия<sup>147</sup>.

## § 7. Частичная и полная регрессия

Взрослый человек, регрессируя, никогда не становится полностью ребенком. Это значит, что он сохраняет многие свои адаптивные механизмы, а также навыки и умения. Именно с этим связано то, что, как верно отметил еще И. Сарнофф<sup>148</sup>, ремиссия, т. е. спонтанное выздоровление без психотерапевтического вмешательства чаще всего наблюдается именно у глубоко регрессировавших больных. В момент госпитализации они бывают настолько беспомощными, что нуждаются в помощи при удовлетворении даже простых физиологических потребностей. Знание этого весьма полезно для психотерапевтов и психиатров.

Все же можно различать, как это и делается, *тотальную* и *парциальную* регрессию: первая распространяется на всю психическую жизнь человека, в то время как вторая касается только одной функции. Широта (уровень тотальности) регрессии связана с ее степенью (уровнем).

## § 8. Феномен «всемогущество мысли» и психическая регрессия (новая концепция)

А. Всемогущество мысли, регрессия и хвастовство. – Мы уже знаем, что фиксации детских лет становятся пунктами, к которым возвращается взрослый человек при переживании психической регрессии, возникшей под влиянием фрустраторов и агрессоров.

Мы утверждаем, что подобную роль, какую играют фиксации, могут играть также более сложные явления – определенные качества познавательной деятельности. Одним из таких качеств детского мышления является вера во всемогущество мысли и слова, в вербализованную мысль. Дети нередко путают желаемое и реально возможное. До достижения определенного возраста они не понимают, что «Я хочу» и «Я имею» – это разные вещи.

В тех случаях, когда подобные иррациональные мысли, у которых своя специфическая психо-логика, встречается и у взрослых людей, то мы можем делать одно из следующих предположений: 1) эти люди отличаются психической незрелостью; 2) или же они фрустрированы и переживают состояние специфической или комплексной психической регрессии.

---

<sup>147</sup> См.: Jung C.G. *Die Beziehungen zwischen dem Id und den Unbewußten*, S. 76.

<sup>148</sup> Sarnoff I., *op. cit.*, p. 257.

Чем дольше индивид в процессе своего развития остается на таком уровне развития, тем более вероятно, что он во взрослой жизни будет переживать данный тип регрессии – возврата к переживанию феномена «всемогущество мысли».

Психическая регрессия данного типа может иметь различные поведенческие и речевые выражения. Мы полагаем, что подобную регрессию переживают те люди, которые в результате сравнения себя и своих достижений с личностью и достижениями других людей, начинают давать необоснованные обещания. Эти обещания выражаются в следующих вербальных формах: «Я тоже так могу»; «Я собираюсь создать более значительные произведения, чем те, которые созданы А.»; «Это каждый мог бы делать!» и т. п. Во всех подобных случаях наряду с утверждениями о своих возможностях имеется тенденция недооценивания достижений тех, с которыми осуществляется социальное сравнение.

Приведенные суждения во многих случаях являются подлинно инфантильными утверждениями в устах физиологически зрелых, взрослых людей. Во всех подобных случаях, которым можно дать общее название – прогностическое хвастовство – перед нами такие люди, у которых имело место отступление к такому прошлому периоду психической активности, когда преобладала вера в всемогущество мысли. Это разновидность магического мышления.

Кстати, психо-логика подобного мышления свойственна не только детям и переживающим регрессию взрослым, но и первобытным людям. Поэтому можно утверждать, что регрессия к тому уровню развития детей, когда наблюдается феномен «всемогущество мысли», имеет филогенетическую и этногенетическую основу и предпосылки.

Б. Нарциссизм и регрессия к детскому мышлению. – Известный психоаналитик Ш. Ференци в 1927 году, говоря о детской вере во всемогущество мысли, указал на следующее: до тех пор, пока человек заинтересован в том, чтобы любить самого себя, он сохраняет иллюзию своего всемогущества, в том числе всемогущества своей мысли. При маниакальном развитии он использует себя в качестве объекта любви, а при меланхолии – в качестве объекта ненависти. В обоих этих случаях, по мнению Ференци, отсутствует четкое осознание границ своего всемогущества.

По-видимому, прав был Ференци и в том, что навязчивые мысли заменяют исполнение желания (1913 г.). Он утверждал, что появление у человека навязчивых мыслей свидетельствует о том, что он пережил в прошлом и актуально переживает регрессию. Это отход, отступление к тем годам детства, когда за выражением желания сразу же последовало его исполнение взрослыми.

Как ребенок, так и регрессировавший взрослый не понимает, что желание не идентично с действиями, а образы фантазии не могут быть использованы вместо объектов. Нарциссизм этих людей делает их слепыми к таким истинам.

В. Защита веры во всемогущество своей мысли. – Вера в собственное всемогущество, а также во всемогущество своей словесно выраженной мысли, является очень приятным психическим состоянием, вызывает чувство гордости и самоутверждения, поэтому люди не желают лишиться подобного приятного источника удовольствия. Следовало ожидать, что такая вера должна была стать предметом психической защиты. Так и есть на самом деле. Люди действительно довольно страстно и последовательно защищают эту свою веру. Невротические личности в особенности с этой целью пользуются целым рядом защитных механизмов.

Однако такая психическая защита может наблюдаться не только у невротиков: она вполне возможна также у здоровых детей; у тех взрослых, которые переживают психическую регрессию; у дикарей и представителей примитивных по своей культуре народов. Здесь у взрослых мы замечаем весьма интересное явление: регрессия, как первичный защитный процесс, приводит к такому желательному результату (а именно: к «чувству» всемогущества мысли), который в высшей степени приятен и желателен и индивид стремится сохранить его и защищать с помощью психозащитных механизмов.



Но почему используются именно защитные механизмы? Ведь мы знаем, что они активируются тогда, когда человек фрустрирован, а приятные результаты регрессии не фрустрируют человека, они для него приятны и желательны. Мы предполагаем, что такие желательные результаты регрессии сохраняются и защищаются с целью предотвращения такой фрустрации, которая наступила бы, если бы нарциссическая личность лишилась такой иллюзии своего всемогущества. Мобилизация защитных механизмов после успешной регрессии и образования чувства собственного всемогущества – это свидетельство того, что индивид предвидит депривацию, боится ее и переживает тревогу.

## § 9. Регрессия и психическое развитие

А. О теориях развития личности. – Когда мы утверждаем, что у человека имеет место психическая регрессия, то молчаливо предполагаем, что он имеет свою историю возрастного психического развития, и что имеются определенные этапы и уровни психического развития. Следовательно, личности бывают более или менее зрелыми и т. п. Поскольку это так, то логично до перехода к дальнейшему обсуждению новых проблем психологии регрессии и связанных с ними вопросов вкратце представить ту теорию возрастного развития, на которую мы опираемся. Однако на этом пути возникают новые трудности, поскольку личность имеет различные аспекты (физический, умственный, эмоциональный, когнитивный и моральный), которые хотя развиваются одновременно и параллельно, но неравномерно, не синхронно. Одни аспекты личности могут развиваться ускоренными темпами, другие – замедленно, по другим же даже как будто зрелая личность на самом деле может оставаться на уровне дошкольника.

Например, исследуя какого-либо 16-летнего парня мы можем обнаружить, что по широте своих знаний он превосходит многих своих сверстников, что его психофизиологические навыки и поведенческий репертуар выше и шире среднего уровня, но что его эмоциональные реакции остались на уровне 5–6-летнего ребенка. Поэтому можно утверждать, что у него остались эмоциональные фиксации. Можно заметить, что в значительной мере зафиксированы также его потребности. Он преследует свои цели точно такими же способами, как и маленькие дети. И когда этот парень подвергается воздействиям фрустраторов, многие аспекты его личности регрессируют. Его восприятия становятся аутистическими, его эмоции – детскими, его инструментальное поведение становится диффузным и дезорганизованным<sup>149</sup>.

Для понимания природы фиксации и регрессии следует хорошо знать не только этапы возрастного развития личности, но и то, что такое психическая зрелость и что надо понимать под психическим здоровьем и, конечно, под противоположными качествами – незрелостью и болезнью. После этого следует раскрыть их связь с фиксациями и с регрессией.

Б. Регрессия и психическое развитие. – В определенном смысле регрессия есть процесс, направленный против основного вектора развития личности в онтогенезе. Поэтому возникает следующий вопрос: как соотносится регрессия с основными характеристиками прогрессивного развития личности? Такими характеристиками являются следующие:

- 1) рост организма и психики;
- 2) направленность (от незрелого состояния к зрелости);
- 3) дифференциация;
- 4) интеграция;
- 5) поэтапность и поуровневость;
- 6) сенсбилизация;
- 7) централизация, и другие.

---

<sup>149</sup> Такой пример приводит и обсуждаемый здесь аспект проблемы содержательно обсуждает С.Журар. См.: Jourard S. M. *Personal Adjustment. An approach through the study of healthy personality. 2nd Ed., New York: The Macmillan Co., 1963, pp. 216–217.*

При характеристике развития важно иметь в виду еще два его признака: 1) *спонтанность развития* означает, что когда в ходе развития формируются какие-то новые качества и способности, они стремятся к спонтанному выражению. Например, когда у ребенка развивается речевая функция, то ребенок говорит без принуждения, спонтанно; 2) *антиципация* – это направленность развития на будущее. Например, психологи, исследующие игровую активность детей, пришли к выводу, что функцией игры является тренировка функций тела и психики для будущей деятельности. (Тут, конечно, пахнет некоторой фатальностью и телеологизмом).

Антиципационные тенденции, по-видимому, присущи всем аспектам психического развития. Самым ярким выражением антиципации является образование у человека целей (целеобразование и целеполагание).

(При дальнейшем исследований изложенной выше проблематики следует использовать теории развития Пиаже и Колберга).

Регрессия, по-видимому, является временным нарушением естественного хода развития личности, движением в обратном направлении, возвратом к уже пройденным этапам развития. Например, ребенок с достаточно развитой речью может, регрессируя, возвращаться к этапу лепета. Другой пример: ребенок уже ходит свободно, но падает, ощущает боль и у него возобновляется ползание.

Регрессия, в том числе у взрослых, может выражаться в виде разрушения, распада организованной и целенаправленной психической активности. Человек начинает совершать разрозненные и бессмысленные действия. Когда регрессивные формы поведения фиксируются, развитие личности нарушается.

У взрослых время от времени пробуждается потребность в бездельи, в свободном от забот времяпрепровождении и спонтанности, в свободных играх и даже в бродяжничестве. Во всех этих случаях мы имеем дело с *конвенциональными регрессиями*, дающими простор дремлющему в нас ребенку. Подобные регрессии следует считать положительными явлениями, поскольку в такой форме они имеют *регенеративные функции*.

## § 10. Экспериментальное исследование регрессии

Впервые регрессию подверг экспериментальному исследованию К. Левин со своими сотрудниками. Объектами исследования были дети, которых подвергли фрустрационному воздействию в искусственно создаваемой ситуации<sup>150</sup>.

А. Тенденции возрастного развития личности. – Исследователи выделили четыре главных «стадий» (лучше назвать их тенденциями) психического развития: 1) изменение уровня дифференциации; 2) изменение типа организации; 3) изменение объема (score) жизненного пространства; 4) установление оптимального соотношения между реализмом и фантазией.

1) *Изменение уровня дифференциации*. – В ходе развития уровень дифференциации личности и ее активности сильно увеличивается. Это означает, что у развивающегося ребенка появляются все новые и новые формы активности: от диффузной активности (лучше назвать ее реактивностью – А. Н.) плода и новорожденного происходит переход ко все более специфическим формам активности ребенка и взрослого. Достаточно проследить, например, за развитием функций руки, которая постепенно приобретает способность выполнения все более сложных и тонких действий. Личность в целом в ходе развития приобретает все новые и новые черты и способности.

2) *Изменение типа организации личности и ее активности*. – В то время как в начале развития взаимосвязи частей личности и ее функций носят характер простой взаимозависимости

---

<sup>150</sup> *Ход и итоги этого исследования мы излагаем по следующему источнику: Barker R.G., Dembo T. and Lewin K. Frustration and Regression: An Experiment with Young Children. – In: R. Lawson (Ed.). Frustration. The Development of a Scientific Concept. New York, London: The Macmillan Co., 1966, pp. 77–99.*

смежных частей, в процессе развития: а) устанавливаются связи между отдельными частями тела и его функций; б) появляется иерархия частей, страты функционирования, организации частей организма, психический функций и способностей; появляются различные уровни контроля. Эту тенденцию развития мы видим как в двигательном поведении, так и в развитии речи, в игре и других формах активности. Формы поведения, речи и мышления приобретают характер все более длительных и сложных эпизодов, в которых видна иерархическая организация частей (операций, действий, деятельности в целом). Например, обогащение словарного запаса личности приводит не к расширению лепета, а к организации все более сложных предложений.

3) *Объем жизненного пространства ребенка также расширяется со временем.* Ребенок завоевывает окружающее пространство, исследует его, познает все более обширные части мира. Одновременно расширяется временная перспектива его активности: он живет не только в настоящем: он приобретает способность видеть прошлое и предвидеть будущее. Он ставит перед собой такие цели, которые требуют от него новых знаний и личностных качеств.

4) *Четвертая тенденция развития личности – это приобретение способности все более четкого различения объективной реальности от образов собственной фантазии.* Восприятие пространства и социальной среды становится все более и более реалистичным. Это означает, что то, что он видит вокруг себя, все меньше и меньше зависит от его чувств и эмоциональных состояний. На эту важную тенденцию психического развития обратили внимание еще З. Фрейд, Ж. Пиаже, К. Левин и другие психологи. Когда развитие идет успешно, то у человека возникает способность сочетания реализма со способностью видеть возможности изменения реальности; последнее требует работы фантазии (воображения) с учетом реальности. Оптимальное сочетание этих двух качеств является основой успешного творчества.

Фрустрации заставляют индивида идти против этих тенденций. Именно подобное движение в обратном направлении и называют психической регрессией.

Б. Фрустрация и регрессия. – Упомянутые исследователи при организации своих экспериментов исходили из следующих положений: 1) регрессия вызывается при наличии у личности высокого уровня заблокированного напряжения; 2) такое состояние заблокированного напряжения возникает тогда, когда человек фрустрируется. Причем под фрустрацией понимают блокаду целенаправленной деятельности: блокада возникает на пути личности к определенной желательной цели; 2) Под влиянием подобной фрустрации будут наблюдаться следующие изменения поведения: а) индивид будет вновь и вновь делать попытки приближения к недоступной цели; б) он будет совершать также другие действия, такие, которые не связаны с заблокированной целью.

В. Экспериментальные процедуры. – Было проведено сравнение игрового поведения детей в свободной от фрустрации ситуации с их поведением в фрустрационной ситуации. В качестве критерия для сравнения исследователи выбрали продуктивность (творчество, creativity) игрового поведения. Такой выбор критерия они обусловили следующими соображениями: а) продуктивность игры изменяется в зависимости от стадий развития: чем более продвинута стадия развития ребенка, тем более творческий характер носит игра; б) в ситуации свободной игры, т. е. когда внешнее давление минимально, поведение детей в максимальной степени выражает их внутренние способности; в) продуктивность (конструктивность, творческий характер) игры тесно связана со многими аспектами объема жизненного пространства ребенка, соотношению в его психике фантазии с реальностью, а также с уровнем дифференциации его психики. Иначе говоря, уровень продуктивности игры тесно связан с основными тенденциями возрастного психического развития ребенка.

Измерялась также эмоциональная экспансивность игровой активности детей. Умственные возрасты детей определялись с помощью теста Бине (для 10 младших испытуемых) и Стэнфорд-Бине (для 20 более старших по возрасту испытуемых)<sup>151</sup>.

Эксперименты проводились в 1935–1936 гг.

Каждый ребенок становился объектом исследования в двух случаях: а) в стандартной игровой комнате, в которой ему была предоставлена возможность играть свободно, без ограничений; б) второй случай: ребенок был помещен в ту же самую комнату и в его распоряжении были те же самые игрушки, что и в первом случае. Но разница состояла в том, что в этой ситуации были также новые игрушки, но для него недоступные. Для того, чтобы была обеспечена их недоступность (т. е. блокаду), эти новые и привлекательные игрушки были помещены в отдельной части комнаты, которая была разделена от основной части перегородкой (сетью). Через эту сетку ребенок мог видеть игрушки, не мог доставать их.

*Ситуация свободной игры.* – Организаторы эксперимента предоставили испытуемым детям разнообразные игрушки и другие предметы и разрешили им играть с ними так, как им хочется. Сам экспериментатор сидел в углу, у письменного стола, и, как он заявил, занимался своими уроками. На самом же деле он наблюдал за поведением детей и делал соответствующие записи. Детям разрешили играть 30 минут.

*Ситуация фрустрации.* – Данный период эксперимента психологи разделили на три этапа: а) дофрустрационный этап; б) этап фрустрации, в) постфрустрационный этап.

На дофрустрационном этапе поднимается перегородка, вследствие чего игровая комната становится почти в два раза обширнее, чем в период свободной игры. Все игрушки были налицо, но самые интересные из них были размещены в запретной зоне (описание подробностей мы опускаем). Там были и новые, очень привлекательные игрушки. Экспериментатор поочередно показывает ребенку все игрушки и, называя их, говорит о том, для чего они предназначены. Затем он возвращается на свое место и позволяет испытуемому в течение 5 – 15 минут играть так, как ему хочется.

Важно отметить следующее: предфрустрационный этап был изобретен для того, чтобы у ребенка образовалась очень привлекательная цель. На следующем этапе надо было делать так, чтобы предотвратить приобретение этой цели, т. е. фрустрировать ребенка. (Возникает следующая идея: создание у личности привлекательной цели, т. е. целеобразование – это необходимая предпосылка для будущей фрустрации. Поэтому в теории фрустрации и психологической защиты мы должны иметь разработанную в специальном аспекте теорию мотивации, а в составе последней – теорию целеобразования).

*Переход от дофрустрационного этапа на этап фрустрации* совершался следующим образом: ребенка отводили в прежний отсек комнаты и перегородку вновь опускали. Теперь уже он мог видеть привлекательные игрушки (цели), которые стали для него недоступными. На данном этапе, как и на предфрустрационном, ребенок мог свободно играть (или не играть) с доступными игрушками, а экспериментатор сидел на своем прежнем месте и записывал свои наблюдения. Он отвечал на вопросы ребенка, но по возможности держался на стороне, как бы был отчужден от ситуации и происходящего.

*Постфрустрационный этап.* – Как только экспериментатор замечает, что ребенок хотел бы покинуть эту ситуацию, он поднимает перегородку и позволяет ему играть с самыми привлекательными игрушками. Данный этап уже находится вне эксперимента и вводится лишь для того, чтобы освободить ребенка от напряжения. Испытуемый обычно охотно играет до тех пор, пока сам не изъявляет желания уйти.

*Препятствие или социальный барьер.* – Один и тот же фактор, препятствующий достижению цели, может рассматриваться субъектом то как объективное физическое препятствие, то

---

<sup>151</sup> См. схему в книге: Lawson R., *op. cit.*, p.81.

как социальный барьер, создаваемый другим человеком, например экспериментатором, то как то и другое одновременно. Именно поэтому действия испытуемого по отношению к недоступным целям (в данном случае – к привлекательным игрушкам) принимает то как форму физических действий, то форму социальных действий (обращение к экспериментатору с вопросом или за помощью). (Отметим, что подробная дифференциация действий человека важна для теории фрустрации. Важно также осознание и учет различия между несоциальным препятствием и социальным барьером).

Г. Некоторые результаты. – Баркер, Дембо и Левин подробно описывают психологические результаты данного эксперимента. Надо отметить, что ход эксперимента был зарегистрирован двумя независимыми наблюдателями: самим экспериментатором и вторым наблюдателем, который наблюдал через односторонний экран. Затем их отчеты были скомбинированы. Этот метод позволил получить как более подробное описание поведения испытуемых, так и зарегистрировать его речь и экспрессию.

Вся совокупность поведенческих актов испытуемого была разделена на две группы: 1) активность по отношению к доступным целям, 2) активность, направленная на недоступные цели. Первую категорию авторы исследования назвали «свободной активностью», а вторую – «активностью, связанную с барьером и бегством». – Игра с доступными игрушками, включение света и т. п. – это примеры свободной активности. А вот желание уйти из экспериментальной комнаты или попытки достать недоступные игрушки – это уже примеры второго типа поведения. Каждая из этих двух главных категорий поведения разделяется на ряд субкатегории, которые подробно описываются авторами исследования.

Сравнение поведения испытуемых в нефрустрационных и фрустрационных ситуациях показало, что появляются существенные количественные различия по частоте появления различных видов поведения: а) испытуемый в ситуации фрустрации больше выполняет «барьерные формы поведения» вместо того, чтобы заниматься конструктивной игрой; б) уменьшается объем первичной игровой активности; в) увеличивается количество вторичной игровой активности; г) заметно увеличивается количество поведения ухода (бегства); г) заметно увеличивается количество таких действий, которые направлены на несущественные признаки ситуации, на внешний шум и т. п.

В ситуации фрустрации снижается уровень конструктивности игры. – Это явление (частный вид регрессии) авторы исследования выразили в различных единицах. Так, по возрастному признаку регрессия у одного испытуемого составила 17,3 месяцев. Из всех испытуемых у 23 наблюдалась подобная регрессия по конструктивности игры, у трех не было изменений, а у пяти уровень конструктивности даже повысился<sup>152</sup>. Мы считаем, что подобные индивидуальные различия очень важны для понимания того факта, что в трудных фрустрационных и стрессовых ситуациях есть люди, которые работают лучше и более творчески, чем в благоприятных условиях. Более того, мы считаем, что подобные исключения – это следы еще не познанных психологических закономерностей.

У представителей различных возрастных групп регрессия уровня конструктивности (продуктивности) игры была в заметной степени различной.

Важно отметить, что как поведенческая, так и когнитивные виды регрессии распространялись и на другие сферы активности испытуемого, т. е. выходили далеко за пределы экспериментальной ситуации. Это позволило Левину и его коллегам утверждать, что существует не только *специфическая*, но и *общая психическая регрессия*. (Лучше назвать это явление *обобщенной психической регрессией*).

---

<sup>152</sup> См.: Lawson R., *op. cit.*, p. 92.

Итак, в условиях фрустрации у абсолютного большинства людей, наряду с другими изменениями и активностью других защитных механизмов, имеет место также психическая регрессия в различных ее формах.

Однако прав Лоусон, когда утверждает, что фрейдовская концепция регрессии шире того представления, которое имеется в трудах Левина и его сотрудников. Он считает также, что исследование Левина и его соавторов не имело серьезных последователей; оно отличалось методической слабостью и ограниченностью (сосредоточением главным образом на регрессии); отсутствием анализа тех условий, которые вызывают другие реакции испытуемых. Он считал также, что Левин и его группа не понимали, что различные ситуации могут вызывать различные защитные ответы.

## Глава 17. Разновидности регрессии

### § 1. Когнитивная регрессия

А. Общее представление. – В первой главе настоящей книги мы уже видели, что одним из главных аспектов психической регрессии является регрессия познавательных процессов. Назовем данный аспект общим названием *когнитивная регрессия*. Она, в свою очередь, имеет свои аспекты и частные проявления. Вкратце рассмотрим основные из них. Отметим, что связь регрессии с процессами памяти нами уже рассмотрена и здесь она будет обсуждаться лишь очень кратко.

Когнитивная регрессия состоит в том, что познавательные процессы личности от уже достигнутых высоких форм возвращаются к более ранним формам и видам, к ранним этапам возрастного развития.

Для подробного рассмотрения различных форм когнитивной регрессии следует иметь модель этапов когнитивного развития личности. Опираясь на труды Ж. Пиаже и других психологов М. Горвиц выделил следующие этапы когнитивного развития ребенка вплоть до взрослого состояния (он называет описываемые ниже этапы также системами представления информации): 1) этап реактивной мысли (*enactive thought*), на котором наблюдаются жесты, мимические движения и другие действия, выражающие мысли и переживания; 2) образное мышление; 3) речевое (вербальное) мышление (*lexical thought*)<sup>153</sup>.

Исходя из этого представления, М. Горвиц выделяет и описывает следующие типы когнитивной регрессии: 1) возврат от более поздно приобретенных способностей представления информации к более ранним формам (например, возврат от слов к образам и реактивным действиям); 2) в пределах одной системы (этапа, фазы) к более ранним содержаниям; например, регрессия от характерного в настоящее время образа тела к более ранним и примитивным образам собственного тела; 3) возврат в пределах одной системы к более ранним формам контроля (например, к более низким уровням торможения). Примером может служить возврат в пределах системы образного представления информации и мыслей к галлюцинациям.

Регрессия контроля имеет, согласно Горвицу, свои собственные варианты, а именно: 3<sub>а</sub>) регрессия к уровню неразличения (недифференцированности) реальности и фантазии; 3<sub>б</sub>) регрессия к уровню немедленной разрядки в отличие от способности к откладыванию исполнения желания; 3<sub>в</sub>) регрессия к такой организации памяти и мышления, которые соответствуют собственному влечению, а не приверженности к реальности; 3<sub>г</sub>) регрессия от активной организации и модификации восприятий до уровня пассивной, неорганизованной, немодулированной рецептивности.

4) Возврат в пределах одной системы к ранним формам организации, например, сдвиг (переход) от сложной системы правил ассоциаций к простым правилам ассоциативных связей. Например, в некоторых патологических состояниях индивиды ассоциируют слова не в соответствии с их концептуальными значениями и грамматическими правилами, а по звучанию и ритму<sup>154</sup>. (О последней разновидности регрессии, порождающей эхолоалии, немало ценного материала можно найти в трудах российских психологов).

В последующих разделах настоящего параграфа мы рассмотрим некоторые разновидности когнитивной регрессии.

---

<sup>153</sup> См.: Horowitz M. J. *Image Formation and Cognition*. New York, 1978, pp. 81–87.

<sup>154</sup> Horowitz M.J., *op. cit.*, p. 92.

Б. Образная (перцептивная) или топографическая регрессия. – Эта форма регрессии встречается как в бодрствующем состоянии, так и в сновидениях спящего человека.

Как мы видели выше, еще З. Фрейд описал явление «топической» или «топографической» регрессии, т. е. превращения словесного мышления в образное мышление. Этот процесс – один из основных в порождении сновидений<sup>155</sup>.

Однако если топографическая или перцептивная регрессия углубляется, тогда появляются галлюцинации также в бодрствующем состоянии. В таких случаях сенсорные органы восприятия возбуждаются изнутри и мысли превращаются в яркие «восприятия». В результате такой перцептивной регрессии фантазии начинают представляться человеку более реальными, чем объективная реальность, которая, в свою очередь, становится более похожим на фантазию. Индивид уже не способен проводить четкое различие между ними. С помощью галлюцинаций реальность магически видоизменяется, несуществующее представляется существующим, и наоборот.

Мы полагаем, что именно в таких случаях галлюцинации начинают играть роль механизмов патологической адаптации личности. Предстоит более доскональное исследование разновидностей и адаптивно-дезадаптивных функций перцептивной регрессии на основе анализа сновидений, грез и галлюцинаций.

В. Регрессия в пределах образного мышления. – Умение ребенка создавать рисунки проходит довольно длительный путь развития. Во многих рисунках простые и сложные способы изображения сочетаются.

Эти вопросы подробно обсуждает Р. Арнхейм, который писал: «Кроме того, достигая более высоких стадий, ребенок сохраняет особенности ранних: сталкиваясь с трудностями, он может регрессировать до примитивного решения»<sup>156</sup>.

Отсюда логично перейти к вопросу о связи перцептивной регрессии с творческим процессом.

Г. Перцептивная регрессия и творчество. – Давно замечено как психологами, так и другими наблюдательными людьми, что иногда в сферу сознания протекают мысли и образы, от которых человек долго не может освободиться. Эти персеверативные образы представляет значительный интерес для психологии личности, творчества и психопатологии.

Для психологии творчества представляют интерес те случаи, когда внезапно в сферу сознания проникают образы, имеющих отношение к тем задачам, которые человек раньше не смог решить, т. е. способствуют достижению творческих результатов.

Несколько интересных фактов собрал Б. Левин. Он рассказывает об известном случае химика Кекуле, который сообщил о том, как открыл структуру бензола<sup>157</sup>. Этот случай нами рассмотрен в предыдущих книгах.

Представляет интерес случай, имевший место в жизни математика Уильяма Лимбертона, который две недели подряд безуспешно работал над одной проблемой, но затем бросил ее и решил больше о ней не думать. Примерно через неделю, просыпаясь утром, он обнаружил в своем сознании образ, который позволил ему самым необычным путем решить ту задачу, от решения которой он почти что отказался. Решение было скорее геометрическим, чем алгебраическим, и было проецировано в виде образа на доску, находящейся на некотором расстоянии от него. (Ясно, что результат был получен благодаря подсознательной работе, протекавшей после прекращения сознательного анализа, причем решающий этап его был осуществлен в ту ночь, после которой он проснулся.)

---

<sup>155</sup> См.: Фрейд З. *Толкование сновидений*. М., 1913; Gill M. *Topography and systems in psychodynamic theory*. – «Psychol. Issues Monogr.», 10, 3(2), 1963; Horowitz M.J. *Image Formation and Cognition*. New York, 1978, p. 139.

<sup>156</sup> Арнхейм Р. *Искусство и визуальное восприятие*. М.: «Прогресс», 1974, с. 174.

<sup>157</sup> См.: Horowitz M.J. *Image Formation and Cognition*. New York, 1978, p. 140.



Такие результаты часто получаются и в самих сновидениях, в зрительных формах<sup>158</sup>.

Если считать процесс превращения вербализованных мыслей в образные выражения разновидностью регрессии, то следует сказать, что подобные творческие результаты являются следствием психической регрессии. Причем здесь важна проблема мотивации этой разновидности регрессии. Высказана точка зрения, согласно которой такие регрессивные творческие процессы служат удовлетворению тенденций «Я»<sup>159</sup>.

## § 2. Регрессия мышления и проблема ее психо-логики

Одной из особенностей мышления детей младшего дошкольного возраста является нечувствительность к противоречиям, тесно связанная с эгоцентризмом. Эта нечувствительность выражается, в частности, в феномене несогласованности объекта и содержания. Этот феномен был обнаружен и описан Ж. Пиаже<sup>160</sup>.

Оказалось, что в условиях дефицита времени (этого своеобразного стресса) такое же явление наблюдается и у взрослых. Взрослым – студентам и научным работникам – предлагается набор рисунков ан картинках: 2 камня, 3 ведра, 7 собак и 2 лошади, после чего задается вопрос: чего здесь больше: живых существ или физических тел? Ответ был такой: «Живых существ больше». Такой ответ показывает, что взрослые, как и дети, не чувствовали наличие противоречия в вопросе. Они не учли, что живые существа – тоже физические тела<sup>161</sup>.

Такой недостаток мышления в стрессовой ситуации можно оценить как частичную возрастную регрессию мышления к уровню детского эгоцентризма. Вполне возможно, что он связан с более широкой личностной регрессией, например, в виде усиления эгоцентрической мотивации поведения в целом.

Возникает проблема: какова психо-логика регрессивного мышления? Можно предложить следующие идеи: 1) в процессе психического развития у личности формируются и сменяют друг друга различные уровни психо-логики; 2) регрессия мышления означает переход от более высокого психо-логического уровня на более низкий ее уровень; 3) сохранение у взрослых в нормальных (нефрустрирующих, свободных от стресса) условиях таких операций и свойств, как трандукция, нечувствительность к противоречиям, эгоцентризм, синкретизм и образность означают психическую незрелость мышления; 4) эти незрелые свойства появляются также в сновидениях, в которых регрессия – обычное явление. Это, конечно, надо специально исследовать.

## § 3. Регрессивная речь и мышление

Когнитивная психическая регрессия выражается, в частности, в том, что при фрустрации взрослый человек начинает говорить короткими предложениями (как двухлетние дети). Таково положение вещей и в том случае, когда от нас строго требуется говорить кратко (например, при составлении телеграмм).

---

<sup>158</sup> См.: Kubie L.S. *Neurotic Distortions of the Creative Process*. Lawrence: Univ. of Kansas Press, 1958; Налчаджян А. А. *Ночная жизнь*. Ереван: «Океан», 2000; СПб., М., «Питер», 2004.

<sup>159</sup> См.: Kris E. *On preconscious mental processes*. – In: Rapaport D. (Ed.). *Organization and Pathology of Thought*. New York: Columbia Univ. Press, 1951, pp. 475–493. Уточняя эту точку зрения другой автор, также психоаналитик, считает, что такие творческие результаты представляют собой регрессию «на службе» скорее идеальной Я, чем реальной Я-концепции. См.: Weissman P. *Creative fantasies and beyond the reality principle*. – *Psycholog. Quarterly* 1969, 38, p. 110; см. также в кн.: Horowitz M.J., *op. cit.*, p. 149.

<sup>160</sup> См.: Пиаже Ж. *Роль действий в формировании мышления*. – «Вопросы психологии», 1965, № 6.

<sup>161</sup> См.: Веккер Л. М. *Психические процессы, т. 2*. Ленинград: Изд-во ЛГУ, 1976.

Такой телеграфный язык включает числительные, глаголы и прилагательные, т. е. только те слова, которые семантически наиболее содержательны, информативны. Опускаются флексии, местоимения, префиксы и суффиксы (функторы).

Усталость также может привести к такой регрессии речи.

(Необходимо подробно исследовать структурно-функциональные особенности такой регрессивной речи, чтобы иметь более точную картину интеллектуальной регрессии при фрустрациях).

## § 4. Объектная регрессия

Во взаимоотношениях человека с миром имеются два полюса: *потребность* и тот *объект*, с помощью которого данная потребность может быть удовлетворена. Регрессия может быть перенесена на объект без заметного изменения структуры потребности. Это объектная регрессия. Она чаще всего появляется в ходе старения человека. В то время, как молодые люди стремятся показать свое призвание, самоценность и превосходство над другими в области телесных феноменов (путем демонстрации силы мускулов и ловкости), в то время как у зрелых и пожилых людей объекты выбираются из мира духовных ценностей.

Но в годы старости наблюдается движение в обратном направлении. Появляются с первого взгляда парадоксальные феномены: человек, который чувствует, что свои физические силы уменьшаются, вновь начинает в этом отношении сравнивать себя с молодыми.

Такое объектной регрессии в определенной мере соответствует регрессия потребностей. Каждая потребность, после достижения полной зрелости, затем может подвергаться частичной регрессии. В психоанализе данный вид регрессии, особенно объектная регрессия сексуальной потребности, достаточно подробно исследована. В этом отношении одна и та же потребность в различные возрастные периоды жизни, например в 30 лет и в 50 лет, различны, и интересно было бы проследить их возрастную динамику.

В психоанализе проводится четкая граница между влечением и его объектом. Но, как указывают современные психоаналитики, в действительности они теснейшим образом взаимосвязаны. Сама потребность является изменяющейся во времени величиной. Поэтому нельзя резко разграничить объектную регрессию и регрессию потребностей. Когда стареющий человек для удовлетворения какой-либо потребности возвращается к ранним объектам своих потребностей, то сами потребности также подвергаются изменениям. (Тем не менее мы считаем, что проведение различия между объектной регрессией и регрессией потребности полезно и создает возможность для более тонкого психологического анализа исследуемых явлений).

## § 5. Возможна ли регрессия к сензитивным периодам развития (новая проблема)

Как мы видели, говоря о психической регрессии, молчаливо предполагается, что данный процесс всегда ведет к снижению уровня познавательной активности личности, к возврату к более низким уровням когнитивных процессов. А между тем психологии известно, что в годы детства имеются также периоды продуктивного развития и высокой умственной активности. Речь идет о так называемых периодах сензитивности в ходе возрастного психического развития.

Мы предлагаем гипотезу, согласно которой если человек регрессирует к одному из таких сензитивных этапов или периодов психического развития, то у него психическая активность (приобретение определенных видов знаний, образование новых навыков и т. п.) должна стать более динамичной и продуктивной.

Например, если у 60-летнего человека воспроизводится этап сензитивности (сверхчувствительности) к языкам, то он сможет успешно обучаться новым языкам.

Однако возможно ли это? Есть ли факты, которые доказали бы возможность такой продуктивной регрессии? Мы полагаем, что для обнаружения соответствующих фактов мы должны более тщательно исследовать те материалы, которые получены в соответствующих экспериментальных исследованиях. Мы должны с этой новой точки зрения исследовать регрессивные состояния людей, в том числе патологические (например, случаи пуэрилизма). Мы убеждены, что здесь намечено интересное и новое направление исследования психической регрессии.

## **§ 6. Регрессия и «Я»: еще два типа этого механизма**

Регрессия, как сложный психический процесс, не может иметь лишь одну функцию. Защитная функция, как мы полагаем, является лишь одной из ее функций. Наблюдения показывают, что регрессия иногда приводит к уменьшению силы «Я», как бы преобладает над ним (überwältigt). В таком случае, по-видимому, нельзя сказать, что она играет защитную роль.

Поэтому Раппапорт выделяет два типа регрессии: 1) регрессия, берущая верх над «Я», а следовательно (это уже наш вывод) разрушающую психическую защиту; такая регрессия уменьшает функциональную силу «Я»; 2) регрессия на службе у «Я»; это уже защитная регрессия. Эту вторую разновидность регрессии впервые, насколько нам известно, выделил Крис).

В обоих случаях у индивида воспроизводится та «техника» психической деятельности, которая была характерна более ранним этапам его психического развития. Это общая особенность регрессии. Мы уже видели, что подобное отступление у личности происходит в том случае, когда ей запрещается использовать те способы удовлетворения влечений, которые характерны взрослому и зрелому периоду ее жизни.

З. Фрейд следующим образом описывает одно из открытий психоанализа: «Другое, более поразительное открытие состоит в том, что из инфантильных психических образований почти ничто не погибает. Все желания, движения влечений, способы реакций, установки ребенка у зрелого человека еще сосуществуют и могут в надлежащих конstellациях снова появляться»<sup>162</sup>.

Крис, который изобрел выражение «регрессия на службе у Я», исходил из наблюдения, согласно которому регрессия имеет место не только тогда, когда Я ослаблено (например, при засыпании, во сне, под влиянием алкоголя и т. п.), но и тогда, когда Я сильно, и тогда регрессия исходит из самого Я. Крис отметил также важную роль регрессии в творческом процессе. Согласно его точке зрения, творческий процесс состоит в быстром чередовании регрессии, стало быть – выключением Я, и состояния полного бодрствования. (По-видимому, только вторая разновидность способствует творчеству).

## **§ 7. Поведенческая регрессия у животных (эволюционные корни регрессии)**

А. Общая характеристика. – Механизм регрессии наблюдается не только в психической жизни и поведении человека. Данный механизм возник, по-видимому, на достаточно ранних этапах эволюции животного мира, и у многих видов сохраняется до сих пор. Знание особенностей и вариантов механизма регрессии у разных животных, особенно у позвоночных млекопитающих, птиц и антропоидов позволит раскрыть филогенетические корни этого (более развитого и тонкого у человека) механизма самозащиты. Соответствующие данные, вполне

---

<sup>162</sup> Freud S. *Gesammelte Werke*, VIII, S. 412.

естественно, следует искать в работах этологов, поскольку интереснее всего знать, как проявляется регрессия в естественных условиях жизни животных.

*Регрессия у животных – это в первую очередь поведенческая регрессия.* О том, происходит ли у них одновременно и внутриспихическая регрессия? – об этом можно только строить догадки. Хотя многие животные так эмоциональны, что у нас, на основе наблюдения за их экспрессией и голосами, выражениями ярости или испуга, триумфа и т. п., не остается сомнений в том, что и они переживают процессы когнитивно-эмоциональной регрессии. Приведем примеры из этологических трудов.

Конрад Лоренц подробно описал различные церемонии у гусей. Он показал, что когда образуется дружеская пара из двух гусаков, которые занимают доминирующее положение в стае, их триумфальный крик становится особенно громким и экстаичным, насыщенным агрессивностью. Приведем отрывок из труда Лоренца, в котором он прямо указывает на процесс регрессии у этих птиц.

«Так вот, – читаем у Лоренца, – иногда бывает, что триумфальный крик таких гусаков выходит из всяких рамок, доходит до экстаза, – и тут происходит нечто весьма примечательное и жуткое. Крики становятся все громче, сдавленнее и быстрее, шеи вытягиваются все горизонтальнее и горизонтальнее, и тем самым теряют характерное для церемонии поднятое положение, а угол, на который отклоняется переориентированное движение от направления на партнера, становится все меньше. Иными словами, ритуализованная церемония при чрезмерном нарастании ее интенсивности *утрачивает* те двигательные признаки, которые отличают ее от неритуализованного прототипа. Таким образом происходит настоящая Фрейдова регрессия: церемония возвращается к эволюционно более раннему, первоначальному состоянию»<sup>163</sup>. Это явление называют реритуализацией. Регрессия постепенно исчезает, и птицы, которые только что были агрессивными до ярости, успокаиваются и начинают производить нежное гоготанье. Эта агрессивная любовь считается филогенетически более ранним явлением, чем теперешний ритуал триумфального крика. Но не всегда реритуализация (регрессия) поворачивает вспять.

Затем Лоренц пишет следующее: «Впервые такую «реритуализацию» обнаружил Й. Николаи на снегирах. Церемония приветствия у самочек этих птиц, как и триумфальный крик у гусей, возникла за счет ритуализации из исходных угрожающих жестов. Если усилить сексуальные побуждения самки снегиря долгим одиночеством, а затем поместить ее вместе с самцом, то она преследует его жестами приветствия, которые принимают агрессивный характер тем отчетливее, чем сильнее напряжение полового инстинкта»<sup>164</sup>.

Б. Последствия устойчивости регрессии в форме реритуализации. – Явление, которое при этом описывают этологи, представляет интерес не только само по себе, но и для лучшего понимания определенных аспектов поведения людей. Этологи наблюдали случаи (правда, единичные), когда поведенческая регрессия у пары гусаков в виде реритуализации, занимает много времени, останавливается, «не поворачивает вспять». Лоренц описывает это событие так: «... И тогда происходит событие, непоправимое и влекущее чрезвычайно тяжелые последствия для дальнейшей жизни участников: угрожающие и боевые позы обоих гусаков приобретают все более чистую форму, возбуждение доходит до точки кипения, – и прежние друзья внезапно хватают друг друга «за воротник» и ороговелым сгибом крыла обрушивают град ударов, грохот которых разносится по округе»<sup>165</sup>.

Общая драма двух гусаков длится не больше минуты, но в этих единичных случаях, сопровождаемых регрессией, они длились больше четверти часа и становились чрезвычайно ожесточенными. «Ужасающая, ожесточенная ярость таких схваток лишь в малой степени объ-

---

<sup>163</sup> Лоренц К. *Агрессия (так называемое «зло»)*. Москва: Изд. группа «Прогресс» и «Универс», 1994, с. 211.

<sup>164</sup> Указ. соч., с. 211.

<sup>165</sup> Указ. соч., с. 212.

ясняется, пожалуй, тем обстоятельством, что противники слишком хорошо знакомы и потому испытывают друг перед другом меньше страха, чем перед чужаком. Чрезвычайная ожесточенность супружеских ссор тоже черпается не только из этого источника. Мне кажется, что, скорее, в каждой настоящей любви спрятан такой заряд латентной агрессии, замаскированной узами партнеров, что при разрыве этих уз возникает тот отвратительный феномен, который мы называем ненавистью. Нет любви без агрессии, но нет и ненависти без любви!»<sup>166</sup>.

Сходное явление нередко наблюдается и у людей. Начиная с агрессивных церемоний взаимных угроз подростки, юноши и даже взрослые мужчины могут постепенно распалиться и перейти, так сказать, к этапу первобытной агрессивности и ненависти. Такие схватки, безусловно, опираются на регрессию и могут иметь летальный исход.

Толпа людей также может пережить такую регрессию, поскольку в толпе регрессивные явления у отдельных индивидов значительно облегчаются. Конфликт семейных и иных кланов – известное явление.

При дальнейшей разработке данной проблематики следует привести факты из жизни других видов животных, например, крыс, описывая сражения между их различными подвидами и семействами.

В. После регрессии: смущаются ли гусаки? – После ожесточенной «регрессивной» схватки двух гусаков «Победитель никогда не преследует побежденного, и мы ни разу не видели, чтобы между ними возникла вторая схватка»<sup>167</sup>. Они намеренно, как считает Лоренц, избегают друг друга. Но когда они, заранее не заметив друг друга, внезапно оказываются рядом, происходит то, что заставляет Лоренца прийти к следующему заключению: «Гусаки – смущаются! В подлинном смысле этого слова! Они не в состоянии друг друга видеть, друг на друга посмотреть; у каждого взгляд беспокойно блуждает вокруг, колдовски притягивается к объекту его любви и ненависти – и отскакивает, как отдергивается палец от раскаленного металла. А в добавление к тому оба непрерывно через что-то перепрыгивают, оправляют оперение, трясут клювом нечто несуществующее и т. д. Просто уйти они тоже не в состоянии, ибо все, что может выглядеть бегством, запрещено древним заветом: «сохранить лицо» любой ценой. Поневоле становится жалко их обоих; чувствуется, что ситуация чрезвычайно болезненная. Исследователь, занятый проблемами внутривидовой агрессии, много бы дал за возможность посредством точного количественного анализа мотиваций установить пропорциональные соотношения, в которых первичная агрессия и автономное, обособившееся побуждение к триумфальному крику взаимодействуют друг с другом в различных частных случаях такой церемонии»<sup>168</sup>.

Фактически все те действия, которые совершаются «смущенными» гусаками, свидетельствуют о том, что каждый из них переживает конфликт мотивов, фрустрирование, и, находясь в стрессовом состоянии, защищается с помощью описываемых действий.

Можно предположить, что описанная выше регрессия сводится не только к возврату к филогенетически более ранним формам поведения, в данном случае – к ритуализированной и подлинной физической агрессии – но и во временном снятии тормозов (ингибиторов) агрессии. Если бы ингибиторы продолжали эффективно действовать, дело не дошло бы до драки.

Легко догадаться, что у людей, ввиду слабости или отсутствия биопсихологических ингибиторов, регрессия к первичным формам агрессивности происходит легче. Особенно заметна легкость поведенческой регрессии у тех индивидов, которые находятся на низком уровне морального развития. Ведь у человека именно мораль играет роль ингибиторов: прирожденных ингибиторов у человека, по-видимому, нет, а наследственные предпосылки морали весьма

---

<sup>166</sup> Лоренц К., указ. соч., с. 212.

<sup>167</sup> Лоренц Л., указ. соч., с. 213.

<sup>168</sup> Лоренц К., указ. соч., с. 213.

слабы. Правда, встречаются морально более или менее одаренные личности, но в целом относительно современных людей сказанное нам представляется справедливым.

Смущаются ли люди после физиологической и психологической регрессии, после того, как они возвращаются к актуальному состоянию? Вот проблема, которая достойна исследования в рамках теории психологической регрессии.

## § 8. Поведенческая регрессия у человека

Вопросы поведенческой регрессии у человека в той или иной степени уже затронуты на предыдущих страницах настоящей книги. Здесь мы вкратце обсудим несколько специфических вопросов.

Вот что рассказал автору настоящих строк 40-летний мужчина, инженер по специальности (приводится в нашем свободном изложении). Иногда у меня, рассказал он, происходит явление, которое я считаю признаком того, что во мне происходит то, что вы, психологи, называете психической регрессией. Раньше, до ремонта нашей квартиры, мусорное ведро в нашей квартире находилось в туалете, и у меня была привычка отнести разные негодные вещи туда и бросать в это ведро. После ремонта мы решили, что мусор будем собирать в мешочках и на кухне. Спустя некоторое время мы привыкли к этому новому порядку: собирая мусор в целлофановых пакетах, мы каждый день относим их на улицу и бросаем в большую мусорную урну.

И вот я думаю, рассказывает дальше этот человек, что между этими двумя привычками у меня в душе имеет место соперничество. Когда у меня хорошее самочувствие и свежая голова, я со своими негодными бумагами сразу иду на кухню, к новому месту собирания мусора. Когда же я ощущаю сильную усталость, то непроизвольно иду в туалет и там только, уже поднимая руку, чтобы бросать мусор в воображаемое ведро, спохватываюсь, осознаю, что совершаю ошибку. А ошибка эта – результат частичной психической регрессии, возврат к привычке «доремонтных времен» моей жизни.

Этот пример, по нашему мнению, хорошо демонстрирует работу подсознательных психических сил, воспроизведения старых, уже ненужных, и новых психических содержаний (привычки и входящие в ее состав умения).

Данный пример показывает также, что изучение различных типов психических и психомоторных автоматизмов, их типов и функций имеет большое значение для понимания процессов нормальной и патологической адаптации.

Представляет интерес точка зрения Ф. Александера, согласно которому автоматизация действий служит цели ухода от реальности и является регрессивным явлением<sup>169</sup>.

## § 9. Групповая и массовая регрессия

Психическая регрессия – явление не только индивидуальное, но и социально-психологическое. Регрессивность наблюдается также в социальных группах – в качестве общегрупповых явлений. Это означает, что находясь в ситуации стресса и фрустрации, вся группа может регрессировать до более примитивных форм социального поведения.

Групповую регрессию необходимо исследовать на разных уровнях: 1) уровень малой группы; 2) уровень большой социальной группы; 3) регрессия масс и толп; 4) этническая психическая регрессия. Частным и очень впечатляющим примером групповой и индивидуальной (одновременно) регрессии является совокупность тех психологических изменений, которые наблюдаются у узников концлагерей. Начнем с рассмотрения этого случая.

---

<sup>169</sup> См. в кн.: Hartmann H. *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*, p. 91.

А. В концлагерях. – Жизнь с позиций психологической концепции психической регрессии рассмотрел уже знакомый нам Массерман<sup>170</sup>. Он подверг психологическому анализу сообщение Беттельхайма – бывшего узника фашистских концлагерей.

Беттельхайм писал: «Наподобие детям... узники жили только настоящим... Они потеряли способность составлять планы на будущее и не умели отказаться от непосредственного удовольствия для получения большего удовольствия в будущем... Они стали *хвастливыми* и сочиняли сказки о том, какие дела совершали в прошлом, как им удавалось обманывать надзирателей и бригадиров и дезорганизовать работу в лагере. Как и дети, они не смущались и не отказывались от своих слов, когда становилось известно, что врал».

Б. Регрессия у бывших коммунистов. – Некоторые из бывших коммунистов, сохранившие свои убеждения и даже принадлежность к коммунистической партии, после развала СССР, проявляют целый ряд признаков психической – содержательной и временной – регрессии. Они кичатся теми связями, какие реально или воображаемо имели с высокопоставленными партийными руководителями. Они по-детски, с удовольствием рассказывают об их семейной жизни, о том, кем стали их отпрыски и где сейчас живут и т. п. Особенно большое значение придают они знанию личной жизни бывших руководителей, тому, как они принимали важнейшие решения и т. п. Нетрудно путем анализа примеров расширить предложенное обсуждение.

## § 10. Ролевая регрессия: новый тип психической регрессии

Когда в межличностных отношениях возникают сильные, особенно отрицательные, эмоции, то наблюдается тенденция рассматривать участников взаимодействия в свете их прошлых ролей. По каким-то причинам вспоминается их прошлое, причем *выборочно*, в зависимости от настоящей ситуации и характера переживаемых эмоций.

Это явление мы считаем возможным назвать особой разновидностью регрессии: регрессия касается другой личности, в нашей памяти воспроизводятся те впечатления, которые мы от нее получали в прошлом, а более поздние впечатления и оценки вытесняются. Таким образом, эта особая регрессия осуществляется с помощью универсального механизма вытеснения из сферы сознания те психические содержания, которые не соответствуют нашим ситуативным потребностям, в частности – потребности защиты против данной личности, которая нас фрустрирует.

Итогом такой регрессии следует можно считать следующее интересное и малоисследованное явление: межличностные конфликты (которые возникли в прошлом, но еще не разрешены) усиливаются в ситуациях стресса и фрустрации<sup>171</sup>. Причем, даже тогда, когда фрустрирующим фактором является не та же самая личность, а совершенно другие внешние обстоятельства.

По-видимому, следует выделить две разновидности такой регрессии, а именно: а) регрессия, возникающая под влиянием фрустрации и возникших под ее влиянием отрицательных эмоций; б) регрессия, возникающая под влиянием сильных положительных эмоций (таких аффектов, как воодушевление, порыв радости и т. п.), при переживании которых не только поведение и мышление человека приобретают некоторые инфантильные черты, но и его воспоминания о тех людях, с которыми он непосредственно общался, становятся *селективно благоприятными*: в сфере сознания воспроизводится в основном то, что характеризует этих людей с положительной стороны, вспоминаются их добрые дела и т. п.

---

<sup>170</sup> См.: Masserman J.H. *Principles of Dynamic Psychiatry*. 2nd ed., Philadelphia, 1961.

<sup>171</sup> Это обстоятельство заметил также Ф. Редл. См.: Redl F. *Group Emotion and Leadership*. – In: «Psychiatry», 5 (1942), pp. 573–596.

Очевидно, что указанные выше разновидности регрессии имеют прямую связь с механизмами эмоциональной памяти.

Ситуации, в которых возникают подобные регрессии, могут стать поворотными моментами в межличностных отношениях: установки и оценки других людей могут претерпеть коренные изменения. Инфантильные проявления регрессии после изменения ситуации исчезают, но оставляют свои следы в установках человека. Этим, в частности, объясняется большое значение конфликтных ситуаций в процессе образования и изменений характера.

Таким образом, вышеизложенные соображения еще раз показывают, что фрустрация и защитные механизмы, а также те изменения психических состояний, которые происходят под влиянием стрессов, аффектов и «псевдозащитных» проявлений (так можно назвать те психические процессы, которые похожи на защитные механизмы, но возникают не под влиянием фрустраций, а в диаметрально противоположных ситуациях радости и счастья; таким процессом является вышеуказанная вторая разновидность регрессии), оказывают решающее влияние на развитие характера личности и на ее взаимоотношения с людьми.

## § 11. Сексуальная регрессия

А. Пример и его анализ. – В книге «Личность» И. Дженис приводит типичный с психоаналитической точки зрения пример регрессии и анализирует его. Критическое рассмотрение этого материала позволит нам шире представить себе картину регрессии и давать оценку психоаналитическим представлениям об этом важном психическом процессе<sup>172</sup>.

Молодая женщина по имени Эди периодически не могла принимать пищу. Если в такие периоды жизни она предпринимала попытку есть пищу, то чувствовала тошноту и переживала страх перед возможностью удушья от пищи. Медицинское обследование показало, что у нее нет никаких патологических изменений горла и других органов пищеварения, а процесс принятия пищи для нее раньше была делом весьма приятным. Однако она наиболее сильное беспокойство переживала тогда, когда ела наиболее желательную для себя пищу. Дженис считает, что вся эта картина нарушения подобна конфликту типа «приближение – избегание». Тошнота и страх перед удушьем заставляли ее избегать той пищи, которая особенно нравилась ей.

Тщательный психологический анализ позволила Дженису прийти к выводу, что пищевой конфликт пациентки основывается на другом конфликте. Оказалось, что в подростковом возрасте она начинала заниматься танцами и однажды после танцев вместе с партнером заходила в кафе, где они заказали ее любимое блюдо – творожный пудинг. Она почувствовала тошноту. И каждый раз, когда она пыталась есть это блюдо с мальчиками, она имела тошноту и ее охватывала страх, что может оторываться. Но когда она то же самое блюдо ела вместе с подругами, этих неприятных явлений не было. Поэтому Эди в дальнейшем, в течение 7 лет, постаралась в компании с парнями, вообще вместе с мужчинами, ничего не есть. Поэтому ее встречи с мужчинами продолжались только до того момента, когда они приглашали ее пообедать или поужинать с ними. В таких случаях она отказывала им, не объясняя причин своего отказа. Это не давала ей возможности устанавливать близкие отношения с мужчинами.

В этом примере, отмечает Дженис, поражает связь пищевого конфликта с гетеросексуальной жизнью. Ведь этот конфликт предотвращала сексуальную интимность, которая вполне была возможно и без совместных обедов. Для того, чтобы получить сексуальное удовольствие, люди обычно преодолевают намного более серьезные преграды. Поэтому поведение Эди было нелогичным, хотя оно ей самой казалось вполне логичной. Она фактически использовала этот конфликт в качестве повода для отказа от интимности. (Мы полагаем, что объяснения Эди

---

<sup>172</sup> См.: Janis I. a.o., op. cit., p. 385.



являлись рационализациями, о мотивах которых она не знала). Поэтому возникло подозрение, что у нее имеется скрытый сексуальный конфликт.

Оказалось, что это именно так и есть. Ее сексуальная жизнь была очень конфликтной как до, так и после появления пищевого конфликта. Ее сексуальные желания были интенсивными, но сильными были также ее тревога и чувство вины, связанные с сексуальным желанием. Даже в позднем подростковом возрасте ее сексуальная жизнь была минимальной. Поцелуи, ласки, объятия для нее были источниками тревоги и угрызания совести. Она была воспитана в том духе, что любая форма сексуальной активности, непосредственно не связанная с деторождением, является греховной и вызовет ответное наказание со стороны родителей и Бога. Ее родители считали, что секс является необходимым злом. После рождения второго ребенка (когда Эди было 3 года), родители больше вместе не спали.

Наконец, она встретила очень терпеливого молодого человека, с которым, после длительных усилий с обеих сторон, Эди могла принимать пищу и иметь интимность. Оба конфликта у нее фактически одновременно исчезли, хотя пищевой конфликт все же периодически возникал. Эти два конфликта появлялись и исчезали одновременно, причем при исчезновении пищевого конфликта она с радостью и многократно имела сексуальные сношения с мужем. Но обычно ослаблению сексуального конфликта предшествовало ослабление пищевого конфликта. Поэтому Дженис пришел к выводу, что сексуальный конфликт явился причиной пищевого конфликта. (Это предположение можно считать весьма правдоподобным, поскольку имело место не просто предшествование, но и одновременное усиление и ослабление этих двух конфликтов).

Однажды Эди и ее муж посетили музей. Внезапно ею охватило сильное желание иметь сексуальное сношение с мужем. Они поспешили домой. По дороге у нее возникло легкое чувство вины, а также сильный голод. Придя домой, она не знала с чего начать: насытить свой голод и потом иметь сексуальное сношение, или наоборот. Результатом этого внутреннего конфликта было то, что она на ходу взяла из холодильника пищу и быстро ела ее на пути в спальню. Появление сексуального желания и ее легкое подавление предшествовали голоду, причем и принятие пищи, и сексуальное желание, были одинаково желательны. Создается впечатление, что голод и процесс еды заменяют сексуальное желание и его удовлетворение. Если это так, то ясно, что принятие пищи приводит к чувству вины: оно ведь приносит замещающее сексуальное удовлетворение.

(Известно, что у некоторой части стариков, после наступления импотенции, усиливается пищевая активность. Поэтому можно спросить: не является ли это замещением атрофированной функции? На психологическом уровне сексуальное желание сохраняется, но физиологические возможности его удовлетворения исчезают, поэтому рот становится органом замещающего удовлетворения. Не регрессия ли это? У других людей может усиливаться оральная агрессивность. Эти два механизма – часто наступающее чувство голода, принятие пищи и оральная агрессивность – могут сочетаться.

Возвращаясь к вышеизложенному примеру отметим, что Дженис пришел к следующему выводу: у Эди пищевой конфликт был заменой ее сексуального конфликта<sup>173</sup>. Этот вывод является частным случаем общего психоаналитического положения, согласно которому бессознательные мотивирующие конфликты лежат под наблюдаемыми торможениями, истерическими симптомами и другими формами невротического поведения. У Эди данные конфликты из-за не совсем понятных причин стали эквивалентными. Но у разных людей сексуальные конфликты приводят к различным последствиям.

---

<sup>173</sup> См.: Janis I. L., Mahl G. F., Kagan J. and Holt R.R. *Personality Dynamics, Development, and Assessment*. Harcourt, New York: Brace and World, 1969; Janis I. L. *Psychological Stress*. New York: Wiley, 1958.

Замену сексуального конфликта пищевым Дженис считает особой формой регрессии, поскольку пищевая активность в онтогенезе предшествует сексуальной активности. У Эди произошла регрессия к оральному эротизму, а последний, как известно, свойственен ранним этапам психосексуального развития<sup>174</sup>. Для того, чтобы подавить свое желание иметь оральный секс со своим мужем, она подавила это давно вытесненное желание вторично, с помощью интенсивного принятия пищи. Специалисты считают, что такая вторичная защита против регрессивных желаний является часто встречающейся причиной развития истерических симптомов.

Временное подавление сексуального желания для того, чтобы принять пищу, можно считать кратковременной регрессией, возвращением к определенным фиксациям детских лет. Стало известно, что принятие пищи в детстве было для нее источником огромного удовольствия.

Б. Разновидности сексуальной регрессии. – Дженис, а за ним и другие авторы, считают, что следует выделить три разновидности сексуальной регрессии: 1) регрессию эротических зон; 2) регрессию сексуального желания и 3) регрессию сексуальных объектов.

У Эди имела место регрессия от генитальной зоны к оральной эротогенной зоне, но ее желания и их объекты не изменились (пенис). Поэтому и в компании с мужчиной она не могла принимать пищу. Подсознательно она желала орального сношения с пенисом мужчины. Именно поэтому она не хотела что-либо есть в компании с мужчинами. Другие могут регрессировать одновременно на всех трех «уровнях» (или по всем трем «дорожкам» одновременно), так что таких индивидов приходится насильно кормить от ложки. У такой женщины появляется желание, чтобы мать кормила ее как в детстве.

Сексуальные регрессии людей принимают самые различные конкретные формы в зависимости от того, какие элементы в нее вовлекаются и в каких ситуациях она происходит. В некоторых случаях взрослый человек возвращается к тем формам любви, которые у него практиковались в детстве. Так, молодая женщина возвращается в отцовский дом, как бы желая восстановить комплекс Электры. У молодого мужчины может иметь место регрессия до уровня своего Эдипова комплекса. В клинике наблюдались случаи возвращения от гетеросексуальности к автоэротизму, до прегенитальных этапов развития.

При шизофрении часто наблюдается регрессия личности к такому состоянию, в котором она желает, чтобы за ней, как за ребенком, ухаживала женщина – мать или заменяющий ее образ.

Примером регрессии сексуальной жизни является случай, когда мужчина А, получив отказ от ряда женщин и, конечно, переживая фрустрацию, начинает манипулировать своими гениталиями, одновременно имея фантазии о том, будто имеет половое сношение с одной из этих женщин. При этом он остается на уровне генитальной сексуальности, но объект желания меняется. Это фактический автоэротизм.

Сложность подобных случаев состоит в том, что наряду в автоэротизмом здесь имеет место также воображаемый гетероэротизм, который можно даже считать психологической подготовкой подлинных гетероэротических действий в будущем.

Когда фрустрированный из-за отпора женщин мужчина начинает сосать собственный палец, то это уже возврат к оральной фазе психосексуального развития с одновременной заменой объекта.

В. Детское поведение и сексуальность. – Нередко психосексуальная защитная регрессия с воспроизведением инфантильных форм поведения. Так, И. Сарноф приводит пример 22-летней молодой замужней женщины, которая начала говорить со своим мужем по-детски. В период ухаживания она вела себя как уже зрелая и готовая для замужества девушка, как «свет-

---

<sup>174</sup> См.: Janis I., *op. cit.*, p. 385.

ская» особа. Теперь же она, перед реальностями супружеской жизни, будучи эмоционально неготовой для гетеросексуальных отношений, регрессировала к детству. Своим инфантильным поведением она как бы говорила мужу: я всего только ребенок, так что не жди от меня большего<sup>175</sup>. В подобных случаях снижается уровень не только речи, но и мышления. У многих психически больных людей отмечается потеря способности обобщения и абстрактного мышления. Зрелый человек начинает мыслить как ребенок – только конкретно, без употребления общих категорий.

Для проверки наличия у личности такой регрессии ей предлагаются задачи, при решении которых она должна классифицировать ряд предметов по категориям (исходя из определенных общих признаков: цвета, формы и т. п.). Решая такие задачи, психически больные люди проявляют инфантильное мышление: а) они больше интересуются внешними признаками предметов, не сопоставляя их для того, чтобы вывести общие категории; б) они легко отвлекаются и утверждают, что для них трудно длительно сосредоточить внимание на задаче; в) для них, как они сами говорят, было трудно отделять свои внутренние оперативные стимулы (например, чувства) от воспринимаемых признаков предметов<sup>176</sup>.

Клиницисты заметили также, что психически больные люди склонны к таким вербализациям, которые нечасто встречаются у взрослых членов данного общества. У таких взрослых, когда они желают сразу говорить о многих вещах, возникает поток нелогичной речи, как у возбужденного ребенка, без грамматического согласования. *Эхололия* также, когда встречается у взрослого, является процессом регрессии к детской речи.

Неологизмы также нередко встречаются у определенной части пациентов. Это такие лингвистические формы, которые образованы самим пациентом и понятны только ему. Неологизмы не предназначены для коммуникации, они аутистичны. Человек, говорящий неологизмами, не заботится о том, понятна своя речь окружающим или нет. И такое поведение сходно с речевым поведением детей, которые для своего удовольствия создают новые слова, придавая им секретные значения. Ж. Пиаже описал такое речевое поведение у детей раннего возраста.

Можно считать также, что нередко у взрослых индивидов происходит регрессия к эгоцентрической речи. Как верно заметил Сарнофф, непроизвольное появление в мыслительных процессах взрослого синкретизма отражает ослабление его Я и его способности осуществить интеллектуальный контроль над своими восприятиями и понятиями. Подобные регрессии появляются под влиянием длительно действующих фрустраторов, неудачных попыток взрослых удовлетворить свои взрослые потребности, дозволенные в своей культуре.

Г. Онанизм как регрессивное поведение. – Когда зрелый мужчина или зрелая женщина, даже после начала генитальных супружеских отношений, через некоторое время возобновляют практику онанизма, то это явление можно считать выражением психофизиологической регрессии.

Причиной такой регрессии может быть то, что в нормальных гетеросексуальных сношениях он (она) не получает достаточно полного удовлетворения, а это означает, что его (ее) нормальная сексуальная мотивация фрустрируется. Человек регрессирует к онанизму, практиковавшимся им в прошлом, причем от этой формы сексуальной активности он (она) может получить больше удовольствия, чем от сношений с супругой (супругом). Здесь мы видим, что под практикой онанизма, кроме всего прочего, лежит также принцип гедонизма.

---

<sup>175</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, pp. 254–255.

<sup>176</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, p. 256.

## Глава 18. Регрессия и другие защитные механизмы

Регрессия осуществляется на основе вытеснения и подавления, но в свою очередь может стать необходимой базой для работы других защитных механизмов. Регрессируя, человек осуществляет сублимацию, выражает особые формы агрессивности (например, характерную для ранних этапов развития инфантильную враждебность), регрессируя человек особым образом рационализирует свои фрустрации (например, используя инфантильные формы речи) и т. п. Словом, взаимные связи регрессии с другими защитными механизмами разнообразны и мы ниже рассматриваем некоторые из них.

### § 1. Регрессия и вытеснение

Мы уже знаем, что вытесненные из сознания психические содержания активны и ищут выхода и разрядки. Поскольку прямой путь в сферу сознания им закрыт вытесняющими и подавляющими силами «Я», они ищут окольные пути выражения и разрядки. Такую разрядку обеспечивают механизмы символизации, сгущения, искажения и перемещения. Результатами работы этих механизмов являются фантазии, сновидения и симптомы неврозов и психозов.

Отмечая эти известные факты, Л. Вольберг далее пишет: «Там, где замещающие выражения находятся в гармонии с социальными ценностями и идеалами Сверх-Я, они обеспечивают приемлемые средства облегчения (сублимации). Там же, где нет такой гармонии, возникает конфликт и вновь активизируются механизмы вытеснения. Когда вытеснение оказывается неэффективным в снятии напряжения (*in mediating tension*), возникает возможность регрессии к реальным формам приспособления»<sup>177</sup>.

Согласно этому психологу, это имеет место тогда, когда индивид сталкивается с такими переживаниями, которые сходны с теми (или представляют те) впечатления, которые в детстве вызывали тревогу. «Я» автоматически отвечает детскими формами защиты, которые теперь уже неадекватны.

Приведенные соображения Вольберга вызывают у нас следующие два замечания: 1) Получается, что сублимация не является самостоятельным защитным механизмом, но это весьма спорная точка зрения, хотя и имеет других сторонников. 2) Можно выдвинуть предположение, что регрессия является признаком неудачной работы механизма вытеснения. Иначе говоря, мы утверждаем, что регрессия и вытеснение находятся в такой взаимосвязи, которая соответствует их отрицательной корреляции. Ведь регрессировать можно только до тех психических переживаний и содержаний прошлого, которые больше не удастся вытеснить в подсознательную сферу и удерживать там.

В соответствии с психоанализом, сохранение отношений с реальностью за счет внутрипсихического равновесия приводит к психоневротическим нарушениям. При этом налицо конфликт между Я и Оно.

Когда же внутриспсихическое равновесие развивается и устанавливается за счет взаимоотношений с реальностью, тогда возникает психоз. Человек более, когда его Я терпит крах под воздействием сил Оно, а конфликт имеет место между Я и средой.

---

<sup>177</sup> См.: Wolberg L.R. *Technique of Reconstructive Therapy*. – In: «*Theories of Psychopathology. Essays and Critiques*», Ed. by Th.Millon; Phil. and London, 1967, pp. 212–213.

## § 2. Регрессия и регрессивные формы других защитных механизмов

А. Концепция регрессивной рационализации. – Сама регрессия может стать угрозой для структуры личности и ее здоровья. Поэтому человек нередко бывает вынужден защищаться от своих же регрессий. Каким образом можно это делать?

Замечено, например, что люди используют рационализации для *оправдания* своих регрессий. Так, оказавшись в трудных ситуациях и не сумев адаптироваться к ним, человек может, регрессируя, «заболеть», а затем оправдываться: я болен и нуждаюсь в помощи. Мы полагаем, что нетрудно найти соответствующие примеры из жизни и более подробно исследовать данный аспект проблемы регрессии. Ведь явление «бегства в болезнь» общеизвестно<sup>178</sup>. Мы полагаем, что рационализации могут образовать устойчивые защитные комплексы с регрессией.

Мы предлагаем концепцию *регрессивной рационализации*, которая исходит из жизненной реальности. Регрессии в жизни взрослых людей считают «неуместными» формами поведения и психической активности, причем сами индивиды, которые переживают регрессию, осознают свое состояние и переживают стыд. Поэтому следует ожидать, что они станут *оправдывать* свои регрессии, а это означает использование рационализаций. Именно такую разновидность рационализации мы и называем регрессивными. Использование регрессивных рационализаций – это защитно – адаптивный процесс, во ходе которого рационализация накладывается на регрессию. Будучи вызванной к жизни регрессией, такие рационализации могут, например, служить для того, чтобы преодолеть конфликт между двумя важными подструктурами Я – концепции личности – идеальным Я и реальным Я.

Б. Регрессивная агрессия. – Под регрессивной агрессией мы имеем в виду воспроизведение в результате регрессивного движения личности, тех инфантильных форм агрессии, которые были характерны ей на начальных этапах онтогенетического развития.

В. Регрессивная проекция. – Под *регрессивной проекцией* мы имеем в виду то явление, когда человек регрессирует к более примитивным формам психической активности и поведения, после чего эти же формы, исходя из защитной мотивации, проецирует на других. Фактически речь идет о процессах проективной атрибуции, которые присоединяются к регрессии.

Почему после регрессии возникает потребность в проецировании регрессивных форм поведения на других. Причина, по-видимому, кроется в том, что эти инфантильные (незрелые) формы поведения по существу являются новыми фрустраторами для личности.

Г. Регрессивные формы других защитных механизмов. – Другие защитные механизмы также могут иметь свои регрессивные формы в вышеназванном смысле. Реальность существования подобных защитных механизмов можно доказать, например, путем изучения сновидений.

Регрессивными формами можно считать, например, следующие процессы: а) воспроизведение защитных механизмов, использованных личностью в более ранние периоды своего психического развития (жизненного пути), в те времена, когда образовались фиксации, к которым в настоящее время совершается возврат; б) использование актуальных защитных механизмов: т. е. регрессия к прошедшим формам поведения совершается, но она сочетается с теми защитными механизмами, которые личность в данный период использует без регрессии. В этом случае регрессия касается не защитных механизмов, а других психических процессов (мышления, образования навыков, процессов взаимоотношений с другими людьми и т. д.).

Предложенные идеи следует развивать, в том числе в социально-психологическом плане.

---

<sup>178</sup> См., например: Jourard S.M., *op. cit.*, pp.219–220.

### § 3. Вновь о взаимосвязи регрессии и фиксации

Мы уже знаем, что регрессия обычно связана с предшествовавшей фиксацией. Поскольку обычно фиксируются психические образования прошлого, то они для актуально достигнутого возраста являются незрелыми, часто даже инфантильными – в зависимости от того, на каком возрастном этапе образовались эти фиксации.

Подобные фиксации встречаются на самых различных фазах возрастного развития личности. Они представляют собой «пункты приостановки развития». Возникновение таких пунктов происходит по различным причинам. Например, некоторые формы поведения и мышления могут фиксироваться в результате сверхтерпимого к ним отношения (*overindulgence*) на определенном этапе детства. Как источники удовольствия такие формы поведения делают дальнейшее развитие нежелательным и непривлекательным для ребенка (например, некоторые формы речи, стиль выражения и т. п.).

Фиксации могут образоваться также под влиянием очень сильного страха и фрустрации, которые заставляют ребенка возвращаться к более раннему этапу развития и «пустить корень» в нем.

Но это означает, что *регрессия, приводящая к образованию фиксации, возможна и без фиксации. Такая регрессия как бы сама для себя создает регрессию, которой в последующем может воспользоваться.*

В широком и непатологическом смысле слова все наше прошлое зафиксировано в подсознательном, поэтому возможен психологический возврат к любой форме и «пункту» прошлого.

Это означает, что под влиянием сильных актуальных фрустраций у человека не обязательно фиксируется та форма активности, которая подверглась фрустрации (или уже присутствовала в психике во время переживания фрустрации). Актуальная фрустрация, приводя к регрессии до определенного уровня прошлого, создает фиксацию, которая затем становится «пунктом притяжения» для новых регрессивных процессов. Есть основание для выдвижения общего утверждения, согласно которой каждая новая регрессия, будучи в состоянии образовывать новые фиксации, увеличивает вероятность использования этого механизма в ходе будущих фрустраций.

Каждый психически здоровый человек имеет несколько пунктов фиксаций. Об этом свидетельствуют результаты анализа сновидений. Эти пункты могут быть локализованы на различных этапах и фазах развития. В частности, по этой причине сновидения, как правило, не повторяются. У каждого индивида повторных сновидений относительно мало. Каждый раз наши сновидения имеют различные содержания и мотивацию. Иногда в сновидениях повторяются впечатления последних дней, т. е. в таких сновидениях регрессии почти нет (возвращение к заботам и впечатлениям непосредственно предшествовавших дней лишь весьма условно можно назвать регрессией). Иногда же в сновидениях мы возвращаемся к глубинным пластам детских впечатлений.

В более сложных сновидениях частные регрессии к различным фиксациям могут сосуществовать и сочетаться. Такие сновидения, конечно, труднее интерпретировать. Подобные же сочетания нескольких частичных регрессий могут образоваться не только в сновидениях, но и при сенсорной депривации, неврозах и т. п.<sup>179</sup>

Для каждого индивида пункты фиксации специфичны. Хотя существуют общие закономерности поэтапного формирования интеллекта и характера личности (например, описанные Ж. Пиаже этапы развития интеллекта: сенсомоторный, дооперациональный, операциональный и этап формально-логического интеллекта), вряд ли существуют общие закономерно-

---

<sup>179</sup> Это замечено и другими авторами. См.: Cameron N. *Personality development and Psychopathology*. Bombay, 1969, p. 213.

сти образования у всех людей одинаковых фиксаций. Окончательное решение этой проблемы зависит от того, окажутся ли некоторые фрустрации детства общечеловеческими или хотя бы общими для большинства представителей данной этнической культуры. Например, общие закономерности социализации могут быть связаны с неизбежными фрустрациями, которые, в свою очередь, могут стать условиями образования фиксаций. Но даже при этом каждая фиксация будет иметь сильно выраженные индивидуальные особенности, связанные со специфичностью данной личности.

Те формы психической активности, которые фиксируются, могут осознаваться как в «момент» фиксации, так и при повторных актуализациях (например, когда человек рассказывает свое сновидение). Но в промежутке они подсознательны. Как правило, непроизвольна и подсознательна также регрессия, которая приводит к воспроизведению фиксированных форм психической активности. Это означает, что человек осознает не сам процесс регрессии, но лишь ее результат, и то – лишь частично. Иногда же совсем не осознает ни процесс, ни результат. Например, если новое сновидение после пробуждения полностью забывается, то конкретное его содержание, по-видимому, исчезает, и остается лишь эмоциональное впечатление от него.

Регрессия в сновидениях каждый раз может иметь различные мотивы. Иногда она мотивирована подсознательным желанием разрешить конфликт, который в свое время остался неразрешенным. В других же случаях регрессия обуславливается желанием воспроизвести те действия, которые в прошлом были источником наслаждения, но на данном этапе развития личности невозможны или запретны (например, по моральным соображениям).

В этом смысле надо считать особой формой регрессии в сновидениях или в дневных фантазиях воспроизведение картины своих встреч с любимыми в прошлом людьми. Например, мужчина, потерявший любимую жену, может в течение долгих лет в сновидениях «встречаться» с ней.

Можно также предположить, что такие регрессии, приводящие к фиксированным в прошлом объектам любви, от которых остались только воспоминания, могут стать решающими факторами, задерживающими установление новых межличностных отношений и контактов, нахождение новых объектов любви.

Обычные регрессии, в частности – происходящие в сновидениях, не приводят к патологическим последствиям. Более того, можно сказать, что сновидные регрессии охраняют человека от болезни. Подсознательный (сновидный) возврат к фиксациям часто исключает необходимость регрессии в бодрствующем состоянии, когда она была бы уже формой психотического поведения. Следует сказать также, что иногда сновидение в целом, являясь патологическим образованием, показывает, что у данной личности имеется подсознательный психоз.

#### **§ 4. Эмпатия вызывает регрессию**

Происходит ли регрессия в процессе переживания человеком эмпатии? При положительном ответе на данный вопрос следует, что эмпатия участвует в процессе защитной адаптации личности, а может быть, сама имеет защитную функцию.

Мы полагаем, что когда взрослый человек переживает эмпатию к ребенку, тогда у него должна наблюдаться возрастная психическая регрессия. Наоборот, когда ребенок переживает эмпатию с взрослым человеком, у него следует ожидать психическую возрастную прогрессию. Эти гипотезы эмпирически представляются нам истинными, но было бы неплохо подтвердить их экспериментально.

## § 5. Регрессивное забывание и возрастная регрессия (к закону Рибо)

Еще в начале XX века видный французский психолог Теофил Рибо в книге «Память в нормальном и болезненном состоянии», отметив связанное со старением явление забывчивости, сформулирован закон, который известен под его именем.

Согласно закону Рибо, при достижении старости и престарелого возраста человек начинает забывать свои впечатления и опыт прошлых лет. Однако забывание происходит по определенному порядку: вначале забываются недавние впечатления (увиденное, услышанное, прочитанное и т. п.), затем – более старые впечатления и т. п.; позже всего забываются впечатления детских лет. Нетрудно заметить, что старые люди легко забывают недавние впечатления, даже то, что случилось с ними в течение настоящего дня, но старых знакомых, события прошлого вспоминают хорошо. По этой причине у них возникает импульс и желание (мотивация вообще) вновь и вновь рассказывать о своем прошлом. Причем они могут рассказывать одним и тем же людям об одном и том же, забывая, что эту историю уже много раз рассказали им. Мы заметили, что эти вновь и вновь и с легкостью воспроизводимые воспоминания, как правило, таковы, что представляют личность рассказчика в положительном свете.

Такое направленное назад, в прошлое, забывание, которому естественно дать название регрессивного (ретроградного) забывание, может быть двух видов: 1) общее забывание имеет место в том случае, когда человек забывает все; 2) избирательным забыванием в психологии называют то явление, когда человек избирательно забывает только определенные виды информации (например, имена людей), в то время как, например, внешний вид (образы) людей хорошо запоминают и легко воспроизводят. Так старый человек может легко узнать другого человека, которого не видел много лет, а вот его имени вспомнить никак не может.

Изменения процессов памяти, связанные со старением, приводят к изменениям и в характере. и во влечениях, в мотивационной системе личности. Отсюда можно заключить, что между памятью и характером человека существуют глубокие связи, и нельзя сказать, что они должным образом уже исследованы.

Еще одним следствием действия закона Рибо является следующее: многим пожилым и престарелым людям прошлое кажется более приятным, чем настоящее. Встречаются, конечно, исключения из этого общего правила, и эти исключения представляют специальный интерес для психологии, но общая закономерность, по нашему мнению, сохраняет свою силу. Недаром старики охотно вспоминают «добрые старые времена», считая, что жизнь в целом и люди в особенности, стали хуже, чем прежде.

Мы уже сказали, что при избирательном воспроизведении впечатлений прошлого люди главным образом и значительно лучше вспоминают те свои поступки и впечатления, которые якобы свидетельствуют об их особой роли в событиях прошлого. (Как правило, они никакой особой роли в прошлом не играли). Каждый индивид, особенно в пожилом возрасте – это субъективный историк. Исследование *психо-логики такого «исторического» мышления* представляет специальный интерес для понимания жизненного пути людей.

Впечатляющий пример такого субъективного историзма показал один из руководителей СССР – Леонид Брежнев. По его поручению история Великой Отечественной Войны была переписана так, чтобы показать его «выдающуюся роль» в победе СССР над фашистской Германией. Книга «Малая Земля» – убедительный пример воплощения такой исторической психо-логики. Историю войны стали приспособлять к личным претензиям и притязаниям «вождя». Если преувеличение своей исторической роли простым человеком относительно безвредно и может вызвать лишь ироническую улыбку, то этого нельзя сказать о таких же претен-



зиях тех, кто волей случая занимают высокие государственные посты. Такая *несправедливость* может принести огромный вред обществу.

В конце этого краткого обсуждения проблемы взаимосвязей между законами памяти и психической регрессией, мы предлагаем следующую гипотезу: *психическая регрессия личности опирается на регрессивное забывание, которое выражается в законе Рибо. Во всяком случае, если у личности, начиная с определенного возраста, начинается действие закона Рибо, тогда психическая регрессия опирается на этот закон и, как мы полагаем, протекает легче и «массивнее», чем прежде.* По этой причине у определенной части пожилых людей временная и общая психическая регрессия может стать ведущим механизмом психологической самозащиты, порождая соответствующую адаптивную стратегию.

Отметим также, что пересмотренную и обновленную таким образом теорию психической регрессии на основе закона Рибо можно плодотворно использовать в сфере психоистории.

## Глава 19. Регрессия и творчество

### § 1. Регрессия – одна из основ творческого процесса

Есть красивая русская песня, называется она «Поговори со мною, мама», в которой взрослая девушка тоскует по тому времени, когда она была маленькой и мать ласкала ее и говорила нежные слова.

В подобных произведениях содержание психической регрессии получает прямое художественное выражение. Для этого нужно иметь художественное дарование, хотя многие взрослые люди, вспоминая свою мать и свое детство, поэтизируют свое прошлое.

В целом проблема «регрессия и творчество» заслуживает пристального внимания психологов, поскольку регрессия многообразно участвует в творческом процессе. Так, тоска по родине (ностальгия), как форма психической регрессии, создает импульсы для творчества. Другой пример: когда какой-либо народ не удовлетворен своим настоящим, он часто вспоминает о своем прошлом, идеализирует его. У такого народа, как можно предположить, должны создаваться много исторических романов и трудов по истории – как признаков и итогов повышенного внимания к прошлому. Такая временная, историческая регрессия тем более сильна, чем более неприятно настоящее и чем меньше хорошего обещает будущее.

Было бы полезно конкретизировать эти предположения путем исследований наличия регрессивных элементов в художественной культуре некоторых народов.

### § 2. Произвольная и непроизвольная регрессия в творческом процессе

Итак, можно предположить, а психоанализ убеждает нас в этом, что регрессия лежит в основе творческого процесса, особенно в сфере художественного творчества. Однако по некоторым своим параметрам участвующая в художественном творчестве регрессия не всегда одна и та же. Активизировать художественное творчество с помощью регрессии можно двумя путями: произвольно и непроизвольно.

*Произвольная регрессия* состоит в том, что человек сам, сознательно и по своему желанию, представляет себя более молодым и даже маленьким ребенком, пытаясь чувствовать, думать и действовать как ребенок. Он может поступить так, например, ради шутки, чтобы создать впечатление комического. Он может произвольно регрессировать для того, чтобы играть с детьми в какую-либо ролевую игру и, получая удовольствие, одновременно ухаживать за ребенком и воспитывать его.

*Непроизвольная регрессия* нам уже знакома, до сих пор мы говорили главным образом об этой разновидности данного защитного механизма. Во-первых, человек оказывается в трудной ситуации и у него, независимо от его воли, происходит регрессия. Во-вторых, подобная регрессия может иметь место также в процессе самого творчества. Например, писатель пишет роман и описывает такие проблемные ситуации, в которых он, идентифицируясь с героями, сам переживает психическую регрессию, приписывая эти переживания своим героям. Это уже в основном непроизвольные и в значительной части подсознательные процессы.

Отсюда видно, что человек может переживать психическую регрессию даже тогда, когда он лишь воображает себе соответствующую ситуацию, например что его герой ребенок и т. п. При этом психологам предстоит исследовать процессы идентификации и атрибуции, которые необходимы для того, чтобы регрессия давала творческие результаты.

Но посмотрим, что еще происходит в психике человека, который, произвольно или непроизвольно оказался в состоянии психической регрессии. На этот вопрос в какой-то мере пытался ответить Гарри Стэк Салливен.

### § 3. Три причины регрессии (по Салливену) и воображение

Многие индивиды и в повседневной жизни – не только в крайне серьезных ситуациях – переживают регрессию к ранним формам психической активности. Г. С. Салливен считал, что для этого имеются три основные причины: 1) вытесненные динамические содержания должны каким-то образом разряжаться, чтобы человек сохранил удовлетворительный уровень психического здоровья. Эта разрядка происходит в сновидениях, в дневных фантазиях, в некоторых более открытых формах активности.

2) Вторая причина состоит в том, что у человека нет времени для того, чтобы все выполнять произвольно и логично. Да в этом и нет необходимости. Если бы мы старались все делать упорядоченно, шаг за шагом, мы бы не продвинулись вперед. 3) Третья причина состоит в том, что ранние формы символических процессов могут достигнуть такого эмоционального богатства содержания, которая недоступна для повседневных переживаний и активности. Люди, которые сохранили способность свободного использования своего воображения, знают, что мир воображения намного богаче, разнообразнее, насыщен более интенсивными переживаниями, чем мир реальных переживаний.

Таким образом, согласно Салливену, прототаксическая активность прото-понятиями (pre-concept), характерная для младенческого возраста, и паратаксическая аутистическая активность периода детства являются первичными формами творческого мышления и спонтанного чувствования. Здесь человек временно игнорирует требованиями «реального» мира, о котором существует согласие. Все те значения, которые разделяются другими, должны быть выражены в символах, понятных для других. Чувства также должны получить конвенциональные выражения. Но трансформация ранних символов в конвенциональные выражения наступает позже<sup>180</sup>.

Салливен понимал, что не все формы психической активности, в которых используются ранние символы, если они даже нерациональны, являются случаями вытеснения. Объем вытесненного содержания, выражаемого в нерациональных формах активности, зависит от структуры Я-концепции. Человек с высоким уровнем самоуважения, имеет значительно меньше вытесненных тенденций, чем человек с низким уровнем собственного достоинства. Но это вовсе не значит, что человек с высоким самоуважением, способным к любви, выразили в своей активности меньше ранних форм мыслей и чувств. Может иметь место обратное.

Эта идея Салливена очень важна для понимания механизмов творчества. Мы полагаем, что такой человек, регрессируя к ранним формам познавательных процессов, будет использовать их, скорее всего, для творчества, для сублимации, а не для примитивных целей, таких как агрессия против других людей и т. п.

Можно сказать, что у таких людей регрессия служит для активизации воображения, которая, в свою очередь, обеспечивает плодотворность сублимации.

Таким образом, форма использования возрастной регрессии зависит от типа личности, от структуры самосознания.

Эта гипотеза представляется нам плодотворной.

---

<sup>180</sup> Все эти идеи Салливена систематизированы П. Муллахи в предисловии к книге Салливена. См.: Sullivan H.S. *Conceptions of Modern Psychiatry*. New York, 1947, p. 277–278.

## § 4. Сублимация и регрессия

А. Регрессия как основа для сублимации. – То обстоятельство, что между регрессией и сублимацией существуют опосредованные связи, не ускользнуло от внимания психоаналитиков. На это, кроме Фрейда, обратил внимание также Салливен. Он указал на то, что когда человек оказывается в конфликтной ситуации (например, страстно стремится к овладению определенным объектом, обладание которым считается в обществе делом позорным), то часто регрессирует к ранним этапам своего психического развития. Так бывает, например, когда конфликт возникает из-за запретных желаний. Многие из подобных конфликтов имеют межличностный характер.

Салливен предположил, что неудовлетворительные межличностные отношения получают сублиматорные формулировки (*sublimatory reformulations*)<sup>181</sup>.

Б. Гипотеза: сама регрессия может сублимироваться. – Мы полагаем, что идея о существовании взаимосвязи между сублимацией и регрессией позволяет, используя указания Салливена, превратить в полезную гипотезу. Особенно важной нам представляется мысль о том, что межличностные отношения и, в частности, конфликты путем регрессии получают новые, сублиматорные формулировки.

На основе этих идей можно выдвинуть следующую *гипотезу*: одной из психологических предпосылок сублимации является регрессия. Это означает, что процесс психической защиты в виде регрессии не завершается возвращением к прежним фиксациям или созданием новых фиксаций: следующим шагом является сублимация этих фиксаций. (Кстати, здесь возникает важный вопрос: а что именно сублимируется? Сублимируются ли те конфликтные отношения, которые вызывают активизацию регрессивных процессов, или же сублимируются итоги процесса регрессии?)

Возвращаясь к идеям Салливена мы должны сказать, что идею о сублиматорных формулировках социально-психологических проблем он иллюстрирует на примерах, одним из которых является следующий: женщина имеет фантазии о проституции (поскольку ее муж импотентен), которые выражаются в сублимированной форме. А именно: она развивает бурную филантропическую деятельность, беря на себя роль добродетельницы для обитателей борделей. Этим путем потребность в сексуальных связях с другими мужчинами получает частичное удовлетворение в социально санкционированной форме.

Принципом сублимации Салливен считал следующий: мотив, вовлеченный в конфликт, комбинируется с социально-культурно детерминированной техникой жизни; последняя маскирует его конфликтопорождающий характер и обычно предусматривает некоторое представление для второго из вовлеченных в конфликт мотивов<sup>182</sup>. Избранная таким образом карьера часто осуществляется с большой энергией, поскольку она комбинирует замаскированное удовлетворение с достижением личной безопасности. Когда сублиматорные переформулировки работают, то работают они прекрасно, заметил Салливен.

Но такой сублимирующий человек становится невнимательным к интересам и занятиям других людей, нереалистичным. Такова цена сублимации. Хотя сублимация помогает освобождению от суровых конфликтов, однако не приводит к улучшению общения с другими. Но в ограниченных сферах общения сублимация повышает престиж личности. Однако она создает барьеры на пути к установлению простых интимных отношений и создания такой ситуации, которая удовлетворяет потребность человека в общении.

---

<sup>181</sup> См.: Sullivan H.S. *Conceptions of Modern Psychiatry*. New York, 1947, p. 124.

<sup>182</sup> См.: Sullivan H.S., *op. cit.*, p. 126.

Сублимация предоставляет в распоряжение человека новые порции психической энергии.

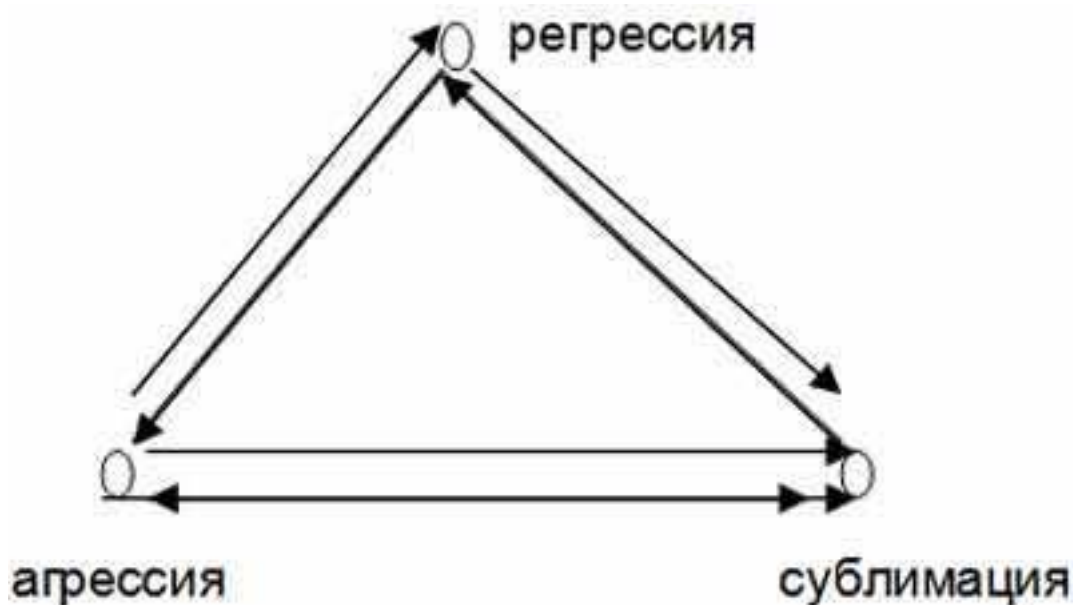
В. Сублимация, регрессия и взаимосвязь защитных механизмов. – В последней суре поэмы Ав. Исаакяна «Абу ал-ала аль Маари» поэт в порыве воодушевления сравнивает свободу с материнским лоном. Желание взрослого человека возвращаться в лоно матери является типичной психической регрессией, пробуждением детских желаний. Но в поэме эта регрессия представлена в сублимированной форме. Если бы она была изложена в прямой и наивной форме, то оставила бы впечатление комического.

Отсюда можно вывести следующую важную гипотезу: сублимироваться могут также такие регрессии человека, как тоска по матери и по родине (ностальгия) и воспоминания, те фиксированные впечатления, которые приобретены индивидом в годы раннего детства и являются нормальными фиксациями.

Эта идея интересна не только потому, что раскрывает новые механизмы сублимации, но и в том отношении, что расширяет теорию сублимации. Фрейд считал, что сублимироваться может почти исключительно сексуальное влечение (либидо). Неофрейдисты предложили идею о том, что человек нередко сублимирует также агрессивное влечение. Мы же добавляем сюда следующую новую и, на наш взгляд важную идею: *очень часто сублимируются также наши регрессивные тенденции, их фиксированные содержания.*

Эта идея является перспективной для психологии личности и по той причине, что позволяет еще больше конкретизировать и углублять предложенное ранее автором настоящих строк положение о возможности взаимных трансформаций защитных механизмов. Как агрессия, так и регрессия, могут предоставлять психологический материал для сублимации, что позволяет выдвинуть предположение, что должны существовать взаимные переходы также между этими двумя механизмами – регрессией и агрессией. Эта идея конкретизирует системный подход к защитным механизмам.

Эти идеи представлены на приводимой ниже схеме. Здесь обратное превращение сублимированных содержаний в агрессию и регрессию представлено только в качестве наглядной гипотезы (предвидения).



Поскольку названные выше механизмы связаны с другими защитными механизмами, а все защитные механизмы – с познавательными и эмоциональными процессами (например –

сублимация с воображением), то есть возможность для постепенного расширения этой схемы и наглядного представления закономерностей взаимных связей и переходов многочисленных элементов структуры личности.

## **§ 5. Регрессия ради прогресса (прогрессивные функции психической регрессии)**

Мы уже видели, что психическая регрессия играет существенную роль в творческом процессе. В свою очередь, творческий процесс способствует психическому росту личности, созреванию ее интеллекта и личностных механизмов.

Поэтому можно сказать, что регрессия приводит к психической прогрессии, подготавливает почву для продвижения личности к зрелости. Речь идет, конечно, о временных психических регрессиях здоровой личности. Затяжные или устойчивые психические регрессии психотиков и невротиков, наоборот, могут привести к разрушению даже тех подструктур личности, которые отвечали основным критериям зрелости.

Мы полагаем также, что гибкая способность к психическому регрессированию (например, в художественном творческом процессе или в процессе игры взрослого с детьми) и возвращению к достигнутому уровню зрелости является одним из критериев психической зрелости личности.

Идея (принцип) о существовании такого специфического вида данного защитного механизма, а именно – регрессии ради прогресса – позволяет создать метод решения некоторых проблем личности. Мы видели, что смысл принципа «регрессия ради прогресса» состоит в том, что временный отход к прошедшим уровням деятельности и умений позволяет подготовить почву для последующего прогресса. Если дальнейший прогресс неприятен для личности, то можно предположить, что у нее все еще не сформированы внутренние предпосылки для такого развития.

В повседневной жизни такие временные регрессии встречаются весьма часто. Типичным является сон (в сновидениях, как мы уже знаем, психическая регрессия имеет место, так сказать, массивно), который действительно создает возможность для прогрессивного развития личности. Вообще многие формы активности людей, например отдых и игры усталого человека, содержат элементы временной регрессии.

Итак, мы видим, что существует, по крайней мере, одна разновидность регрессии, которая не связана с патологическими фиксациями (если не считать фиксацией сохранение в долговременной памяти опыта и впечатлений прошлого). Временное возвращение фрустрированного человека к прошедшим формам активности и уровня навыков может служить в качестве временного отступления, необходимого для нового наступления. Во всех тех случаях, когда подобное отступление не приводит к потере перспектив будущего роста и экспансии, оно является здоровым явлением, формой зрелой ориентации и адаптации. Это регрессия ради прогресса, а не ради удовольствия. В течение подобных регрессивных эпизодов индивид психологически готовится к началу нового этапа экспансии и самореализации. В период временной регрессии индивид не просто повторяет старые навыки и формы поведения, не просто становится эмоционально менее зрелым: он приобретает новые знания, еще больше совершенствует свои навыки, которые могут оказаться полезными в будущем, совершает переоценку ценностей, совершает новое целеобразование. Наличие таких внутренних процессов свидетельствует о направленности личности на будущее. Это признак зрелости и способности к гибкой адаптации.

## § 6. Новые проблемы и идеи

Если зрелая личность отличается нормальными защитными механизмами, то частным выражением этого критерия является нормальное чередование все более высоких форм психической активности, минимальность фиксаций и, как следствие всего этого, исключение патологической регрессии.

С другой стороны, регрессия к образному мышлению, которой Фрейд дал название «топической» (или топографической), является необходимым механизмом творчества. А творчество, продуктивность, как мы считаем, является одним из важнейших критериев психической зрелости. Следовательно, у психически зрелой личности должна образоваться оптимальное сочетание регрессивных тенденций и творческих способностей. Причем не все формы регрессии полезны. Например, массивная возрастная регрессия наносит вред творчеству; нужна «локальная регрессия» абстрактного мышления и речевого воображения к их более примитивным образным предшественникам, но так, чтобы эти последние могли выражать актуальные сложные художественные и другие проблемы их содержания. Но это означает, что полная регрессия познавательных процессов невозможна, поскольку не всякое содержание можно выразить с помощью примитивных образов.

Следует отметить, что выделяя формальную регрессию Фрейд, по-видимому, имел в виду, что после временной регрессии уже достигнутые к настоящему времени формы психической активности вновь вытесняют воспроизведенные под влиянием фрустраторов примитивные формы. Иначе говоря, за временной регрессией всегда следует формальная регрессия (или, лучше сказать, прогрессия. см. выше) и психическая норма восстанавливается. Если речь идет о психически нормальном человеке, у которого актуализация регрессии не носит хронического характера.

Поскольку регрессия всегда означает возврат к старому, то в этом защитном процессе должны играть активную роль также фантазии. При регрессиях в сновидениях это очевидно: здесь регрессия, по существу, целиком осуществляется с помощью непроизвольного воображения, порождающего образы различных фантастических ситуаций. Но при регрессиях, имеющих место в бодрствующем состоянии (например, в грезах, которые сопровождают регрессию), воображение играет важную роль: человек с помощью воображения регрессирует к прошлым и более приятным временам. Например супруги, которые подошли к необходимости развода из-за краха любви и супружеской жизни, могут регрессировать к прошлым более счастливым временам. Такова и регрессия, имеющая место при ностальгии: бегство от неприятной реальности в другую страну сопровождается не только предвидениями лучшего будущего, но и воспоминаниями прошлого (жизни в семье родителей, детство и т. п.). Можно даже утверждать, что если писатель ощущает необходимость описать свое детство, то он переживает «ностальгию» в мире забот и трудностей взрослой жизни и регрессирует к своему детству. На этом примере хорошо видно, что литературное творчество в качестве одного из своих источников имеет фрустрацию и защитные процессы писателя. Временная регрессия отмечается также у престарелых людей, предчувствующих приближение смерти: это уже результат экзистенциальной фрустрации.

Разработка всех этих тем позволит расширить теорию психической регрессии.

## Глава 20. Психическая регрессия и сновидения

### § 1. Обычный сон как регрессивное психическое состояние (общая концепция)

В психологии существует точка зрения, согласно которой обычный каждодневный сон является формой регрессии<sup>183</sup>. Если это так, то приходится считать, что регрессия является обычным и нормальным явлением. Как и в случае остальных защитных механизмов, следует различать, с одной стороны, нормальные (здоровые, зрелые), а с другой стороны – патологические формы регрессии.

Ночной сон у взрослого человека наступает после долгих часов бодрствования и более или менее реалистического поведения в социальной среде. Готовясь ко сну человек устраняет из своего окружения как можно больше раздражителей, изолируется от внешнего мира и погружается в подсознательное состояние.

Возникает вопрос: каковы конкретные психологические признаки регрессии и спящего человека? Является ли сенсорная изоляция сама по себе регрессией? С определенной точки зрения можно, конечно, считать сенсорную изоляцию отказом от общения с внешним миром и возвращением к состоянию, близкому внутриутробному (именно так рассуждал Фрейд).

Однако для более точной характеристики обычного сна, как регрессивного состояния, следует обнаружить конкретные признаки того, что человек действительно в физиологическом и психологическом смысле возвратился на ранний период развития (как это имеет место в гипнозе, когда пациенту внушается определенный возраст. (См. об этом на последующих страницах). В этом отношении наиболее важным представляется анализ сновидений. Следует показать, как это пытались делать некоторые психоаналитики, что некоторые аспекты сновидений, как психических процессов, являются регрессиями (например, преобладание образного и символического значения). Забывание внешней реальности и предоставление себя фантазиям также является регрессивным явлением непатологического характера. Поскольку сновидения необходимы для сохранения нормальной психической активности, то такая регрессия является необходимой стороной психической жизни человека.

В 1938 году Фрейд писал, что сновидение является психозом со всей абсурдностью, иллюзиями, бредом и галлюцинациями, свойственными психозам. Оно дает нам возможность каждую ночь, в течение нескольких часов, быть нереалистичными, выражать желания, мысли и чувства, которые нам запрещено выражать днем. Оно позволяет нам вновь пережить некоторые приятные события детства, детские страхи; оно вновь активизирует подсознательные конфликты, с которыми мы не смогли справиться в недавнем или далеком прошлом нашей индивидуальной жизни.

Новейшие исследования (У. Демент, Т. Клейтман, Азеринский и др.) показали не только существование нескольких периодов сна со сновидениями, но и другое интересное явление, доказывающее необходимость сновидной регрессии для того, чтобы психическая жизнь человека протекала нормально: если сон прерывается до того, как индивид пережил сновидение (т. е. когда сон прерывают в период сновидений), то при повторном сне появляется дополнительный период сна со сновидениями. Таким образом, каждый из нас должен каждую ночь временно стать психотиком для того, чтобы днем жить нормальной психической жизнью.

---

<sup>183</sup> Такой точки зрения придерживается, например, Норман Камерон. См.: Cameron N. *Personality development and Psychopathology. A dynamic approach. Bombay, 1969, p. 210.*



## § 2. Пример и его психоаналитическая интерпретация

Убедительный пример возрастной регрессии в сновидениях привел и проанализировал Фрейд. Он взял его из книги А. Мори и подверг психоаналитическому толкованию. Вот этот пример: мужчина после 20-летнего отсутствия решает посетить те места, где родился и провел свое детство. «В ночь перед отъездом ему приснилось, что он находится в незнакомом городе и встречается на улице незнакомого господина, с которым и вступает в разговор. Приехав на родину, он убеждается, что эта улица находится неподалеку от дома, где он провел детство, и незнакомый господин из сновидения оказывается живущим там другом его отца. Это, по-видимому, чрезвычайно убедительное доказательство того, что и улицу и этого человека он видел в детстве»<sup>184</sup>.

Это сновидение, согласно Фрейду, выражает намерение сновидца оказаться на родине. Однако мотивы того, почему именно это впечатление детства было воспроизведено в сновидении, как справедливо считал Фрейд, может быть выяснено только путем специального анализа. А. Мори такого анализа, конечно, не производил.

Во многих сновидениях людей присутствуют элементы детских впечатлений. Согласно Фрейду, воспоминания детства воспроизводятся в сновидениях не только явно, с помощью ясно воспринимаемых образов, но и скрытно. Эти скрытые детские впечатления раскрываются только в ходе анализа и толкования сновидения. Оказывается, что многие сновидения взрослых остаются непонятными, если не удастся найти те детские реальные впечатления, которые вклинились в них и стали звеньями сновидных – часто весьма запутанных – ассоциаций.

Но в сновидениях повторяются не только образы, впечатления детских лет. «Анализ других сновидений показывает, – приходит к заключению Фрейд, – что желание, послужившее поводом к образованию сновидения и осуществление которого образует последнее, происходит из воспоминаний детства, так что субъект, к удивлению своему, замечает, что в сновидении он якобы продолжает свою жизнь ребенка с его желаниями и импульсами»<sup>185</sup>. Это уже регрессия к детской мотивации поведения. Например, приведя анализ одного из своих сновидений Фрейд заключил, что в нем выражено оставшееся еще с детства желание стать великим человеком. Он вспоминает, что в детстве один «колдун» сделал о его будущем такое предсказание, которое оставило в нем неизгладимое впечатление. Обсуждая ряд других своих сновидений и связывая их с впечатлениями своего детства, Фрейд заключил: «Чем глубже мы проникаем в анализ сновидений, тем чаще мы нападаем на следы переживаний детства, которые в скрытом содержании сновидений играют роль источников последних»<sup>186</sup>. Обычно эпизоды детской жизни проявляются, согласно Фрейду, отдельными намеками, и только анализ и толкование могут раскрывать их. Он приводит ряд примеров таких сновидений, сообщенных его пациентами. И хотя их толкования во многом производят впечатление произвольности, Фрейду действительно удалось показать, что в этих сновидениях детские впечатления занимают значительное место.

Поскольку психическая регрессия – это сложный процесс, то при ее обсуждении на современном уровне следует отдельно показать регрессию мышления, уровня морального развития, уровня мотивации поведения и другие аспекты этого процесса.

Одним из важных вопросов, возникающих при обсуждении проблемы регрессии в сновидениях, следующий: до какого возраста может простирается психическая регрессия? Этот вопрос представляет важность не только для теории сновидений, но и для психологических

---

<sup>184</sup> Фрейд З. *Толкование сновидений*. М., 1913, с. 149.

<sup>185</sup> Фрейд З., *указ. соч.*, с. 151.

<sup>186</sup> Фрейд З., *указ. соч.*, с. 156.

теорий личности, памяти, творчества, возрастного психического развития личности. Относительно этого вопроса мы находим у Фрейда утверждение, согласно которому в числе проанализированных им сновидений имеются такие, в которых воспроизводятся, казалось бы, совершенно позабытые впечатления трехлетнего возраста. Однако речь идет о сновидениях невротиков, чаще всего – истериков, которые, возможно, переживают такие сновидения вследствие своей болезни; поэтому Фрейд предостерегает против широкого обобщения таких фактов. Однако тут же он пишет, что при анализе своих собственных сновидений сталкивался со случаями воспроизведения впечатлений далекого детства, причем многие сновидения становятся понятными только после раскрытия этих детских эпизодов. (Но ведь Фрейд был психически здоровым человеком).

Во многих сновидениях одновременно существенную роль играют как воспоминания детства, так и совершенно свежие впечатления, – заметил Фрейд. Опираясь на свой опыт анализа сновидений он выдвинул предположение, что, по-видимому, участие в построении сновидений эпизодов детства является существенным условием всякого сновидения. «Обобщив эту мысль я говорю, что каждое сновидение в своем очевидном содержании связано со свежими переживаниями, – скрытое же содержание его обнаруживает связь с более ранними переживаниями, которые... остаются свежими до последнего дня»<sup>187</sup>.

Если это так, то постоянное участие в сновидениях впечатлений детских лет требует объяснения. А это возможно только с учетом современных достижений психологии сновидений и личности, в частности – при развитии теории регрессии.

### § 3. Новые идеи

Констатация вышесказанного позволяет нам выдвинуть ряд новых проблем. Так, если сновидения имеют все признаки психоза, то их преимущественное забывание является необходимостью и одним из признаков психического здоровья личности. Дело в том, что для нормального сознания подсознательный психоз (в виде сновидения) неприемлем и энергично вытесняется. (Мы считаем, что процесс естественного забывания сновидений сразу же после пробуждения является типичным процессом вытеснения, а не подавлением). Исходя из этого мы считаем, что плохо воспроизводящие свои сновидения люди, по всей видимости, являются в психологическом отношении более здоровыми людьми (в современном понимании психической нормальности как такого поведения, которое максимально соответствует социально-культурным нормам общества, находится в гармонии с ними).

Следовательно, если у взрослого человека легко воспроизводятся сновидения самого фантастического характера и если (это очень важное условие!) их содержания приемлемы для него, т. е. не вызывают стыда, отвращения и страха, он охотно их воспроизводит и рассказывает разным людям без учета их отрицательной реакции и морального осуждения, если при этом сновидец не понимает, что подобными поступками раскрывает собственную личность и в какой-то мере становится беззащитным (объектом издевательства или эксплуатации), то у такой личности налицо процесс развития актуального психоза, постепенно захватывающего сферу его сознания.

В развитии такого психоза, например шизофрении, очевидное значение имеет ломка механизма вытеснения. Неплохой моделью подобного состояния является поведение и переживания глубоко пьяного человека, способного в социальных ситуациях высказывать все то, что «приходит» ему в голову. Поэтому изучение психического состояния и поступков человека может показать нам, каким бы он стал, если бы у него развился психоз. Хотя есть ряд общих черт в поведении всех пьяных (ослабление самосознания и его функций – самокон-

---

<sup>187</sup> Фрейд З., указ. соч., с. 168–169.

троля, интроспекции, вытеснения и т. п.; сумеречное подсознательное или полусознательное состояние, усиление некоторых инстинктов, чаще всего – агрессивных и т. п.), каждый индивид в таком состоянии невольно раскрывает скрытые стороны собственной личности, в особенности – собственного подсознательного мира, содержания своего латентного психоза, которые нормально проявляются только в сновидениях.

Таким образом, путем изучения сновидений и опьянения можно до некоторой степени понять, какой психотик латентно живет в психике данного человека.

Эту линию исследований можно связать с другой линией, представленной главным образом в трудах Кречмера и Шелдона. Исследования этих психологов показали, что каждому соматическому типу не только соответствует определенный тип темперамента, но и, с большой вероятностью, тот или иной вид психического заболевания. Шелдон, например, показал, что люди с пикническим соматотипом преимущественно болеют реактивными психозами, тогда как астеники – шизофренией. (Уточнить и дополнить).

Изучая человека можно синтезировать все эти исследовательские линии. Знание соматотипа, плюс содержание сновидений, плюс поведение и мысли в состоянии алкогольного опьянения – позволяет делать более точные предвидения относительно дальнейшего развития личности и ее поведения в ситуациях стресса и фрустрации.

Мы полагаем, что на основе этих идей можно создать синтетическую методику клинического изучения личности и применить с целью диагностики индивидов. Одна из наших пациенток, З. М. во время наших бесед рассказывала так много своих сновидений и с такими подробностями, что у автора настоящих строк создалось впечатление: между ее сознанием и сферой подсознательного никаких границ не существует. В то же время мы знаем, что у нормальных людей сны обычно воспроизводятся с трудов и фрагментарно, и быстро забываются. Между тем Р. М. четко помнила даже такие сновидения, которые она видела многие годы назад. Она рассказывала их так, как будто речь идет о реальных событиях ее жизни.

#### **§ 4. Некоторые признаки регрессии в сновидениях и проблема объективации**

А. Объективация и сновидения. – Нормальный человек после пробуждения проводит различие между сновидением и действительностью. Одним из основных признаков регрессии в сновидениях является то, что границы между внешней и внутренней реальностями становятся нечеткими или же стираются вовсе<sup>188</sup>.

Более того, поскольку в сновидениях человек воспринимает не реальный окружающий его мир, а поток ассоциаций своих представлений (т. е. полностью внутриспихические содержания), то здесь имеет место более фундаментальный процесс специфической (ложной) *объективации* внутриспихических содержаний и их восприятие так, как будто они принадлежат внешнему миру. В бодрствующем состоянии такой специфический процесс объективации имеет место вне процессов восприятия.

Это означает, что мы вправе выделить две формы объективации, имеющих место у бодрствующего человека, находящегося в сознательном состоянии: 1) *Объективация при восприятии актуальной внешней ситуации*: это реальная и верифицируемая объективация; в психологии до сих пор именно ею и занимались<sup>189</sup>. 2) *Объективация при воспроизведении*: при этом ситуации прошлого считаются реальными на основе того, что мы имеем о них внутриспихические содержания в виде образов и мыслей, но эти ситуации актуально отсутствуют и, естественно, не воспринимаются. Здесь следует выделить частный случай объективации при узна-

---

<sup>188</sup> См.: Cameron N., *op. cit.*, p. 211.

<sup>189</sup> См. в трудах Д.Узнадзе.

вании, которая в принципе совпадает с объективацией при восприятии. Но ее особенностью является то, что образ ситуации в основном воспроизводится в сознании и лишь частично конструируется вновь или реконструируется.

Выделив эти две формы объективации, т. е. процесса проведения границы между Я и не-Я, между внутриспсихическими процессами и внешними ситуациями, можно выдвинуть следующий вопрос: в чем сходна и какими чертами отличается объективация в сновидениях от второй формы объективации в бодрствующем состоянии?

Основной их общей чертой является то, что оба они осуществляются на основе процессов воспроизведения. Но в сновидениях имеет место только подсознательное воспроизведение, тогда как в состоянии сознания воспроизведения бывают как сознательными, так и подсознательными. В первом случае объективация является специфически-ложной (галлюцинаторной), а во втором случае – преимущественно реалистичной и верифицируемой.

Б. Объективация и природа вытеснения. – Мы полагаем, что тщательное исследование объективации и ее разновидностей создает условия для подлинного понимания реальных механизмов сновидной регрессии и ослабления механизма вытеснения в процессе развития психозов.

Известно, что до сих пор, несмотря на все старания психоаналитиков, не достигнуто понимание вытеснения как психического процесса. Нам доступны только последствия, результаты этого процесса, а сам ход вытеснения ускользает от наблюдателя (и «самонаблюдателя», интроспектирующего), поскольку он имеет преимущественно подсознательный характер.

Мы считаем, что изучение специальных форм объективации в различных психических состояниях и на разных уровнях психической активности приведет к раскрытию психологических механизмов вытеснения и других защитных механизмов, которые без участия вытеснения и подавления невозможны. (Наши соображения относительно природы психических процессов вытеснения и подавления более подробно мы изложили в специальной монографии<sup>190</sup>.

## **§ 5. Психическая регрессия в сновидениях (продолжение обсуждения)**

Такие интересные явления, наблюдаемые в сновидениях, как стирание границы между внутренними внешним, даже между нашим «Я» и другими персонажами сновидения, являются выражением того, что в результате отсутствия актуального восприятия внешнего мира психическими процессами начинает управлять только специфическая форма галлюцинаторной объективации. Конфликты прошлого переживаются в качестве актуальных и в самых гротескных формах. Гротескным искажениям подвергается и наш Я-образ. (Причем было бы интересно каждый раз выяснить мотивацию искажений Я-образов, т. е. актуализируемых подструктур самосознания). Время, восприятие которого необходимо для оценки реальных и актуально воспринимаемых явлений, теряет свое обычное значение: в сновидениях настоящее и прошлое перемешиваются. Образы событий самого отдаленного и недавнего прошлого сочетаются самым причудливым образом.

Важным является следующий вопрос: является ли сон целиком регрессией, или же мы должны говорить только о регрессии тех или иных сторон психической активности во время сна? Мы считаем, что правильно второе (во всяком случае, в психологическом смысле), а поскольку психическая деятельность во время сна в основном принимает форму сновидений, то необходимо исследовать проявления регрессии в сновидениях. Мы считаем, что даже сновидение (не говоря уже о сне в целом) не является целиком регрессивным образованием,

---

<sup>190</sup> См.: Налчаджян А. А. *Вытеснение и подавление. (Рукопись)*.

поскольку некоторые процессы (например, процессы речевого мышления) в нем могут протекать на уровне актуального уровня психического развития личности.

Представлены ли в сновидениях защитные механизмы, в том числе регрессия, в явном виде, т. е. в том содержании сновидения, которое помнит и словесно описывает сновидец? Это очень важный вопрос, подход к решению которого зависит от того, каковы представления исследователя об уровнях психики. (Данный вопрос мы рассматриваем в отдельном параграфе настоящей главы). В частности, решающим является вопрос о том, считаются ли сновидения подсознательными феноменами, или же они – особая форма проявления индивидуального сознания?

Поскольку, нашей концепции об уровнях психики, сновидения протекают на подсознательном уровне, то в их явном содержании можно предположить наличие не только результатов работы защитных механизмов (как думают многие психоаналитики, в том числе уже упомянутый нами Н. Камерон), но и самих процессов защиты. Психоаналитики, в частности Камерон, исходящие из представлений З. Фрейда, согласно которым в явном содержании сновидения мы видим только продукты работы сновидения (dreamwork), а сама эта работа остается неосознанной, скрытой. Принимая эту идею Камерон добавляет, что мы видим также результаты разных защитных маневров, достаточно действенных в сновидениях, а также результаты работы Сверх-Я по подавлению влечений.

За всеми этими утверждениями частного характера стоит общая уверенность в том, что сновидения еще не являются подлинно подсознательными явлениями.

Не подлежит сомнению, что за явным содержанием каждого сновидения, содержания которого подсознательно актуализированы, находятся обширнейшие пласты подсознательного и бессознательного. Но сами сновидения также подсознательны или предсознательны в том смысле, что при актуальном переживании они не осознаются. Это утверждение можно доказать тем, что в сновидениях нет основного качества сознательного состояния личности – четкого различения собственного Я от внешнего мира (не-Я), т. е., в конечном счете, нет реалистической объективации содержаний сновидения: галлюцинации принимаются за объективную реальность; образы, находящиеся в собственной голове, принимаются в качестве внешних объектов и событий, причем сам субъект может раздваиваться и наблюдать себя со стороны. Все эти и другие признаки сновидений являются очевидными свидетельствами их подсознательности.

Следует заметить, однако, что и во время устной передачи содержания сновидения субъект описывает события так, как будто они происходили во внешнем пространстве. (Это, с нашей точки зрения, означает, что и в этом процессе нет полного осознания передаваемых содержаний и их галлюцинаторной природы).

Итак, сновидения являются подсознательными феноменами, они освещают нам «кусочек» подсознательного психического мира человека, куда проникают не только результаты процессов, протекающих в более глубоких слоях, но и определенные фрагменты самих этих подсознательных процессов. Поэтому при дальнейшем углубленном исследовании сновидений (с целью дополнения наших знаний о фрустрации и защитных механизмах), в их явных содержаниях, которые после пробуждения представляются и вербализуются личностью, следует искать как интимные процессы психологической самозащиты и их результаты, так и процессы функционирования самосознания, моральных ценностей и установок, результаты этой психической работы.

Одновременно следует иметь в виду, что в явных содержаниях сновидений есть много образов и других элементов, их ассоциации, процессы образования которых остаются за «рамками» той маленькой сферы, которая открывается перед внутренним взором спящей личности (т. е. за рамками той сферы, которая становится объектом особой и чрезвычайно своеобразной интроспекции, не предполагающей наличия актуального сознательного состояния).

Здесь можно сформулировать следующую важную проблему, которую автор настоящих слов выдвинул и обсудил еще много лет назад<sup>191</sup>, а именно: *нет ли интроспекции в сновидениях? И если есть, то чем она отличается от той интроспекции, которая начинается после пробуждения человека от сна?* Мы предполагаем, что изучение этой своеобразной интроспекции позволит лучше понять психологическую природу интроспекции в бодрствующем сознательном состоянии. Например, следует выяснить следующий вопрос: каковы структура и динамика Я-образов в сновидениях, особенно в тех случаях, когда человек видит себя со стороны (как это в бодрствующем состоянии имеет место у некоторых психотиков).

Психологический анализ сновидения требует в первую очередь понимания того, что имеется в его явном содержании (связь процессов и результатов), и только после этого толкования остального, само по себе непонятного и символического содержания путем раскрытия скрытых за ними латентных мыслей и желаний.

Психоаналитики же приписывают всему содержанию сновидения регрессивное и символическое значение. Мы считаем, что сновидения не только ведут нас в глубину подсознательного и бессознательного, но и непосредственно открывают нам часть этих глубинных содержаний. А поскольку процессе переживания сновидения есть поток психической активности, то чем больше сновидений данной личности мы регистрируем, тем глубже узнаем ее (даже когда не все нам удастся истолковать). Иначе говоря, мы должны тщательнее исследовать особенности потока психики в сновидениях.

## § 6. Многоуровневость психической активности и регрессия

Регрессия возможна только потому, что впечатления прошлого накапливаются в подсознательной сфере (в динамической онтогенетической памяти) человека. Она является доказательством многоуровневой структуре психической сферы человека и многослойности его психической активности во времени.

Поскольку психическая активность бодрствующего человека происходит по ширине всего континуума психической сферы, то следует ожидать, что хотя бы эпизодические регрессии должны наблюдаться и у человека, находящегося в сознательном состоянии. (При таком словоупотреблении всегда надо иметь в виду, что человек никогда не может находиться только в сознательном состоянии. Если сфера его сознания актуально дана, то он находится в сознательно – подсознательно – бессознательном состоянии). Наблюдения подтверждают это наше ожидание.

Известно, что сознательно действующий человек иногда переживает случайные фантазии, допускает речевые ошибки и другие «парапрактические» явления (лат. *parapraxis* – действия, выходящие за рамки сознательно выполняемой целенаправленной деятельности). Часто появляются шутки, которые допускаются в сферу сознания, поскольку не принимаются всерьез (во всяком случае не предназначены для серьезного восприятия). Таким образом, действуя на уровне сознания с учетом окружающей реальности, человек одновременно имеет подсознательную активность, которая выражается в виде упомянутых психических актов. Анализ подобных актов, например, шуток, показывает, что протекающая одновременно с сознательной активностью подсознательная активность оперирует в значительной мере теми конфликтными содержаниями и желаниями, которые остались неудовлетворенными. Вполне естественно, что одновременно имеют место сложнейшие когнитивные процессы (например, воспроизведение знаков и навыков, их перевод в область оперативной памяти), которые участвуют в сознательной деятельности.

---

<sup>191</sup> См.: Налчаджян А. А. *Личность, психическая адаптация и творчество*. Ереван: «Огебан», 1980, гл.1.

Эта же подсознательная активность во время сна оказывается единственной (происходящей на подсознательном уровне), и она часто выражается в форме сновидений.

Преобладание подсознательной активности замечается также под влиянием интоксикации (например, под воздействием наркотиков), а также вследствие сенсорной депривации. При интоксикации сознание и интеллект ослабевают и «прорываются» ранее неосознаваемые «иррациональные» процессы. При этом появляются бред, галлюцинации, нередко также странные искажения образов собственного тела и внешней реальности. Все это – регрессивные явления, которые наблюдаются также при сенсорной депривации. (Привести примеры об одиночестве, испытаниях в барокамере и т. п.).

Замечательные примеры регрессии при сенсорной депривации (например, при одиночестве) можно найти в художественной литературе. Так, Известный армянский поэт в поэме «Лореци Сако» («Сако из Лори») показывает, как молодой пастух ночью, в горах, переживая тревогу, начинает вспоминать те волшебные рассказы, которые ему рассказывала в детстве его бабушка, и начинает слышать голоса чертей, преследуемый которыми пускается в бегство и т. п. Туманян прекрасно разобрался в том, что каждый взрослый человек в глубине души своей остается ребенком, который верит в чудеса и, оказавшись в состоянии фрустрации, регрессирует к этим далеким фиксациям.

Мы считаем, что если мы вправе назвать сновидения регрессивными психическими явлениями, то есть основание считать регрессиями также вышеназванные явления, которые мы истолковали в качестве свидетельств и выражений никогда не прекращающейся подсознательной активности. Заботы, конфликты, мечты и страхи прежних лет сохраняются в глубине психики каждого взрослого человека, каким бы зрелым он ни был в социально-психологическом смысле. (Очень важным является вопрос о том, как соотносятся друг с другом психическая зрелость и тенденция к регрессии).

(В дальнейшем следует поподробнее разработать вопрос о динамике регрессии на разных уровнях психики. Дело в том, что, например, возрастная регрессия, как сложнейший процесс, охватывает обширные подструктуры или всю личность, протекает по всей ширине континуума психики (бессознательное (БС) – подсознательное (ПС) – сознание (С) – самосознание СС). Многие процессы и результаты регрессии даже осознаются, хотя мотивы их возникновения обычно не проникают в сознание. Путем анализа типичных примеров следует описать поуровневую «картину» динамики регрессии).

## **§ 7. Предвидение сна со сновидениями – предварительный механизм защиты от регрессии**

Каждый день человек переживает ряд фрустраций, но не всегда они вызывают психическую регрессию. Относительно того, почему фрустрации не всегда вызывают регрессию личности, существует одно интересное предположение, которое здесь необходимо упомянуть. Считается, что это происходит по той причине, что человек в состоянии фрустрации предвидит наступление каждодневной регрессии в сновидениях (и сон вообще как регрессивное состояние). Такое ожидание сохраняет силу «Я» и регрессия предотвращается.

Мы уже видели, что сновидения со своими галлюцинаторными образами и воображаемым исполнением желаний можно считать выражением регрессивного состояния психики. Люди систематически оказываются в таких состояниях, в которых сознательный контроль прекращается<sup>192</sup>.

Однако возникает ряд вопросов, требующих новых исследований. В их числе следующие:  
1) Каким образом человек предвидит наступление сна со сновидениями – осознанно или под-

---

<sup>192</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, pp. 257–258.

сознательно. Ведь незнакомый с научной психологией человек (а большинство людей таковы) не знает о регрессивных и защитных функциях сновидений. 2) Второй вопрос касается контроля Я в сновидениях: мы полагаем, что никак нельзя говорить о прекращении контролирующей функции «Я» в сновидениях. Следует говорить об изменениях «Я» и Я-концепции в сновидениях и о своеобразном, пусть и сокращенном, участии Я в процессах самоконтроля. О полной ликвидации самоконтроля вряд ли есть основание говорить<sup>193</sup>.

Регрессивные тенденции усиливаются также в ситуации психотерапии, когда наступает релаксация и мысли пациента текут свободно и беспрепятственно.

Вкратце рассмотрим еще одну проблему. Идея о том, что ожидаемые сон и сновидения – как формы регрессии – предотвращают развитие у личности патологической защитной регрессии при фрустрациях – это очень плодотворная идея и достойна дальнейшего нашего внимания. Когда знаешь, что в наступающую ночь не будет возможности нормально спать, появляются регрессивные тенденции: ожидание помощи, плаксивость и т. п. Бессонница способствует регрессии мышления и других умственных способностей в бодрствующем состоянии. Эту линию рассуждений можно развернуть, используя полученные в психологии богатые сведения о последствиях лишения сна.

Таким образом, предвидение сна со сновидениями является средством предварительной защиты, предотвращающим нежелательную регрессию в бодрствующем состоянии. Здесь перед нами *интересный феномен защиты от защитного механизма*.

---

<sup>193</sup> См.: Налчаджян А. А. *Ночная жизнь*. Ереван: «Огебан», 2001; 2-е изд.: СПб. – Москва: «Питер», 2004.



## Глава 21. Регрессия во время гипнотического сна

Современная психология возрастного развития человека по существу доказывает, что хотя прогрессивное развитие и усиление личности с возрастом – явления вполне реальные, тем не менее, детство и его психические приобретения не исчезают (или не совсем исчезают): они сохраняются на подсознательном уровне психики и в особых условиях, в том числе в гипнотическом трансе, могут воспроизводиться с той или иной степенью полноты.

### § 1. Экспериментальные исследования регрессии в гипнотическом состоянии

Экспериментальную регрессию с помощью гипнотического внушения еще в XIX веке использовали, в частности, французские специалисты А. Буру П. Бюро. Результаты своих исследований они изложили в книге «Изменения личности» (1984 г.)<sup>194</sup>.

Практические приемы, с помощью которых добиваются регрессии в гипнозе, описаны в целом ряде трудов разных авторов<sup>195</sup>.

«Регрессия возраста» часто приводит к воспроизведению воспоминаний и эмоций внушенного возраста. Знание этих явлений позволило Пьеру Жане открыть метод катарсиса в гипнозе<sup>196</sup>. (Следует отметить, что П. Жане термин «катарсис» не использовал). Когда с помощью этого метода актуализируются и вновь переживаются события, лежащие в основе психопатологических симптомов, то, как правильно полагал Жане, происходит «причинное» (а не просто симптоматическое) лечение заболевания.

В состоянии сомнамбулизма достаточно внушить больному или здоровому испытуемому, что ему столько-то лет, и у него начинается регрессия. Однако лишь 5–10 % всех здоровых людей доходят до уровня сомнамбулизма. Поэтому когда гипнотический транс достаточно глубокий, пациента обычно приводят к конечному состоянию (к определенному возрасту) постепенной регрессией, постепенным погружением в прошлое»<sup>197</sup>. Иногда параллельно с внушением регрессии внушают также амнезию теперешнего состояния пациента (возраст, социальное положение, семейные отношения и т. п.) так, как будто на самом деле он, скажем, 7-летний ребенок и после этого возраста у него никакого развития не было.

Когда одного взрослого мужчину под гипнозом внушили, что он 5-летний мальчик, то, находясь на уровне сомнамбулизма, он действительно начал проявлять детские черты поведения, которые были характерны ему в 5-летнем возрасте. Когда ему внушили, что он ученик первого класса, а затем вручили тетрадь и ручку предложив писать что-нибудь, он стал писать тем же детским почерком, которым писал во внушенном возрасте. Почерк взрослого был подавлен.

### § 2. Гипервнушаемость – признак регрессии

Гипнотическое воздействие носит характер сенсомоторного и эмоционального воздействия. При этом вызываются такие изменения психики, которые справедливо характеризуются некоторыми авторами как регрессия.

---

<sup>194</sup> См. об этом: Черток Л. *Гипноз (проблемы теории и практики; техника)*. М.: «Медицина», 1972.

<sup>195</sup> См. также в кн.: «Психологические исследования творческой деятельности». М.: «Наука», 1975.

<sup>196</sup> См.: Janet P. *L'automatisme psychologique*. P., 1921.

<sup>197</sup> См.: Черток Л., *Гипноз*, с. 140.

Одним из компонентов регрессии в гипнозе можно считать гипервнушаемость. Однако она часто подавляется действием психодинамических механизмов личности гипнотизируемого, природа которых не совсем ясна.

Внушение в гипнозе всегда действует сильнее, чем в бодрствующем состоянии, и это, безусловно, является признаком (или критерием) наличия у субъекта регрессии.

Психоаналитик Э. Джонс выдвинул идею, что в гипнозе имеет место регрессия к ауто-эротической стадии развития либидо<sup>198</sup>. Другой психоаналитик, Феничел, писал, что в гипнозе у пациентов появляется влечение к удовлетворению инфантильных предгенитальных влечений пассивно-рецептивного типа. Высказана также точка зрения, согласно которой ситуация гипнотизирования является инфантильной, поэтому для приспособления к ней субъект непроизвольно пользуется механизмом регрессии.

Сюда можно добавить, что для зрелого человека такая инфантильная ситуация, безусловно, является ситуацией депривации и фрустрации. Вследствие этого актуализируется механизм регрессии. Часто действует также механизм агрессии, т. е. регрессия и агрессия выступают взаимосвязанно. В этом аспекте представляет интерес высказанная в психоаналитической литературе идея, согласно которой «... углубление или ослабление транса может быть проявлением механизма защиты, или защитных тенденций. Так, изменение глубины транса может следовать за появлением агрессивной эмоции в отношении к гипнотизеру. Пациент впадает в более глубокий транс не столько для получения инфантильного сексуального вознаграждения, сколько для того, чтобы опровергнуть свою агрессивность, преувеличить свою покорность. Отсюда углубление и ослабление транса служат то сексуальному вознаграждению, то защите против агрессивных импульсов»<sup>199</sup>.

Здесь, однако, весьма спорными являются выражения типа «пациент впадает ... для», поскольку нет никаких оснований для утверждения, что пациент сознательно направляет изменения своей психики в ситуации гипноза. Положение представляется нам прямо противоположным. Защитные тенденции и желание регрессировать до уровня детских переживаний и умственного развития ребенка действуют преимущественно подсознательно (за исключением, может быть, начала процесса гипнотизирования).

### § 3. Примеры подлинной регрессии в гипнозе

Психологами проведен ряд гипнотических опытов, целью которых было вызвать регрессию в гипнозе<sup>200</sup>. С участием одной девушки подросткового возраста была проведена серия опытов, в том числе следующий: гипнотизируя ее и внушая, что ей всего пять лет, гипнотизер спрашивает: «Сколько тебе лет?». – «Пять», – отвечает она и начинает плакать. В этом состоянии она вспомнила, как упала с игрушечного коня и испугалась. Но родители заставили ее вновь сесть на коня и она подумала, что они так поступают, поскольку желают ее смерти; они надеются, что она упадет и умрет и они избавятся от нее.

Вне гипноза она могла вспомнить свое падение с игрушечного коня, но свою мысль о злых намерениях своих родителей она смогла вспоминать только в гипнозе.

В этом случае как плачь, так и детская мысль об агрессивных намерениях родителей (т. е. фактически *атрибуции* им злых намерений) свидетельствуют о том, что регрессия девушки была подлинной.

Одна 19-летняя девушка в гипнозе, под воздействием внушения гипнотизера, прорегрессировала до двухлетнего возраста и видела себя в постели своей матери. Мать обнимала ново-

---

<sup>198</sup> См.: Jones E. «British Journal of med. Psychology», 1923, 3, p. 206.

<sup>199</sup> Черток Л., гипноз, с. 42.

<sup>200</sup> См.: Kelsey D. and Grant J. *Many Lifetimes*. New York, 1968, pp. 40–45 etc..

рожденную, а сама она чувствовала ненависть к малышу, которая заняла ее место у матери. Она также вспомнила, как няня, подозревая что-то, грубо отвела ее от новорожденного и повела в другую комнату. Она восприняла такую изоляцию как наказание.

Эту же пациентку удавалось возвращать на более ранние этапы индивидуального психического развития, вплоть до трехнедельного возраста после рождения. Вышеупомянутые авторы утверждают, что им удалось внушить одной 40-летней женщине переживание процесса своего рождения и т. п. Все подобные данные весьма поучительны для понимания природы личности и пути ее формирования, тех регрессивных возможностей, которые сохраняются у взрослого человека.

#### § 4. Регрессия, перенесение, конформизм (новая гипотеза)

Во время гипноза, а в более слабой степени – в процессе обычных взаимоотношений людей, регрессия, по всей вероятности, опирается на механизм *перенесения* (transfert). Феномен перенесения также впервые был описан Фрейдом, Ференци и другими психоаналитиками. Встречающиеся у разных авторов определения или характеристики этого явления несколько отличаются друг от друга. «Придерживаясь общего в этих определениях, – пишет Л. Черток, – можно сказать, что под этим термином подразумевается перенесение на личность терапевта чувств, испытанных пациентом в прошлом по отношению к лицам, имевшим для него значение: родителям или их заменяющим (кормилицам, воспитателям и т. п.). Выражением *контрперенесения* определяется феномен той же природы, но содержащий в себе чувства, перенесенные терапевтом на личность пациента»<sup>201</sup>.

Регрессии, встречающиеся в обычной жизни во взаимоотношениях родителей и детей, начальников и подчиненных и т. п. (т. е. между лицами с различными – высокими и низкими – социальными статусами), по нашему мнению, должны быть исследованы с установкой на раскрытие работы механизма перенесения и контрперенесения.

Мы предлагаем *гипотезу* о том, что в таких взаимоотношениях имеют место следующие изменения: 1) перенесение, приводя человека с низким (подчиненным) статусом к регрессии, делает его более податливым для внушений и манипуляций; 2) контрперенесение, которое бессознательно происходит у человека, занимающего высокий статус, взаимодействуя с перенесением, осуществляемым лицом с низким социальным статусом, у первого усиливает желание лидировать, играть роль ведущего в данных взаимоотношениях, а у последнего усиливает регрессию и желание играть подчиненную роль.

Здесь возникает возможность также более глубокого психологического анализа феномена конформизма. Мы выдвигаем гипотезу, согласно которой механизмы перенесения и регрессии во взаимоотношениях вышеописанного типа способствуют усилению у личности с низким социальным статусом тенденции к конформизму. С другой стороны, механизм контрперенесения у человека с высоким социальным статусом может привести к ослаблению конформизма с теми лицами низкого социального статуса, с которыми он в данной ситуации взаимодействует.

Эти гипотезы в значительной мере способствуют пониманию механизмов конформного поведения, но они подлежат еще экспериментальной проверке. Необходимо учесть, что перенесение и контрперенесение могут иметь место также между личностью и группой.

Перенесение, контрперенесение, регрессия, внушение и конформизм, с нашей точки зрения, являются такими взаимосвязанными психическими феноменами, которые возникают не только во взаимоотношениях пациента и гипнотизера, но и во всех процессах психотерапии и повседневных взаимоотношениях здоровых людей. Отличие состоит в том, что гипноз создает

---

<sup>201</sup> Черток Л., *Гипноз*, с. 40, подстрочное примечание.

наиболее благоприятные условия для быстрого и эффективного (глубокого) функционирования этих механизмов, поскольку снимает или ослабляет сознательный контроль пациента над собственной психической жизнью и поведением.

Было бы интересно исследовать те изменения, которым под воздействием перенесения и регрессии подвергаются познавательные процессы личности, особенно воображение.

## § 5. Сенсорная депривация и регрессия в гипнозе

Ситуация гипнотического воздействия создает у пациента сенсорную депривацию. Регрессию, которая имеет место в гипнозе, связывают не только с личностными явлениями (с мотивацией, взаимоотношениями и т. п.), но и с сенсорной депривацией пациента, поскольку связи субъекта с внешним миром ограничиваются только стимулами, исходящими от гипнотизера. Регрессия, по мнению психоаналитиков М. Джилла и М. Бренманна, при гипнотизировании достигается двумя механизмами: «действием на инфантильные импульсы и уменьшением сенсомоторного поля и поля образования идей»<sup>202</sup>.

Это своеобразное понимание гипноза, как регрессивного процесса, достигаемого путем уменьшения активности образования идей и сенсомоторной активности или посредством создания архаических отношений с гипнотизером. Причем регрессию можно получить путем воздействия только одного из этих факторов, хотя гипнотизер практически использует оба фактора.

В результате регрессии изменяется личность гипнотизируемого.

Механизмы сенсорной депривации и ограничения возможностей образования идей, т. е. вообще познавательных процессов, можно использовать для исследования взаимоотношений нормальных людей и регрессии, которая при этом возникает.

Интересные идеи о гипнозе и регрессии высказал Л. Кюби, по мнению которого изучение гипноза является одним из путей понимания природы человека<sup>203</sup>.

Американские авторы Кинг и Бауерс высказали мысль, что шизофрения является особого рода злокачественным и перманентным самогипнозом. – Если это так, то регрессивные явления, которые наблюдаются при шизофрении, можно объяснить опять-таки с учетом работы механизма перенесения. То обстоятельство, что подобное перенесение на воображаемые существа действительно имеет место при шизофрении, доказывается симптомами нашей пациентки М., которая воображает, будто все ее поступки диктуются инопланетянами, «голоса» которых она отчетливо слушает.

Существование регрессии при гипнозе, конечно, не подлежит сомнению. Однако некоторые авторы высказывают сомнение по поводу познавательной ценности регрессии. Например, Кюби называет регрессию «метафорой», которая служит для описания результатов целого ряда процессов. По его мнению, перенесение, контрперенесение, регрессивные и прогрессивные явления – это лишь эпифеномены, с помощью которых невозможно объяснить сущность гипноза.

---

<sup>202</sup> Gill M. and Brenman M. *Hypnosis and related states*. New York: International Universities Press, 1959\$ Цит. по: Чертков Л., указ. соч., с. 47.

<sup>203</sup> Kubie L. *Hypnotism. A focus for psychophysiological and psychoanalytic investigation*. – «Arch gen. Psychology», 1961, № 4.

## Глава 22. Патологические формы психической регрессии

Примеры патологических форм психической регрессии время от времени описываются психиатрами и психотерапевтами. Такой клинический материал подлежит тщательному психологическому анализу, поскольку содержат такие сведения, которые относятся к структуре психики человека и самой сути психической активности человека.

### § 1. Анализ примера

Патологический аспект психической регрессии удачно представлен в работах Дж. Массермана<sup>204</sup>. Приведем пример, который хорошо иллюстрирует явление возрастной регрессии и показывает, к каким серьезным изменениям личности ставшая патологизированной психическая регрессия. Он показывает также те социально-психологические условия, которые порождают глубокую патологию личности.

Семнадцатилетняя девушка, мисс С., была приведена матерью в психиатрическую больницу с жалобами на то, что в течение предыдущих пяти месяцев ее поведение становилось все более и более иррациональным и деструктивным. Оказалось, что когда девочке было четыре года, у родителей начались злобные ссоры, которые превратили ее социальное окружение в исключительно неблагоприятное и нестабильное. Именно в этом возрасте у нее развились различные невротические черты: разгрызание ногтей, эмоциональные вспышки, энурез, многочисленные фобии. Она была очень связана с отцом, но когда ей исполнилось 13 лет, мать получила попечительские права на дочь и стала жить с ней в другом доме. Пациентка восприняла это крайне эмоционально, часто ссорилась с матерью, создавая много дисциплинарных проблем как дома, так и в школе, попала в полицейские списки малолетних правонарушителей.

Три года спустя краткий визит к отцу привел к вспышке новой сильной ссоры между родителями, после чего, опять против воли пациентки, мать вернула ее домой. Здесь девочка отказалась идти в школу, стала угрюмой и замкнутой, некоммуникативной. Во время нахождения матери на работе она устраивала в доме беспорядок, разрывала платья, которые мать готовила для нее, выбрасывала вещи матери из окна. Во время одного из таких «набегов» она обнаружила свое фото пятилетнего возраста, нечеткое и выцветшее: на нем ее брови и другие детали внешности не были видны. Используя это фото в качестве эталона, она выбрила свои брови, срезала волосы под детскую челку и начала подражать выражению лица и позе ребенка.

Когда она была приведена в больницу, все ее поведение было ребяческим: она была неопрятной и энуретической, непрерывно хихикала или говорила простыми односложными предложениями, большую часть времени проводила на полу, играя с кубиками или с куклами. За ней надо было присматривать и ухаживать как за маленьким ребенком. Она, по всей видимости, регрессировала до того желаемого периода своей жизни, который предшествовал времени конфликтов. Более того, она выражала свою регрессию в бессознательно детерминированных, но явно символических действиях, изображающих исключение матери как соперницы и новое завоевание отца, которого она потеряла в детстве<sup>205</sup>.

Хотя такие серьезные случаи регрессии очень редки, они воочию показывают те поведенческие крайности, к которым могут вести бессознательно и подсознательно действующие защитные механизмы. Когда психотерапия начинается задолго до осложнения болезни, человеку еще можно помочь осуществить реалистическое приспособление к фрустрациям своей жизни.

---

<sup>204</sup> См.: Masserman J.H. *Principles of Dynamic Psychiatry*. 2nd ed., Philadelphia, 1961.

<sup>205</sup> Masserman J. H. *Principles of dynamic psychiatry*. Philadelphia, Saunders, 1946, p. 64.

Нарушение зрелых форм поведения и возврат на более низкий уровень активности в целом считается одним из самых серьезных видов нарушения функций «Я». Они в наиболее тяжелых и впечатляющих формах встречаются у психически больных людей. Некоторые из таких больных теряют способность ухаживать за собой. У некоторых из них наблюдается даже возврат до состояния новорожденности: они принимают такой внешний вид и позу, которые характерны плоду еще в чреве матери.

## § 2. Патологические фиксации и патологическая регрессия

Патологические формы регрессии основываются главным образом на патологических же фиксациях. Психоналитики, изучая это явление, главным образом описывают те фиксации, которые связаны с комплексом Эдипа. Например, Норман Камерон выделяет два типа детей: *аутистических* и *симбиотических*. У них, по его мнению, можно встретить самые драматические формы патологической фиксации<sup>206</sup>.

*Аутистический ребенок* остается фиксированным к досимбиотическим состояниям: ему никогда не удастся установить нормальные взаимоотношения с другими людьми, у него никогда не развивается «базальное доверие» (термин Э. Эриксона). Он может использовать других людей так, как будто они – неодушевленные предметы, механические приспособления, созданные для удовлетворения его потребностей. Такой ребенок может, например, взять руку другого человека и направлять ее, как инструмент, на тот предмет, который надо достать. Он может вскарабкаться на другого человека (используя его как стул), чтобы дотягиваться до нужного предмета. У таких индивидов наблюдается также непонимание чувств и желаний другого. Говоря шире, речь идет о таком индивиде, у которого слабо развита способность к сопереживанию.

*Симбиотический ребенок* остается фиксированным на той фазе развития, когда у него образовалось симбиотическое единство с матерью. До этого его развитие было нормальным. Но у него не образовалась способность испытания себя реальностью, на основе которой формируется его самовосприятие как особого и отдельного существа с собственной внутренней психической организацией. Его Я-образ остается растворенным в образе матери.

Оба типа детей являются результатами грубо нарушенных, неправильных взаимоотношений с родителями.

Более распространенным типом является ненормально зависимый ребенок, который отличает свое «Я» от личности родителя, но во всем остается зависимым от него. Некоторые из них никогда не достигают эмоциональной независимости от родителя, продолжают жить в семье родителей и нежелательны для них.

Иногда некоторым таким сверхзависимым людям (особенно женщинам) удастся заменить образ родителя другим человеком. Выходя замуж многие женщины становятся сверхзависимыми, и это считается нормальным, поскольку таково одно из главных ожиданий, предъявляемых к женской роли в обществе.

Хронически зависимый человек имеет нарушения как Я – идентификации, так и Сверх-Я – идентификации. Он не воспринимает себя в качестве адекватного и автономного индивида; он считает себя лишь в качестве вспомогательного придатка к образу кого-либо другого. Но при этом он не способен отвечать полноценной эмоциональной взаимностью тому человеку, от которого зависит. Отсутствие правильных самовосприятий и способности интериоризации лишают его возможности построения стабильного и зрелого Сверх-Я. У таких людей часто образуется перфекционистский идеальный Я-образ, под воздействием которого он всегда чувствует себя неполноценным вне зависимости от достигнутых результатов.

---

<sup>206</sup> См.: Cameron N. *Personality development and psychopathology*. Bombay, 1969, pp. 214–215.

Все эти формы фиксаций являются результатом того, что ряд базальных конфликтов детского возраста остается нерешенным. При сильных фрустрациях и стрессах у такого индивида происходит массивная регрессия к этим фиксированным формам поведения. По мнению Камерона, если от фазы фиксаций до наступления сильных стрессов и фрустраций человек жил нормально и продуктивно, то его шансы на выздоровление довольно значительны, в противном же случае прогноз неблагоприятен.

При психозах регрессии являются почти тотальными, в то время как при неврозах они являются частичными, т. е. охватывают лишь некоторые психические функции и качества личности. Т. н. *пуррилизм* является массивной регрессией и свойствен психозам. (Расширить путем анализа примеров). При шизофрении типичной является регрессия к самым ранним возрастным этапам развития, вследствие чего больные постоянно нуждаются в ласковом отношении со стороны других людей. Это регрессия к нарциссизму. При паранойе регрессия достигает такого уровня, когда больной воспринимает себя идентичным с теми лицами, которые заменяют их родителей. (Мы полагаем, что в свете теории регрессии следует вновь проанализировать и переосмыслить симптоматику различных форм шизофрении).

### **§ 3. Регрессивное сексуальное поведение при шизофрении**

При шизофрении наблюдается регрессия генитального поведения. Особенностью сексуального оргазма у мужчины является координация повышенного тонуса простатического сфинктера, секреторной активности кауперовской железы и последующего опорожнения содержимого семенников в простатическую уретру (мочеиспускательный канал), одновременное вливание содержимого простатической железы в это же место. После этого наблюдаются ритмические выталкивающие сокращения мочеиспускательного канала. Эти движения сопровождаются острой чувствительностью, которая отличается от чувствительности, связанной с выталкиванием последних капель мочи. В последнем случае простатическая уретра также ритмически сокращается.

Согласно Саллиvenu<sup>207</sup>, эти различия скорее количественные, чем качественные. Чувствительность определяется не столько координированными сложными процессами, сколько внезапным понижением большой напряженности.

При оргазме сокращения уретры намного мощнее, чем в конце процесса мочеиспускания. Но уретральный компонент оргазма в значительной мере предвосхищает появление оргазма. В сновидном регрессивном состоянии появление нескольких капель мочи в простатической уретре приводит (наряду с желанием разрядки) к опорожняющим сокращениям, и весь процесс воспринимается как явление сексуальное.

Это явление наблюдается при начинающейся шизофрении.

### **§ 4. Патологическая регрессия мышления**

При патологической регрессии умственной деятельности наблюдается возобновление одной из тенденций детского мышления, а именно: тенденции к конкретному, практическому группированию предметов.

Такой интересный пример приводит американский психолог Вернер. «Женщина, страдающая кататонией, создала особый язык, отличающийся весьма необычным способом образования слов. Она составила целый словарь переводов обычных слов на ее собственный язык. Например, вместо слова «thistle» (чертополох) она употребляла «le stone» (с французским артиклем). отождествление «thistle» и «stone» (камень) было вызвано тем, что оба предмета

---

<sup>207</sup> См.: Sullivan H.S. *Conceptions of Modern Psychiatry*. New York, 1947.

принадлежат к одной и той же (аффективно окрашенной) ситуации и поэтому взаимозаменяемы<sup>208</sup>.

Задача исследования всех форм регрессии мышления человека еще не решена окончательно.

## § 5. Концепция патологической регрессии У. Шелдона

*Гебефрения* – это тот вид психоза, при котором у индивида наблюдается массивная регрессия к детским формам поведения (*heberphrenic* – детский ум). Гебефрены теряют способность ухаживать за собой, даже физиологические потребности не способны самостоятельно удовлетворить. Их надо мыть, кормить, ухаживать за ними как за детьми.

Уильям Шелдон выдвинул точку зрения, согласно которой при такой регрессии наблюдается *соматопения*, т. е. потеря всех соматотонических качеств: стремления к достижениям, к доминированию и победе над другими, к развитию мускульной силы, к соперничеству и т. п. Отказ от всего этого мог быть обусловлен необходимостью защищать себя от новых неприятных последствий своих неудачных усилий соматотонической природы. (Иначе говоря, если нормальные соматотонические действия человека фрустрируются, то в качестве патологического защитного механизма выступает регрессия к гебефрении, центральным звеном которой Шелдон считал соматопению.

Однако Шелдон справедливо отмечает, что только в некоторых аспектах субъект стал похожим на ребенка. Дети обычно имеют сильную мотивацию и соматотонию, и в пределах своих физических возможностей проявляют агрессивность и добиваются того, чего желают. Они еще не отказались ни от каких желаний в том смысле, в каком отказываются разочарованные люди или больные. Просто их исполнительские возможности еще не соответствуют их желаниям<sup>209</sup>. (У взрослых тоже это несоответствие сохраняется. Мы полагаем, что отсюда можно вывести новый критерий психической зрелости личности).

Поэтому Шелдон считал, что у этих пациентов нет «регрессии», и что для человека нет возможности реально идти назад по ходу своей жизни. – Это, конечно, весьма спорная точка зрения: мы видели, что современные исследования свидетельствуют о другом. Эти больные уходят от проблем и соперничества, у них появляется соматопения. У них преобладают не конкретные дела и поступки, а фантазии.

Если гебефрены отказываются от соматотонии и отступают перед трудностями, то параноики, наоборот, идут против трудностей и фрустраторов.

## § 6. Регрессия при голодании

Врач Богданович описал психопатологические изменения при алиментарном истощении, которые проходят три этапа. Первый этап напоминает неврастению с доминированием в сознании комплекса пищи, становящегося своего рода сверхценным образованием<sup>210</sup>.

На втором этапе появляется то, что мы вправе назвать регрессией. Наряду с новыми соматопатологическими симптомами появляются делириозные и онейроидные явления с частичной или полной амнезией.

«В это время возникают также специфические сдвиги, основанные на переживании возврата в детство с яркой галлюцинаторно – иллюзорной окраской. Больной видит стол, устав-

---

<sup>208</sup> См. в книге: Коул М., Скрибнер С. Культура и мышление. М.: «Прогресс», 1977, с. 36.

<sup>209</sup> См.: Sheldon W.H. *Constitutional Psychology*. – In: «Theories of Psychopathology. Essays and Critiques». Ed. by Th. Millon: Philadelphia and London, 1967, p. 51.

<sup>210</sup> См.: Богданович Л. А. Психические изменения при алиментарной дистрофии у лиц, бывших в оккупации. – В кн.: Рохлин Л. Л., Симсон Т. П. (ред.). *Проблемы современной психиатрии*. М.: Изд-во АМН СССР, 1948.



ленный яствами, кажется сам себе учеником, бегущим в школу с теплыми, ароматными пирожками в кармане, запах которых он явственно ощущает, и делает движения, как бы приступая к еде. Одна больная видит себя маленькой девочкой, лежащей на лесной поляне, слышит шелест листьев, чувствует запах парного молока и видит, как мать доит корову. Другая больная месит тесто в пустой квашне, третья режет что-то ножом на пустой тарелке, придерживая нечто несуществующее вилкой. В этой фазе у больных появляются особенности, ранее им не присущие, например часто они становятся более эгоистичными»<sup>211</sup>.

В приведенном описании много элементов регрессии.

На третьем этапе наблюдается апатия (это уже астено-динамический этап).

## § 7. Патологическая прогрессия (или трансгрессия)

Переживая фрустрацию или стресс, люди не всегда только регрессируют к более ранним этапам своего психического развития. Есть и нередко реализуется и другая возможность, на которую психологи до сих пор почти не обратили внимания. Исключением является Шандор Ференци, который заметил, что крайняя нужда, особенно страх смерти, оживляет у людей такие латентные установки и силы, которые в глубине психики ждали часа своего созревания. Ференци отметил, что, в отличие от регрессии, данному явлению можно дать название *травматического (патологического) прогресса*. Его можно назвать также *ранним созреванием*<sup>212</sup>.

Немецкий психолог Люкерт, который вслед за Ференци понял важность исследования данного явления, предлагает назвать его *трансгрессией*.

Для того, чтобы понять суть данного явления, следует вслед за Ференци признать, что под влиянием внешнего давления у человека мобилизуются такие силы защиты и развития, которые приводят к предварительному проявлению виртуальных способностей. Психика ребенка своими актуальными возможностями не в состоянии устранить фрустрирующую ситуацию. Поэтому центр личности мобилизует все свои уже *преформированные* взрослые формы поведения. Эта возможность раннего созревания заметна даже у грудного ребенка. Если держать осторожно его голову и спину, то он начнет ногами делать плохо координированные шаги. Известно, что рано родившиеся дети (после 7 месяцев внутриутробного развития) без труда приспособляются к условиям жизни и успешно развиваются. И в том, и в другом случае человеческий индивид оказался в таких ситуациях, которые предназначались для будущего. На этот вызов (содержащий угрозу) он ответил с помощью особых средств преодоления.

Исходя из такой логики можно утверждать, что и умственные операции, до того как развернуто и явно использоваться при решении задач повседневной жизни, начинают формироваться латентно. Данный вывод можно иметь в виду при создании методов обучения и социализации детей.

*Акселерация* развития, которая в настоящее время стала предметом особого внимания, содержит элементы трансгрессии. Люкерт считает, что тотальная и парциальная трансгрессия встречается также в феномене *вундеркинства*. В подобных случаях под влиянием внешнего давления и непомерно активного воспитания забываются естественные ступени развития. Ребенок в определенной мере лишается любви, наслаждения, которое получается от игровой деятельности, от беззаботного детства. Появляющиеся ранние способности и установки органически еще не закреплены достаточно солидно, поэтому в новых угрожающих ситуациях ребенок может оказаться беззащитным.

Трансгрессия у современной молодежи выражается в раннем накоплении знаний и заинтересованности в таких проблемах, которые волнуют взрослых. Многие мыслители говорили

---

<sup>211</sup> Обуховский К., *Психология влечений человека*. М.: «Прогресс», 1972, с. 91.

<sup>212</sup> См.: Ferenzi S. *Sprachverwirrung zwischen dem Erwachsenen und dem Kind*, S. 13.

о вреде раннего созревания личности. Фридрих Ницше заметил, что тот, кто старается предвидеть и пережить все то, что наступит только в будущем, рано устает от жизни. Предвидение того, что предстоит, нередко делает человека пессимистом. Байрон писал, что какой толк иметь ему сына, ведь он станет юристом или морским разбойником. (Характерные слова для англичанина).

Активный просмотр различных фильмов, исполнение в своих фантазиях ролей различных киногероев приводит к тому, что при действительном исполнении подобных ролей они переживают скуку.

В целом, психологическое исследование патологической прогрессии еще предстоит. Важно иметь в виду главное: при фрустрациях люди нередко переживают не регрессию, а трансгрессию – преждевременное созревание, что при его чрезмерности может стать патологическим явлением.

## § 8. Конверсия, регрессия и психосоматическая защита

Психосоматическая медицина исследует влияние психических процессов на соматические патологические изменения. В этой области широко используются такие понятия, как фиксация, регрессия и конверсия, учитывается то обстоятельство, что инфантильные либидиновые фиксации вызывают регрессии, а также обратимую и необратимую конверсию. Психосоматическая медицина находится под глубоким влиянием психоанализа.

Концепция конверсии утверждает, что симптомы психосоматических заболеваний являются символами подавленных эмоций, т. е. эмоциональные проблемы личности совершают конверсию на орган. «В таком аспекте были описаны прегенитальные конверсии (Klein, 1948), ... пептическая язва желудка как символическое выражение внедрившейся в пациента агрессивной матери, ... болезни дыхательной системы», которые истолковываются как выражение тоски по материнской любви, сахарный диабет как потребность в заботе и внимании..., кожные заболевания как выражения тревоги и гнева, ... гипертонус как результат неудовлетворенности агрессивных инстинктов и т. п.<sup>213</sup>

Согласно психосоматикам, когда конверсия на орган обратима, то заболевание носит функциональный характер, если она необратима – органический. (Здесь возникает проблема: означает ли это, что органические изменения всегда начинаются под влиянием конверсии? Или же конверсия с большей легкостью направляется на уже патологически измененный орган?).

Регрессия, как возвращение к первоначальному состоянию, «... проявляется в высокой реактивности тканей и органов на раздражители, в более выраженном расстройстве гомеостаза»<sup>214</sup>. Регрессия возникает на основе фиксации, которая выражается в конституциональной неполноценности соответствующих органов и функциональных систем.

Следует, однако, четко продифференцировать физиологическую и психологическую регрессию. Когда психосоматики говорят, что бронхиальная астма возникает в результате того, что органы дыхания – как носители сексуальной функций – обладают способностью давать невротический синдром в форме удушья, то речь идет, конечно, о физиологической регрессии. Эта частная форма регрессии имеет место у лиц, которым свойственны слабость жизненных сил, страх, раздражительность, несоответствие между запросами и возможностями.

Однако является ли это регрессией в подлинном смысле слова, т. е. возвратом на прошедшие уровни развития? Если бы это было так, то у людей с подобными синдромами наблюдался бы инфантилизм. Оказывается, что психосоматические симптомы не всегда выражают инфантильность, даже наоборот: они нередко свидетельствуют о высоком уровне психофизио-

---

<sup>213</sup> Курцин И. Т. *Критика фрейдизма в медицине и физиологии*. М.-Л.: «Наука», 1965, с. 28–33.

<sup>214</sup> Курцин И. Т., *указ. соч.*, с. 29.

логического развития. Поэтому ряд авторов называет психосоматические синдромы «Защитной адаптационной реакцией»<sup>215</sup>. (Хотя, как мы знаем, регрессия также очень часто используется как защитный механизм).

О корреляциях между физиологической и психологической видами регрессии писал С. Марголин<sup>216</sup>. Он установил, что такая корреляция существует.

Ценный материал о регрессии содержится в трудах известного психоаналитика Ф. Александера. Такие реакции органов, которые у некоторых больных свойственны детскому возрасту, он называет «вегетативным отступлением». Александер и Гамильтон обосновывают большую роль инфантильных комплексов, комплекса страха и инстинкта разрушения в возникновении психосоматических заболеваний.

Сцасц (Szasz) выдвинул положение о регрессивной иннервации как состояния повышенной возбудимости специфично функционирующих нервных структур<sup>217</sup>. Сцасц исходил из того, что парасимпатическая иннервация развивается в организме раньше, чем симпатическая. При развитии психосоматического заболевания возбудимость парасимпатической системы повышается, поэтому данное явление можно считать возвратом к инфантильному состоянию. По мнению этого исследователя, феномен регрессивной иннервации наблюдается при сенной лихорадке, вазомоторном рините, бронхиальной астме, язвенной болезни желудка, диарее, язвенном колите, коронарной болезни, сердечной блокаде, крапивнице и др. Согласно Сцасцу, большинство синдромов психосоматических расстройств являются отражением хронического локализованного парасимпатического возбуждения.

Надо отметить, что против ряд исследователей возражает против концепции физиологической регрессии, отмечая, что нельзя применить психологические концепции при объяснении физиологических процессов. Такой же точки зрения придерживается И. Т. Курцин.

---

<sup>215</sup> Курцин И.Т., указ. соч., с. 30.

<sup>216</sup> См. в книге Курцина, с. 31.

<sup>217</sup> См.: Курцин И. Т., указ. соч., с. 31.

## Глава 23. Власть, подчинение и психическая регрессия

Психическая регрессия имеет разнообразные проявления также во взаимоотношениях лиц в системе социального и государственного управления. Ниже в нескольких параграфах мы вкратце рассматриваем проблему регрессии в связи с феноменами зависимости и подчинения.

### § 1. Подчиненное состояние – предпосылка регрессии

Подчиненное, зависимое состояние человека можно считать одной из социально-психологических предпосылок его психической регрессии. Ребенок почти полностью зависит от своих родителей и других взрослых, в результате чего (а также благодаря существованию в нем фиксаций) при фрустрациях легко переживает психическую возрастную регрессию. На этом уровне зависимость и подчиненность ребенка полностью соответствуют независимости и доминированию взрослого.

Мы полагаем, что когда взрослый человек (А) попадает в зависимость от другого взрослого (В), становится его подчиненным, тогда у него возрастает вероятность переживания психической регрессии той или иной временной глубины и личностного охвата. Уровень зависимости или должность человека во взаимосвязи с другим человеком зависит как от личностных типов, так и от ситуации.

Еще исследователи авторитаризма Т. Адорно и др. заметили, что данное явление особенно заметно выражено у лиц авторитарного типа<sup>218</sup>. Авторитарная личность проявляет сильную подчиненность перед лицом людей с более высоким социальным статусом, иногда – вплоть до проявления инфантильных черт. Это феномен *авторитарного подчинения*, которая, которая несет инфантильные черты. Наоборот, в отношениях с подчиненными такая личность проявляет крайние формы доминантности. Это уже явление *авторитарного господства*.

Установлено, что авторитарными растут главным образом дети доминантных родителей. Будучи уже взрослыми, в сложных социальных ситуациях, работая в социальных организациях, они продолжают линию поведения, которую уже имели в отношениях со своими родителями. Проявляя доминантность, они подражают поведению своих родителей.

В обоих случаях, согласно этому объяснению, они проявляют свои инфантильные связи, т. е. регрессируют. Это вполне возможно. Однако сами зрелые социальные роли требуют от людей подчинения и доминирования. Поэтому нельзя свести эти тенденции лишь к инфантильным фиксациям и регрессии. Последние играют заметную роль в том случае, когда в характере личности спонтанные склонности к подчинению и доминированию очень сильны и проявляются в таких формах, которые не нужны для адекватного выполнения социальных ролей.

### § 2. В каких формах выражается регрессия у подчиненных?

Роль подчиненного человека, знание того, какое поведение от него ждут, вызывает у индивида психологические изменения, в том числе такие, которые связаны с регрессией. Перед руководителем он невольно (непроизвольно) выступает в роли более наивного, мало знающего, несамостоятельного человека. Если руководитель авторитарный, эти регрессивные явления выражаются более выпукло.

Вообще ролевые ожидания других людей, вызывая необходимость исполнения определенной роли в данной ситуации, приводят к серьезным изменениям личности. Это явление замечено рядом социальных психологов. Вот что пишет об этом И. С. Кон: «В любом челове-

---

<sup>218</sup> См.: Adorno T. a.o., *The Authoritarian Personality. Abridged ed., New York, 1983.*

ческом поведении присутствует момент представления, игры. Ожидания окружающих и собственные представления личности об этих ожиданиях «давят» на личность, заставляя ее – осознанно и неосознанно – учитывать их в своем поведении. Один французский писатель признавался, что в обществе нефранцузов он невольно держится более легкомысленно, чем в своем кругу, так как он «давит» потребность окружающих увидеть «типично французский» стиль мышления, легкость, шарм и т. п. Многие американские негры, общаясь с белыми, специально акцентируют черты наивности и простодушия, «положенные» им по старому стереотипу, так сказать, «отмежевываются» от него. Но и в этом случае их поведение соотносится с системой социальных символов и прошлым опытом. Один и тот же разговор протекает совершенно по-разному в зависимости от того, происходит он с глазу на глаз, или в присутствии третьего лица, или публично, на собрании»<sup>219</sup>.

Последний случай требует особого разъяснения. Когда человек ведет себя диаметрально противоположным образом тому, что от него ждут, то мы в таком случае наблюдаем результат работы механизма формирования обратной реакции (или установки). В этой связи можно ввести понятие отрицательной роли: индивидом исполняется такая роль, в которой знаки экспектации обращены в противоположные. Это явление связано с негативизмом и имеет широкое распространение.

### **§ 3. Уровни развития мотива власти и возможность регрессии (новые проблемы)**

Понятие регрессии и те концепции о ней, которые в настоящей книге представлены, вполне приложимы к исследованию целого ряда мотивов, а не только для исследования динамики сексуального мотива, как это считается в психоанализе. Здесь мы выдвигаем ряд проблем, касающихся возможного приложения теории регрессии к динамике власти.

1) Первая проблема: какие уровни (этапы и фазы) проходит в своем развитии мотив власти (как стремление к власти) в процессе развития личности? Каким образом властвуют (господствуют) друг над другом дети, и каким образом этот мотив и формы его проявления реализуются и изменяются с возрастом, какие формы власти появляются в естественных, повседневных отношениях людей?

2) Второй вопрос: не является ли в генетическом отношении авторитарная власть более низким уровнем власти по сравнению с властью демократической?

3) Когда условия работы лидера меняются – улучшаются или, наоборот, становятся очень благоприятными, он переходит от демократического управления к авторитарному; сказанное доказано предыдущими исследователями. Возникает вопрос: не является ли такой переход регрессией от более высокого уровня социального управления к более низкому (регрессия) или наоборот (прогрессия)?

4) Не является ли подтверждением нашей гипотезы то обстоятельство, что умственно менее развитые люди более склонны к авторитаризму, чем умственно развитые? С повышением уровня умственного (когнитивного) развития авторитаризм личности смягчается. Это означает, что существуют различные уровни применения, например, политической власти в зависимости от уровня интеллектуального развития. Правда, при этом следует иметь в виду, что интеллект и моральные качества личности теснейшим образом взаимодействуют как в процессе господствования, так и в процессе подчинения.

5) Целый ряд исторических примеров и множество более обычных могут получить новую интерпретацию, если применить к ним изложенные выше идеи. Так, можно спросить: не является ли жестокость Гитлера, Сталина и некоторых других известных мировых лидеров свиде-

---

<sup>219</sup> Кон И. С. Люди и роли. – «Новый мир», 1970, № 12, с. 172–173.

тельством того, что у них постоянно или время от времени имела место регрессия именно мотива власти и способов его реализации? Более точно, у них имела место фиксация на инфантильных уровнях лидерства и господства. Эти индивиды с готовностью и, по-видимому, непроизвольно, регрессировали к этим фиксациям, как только условия их деятельности требовали этого (или когда у них возникала соответствующая интерпретации социальных ситуаций).

б) Можно предположить, что у человека лидерское поведение регулируется одновременно мотивами различных уровней развития и актуальной активности. Например, одновременно могут быть активными мотив власти, мотив достижения и другие внутренние тенденции личности. Эта полимотивность и гибкость позволяют личности переходить от одного уровня регуляции и поведения на другой уровень, совершать регрессии и «прогрессии» и т. п.

Но возможна также упорная фиксация на определенном уровне. Так, деспот (как крайне авторитарный тип) может стать перманентно жестоким. Лидер-демократ, наоборот, может всегда быть великодушным и даже, даже при необходимости не умея регрессировать к уровню жестокого правления инфантильного типа.

(Можно связать эти проблемы с идеями Э. Фромма о развитии авторитарной совести и гуманистической совести, которые рассматриваются в качестве этапов возрастного развития).

## **Глава 24. Этнопсихологические аспекты психической регрессии**

Психическая регрессия, как и ряд других защитных механизмов, функционируют не только у индивидов; она имеется и играет определенную роль также в жизни социальных и этнических групп. На групповом и этническом уровнях защитные процессы, разумеется, приобретают специфические черты.

### **§ 1. Этническая психическая регрессия**

**А. Общая характеристика.** – Под этнической регрессией мы имеем в виду тот процесс, в ходе которого значительная часть этноса, или он целиком, возвращается на один из прошедших этапов своей психокультурной активности. При этом имеет место одновременно как временная, так и психокультурная регрессия. Наконец, этническая психическая регрессия может быть как частичной (парциальной), так и более или менее всеохватывающей, вовлекающей в себя значительные аспекты психической жизни этноса.

Примеров этнической регрессии много. Например, когда значительное число представителей какого-либо христианского народа возвращается к дохристианской религиозной идеологии и практике – к язычеству, то перед нами культурная и психическая регрессия этого народа. (Мы имеем в виду то обстоятельство, что религия – это часть, крупный блок культуры и этнического комплекса каждого народа). Подобная регрессия может иметь локальный, частный характер. Например, возврат к язычеству может выражаться только у небольшой группы этнофоров; регрессия может иметь только частичные выражения в художественной литературе, например в поэтическом творчестве некоторых авторов и т. п.

**Б. Комплексный характер регрессии, в том числе этнической.** – Утверждение о комплексном характере регрессии означает, что ни одна детская черта не возвращается одна: при регрессии личности совместно воспроизводится детский комплекс, состоящий из различных действий, мыслей и переживаний.

Можно предложить гипотезу, согласно которой этническая регрессия также имеет комплексный характер. Например, восстановление религиозного фундаментализма в какой-либо стране одновременно является воспроизведением как идеологии, так и норм и форм поведения и взаимоотношений людей. Такой же сложный характер имеет возвращение к номадизму, о чем речь пойдет ниже.

Прогресс также является комплексным процессом: отказ от целого культурного комплекса и восприятие (заимствование) или создание нового.

Национальное возрождение (ренессанс) во многом есть регрессия к старым символам, культуре и шаблонам поведения, однако с добавлением новых элементов.

Таким образом, ренессанс состоит из регрессивных элементов и из инноваций. Это очень интересный культурно-психологический комплекс.

### **§ 2. Моральная регрессия: личная и этническая**

Вероятность спонтанного использования взрослыми людьми механизма регрессии в значительной степени зависит от того, в какой мере у личности, в ее структуре, латентно, на подсознательном уровне, сохранились черты детской психики. Если имеются такие фиксации, то регрессия весьма вероятна уже в ситуации слабой фрустрации. Но в тех случаях, когда фиксаций как таковых нет, сохранение инфантильных черт психики создает внутреннюю активность для регрессии.

Такую возможность создает, в частности, сохранение детской естественной морали, свойственной еще гетерономному периоду морального развития (до 10 лет). Сущность этого явления заключается в том, что в воображении детей природе приписывается способность наказывать людей за их аморальное поведение, за проступки и преступления. Жан Пиаже, описавший это явление, приводит следующий пример: мальчик проникает в чужой фруктовый сад и ворует яблоко. Сторож начинает преследовать его, он пытается путем пробежки через прогнивший мост, который над ним рушится, и он падает в речку. Дети видят причинную связь между двумя событиями – воровством и падением; они считают, что природа наказала виновного.

Психологи очень справедливо замечают: «В жизни народов, стоящих на низкой ступени развития, мы и в наши дни встречаем проявления ценностей и норм детской морали; в частности, суеверия и различные заговоры, заклинания – это следствия этой морали и детского восприятия мира. В примитивных религиях ясно просматривается проповедование ценностей, характерных для детской морали»<sup>220</sup>.

Мы полагаем, что в связи с этим феноменом можно выдвигать ряд предположений: 1) Одним из критериев моральной зрелости личности можно считать свободу от детской «естественной морали» и ее последствий, в числе которых – суеверия; 2) моральная регрессия, наблюдаемая в некоторых фрустрирующих ситуациях (когда в качестве фрустратора выступает другая, более сильная личность), обуславливается, в частности, латентным сохранением на подсознательном уровне этой детской морали; 3) поскольку моральная регуляция поведения человека протекает на различных уровнях, то возникает вопрос: каким образом у взрослых взаимодействуют различные уровни морали и как они мотивируют реальное поведение.

### **§ 3. Всемогущество мысли и психическая регрессия**

Явление, получившее название «всемогущество мысли», обозначает веру человека в то, что только мысли могут удовлетворить наши желания и потребности без соответствующих действий и без приобретения подходящих объектов. При этом наблюдается общая переоценка мыслительных процессов. Все психические процессы считаются человеком субъектами своей воли. Этот феномен характерен для поведения детей, а до некоторой степени – также для первобытных людей и невротиков.

Ребенок желает уничтожить все то неприятное, что причиняет ему страдание. Вначале ему кажется, что он может удовлетворить свои потребности одним только желанием, т. е. галлюцинаторным образом. Но постепенно он узнает, что чувство голода не исчезает только желанием есть, что для утоления голода требуются внешние объекты (кормящая мать, пища). Так начинается трудный путь к пониманию суровой реальности. Поскольку возможности ребенка ограничены, то он начинает понимать, что «я хочу» не означает «я имею». (Отметим, что такая особенность психической жизни наблюдается как у некоторой части взрослых людей, так и у некоторых народов).

Зигмунд Фрейд в 1913 году идентифицировал переоценку мышления с возможным следствием регрессии или фиксации на нарциссической стадии развития, которая следует за аутоэротической стадией. Открыв важность психической реальности, он пришел к выводу, что невротики и примитивные люди (и народы, как предполагает автор настоящих строк) переоценивают важность мыслей, вообще внутриспсихической реальности, по сравнению с внешней реальностью.

Фрейд указал на то обстоятельство, что невротик, имеющий навязчивые идеи, подобен первобытным людям: они не проводят различия между мыслями и действиями. Они отличаются от первобытных людей тем, что боятся наступления чего-то страшного (вредного) не им,

---

<sup>220</sup> Раппибург Й., Поппер П. *Секреты личности*. М.: «Педагогика», 1983, с. 106.



а другим, если они повторяют свои магические компульсивные действия. Актуальная вера во всемогущество является признаком психического нарушения, галлюцинирования (delusion). В латентной форме она может присутствовать во многих неврозах. Например, всемогущество становится осознанным, когда человек начинает обвинять себя за то, что ответствен за самоубийство женщины, которой он отказал в любви. (Это очень распространенное явление у обоих полов).

Говоря о вере в могущество словесно выраженной мысли следует иметь также следующий феномен: не только представители примитивных народов верят в силу своего слова – заклинаний, молитв, проклятий и т. п., но также представители других, т. н. цивилизованных народов. Широко известным примером является вера в колдовские способности цыган, в их способность не только предвидеть судьбу, но и оказать влияние на судьбу других людей.

Ш. Ференци в 1927 г. связал веру человека во всемогущество своей мысли с его нарциссизмом: пока человек любит себя, утверждал Ференци, он будет сохранять иллюзию своего всемогущества. В мании он использует себя как объект любви, а в меланхолии – как объект, которого ненавидит. В обоих случаях отсутствует четкое осознание границ своего могущества. Еще раньше Ференци указал на то, что навязчивые мысли заменяют исполнение желаний. Это есть регрессия к тем годам жизни, когда за желанием сразу же последовало удовлетворяющее его действие.

#### **§ 4. Номадизм и этническая регрессия**

Номадизм (от франц. *nomade* – кочевник, номадизм – кочевничество, склонность к частому изменению места жительства) – частный случай более общей адаптивной стратегии ухода или бегства от неприятной реальности, способной вызывать у индивидов или групп фрустрацию и стресс. Индивидуальный номадизм – это сложная форма поведения, имеющая ряд мотивов и механизмов. Одной из причин появления у человека номадических тенденций – это ослабление идентификации со своим этносом и родиной, отчуждение от них, иногда вплоть до переживания к ним враждебных чувств. У тех этнофоров, кто без серьезных внешних причин проявляют номадизм, мы можем предположить слабость первичных импринтингов и этнической социализации, т. е. шаткость психологических основ патриотизма.

Регрессия к номадизму возможна по той причине, что в прошлом он был образом жизни многих, если не всех, народов. Поскольку филогенетическая память человека и народов – реальность, то можно предположить, что кочевники имеют память о своей этногенетической родине, имеют этнопсихологические исторические фиксации, к которым могут регрессировать<sup>221</sup>.

Итак, механизм психической регрессии участвует в процессах этнической психологической самозащиты. Причем этническая регрессия, как мы уже показали в вышеупомянутых трудах, имеет комплексный характер, бывает добровольным или вынужденным и т. п.

---

<sup>221</sup> О филогенетической регрессии много лет назад автор настоящих строк написал в другой книге: Налчаджян А. А. Социально-психическая адаптация личности. Ереван: Изд-во АН Армении, 1988, с. 118–120; об этнической регрессии и номадизма см.: Налчаджян А. А. Этнопсихологическая самозащита и агрессия. Ереван: «Огебан», 2000, с. 167–172.

## Глава 25. Воображение, фантазия и психологическая самозащита личности

### § 1. Проблема и общий подход

А. Проблема. – Воображение имеет в жизни человека целый ряд важных функций, в числе которых функция психологической защиты. Как только человек оказывается в фрустрирующей ситуации, у него начинается активизация процессов воображения. Уровень активности воображения зависит от фрустратора, его силы, уровня интенсивности фрустрированности личности и от ряда других факторов.

Поскольку фрустрация чаще всего имеет характер блокады целенаправленной деятельности личности, воображение выступает для символического («воображаемого») удовлетворения неудовлетворенных потребностей личности, достижения целей в фантастических образах. Ни одна из других многочисленных защитных механизмов личности в точности такой роли не играет. Мы уже знаем, что как логическое, так и псевдологическое мышление также в условиях фрустрации могут играть защитную роль, в частности, в виде интеллектуализации и рационализации. Однако воображение и фантазия в качестве защитного механизма имеют ту особенность, что образы фантазии являются заместителями самого завершения заблокированных действий<sup>222</sup>. В то время как образы, используемые в процессе рефлексивного мышления, играют роль лишь интеллектуальных орудий для решения той или иной задачи, образ играющей защитную роль фантазии выступает, скорее всего, в качестве цели. В своих фантазиях индивид получает «возможность» управлять всеми существенными условиями действия и, следовательно, достигнуть любых результатов, невозможных в реальной жизни.

«Хотя такая деятельность и осуждается иногда как ненормальность, она, по-видимому, универсальна и становится патологической только тогда, когда мечтатель не может более различать мир своих грез и мир, относительно которого существует согласие»<sup>223</sup>. Воображение играет роль своеобразного психологического лекарства, но это лечебное средство и по форме, и по целям значительно отличается от мышления, играющего роль рационализации.

Фантазии человека играют защитную роль и по той причине, что многое, что в них происходит, при действительной реализации породило бы неприятные чувства. Но в самой фантазии, т. е. в процессе чистой психической реализации, они приносят радость как создателю, так и зрителям, читателям и слушателям (если они каким-то образом объективируются). Отсюда можно заключить, что человек имел соответствующие потребности, которые, по-видимому, конфликтовали с другими его потребностями и целями, а также с моральными нормами общества.

Б. Фантазии, их мотивация и характерные черты (по Фрейду). – З. Фрейд считал фантазии заменой и продолжением детской игры, ставшими важной стороной психической активности взрослых. От игры фантазии отличаются, по его мнению, оторванностью от реальных предметов<sup>224</sup>.

Фантазируют все, хотя и в различной степени. Причем все стремятся скрывать свои фантазии, часто стыдятся их. Поэтому фантазии исследовать намного труднее, чем исследование

---

<sup>222</sup> См.: Шибутани Т. Социальная психология. М.: «Прогресс», 1969, с. 75.

<sup>223</sup> Шибутани Т., указ. соч., с. 75.

<sup>224</sup> См.: Freud S. *The Relation of the Poet to Day-Dreaming*. – In: «On Creativity and the Unconscious. Papers on the Psychology of Art, Literature, Love, Religion», by Sigmund Freud. Ed. by Benjamin Nelson. New York, 1965, pp. 44–54.

игровой активности. Человек может признаваться во всех своих ошибочных действиях, но воздержаться от раскрытия мира своих фантазий.

Каковы мотивы игры и фантазий? Фрейд считал, что основным мотивом детской игры является желание быть взрослым, но дети обычно скрывают это желание. Взрослый же знает, что от него ждут не игры или фантазии, а реальных поступков и деятельности. Но некоторые желания взрослых, которые вызывают фантазии, держатся ими в глубокой тайне. Многие стыдятся своих фантазий, поскольку считают их детскими и неприемлемыми.

Однако есть одна категория лиц, которая, согласно Фрейду, чувствует необходимость в том, чтобы давать отчет о том, что их радует или огорчает. Это невротики, которые сообщают врачам, кроме всего остального, также свои фантазии, надеясь получить помощь и улучшить свое состояние.

Фрейд отметил следующие характерные особенности фантазий: 1) счастливые люди не фантазируют, фантазирование характерно тем, кто чувствует себя несчастным, неудовлетворенным. Неудовлетворенные желания являются импульсами, мотивами фантазирования. Каждая отдельная фантазия представляет собой удовлетворение желания и улучшение неудовлетворительной реальности. Эти желания, как мотивы, различны у лиц различных полов, характеров и в зависимости от условий жизни каждого. 2) Фрейд разделил все фантазии на две группы: а) честолюбивые фантазии, которые служат возвеличению собственной личности; б) эротические фантазии. У молодых женщин преобладают эротические фантазии, так как их честолюбивые мечты обычно совпадают с эротическими желаниями. У молодых мужчин, наряду с эротическими желаниями, в полной мере представлены также честолюбивые стремления. 3) Однако эти две тенденции (честолюбие и эротизм) обычно выступают объединенно, и в концепции защитной фантазии Фрейда акцентируется именно данное обстоятельство. В фантазиях мужчин присутствуют всегда образы женщин, к ногам которых они бросают плоды своих воображаемых побед. 4) Именно по этим причинам и скрывают люди свои фантазии: в современных обществах женщине не положено выставлять чрезмерную сексуальность, а мужчина должен умерить свои стремления, поскольку живет в таком мире, в котором каждый желает занять определенное место. 5) Изменения впечатлений жизни приводят к изменениям фантазий человека. Каждая фантазия данного отрезка жизни связана с актуальными наиболее сильными впечатлениями, воспроизводит воспоминания прошлого (достигая до младенческого возраста) и порождают картины будущих ситуаций, в которых успешно удовлетворяются желания человека. *Именно это последнее и является фантазией в собственном смысле слова.* Таким образом, желание устанавливает связь между прошлым, настоящим и будущим.

Фрейд на примерах показал, что в фантазиях каждое новое реальное событие используется для построения образов желаемых ситуаций будущего.

Дальнейшие исследования позволили еще больше дифференцировать подвиды защитных фантазий. Поскольку в фантазиях человека главным героем является он сам, то интересно посмотреть, какие разновидности подобных героических ролей воображаются. По мнению немецкого исследователя Люкерта, в фантазиях подростков и юношей они выступают в ролях побеждающих героев, великих страдальцев, спасителей, сверхчеловека и т. п.

## § 2. Патологизация личности

Наконец, Фрейд отметил, что когда фантазии становятся чересчур буйными и сверхсильными, то тем самым создаются необходимые условия для развития неврозов и психозов. Фрейд считал такие фантазии первым внутриспихическим этапом образования симптомов болезни. Широкая боковая дорога ведет отсюда к патологии.

Действительно, поскольку фрустрации усиливают работу воображения и порождают богатые фантазии, то основной причиной психических заболеваний следует считать перманентную фрустрированность.

Одним из патологических последствий систематического использования защитных фантазий является *деперсонализация*. Здесь деперсонализация понимается не в узком психопатологическом смысле. Она имеет место и у нормальных людей в повседневной жизни как психический процесс, способствующий защите личности и ее самооценки.

В то время как при использовании механизма дереализации искажается образ внешнего мира, при деперсонализации искажается восприятие собственной личности. В первом случае акцент падает на объект, во втором – на субъект. Но цель в обоих случаях одна, а именно: психологическая защита от фрустраторов.

### § 3. Отрицание реальности и защитные фантазии

Использование фантазий является средством отрицания неприятной реальности. Поэтому нельзя думать, что механизм отрицания реальности имеет «голую» рациональную форму. Он может осуществляться с помощью других защитных средств – фантазий, рационализаций и т. п. Роль фантазии здесь состоит в том, что, создавая замещающие образы, человек облегчает забывание реальности или ее отрицание. Очевидно, что если нет никакой замены, то отрицать одну-единственную реальность труднее, а иногда просто невозможно. (В дальнейшем целесообразно расширить рассмотрение взаимосвязей фантазии и отрицания реальности).

При этом остаются нерешенными два важных вопроса теории фрустрации и психологической защиты: 1) какие изменения происходят в психике ребенка, вследствие которых он перестает широко пользоваться защитными фантазиями? 2) Какие изменения наступают у заболевшего психозом взрослого человека, что он опять начинает использовать фантазии в качестве одного из главных средств получения удовольствия? Эти проблемы уже почти намечаются у Анны Фрейд<sup>225</sup>. Но мы думаем, что в настоящее время эти вопросы следует обсуждать с привлечением достижений психологии возрастного развития и психопатологии.

Поскольку некоторую защитную роль фантазии фрустрированной личности играют всегда, то подлежат рассмотрению также следующие вопросы: 1) каково оптимальное количество этих защитных фантазий в различные возрастные периоды? 2) не следует ли при решении проблемы психической зрелости выделить особый критерий зрелых фантазий. (Эту проблему мы по существу поставили в более широком плане, когда выдвинули критерии непатологичности защитных механизмов).

А. Фрейд справедливо замечает, что у взрослых имеется удивительная готовность на основе механизма фантазии следить за детьми. Ребенок получает большое удовольствие, когда взрослый участвует в таком отрицании реальности (*Verleugnung*). Взрослые на каждом шагу говорят ребенку, что он «большой и сильный как отец», «стройная, как мать» и т. д. Все это приятно детям. Каждый новый подарок дает повод детям для фантазий. Например, когда девочке дают маленький зонтик, она начинает воображать себя «дамой». Военная фуражка дает повод мальчику считать себя офицером. Куклы помогают воображать себя мамами и папами. Во всех подобных случаях осуществляется отход от реальности. А. Фрейд справедливо замечает, что здесь от изучения защитных механизмов путь ведет к изучению причин и условий детских игр. (Действительно, предстоит специально исследовать роль защитных механизмов в подготовке игровой деятельности, а также их роль в составе такой деятельности).

---

<sup>225</sup> См.: Freud A. *Das Ich und die Abwehrmechanismen*, p. 96; Фрейд А. *Эго и механизмы защиты*. – В сб.: *Теория и практика детского психоанализа*. Москва: «Апрель-Пресс», 1999, с. 115–244.

## § 4. Детские фантазии и начало сознательного обмана

Анализируя случай одной девочки, А. Фрейд показывает, как защитные механизмы порождают склонность ко лжи и обману. Она исходит из психоаналитической концепции о зависти маленьких девочек к братьям за то, что у них имеется пенис, который у девочек отсутствует. У этой девочки родилась тенденция отрицать данный факт. В результате этого она начала разными способами показывать, будто имеет пенис. А на основе такого отрицания реальности у нее появилась устойчивая тенденция обманывать своих братьев и сестер, а также взрослых. Она часто выкрикивала, например, такие слова: «Идите, посмотрите, как много яиц сразу снесли курицы!». А там, в действительности, ничего не было<sup>226</sup>.

Подобные словесные отрицания реальности, по-видимому, если не полностью, то частично сводятся к рационализациям. Не от того ли начинаются рационализации, что ребенок в первый раз в жизни говорит неправду? Это может быть результатом подражания взрослым, но трудные ситуации жизни сами по себе, слабость ребенка и всевозможные неудачи создают полное психологическое основание для возникновения ассоциаций.

Специалисты, работающие в области возрастной психологии, хорошо знакомы с детскими фантазиями. Фантазии дошкольников – это не просто попытки ухода от неприятной реальности, но и воображение себя участниками всевозможных событий, причем таких, каких никогда и не было. Эти воображаемые события нельзя считать ложью в обычном смысле слова, предназначенную для обмана людей. Это скорее самообман, исходящий из защитных мотивов. Подобные выдумки позволяют детям чувствовать себя положительными людьми, преодолеть чувство собственной неполноценности.

Анимизм и магическое мышление занимают значительное место в детских фантазиях. В них различные неодушевленные предметы приобретают способность говорить и оказывать воздействие на людей. Они обладают психической силой, которая пугает ребенка. Такие воображаемые персонажи дневных грез иногда вызывают патологические формы поведения. Когда подобные явления имеют место в грезах и сновидениях взрослых людей, мы называем их регрессией к более простому уровню умственной активности. (См. в разделе «Психическая регрессия»). Однако у детей эти формы познавательной активности вполне естественны. Подобными, по-видимому, были также познавательные процессы древних людей.

*Ролевая игра и фантазии.* – Многие фантастические процессы защитного и незащитного характера у детей связаны с воображаемым исполнением ролей взрослых людей – военных, пожарных и летчиков, космонавтов, врачей, учителей и т. п. Причем ребенок поочередно может воображать себя в качестве исполнителя двух или большего числа ролей, особенно в том случае, когда эти роли взаимно сопряжены так, что одна без другой теряет смысл (например, учитель – ученик, врач – больной, и т. п.). Мы полагаем, что исследование подобных процессов воображения представляет особый интерес для понимания процессов социализации детей. И здесь мы видим работу закона сопряженного возникновения и развития двух психических явлений – двух ролей и тех компонентов (ожиданий, умений и т. п.), которые необходимы для их успешного исполнения в реальной социальной жизни.

Уже в этих фантазиях детей можно наблюдать некоторые различия процессов социализации мальчиков и девочек. Девочки начинают воображать себя играющими женские роли (например, мамы, медсестры и т. п.), а мальчики – мужские роли, типичные для того общества, в котором они живут. Но дети могут в своих фантазиях изменить эти роли, обогащая их новым содержанием. Здесь мы видим зачатки работы творческого воображения. Причем в этом процессе ребенок дополняет свой запас реальных впечатлений вымышленными образами, достраи-

---

<sup>226</sup> Freud A., *op. cit.*, S. 101–102.

вает свою картину мира. Можно предположить, что эта тенденция также имеет защитно-адаптивную мотивацию и удовлетворяет потребность в знаниях и понимании окружающего мира.

Воображение и фантазия, безусловно, участвуют и в процессе конструирования различных блоков самосознания личности ребенка, в том числе реального Я и идеального Я. Фантазируя о том, кем бы хотел стать в будущем, ребенок тем самым создает свой собственный психический образ будущего, свой идеал. Причем, как и другие образы воображения, некоторые аспекты идеального Я время от времени могут представляться ребенку уже реализованными. Желаемое выдается за реальное, а в процессе общения с другими оно принимает вид «бескорыстной лжи». Это детский способ самоутверждения, которая встречается также у тех взрослых, которые не достигли удовлетворительного уровня психической зрелости. Одним из аспектов (критериев) психической зрелости является реализм, реалистический взгляд на мир и на себя. Для развития реализма детей полезно помогать им реализовать свои образы воображения в виде предметных действий и различных ценностей.

Поскольку тенденция к таким фантазиям имеет защитный характер и, следовательно, является следствием *первичной фрустрации*, то подавление процесса такого фантазирования (борьба взрослых против детской лжи) может привести к *вторичной фрустрации*. Дети, переживая подобное отрицательное отношение взрослых к своим фантазиям, не перестают фантазировать и изолируются. Это приводит к их еще большему отрыву от объективной реальности, что отражается также в их фантазиях. Одерживая победы в своем воображаемом мире, ребенок избегает реальных ситуаций, не желает принимать на себя подлинные социальные роли, поскольку боится новых ущемлений и лишений, краха своих иллюзий. Так формируются мечтатели, у которых преобладает пассивное воображение.

*Символизация в детских фантазиях.* – Как в детских сновидениях, так и в фантазиях, уже наблюдаются простые символы. В фантазиях могут символизироваться как желания детей, так и формирующиеся у них понятия добра и зла, справедливости и несправедливости, одиночества, дружбы и т. д. Эти символы имеют характер конкретных образов. Символизируются образы родителей и отношения с ними и т. п.

## § 5. Психическая самозащита личности в сновидениях

При дневных фантазиях, в отличие от сновидений, индивид осознает ту ситуацию, в которой находится, однако определенная степень отчуждения (отхода) от внешнего мира уже имеется. Мечтающий погружается в себя. Хотя мотивация и в сновидениях, и в дневных грезах одинакова, в дневных фантазиях обычно нет или мало алогичности образов, хотя нередко наблюдаются преувеличения. Осуществление желаний в них четко видно. Ситуации, в которых ослабляется четкость восприятий, способствуют появлению фантазий (темнота, физическая усталость, однообразный ритмический шум – плеск волн, стук колес поезда, тихая музыка, длинные и скучные речи). Дневные фантазии чаще всего наблюдаются у пассивных аутистов, и у аффективно лабильных индивидов.

Уже Фрейд отмечал, что ночные наши сновидения также являются фантазиями. Разница в том, что в сновидениях выражаются и те желания, которые в дневных фантазиях мы скрываем от самих себя, вытесняем из сферы сознания. Такие вытесненные желания и их дериваты выражаются только в полностью или частично замаскированном виде.

Поскольку науке удалось обнаружить искажения в сновидениях, то стало ясно, что и они являются такими же исполнениями желаний, как и дневные фантазии. Однако возникает следующий частный вопрос: можно ли считать такие механизмы образования сновидений, как сгущение и перемещение, специфическими защитными механизмами? Какие формы они при-

нимают на уровне сознания, в частности, в структуре речи? Как они взаимодействуют с другими защитными механизмами и т. п.?<sup>227</sup>

## § 6. Голод и защитно-компенсаторная фантазия

Используя тест тематической апперцепции (ТАТ), американские психологи Дж. Аткинсон и Д. Макклелланд изучили влияние голода на результаты работы воображения испытуемых, так, как они выражаются в историях, составленных по картинкам теста. ТАТ представляет собой группу из 20 картинок, каждая из которых используется испытуемыми в качестве исходного материала для создания рассказа. Эти рассказы подвергаются анализу примерно так же, как анализируются сновидения, т. е. преимущественно психоаналитическим методом. Картинки таковы, что могут интерпретироваться по-разному. Такая свобода интерпретации позволяет испытуемому спонтанно и в значительной мере подсознательно проявлять свою личную мотивацию<sup>228</sup>.

Когда этим методом изучают рассказы голодного человека, то мотивация заранее известна. Вопрос состоит в том, чтобы выяснить меру и формы выражения этой мотивации в рассказах на основе картинок.

Испытуемыми были военные моряки. К моменту тестирования одна группа испытуемых «голодала» всего только один час; вторую группу оставили без пищи 4 часа и ее члены ждали обеда; третья группа осталась голодной всю ночь, пропустила утренний завтрак и ждала ленча, т. е. в общей сложности подверглась 16-часовой депривации. Подобное неопределенное положение с принятием пищи было создано таким образом, чтобы испытуемые не замечали его связь с тестированием творческого воображения. Испытуемые писали рассказы на основе восьми картинок; некоторые из них были взяты из ТАТ, а другие были изобретены для данного эксперимента. По содержанию часть картинок не имела явной связи с пищей, а остальные явно включали образ пищи.

Рассказы были классифицированы по разным категориям. Одна была названа «food related imagery» и имела то или иное отношение к пищевым продуктам и их приятию. Другая была названа «food deprivation theme»: это были рассказы, центральной темой которых было лишение пищи. Третья была названа «need food»: это были рассказы, в которых кто-либо прямо говорил, что нуждается в пище. Всего было более десяти таких категорий, и по каждой из них составлялись группы рассказов.

При переходе от менее голодавших к более голодавшим не было заметно увеличения числа образов, связанных с пищей. Не подтвердилось предположение, будто с увеличением количества часов голодания должно наблюдаться прямо пропорциональное увеличение образов и мыслей о голоде и еде. Однако по некоторым другим категориям было заметно увеличение. Особенно увеличился процент темы о лишении пищи, число лиц (действующих лиц рассказов), выражающих потребность в пище, а также форм активности, успешно преодолевающих депривацию.

Таким образом, по некоторым измерениям содержания рассказов представляются отвечающими (респонсивными) силе мотива. Приписывая каждой из этих респонсивных категорий ценности +1 или +2, создавалась возможность приписать каждому рассказу комплексное число (показатель) по «потребности в пище», через эти истории – испытуемым (их авторам), а через испытуемых – трем их группам. Средние показатели для групп значительно преуве-

---

<sup>227</sup> Более подробно защитные функции сновидений обсуждаются в нашей монографии: Налчаджян А. А. *Ночная жизнь*. СПб.: «Питер», 2004.

<sup>228</sup> См.: Atkinson J. W. and McClelland D.C. *The projective expression of needs. II. The effect of different intensities of the hunger drive on thematic apperception.* – «*Journal of exper. Psychology*», 1948, 38, pp. 405–410; см. также: Макклелланд Д. *Мотивация человека*. Москва, СПб.: «Питер», 2007.

личивались по мере увеличения периода депривации. Зная числовой показатель отдельного индивида, можно довольно точно догадаться о том, к какой группе он принадлежит. Таким образом, предварительно известную информацию об уровне голодания повторно можно было открыть в проективных рассказах ТАТ. Голод так же заметен в потоке воображения, как и в потоке крови<sup>229</sup>.

Фантазии голодающих исследованы также в естественных условиях их жизни. Например, у заключенных, у которых имеет место почти хроническая депривация пищевой и сексуальной потребностей, фантазии главным образом связаны с этими потребностями. У голодного заключенного образ буханки хлеба порой становится таким ярким, что у него появляется желание руками схватить ее. (Нетрудно привести примеры из литературы, в которой описывается тюремная жизнь).

## § 7. Вербальное воображение и художественная одаренность

*Вербальное (речевое) воображение* также может служить в качестве защитного механизма. Однако, в отличие от образного воображения, оно экстериоризируется, становится доступным внешнему контролю, поэтому имеет свои особенности. Одним из задач состоит в том, чтобы раскрыть связи рационализации с вербальным защитным воображением, этих двух защитных механизмов и процессов. Для этого можно исследовать вербальные фантазии детей. При этом следует иметь в виду, что вербальные фантазии часто выражаются в поступках, которые оцениваются окружающими людьми не с учетом внутриспсихических условий защиты личности, а с точки зрения соответствия или несоответствия социальным нормам. Поэтому некоторые действия могут считаться симптомами, в то время как они по существу не выражают ничего болезненного.

Например, ребенок даже в постели не расстается с военной фуражкой, которая служит ему средством воображать себя военным и героем. Он старается иметь ее на голове всегда и везде. Такая привязанность может считаться чудачеством, в то время как она является нормальным выражением защитной фантазии и психического развития.

Поскольку вербальное выражение фантазий встречает критику взрослых, даже их сатирические замечания, то ребенок может постепенно подавлять желание высказаться о самых интимных, личных вопросах. Структура и содержание его внешней речи меняются (как говорится, «социализируются»), но это не всегда является признаком того, что образные и вербальные фантазии, как внутриспсихические формы защиты и компенсации, прекратили свое существование. Они сохраняются и у взрослых, но используются только изредка и не всегда принимаются всерьез.

Можно полагать, что те индивиды, которые сохраняют свою способность к серьезному отношению к своим фантазиям, как к ценностям, культивируют их, сознательно формируют, наслаждаются ими и, наконец, объективируют в речи, картинках, музыке и т. п., являются поэтически (художественно) одаренными людьми. Эта их способность может сохраниться по многим причинам, в том числе следующим:

а) в результате необыкновенной одаренности, превосходящей некий средний уровень способности к фантазированию (это само по себе тайна: что такое одаренность, наследственный талант или гениальность, но без такого предположения в настоящее время невозможно обойтись);

б) вследствие того, что внешнее давление социальной среды было таким, что, подавляя внешние выражения фантазий, не повредила самим порождающим их механизмам; в) социализация ребенка шла так, что фантазии для него и в последующей жизни продолжали быть

---

<sup>229</sup> См.: Brown R. *Social Psychology*. New York, 1966, pp. 428–429.



высокой ценностью, хотя начали разворачиваться в связи с другими задачами и в других сферах активности. (Поэтому генераторы идей всегда в той или иной мере непрактичны).

г) Сохранению и развитию художественных способностей благоприятствует все то, что не приводит к преждевременному образованию в психике личности строгих ценностных ориентаций на практику, на полезное, т. е. прагматических установок;

д) сохранение уверенности в своих силах, т. е. мотивации способного, даже «великого» человека, является важным условием творчества. (Это ярко показали гипнотические опыты Орне, Райкова и других гипнологов).

Углубленное исследование каждого из этих условий поможет продвинуть вперед дело раскрытия социально-психологических и индивидуальных условий развития творческих способностей.

## Глава 26. Еще несколько механизмов внутренней защиты

В настоящей главе мы вкратце рассмотрим остальные защитные механизмы, преобладающая направленность которых – внутренняя самозащита личности.

### § 1. Негация

Под *негацией* (negation) или просто *отрицанием* в психоанализе понимают дериват подавленного желания, который вербализуется и проникает в сознание, но с условием, что стал безвредным. При этом объявляется, что неверно то, что говорится. «Неверно, будто я ненавижу своего отца», – вот типичный пример (лингвистическое выражение) этого механизма.

Подобное возвращение в сферу сознания вытесненного и подавленного материала имеет место по еще не совсем понятным причинам. Психоаналитики же предполагают, что негация имеет место по той причине, что первичная и вторичная процессы подавления не достигают цели. Следовательно, негация принадлежит ко второй линии защиты. Отсюда психоаналитики приходят к выводу, что бессознательное можно узнать по такого рода негативным высказываниям. (Можно предложить такое объяснение: это имеет место благодаря амбивалентному отношению к объекту).

Здесь можно выдвинуть еще одну важную с нашей точки зрения идею, которая поможет развитию психолингвистики, в частности – этнопсихолингвистики. Мы утверждаем, что в ходе умственного развития народа возникающие защитные механизмы постепенно получали различные лингвистические формы выражения, в результате чего в каждом языке образовался особый психозащитный слой. Это открывает путь к исследованию языка со специфической точки зрения.

Как заметил З. Фрейд (1925), защитный механизм негации является хорошей иллюстрацией того, что в бессознательном не существует слова «нет». В качестве иллюстрации такому утверждению он приводит следующий пример: пациент (по специальности – редактор), которого спрашивали об одной из представленных в редакцию книг, ответил: «Я не завидую автору, который написал эту книгу». Когда его внимание обратили на то, что его спрашивают не о его чувствах, а о профессиональных качествах книги, он раздраженно ответил, что уже много лет хочет написать книгу по этой же теме. Его ответ психоаналитики истолковывают как выражение бессознательной зависти<sup>230</sup>.

### § 2. Обращение на собственную личность

Обращение желания на собственную личность (Turning Round upon the Subject's Own Self) – это защитный процесс, в котором желание перенаправлено на собственную личность вместо того, чтобы быть направленным на объект инстинктивного желания. В 1915 году Фрейд высказал мысль о том, что такое обращение есть опосредствующая стадия в процессе изменения желания, имеющего активную цель, в такое желание, цель которого пассивна. Как заметил Фрейд, превращение оказывает влияние только на содержание, в результате чего позитивное желание заменяется агрессивным желанием, например, любовь превращается в ненависть. Но мы знаем, что подобное превращение – «дело рук» механизма формирования обратной реакции. Поэтому следует выяснить связь этого механизма с механизмом обращения желания на собственную личность. Другой пример, приводимый психоаналитиками: субъект, который не может выступить перед публикой, боится, что слушатели могут смеяться над ним. Считается,

---

<sup>230</sup> См.: Freud S. «Negation». SE, 19; 1961, pp. 237–239; Penrose L. Some Psychoanalytical Notes on Negation». Int. Psy., 8, 1927.

что здесь бессознательное эксгибиционистское желание «Я хочу быть осмеянным» превратилось в инспекционистское желание «Я хочу посмотреть, как другие смеются»<sup>231</sup>.

Рассматриваемый механизм является одной из форм превращения инстинкта и используется для защиты от инстинкта. Примерами могут служить две пары противоположных явлений: садизм – мазохизм, скопофилия – эксгибиционизм. Если считать мазохизм противоположностью садизма, а эксгибиционизм – скопофилического разглядывания за собственным телом, то нетрудно видеть, что в обоих случаях имеет место обращение желания на собственную личность.

З. Фрейд заметил, что желание унижать и причинять боль вначале возникает на мазохистической стадии. Только тогда, когда мазохист превращается в садиста, его цель включает не только контроль, но и унижение. (Считается, что, идентифицируясь с униженным объектом, садист удовлетворяет свои бессознательные мазохистические желания).

Превращение скопофилического компонента инстинкта в психоанализе описывается следующим образом: вначале ребенок смотрит на внешний объект, затем смотрит на себя, а после этого у него развивается желание стать объектом наблюдения для других.

Однако последователи Фрейда попытались внести изменения в эти представления. Так, Эйделберг (1948) утверждал, что превращения инстинкта и невротические защитные механизмы – это разные явления. По его мнению, превращения инстинктов направлены на внешний мир и нацелены на будущее, в то время как защитные механизмы направлены на прошлое и на внутренний мир. Превращения инстинктов сознательны или могут осознаваться, в то время как невротические защитные механизмы бессознательны. Превращения инстинктов пластичны и приспособливают человека к новым ситуациям, тогда как невротические защитные механизмы ригидны. Инстинкты подвергаются изменениям под воздействием внешних факторов.

### § 3. Избегание

*Избегание (avoidance)* – один из самых простых и универсальных защитных механизмов личности. Оно состоит в том, что человек стремится не иметь встреч с неприятными и опасными ситуациями. Но каким образом выбираются такие ситуации? В соответствии с психоаналитическими воззрениями, это те ситуации, в которых у личности активизировались и узнавались (осознавались) бы нежелательные, ныне подавленные и вытесненные желания нарциссического характера. Фактически избегая определенных ситуаций, человек избегает искушения. Причем факт избегания, согласно психоаналитикам, не осознается. Так бессознательно субъект как бы элиминирует как объект, так и свою психическую функцию. Как указывала Анна Фрейд, при использовании этого механизма человек, вместо того, чтобы встретиться с ситуацией и только потом вытеснить полученные от нее впечатления, с самого начала избегает ее, отказывается от встречи с ней. (Имея в виду эту особенность избегания можно утверждать, что оно является в большей мере механизмом предварительной, а не актуальной защиты от потенциально неприятных ситуаций).

Все разновидности избегания подлежат более тщательному исследованию, тем более, что, как заметили еще психоаналитики, они связаны с процессом нормального развития самосознания личности<sup>232</sup>.

Те ситуации или формы активности, которых избегают, согласно психоанализу, специфическим образом связаны с бессознательными сексуальными и агрессивными импульсами.

---

<sup>231</sup> См.: Freud S. *Instincts and Their Vicissitudes*. SE, 14, 1957, pp. 129–130; Eidelberg L. *Studies in Psychoanalysis*. IUP, 1948, p. 117.

<sup>232</sup> См.: Hartmann H. *Essays on Ego Psychology*. IUP, 1964; *его же*: *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*. New York, 1958.

Такое последовательное вытеснение и подавление упомянутых влечений приводит к порождению невротических защитных механизмов, а со временем – также невротических черт характера. Подобные симптомы и черты характера свидетельствуют о наличии у личности фиксаций и являются попытками их отрицания. Они (эти симптомы и черты характера) являются компромиссными и вызывают в психике такие конфликты, которые личность не в силах решить. Именно для того, чтобы не осознать подобные конфликты, индивид избегает опасных внешних ситуаций.

Данный механизм четко наблюдается и у детей, и является одним из первых возникающих в онтогенезе механизмов.

## § 4. Деперсонализация

Здесь деперсонализацию мы понимаем не в узком психопатологическом смысле, а в качестве такого явления, которое имеет место и у психически нормальных людей. Появляясь в повседневной жизни, она участвует в защите личности и ее самооценки. Но мы считаем целесообразным различать два вида этого механизма: деперсонализацию собственной личности (и для себя) и деперсонализацию других лиц.

А. Деперсонализация собственной личности. – Когда человек пользуется *дереализацией*, то он искажает образ внешнего мира, а когда он пользуется механизмом *деперсонализации*, то искажает образ собственной личности (конечно, в собственных глазах). В обоих этих случаях цель одна и та же – защита личности от фрустрирующих факторов.

Одним из способов деперсонализации является т. н. *оглушение* (Betäubung), а именно: желая смягчить внутренние конфликты, мы погружаемся в водоворот повседневных событий. Это позволяет нам «отключиться от своего Я». Крайним случаем оглушения является полное забвение человека в своей профессиональной деятельности. Речь идет, по существу, о способах бегства от себя.

Другим способом является почти полная изоляция человека от социальных связей (но это уже другой механизм – эмоциональная изоляция от общества). Такая изоляция может привести к определенной степени деперсонализации. *Но это по существу означает, что деперсонализация является вторым этапом защитной адаптации личности и основывается на первом этапе, который был осуществлен с помощью механизма социальной изоляции.*

Б. Деперсонализация других людей. – Считая других людей такими субъектами, которые лишены человеческих чувств, мотивов, надежд и способностей, человек тем самым осуществляет ряд защитных функций: 1) боясь от непосредственных контактов с другими, он приписывает им нечувствительность и другие отрицательные качества; другие воспринимаются не как полноценные личности, а лишь как исполнители определенных ролей; 2) деперсонализируя других, человек защищает себя от переживания чувства вины, если ему приходилось причинить им вред или боль; 3) чувствуя, что не способен любить, человек защищается от этого неприятного самопознания путем деперсонализации других (утверждая, что он или она «недостойны любви» и т. п.).

Врачи и медсестры часто деперсонализируют своих больных («не обращают внимания» на их чувства и страдания), чтобы лучше, без помех исполнять свои профессиональные роли. Они подавляют свою эмпатию, скрывают свои симпатию или антипатию к ним. Правда, специального исследования требует вопрос о том, к каким последствиям приводит систематическое использование механизма деперсонализации как для ее субъектов, так и для ее объектов? Какие изменения претерпевает структура личности врача от такой длительной практики психологической самозащиты? Вопрос немаловажный.

## § 5. Одно влечение как средство защиты от другого влечения (несколько новых идей)

В психике человека формируются различные отношения «Я» – объект, между которыми иногда возникают конфликты. Если взять одну пару таких связей, то одна связь может выступить в качестве стратегии удовлетворения влечения, а другая – как средство защиты против стремящегося к удовлетворению, влечения. Это означает, что одна из этих связей типа «Я» – объект используется как средство защиты.

О. Кернберг приводит следующее клиническое наблюдение этой формы защиты: пациентка-истеричка переживает мазохистические чувства страдания, воспринимая аналитика как фрустратора и как наказующую инстанцию. Такое отношение ее «Я» к аналитику (объекту) используется как средство защиты против ее же отношения к аналитику, который является для нее объектом сексуальных желаний и фантазий, воспроизводимых эдиповских влечений. Сочетание аффектов сожаления (раскаяния), гнева, жалости к самой себе может отражать ее защитную тенденцию против своей подавляемой сексуальной возбужденности<sup>233</sup>. Но мы думаем, что тут главными защитными механизмами являются вытеснение и подавление.

Итак, одно влечение в виде связи Я-объект<sub>1</sub> может использоваться против другого влечения, выступающего в виде связи Я-объект<sub>2</sub>. Но это, как мы полагаем, обычная и весьма эффективная форма защиты, используемая во все возрастные периоды развития личности. Причем здесь мы видим возможность еще большего углубления проблемы: 1) Во-первых, связи «Я-объект»<sub>1</sub> и «Я-объект»<sub>2</sub> могут быть выражениями одного и того же влечения; 2) во-вторых, могут быть случаи, когда эти связи исходят от различных влечений. Например, связь «Я-объект»<sub>1</sub> может быть выражением сексуального влечения, а связь «Я-объект»<sub>2</sub> – выражением агрессивного влечения. В таком случае агрессивное влечение используется как средство защиты против собственной сексуальности. Эти возможности О. Кернберг и другие психоаналитики, насколько нам известно, не рассмотрели.

У взрослого человека все эти разновидности внутренней психической защиты время от времени реализуются. Так, если субъект – мужчина, а О<sub>1</sub> и О<sub>2</sub> – женщины, к которым он пытается сексуальное чувство, то связь «Я – О<sub>1</sub>» может использоваться для вытеснения и подавления связи «Я – О<sub>2</sub>». Это означает, что само (одно и то же!) влечение как бы расщепляется, и одно его выражение (в виде связи Я – объект) используется против его же второго выражения в виде другой либидинозной связи. Подобный случай Кернберг не рассматривает. Он упомянул только случай использования одного влечения против другого.

Такая психологическая защита изменяет психическое состояние личности; она, в частности, раздробляет аффекты путем, например, изоляции друг от друга их когнитивного, эмоционального, поведенческого и коммуникативного компонентов. Это диссоциация в пользу психологической самозащиты.

В процессе психического развития личности влечение и его выражение в виде аффекта тесно связаны с познавательными процессами (восприятие, память и др.), с коммуникативными и поведенческими аспектами. Так появляются комплексы.

---

<sup>233</sup> См.: Kernberg O., *op. cit.*, p. 11.

## § 6. Экранные воспоминания как средства психологической защиты

Так называемые «экранные воспоминания» («Screen memories»), по-видимому, являются средствами психологической защиты от собственных внутренних конфликтов. Это явление впервые в психологии описал З. Фрейд. Он заметил, что когда какое-либо психическое содержание памяти подавляется, часто в сфере сознания личности появляются крайне яркие (unusually vivid, überdeutlich) зрительные образы соответствующих объектов. Он привел пример из собственной жизни: однажды он никак не мог вспомнить фамилию артиста Синьорелли, но вместо нее в его сознании появился очень яркий образ – автопортрет артиста. Фрейд считал, что таким образом частично выражают, одновременно скрывая от сознания, конфликтующие воспоминания и идеи. Поэтому их и называют иногда «экранными воспоминаниями»<sup>234</sup>.

В дальнейшем и другие психоаналитики заметили, что очень часто вытесненные психические содержания вначале выражаются с помощью образов<sup>235</sup>. Было замечено, что такие образы, появляясь в сфере сознания, оказывают сопротивление выражению идей в словах. (Здесь мы видим еще один феномен, оказывающий влияние на процесс осознания психических содержаний).

Высказано также предположение (с нашей точки зрения – правильное), что экранные образы занимают среднее место между процессами формирования образов и вербализацией («лексическим» выражением) идей, и формирование образов имеет место в процессе перехода в сферу сознания<sup>236</sup>.

Сходную идею автор настоящих строк высказал в ходе изложения своей концепции психологических механизмах интуиции. Но у нас данный вопрос разработан значительно подробнее: мы отличаем эмоциональный и рациональный пороги перехода и другие ступени и тонкости. Правда, о психологической защите в связи с этой концепцией мы тогда еще не говорили<sup>237</sup>.

Психоаналитики заметили, что «экранные» образы являются новым материалом, который появляется в сфере сознания пациентов в процессе анализа. Но пациенты одновременно оказывают сопротивление осознанию этого материала. Исследователи спрашивали своих пациентов: что они находят в своем сознании в те моменты, когда ход вербального выражения мыслей прерывается? Пациенты в таких случаях сообщали, что в своем сознании видели образы<sup>238</sup>. Мы полагаем, что моменты «провала» памяти представляют особый интерес для понимания динамики психической жизни, в частности – процессов защиты и процессов осознания психических содержаний.

Конфликтные содержания психики могут выражаться не только в зрительных, но и в слуховых и других видах образов, которые также могут быть экранными.

Почему конфликтные содержания психики вначале выражаются в образах? Отвечая на этот вопрос, М. Горовиц говорит следующее: формирование образов является более примитивным процессом и большей частью находится под регулирующим влиянием первичных процессов. Образы труднее подавлять и затормаживать, и в них психические содержания легче маскируются с помощью механизмов сгущения, перенесения и символизации. Лексическое представление развивается позже, на основе развития вторичных процессов. После появления

---

<sup>234</sup> См.: Freud S. *The Ego and the Id. Standard Edition (SE)*, 19, 1961; Русский перевод: Я и Оно. В книге: Фрейд З. *Труды разных лет. Кн. 1. Тбилиси: "Мерани", 1991, с. 351–392. См. также в книге: Фрейд З. Толкование сновидений. М., 1913 и др.*

<sup>235</sup> См. в книге: Horowitz M.J. *Image Formation and Cognition. New York, 1978, p. 122.*

<sup>236</sup> См.: Kanzer M. *Image Formation during free association. – «Psychoanal. Quarterly», 27, 1958, p. 465.*

<sup>237</sup> См.: Налчаджян А. А. *Некоторые психологические и философские проблемы интуитивного познания. М.: «Мысль», 1972, гл. 3–4.*

<sup>238</sup> См.: Horowitz M.J., *op. cit.*, pp. 122–123.

в сфере сознания слова получают более ясные значения, в то время как образы более подвижны и легко исчезают из памяти. Образы в большей степени обеспечивают частичное, компенсаторное удовлетворение, поскольку они больше похожи на образы восприятия<sup>239</sup>.

Таким образом, процессы появления образов в сфере сознания находятся под воздействием различных факторов, в том числе мотивов, влечений, защитных тенденций, вторичных процессов, механизмов сгущения, перенесения, символизации и т. п. Причем речь идет о процессах осознания внутренних образов: неожиданных, преднамеренных; тех, которые появляются у пациентов в ходе психотерапии, сновидных и галлюцинаторных.

---

<sup>239</sup> Horowitz M. J., *op. cit.*, p. 124.

## Часть вторая. Механизмы внешней защиты

### Глава 27. Внешние фрустраторы

Для правильного понимания природы специфических защитных механизмов, с помощью которых человек защищается от внешних фрустраторов, мы должны иметь более или менее четкое представление о том, каковы основные (типичные) внешние фрустраторы. Есть такие внешние фрустраторы, которые типичны для всех обществ, есть и специфические для каждого общества – моноэтнического или полиэтнического. Психологи уже попытались раскрыть и описать основные фрустраторы людей, живущих в обществах западного типа. Некоторые из них, по нашему мнению, являются общечеловеческими. Поэтому в настоящей главе мы рассмотрим эти фрустраторы. В последующих главах настоящей части книги рассматриваются основные механизмы и стратегии, которые направляются против внешних фрустраторов.

#### § 1. Основные внешние фрустраторы

Описанием основных внешних фрустрирующих ситуаций для обществ Запада занимались И. Дженис и его коллеги<sup>240</sup>. Они выделяют следующие шесть типичных ситуаций, которые вызывают у человека фрустрацию и связанные с ней неприятные переживания. Это так называемые «реалистические» угрозы.

1) Ситуации, в которых подвергаются фрустрации основные влечения людей. Однако поскольку основных влечений несколько, то уже здесь мы имеем несколько соответствующих типов фрустраторов, последствия и характер защиты против которых не могут быть полностью одинаковыми.

2) Вынужденное разделение от защитника или защитников.

3) Потеря любви, получение отказа от любимого человека.

4) Потеря любимых объектов (предметов) – в широком смысле этого слова. Человек может потерять близкого человека, который умирает; к этой категории относятся долгие разлуки с любимыми людьми и т. п.

5) Угроза физической, телесной целостности.

К этим основным фрустраторам Джэнис и его соавторы добавляют несколько «нереалистических» внешних угроз:

7) Безвредный стимул, который был ассоциирован какой-либо внешней «реалистической» угрозой или уподоблен ей. (Это, конечно, имеет место с помощью механизма условной связи).

8) Безвредная или даже потенциально приятная стимульная ситуация, которая, однако, вызывает у личности внутренний конфликт, поскольку вызывает бессознательные конфликтные фантазии и желания, препятствуя функционированию защитных механизмов. (Хотя Джэнис и соавторы этого не говорят, но здесь, по существу, имеются в виду конфликтные ситуации типа «влечение – отталкивание», описанные еще Куртом Левиным. В таких ситуациях объект для личности является амбивалентным).

9) Препятствия на пути контактов с реальностью.

В подобных ситуациях формы поведения людей занимают широкий спектр – начиная от полюса хорошей адаптации и овладения ситуацией и до противоположного полюса, где человек

---

<sup>240</sup> См.: Janis I. L., Mahl G. F., Kagan J. and Holt R. R. *Personality Dynamics, Development, and Assessment*. Harcourt, New York: Brace and World, 1969, pp. 350–351.



попадает под власть неприятных эмоций и крайней беспомощности. Между этими полюсами происходят процессы психологической защиты<sup>241</sup>.

## § 2. Интимность и потенциальная фрустрация

Человек переживает влияние множества внешних фрустраторов по той причине, что стремится быть в близких отношениях с людьми. Это одно из основных (базальных) человеческих влечений. Любить и быть любимым крайне важно для человека, для его психического здоровья. Без этого условия не может быть удовлетворенностью жизнью. Однако установление близких отношений одновременно содержит потенциальную угрозу потери, ухода любимого социального объекта.

Привязанность всегда содержит потенциальную угрозу потери и изоляции. Если посмотреть внимательно, то значительная часть внешних фрустраторов имеет именно такой характер: реальная потеря или угроза потери любимого предмета, ценности.

Но когда в юношеские годы, предвидя, что потери вероятны или неизбежны, молодые люди избегают установления близких отношений, способность установления подобных отношений остается неразвитой. Возникает вероятность социальной изоляции личности. Такие одинокие люди могут оставлять впечатление сильных, удовлетворенных и довольных собой личностей; даже самим себе они могут представляться такими (у них, следовательно, специфическая Я-концепция), но во многих случаях это лишь обманчивое представление. Такое *защитное бегство* от близости и любви приносит с собой новые проблемы и потери, новые неприятные переживания.

Поверхностное общение в различных кругах никак не может заменить истинную интимность. Это обманчивые средства, с помощью которых защитное одиночество лишь маскируется. Даже в семейных отношениях многие одиноки. Между супругами подлинная близость может отсутствовать, в психологическом отношении они могут быть чужими друг для друга людьми.

## § 3. Основные механизмы внешней самозащиты

Прежде чем перейти к подробному рассмотрению основных механизмов, комплексов и стратегий внешней защиты, полезно перечислить их, иметь об этой группе важных психологических средств общее представление.

В первую очередь следует говорить об общей стратегии бегства или ухода. Мы уже знаем, что основными стратегиями защиты являются следующие три: уход (бегство) из фрустрирующей проблемной ситуации; активное «нападение» на фрустратор с целью его преодоления; и, наконец, третий: приспособление к фрустрирующей ситуации, когда обе предыдущие стратегии невозможно применить или когда они себя не оправдывают.

Стратегию бегства ниже мы рассмотрим чуть более подробно. Но отметим, что при наличии внешних угроз кроме перечисленных выше типов используются следующие более специфические защитные механизмы: перцептивная защита; отрицание уже совершенного действия; механизмы самовоспрепятствования, дереализация, идентификация и важнейший механизм отрицания реальности. Некоторые из них так широко распространены и так важны в психической жизни людей, что им мы посвящаем отдельные главы. Но о бегстве мы поговорим уже здесь и весьма кратко, поскольку его специфические формы «затрагиваются» в последующих главах.

---

<sup>241</sup> Дженнс И. и др., указ. соч., с. 351.

## § 4. Бегство или простое избегание

Когда появляется внешний фрустратор и человек начинает переживать неприятность, он непроизвольно уходит, избегает его. Например, когда внешний предмет вызывает боль, человек отдергивает руку. Это непроизвольная защитная реакция. Человек может не просто отодвинуться от подобных раздражителей: он может покинуть неприятную ситуацию. Все подобные реакции ухода имеют одну общую функцию: уменьшить неприятность и боль.

Но не от всех фрустраторов возможно уйти. Например, если индивид потерял близкого человека, то он страдает и долгое время не может избавляться от такого состояния. Примерно таково его состояние и в том случае, когда любимый человек находится далеко. Страдающий человек не может уйти от самого себя. Поскольку стратегия ухода не помогает, то в таких ситуациях человек должен пользоваться другими защитными механизмами.

Стратегия ухода может применяться с помощью различных действий. Это сравнительно простая стратегия, поэтому она чаще всего наблюдается у детей и у животных. Переживая страх перед чем-либо, ребенок непроизвольно выбирает данную защитную стратегию и бежит в более безопасное место, например, к родителю. Это бегство в прямом смысле слова: оно наблюдается и у взрослых, например во время военных действий: мировая история полна описаний бегства войск с полей сражений. Уходящий, бегущий от угрожающих условий человек ищет более безопасного места, такое, где его страх может смягчиться и даже исчезнуть.

Развивающийся ребенок постепенно учится также предвидеть те неприятные ситуации, которые таят угрозу и вызывают страх; он пытается избегать их или предотвращать их наступление. Поскольку он знает, что в отсутствие матери переживет страх, то будет цепляться за нее и просить, чтобы она не ушла или взяла его с собой.

В жизни взрослых также возникают многие неприятные ситуации, в которых они не хотят оставаться. Например, в организации, в которой работает человек, может создаваться неприятная, постоянно фрустрирующая его ситуация. Поэтому он уходит в такой коллектив, в котором к нему относятся более благосклонно.

Специфическим видом бегства можно считать феномен *бегства от свободы*, который исследовал Эрих Фромм. О нем впервые Фромм написал еще в 1941 году. Этот мыслитель выделяет две формы свободы: позитивную и негативную (неприятную, такую, которая вызывает у человека тревогу и страх). Речь идет о бегстве от негативной свободы, той ситуации, когда человек психологически одинок, имеет свободу действий, но не желает пользоваться этой свободой. Он чувствует себя одиноким и покинутым. В подобных ситуациях люди переживают специфическую экзистенциальную фрустрацию<sup>242</sup>.

---

<sup>242</sup> См. Fromm E. *Escape from Freedom*..

## Глава 28. Общая характеристика проекции

### § 1. Общая характеристика проекции

*Проекция* – один из самых часто используемых защитных механизмов. Она чревата многими последствиями, в том числе патологическими. Поэтому доскональное исследование всех разновидностей, аспектов и функций проекции – важная задача психологии.

Во многих ситуациях, переживая фрустрации из-за неудач, человек переживает тревогу, «угрызения совести», чувствует себя виновным в собственных неудачах. Эти неприятные, порою невыносимые чувства особенно сильны в том случае, когда индивид чувствует или четко осознает, что его неудачи обусловлены недостатками своего характера, недостаточностью знаний и умений и т. п. Нередко чувство вины у человека возникает в результате того, что он сам создает для себя проблемные ситуации, в которых переживает фрустрацию.

Чувство вины у человека появляется и в том случае, когда он, под внешним давлением или из-за слабоволия, отказывается от своих моральных принципов, убеждений, ценностей, предает своему «Я», действует наперекор своим идеальным представлениям о себе. Наконец, подобные неприятные чувства у человека появляются тогда, когда, вызывая фрустрации других людей, сам тоже фрустрируется. (Например, оскорбляя ненароком другого, человек может переживать мучительное чувство вины). Подобные переживания часто бывают враждебными.

Подобные переживания являются психологическим условием, предпосылкой активизации механизма проекции, которая состоит в следующем: стремясь преодолеть подобные переживания, т. е. психологически защищать себя, человек преимущественно подсознательно, приписывает другим те причины и условия, которые вызвали у него подобное психическое состояние. Те из собственных недостатков, которые являются подлинными причинами и условиями своей фрустрации, индивид видит у других, этих людей считает фрустраторами. Он начинает думать, что эти люди имеют по отношению к нему подобные отрицательные чувства. Такая проекция до некоторой степени освобождает человека от чувства вины, в целом смягчает фрустрации.

В реальной жизни мы часто встречаемся с такими людьми, которые систематически критикуют других, приписывают другим различные недостатки и греховные, даже преступные поступки и т. п. У многих это превращается в устойчивую тенденцию. Возможно, что в каждом конкретном случае они правы. Но подобная чрезмерная критичность вызывает подозрение: а не осуществляет ли человек психологическую самозащиту? Не против ли собственных недостатков он борется таким косвенным, опосредованным путем? Психология доказывает, что во многих случаях дело обстоит именно так. Человек проецирует собственные мотивы, качества, цели и черты другим и обвиняет других в том, в чем он виноват сам. Подобные процессы часто возникают также в межгрупповых и межэтнических отношениях.

Следующий пример убедительно доказывает существование межгрупповых, в том числе межрасовых и межэтнических проекций. В среде белых бизнесменов США широко распространено мнение, согласно которому капиталисты еврейской национальности нечестны, имеют клановые склонности и т. п. Так ли это на самом деле? Социально-психологические исследования показали, что те белые бизнесмены, которые наиболее энергично защищают эту точку зрения, допускают в своей деятельности больше правонарушений и нарушений моральных принципов, чем те, у которых нет подобного мнения о евреях. В таких случаях подобная проекция является средством сокрытия собственных неблагоприятных поступков, а также способом самооправдания перед обществом и перед собственной совестью. Действительно, проекция позво-

ляет продолжать деятельность, избегать переживания таких конфликтов, которые ослабили бы энергию и целеустремленность личности.

Психологические исследования показывают, что проекция не является только интеллектуальным актом. Проекция создает «перцептивно реальный мир» для субъекта (И. Дженис). Параноик может тратить многие годы на борьбу с воображаемым противником, которого на самом деле нет, этим путем вытесняя свою собственную ненависть. Гомосексуалист может считать человека, которого воспринимает, также гомосексуалистом, переживая при этом различные чувства.

Подобные примеры показывают, что если проекция действительно удалась, особенно в патологических формах, то создаваемый с ее помощью субъективный мир представляется субъекту реальным. Рациональными доводами такого человека убедить в истинности обратного представления невозможно.

Как отметил еще Зигмунд Фрейд, у человека процесс проецирования не возникает, так сказать, на пустом месте. Фрейд заметил, что при проекции используются тонкие признаки поведения другого человека, признаки тех бессознательных желаний, против которых защищается сама личность. Проецирующий нереалистически увеличивает их значимость, не обращая внимания на более важные личностные качества. Поскольку у всех людей имеются основные человеческие импульсы, то проецирующий всегда находит нужный для себя материал. Тем более, что эти импульсы, пусть в слабой степени, но выражаются в мимике, жестах и т. п. (по всем экспрессивным каналам).

## § 2. Описание проекции в трудах Зигмунда Фрейда

Впервые Фрейд писал о механизме проекции в 1896 году. Он был тогда на подступах к открытию психоанализа. Он знал, что чисто психический механизм вытеснения объясняет истерические симптомы, а использование механизмов сопротивления и перенесения позволяет добиваться терапевтического эффекта. (Обо всем этом он написал в «Этюдах об истерии», опубликованных в 1895 году в соавторстве с Йозефом Брейером. Эту первую форму объяснения, затрагивающую только особенности симптомов, он распространяет на все остальные психоневрозы. При истерии – вытеснение конфликта и конверсия в истерические симптомы; при навязчивых состояниях – перемещение чувства вины, отрицание реальности в галлюцинациях вследствие глубокой печали; проекция ан других своей ненависти у глубоко оскорбленного человека. «При параноиде, – писал Фрейд, – упрек в свой адрес вытесняется таким образом, что можно описать как проекцию: возбуждается защитный симптом, представляющий собой недоверие к другому». Здесь Фрейд впервые использовал понятие «проекция».

Фрейд разъяснил суть этого механизма и расширил его понимание в комментариях к одному случаю параноиды, автобиографии некоего Шребера (1911), в которой проекция определяется следующим образом: внутреннее восприятие подавляется, а его содержание, после некоторой деформации, возвращается в сознание в форме внешнего восприятия.

Это очень интересное определение показывает, что при внутриспсихической подготовке проекции имеет место специальный вид искажения интроспекции. Возможно, что изучение этого аспекта дела поможет углубить понимание проекции и процесса ее подготовки.

Что касается конкретно параноиды, то Фрейд объяснил ее как вытеснение гомосексуального желания, которое затем проецируется на других. Бред преследования, согласно Фрейду, осуществляется в три этапа: а) «Я (мужчина) люблю его (мужчину)». Но гомосексуальный характер этой любви делает ее невыносимой для сознания; б) поэтому чувство любви превращается в свою противоположность: «Я его не люблю, я его ненавижу». Но для сознания человека невыносимо также и чувство ненависти; в) поэтому «Я его ненавижу» превращается в убеждение: «Он меня ненавидит (или преследует), поэтому моя ненависть к нему оправдана».

Видимо, существуют более обобщенные формы этого явления. Так, когда кто-либо (А) совершает неприятные действия по отношению к другому (Б), то он в дальнейшем часто питает к своей жертве более сильную ненависть, чем жертва по отношению к нему. Это парадоксальное явление можно объяснить с помощью механизма проекции: жертве приписываются свои собственные отрицательные чувства, в результате чего эти чувства еще больше усиливаются. Таким образом можно объяснить многие реальные случаи жизни.

Таким образом, чувство, первоначально имеющее внутренний характер, теперь уже переживается субъектом так, как будто воспринимается как принадлежащее другому. «Я не люблю его, я его ненавижу, так как он меня преследует». С помощью проекции здесь невыносимое желание отвергается, выносится за пределы личности.

На втором этапе изучения проекции Фрейд расширил свою концепцию таким образом, что в ней появились уже элементы проективной техники. В последней главе книги «Психопатология обыденной жизни» он описал проекцию как простое непризнание (а не отвергание) субъектом тех своих желаний и эмоций, которые он не принимает в качестве своих, осознает лишь частично и приписывает внешним реальностям.

Когда человека просят произнести любое слово или назвать какую-либо цифру, то его выбор не произволен, а детерминирован внутриспсихическими, личностными факторами. Существует, таким образом, *психический детерминизм*. Вера в свободу выбора обусловлена незнанием бессознательных мотивов, которые являются истинными причинами наших действий и мыслей. Психоаналитик Леопольд Беллак делает попытку свести все к апперцепции, т. е. фактически ликвидирует проекцию, но мы считаем подобную затею неправомерной. Свести проекцию к лежащим в ее основе познавательным и другим психическим механизмам и процессам не означает уничтожить это качественное иное явление<sup>243</sup>.

Эти общепсихологические идеи Фрейда подхватил Карл Густав Юнг и, руководствуясь ими, создал первый проективный тест – метод словесных ассоциаций.

Согласно Фрейду, суеверие также основано на проекции. «Я верю во внешнюю (реальную) случайность, – писал Фрейд, – но я не верю во внутреннюю (психическую) случайность. У суеверного же имеет место обратное. Он, во-первых, проецирует вовне мотив, который я ищу внутри. Во-вторых, случайность он объясняет внешним событием, а я – идеей. То, что он считает скрытым, у меня выступает как бессознательное». Это происходит потому, что суеверный не знает ничего о мотивах своих случайных действий, эти бессознательные мотивы стремятся стать осознанными, и субъект вынужден перемещать их, локализуя во внешнем мире. Фрейд считал, что добрая половина мифологических концепций мира есть не что иное, как «психология, проецированная на внешний мир».

Таким образом, согласно Фрейду, проекция опирается на механизм перемещения, который был открыт Фрейдом при анализе своих собственных сновидений: лицо, совершенно индифферентное в реальной жизни, в сновидении замещает другого человека, сохраняя некоторое сходство с ним (имя, профессию, походку и т. д.). К этому человеку субъект питает живые чувства, которые, однако, неприемлемы для его сознания. *Проекция сохраняет содержание бессознательного чувства, но меняет его объект*. Последним основанием проекции является тенденция к антропоморфизму, естественному для человеческого существа. Для нашего бессознательного свойственно выражать себя вовне, отражаясь на других людях, а также на вещах. Проекция является «первичным» психическим процессом в том же смысле как галлюцинаторное осуществление желания в сновидении или психоаналитическое перенесение. *Первичные психические процессы подчиняются принципу удовольствия*. Они стремятся установить идентичность восприятий: психический аппарат стремится найти тот же объект, с которым пер-

---

<sup>243</sup> См.: Беллак Л. Теория проективной психологии. – В сб.: *Проективная психология*. Москва: «АПРЕЛЬ ПРЕСС»; «ЭКСМО-ПРЕСС», 2000, с. 10–29.

вый раз было связано удовольствие. Что касается *вторичных психических процессов*, то они, наоборот, *стремятся к идентичности мыслей и слов (принцип идентичности и реальности)*, закладывая основы мышления и рационального поведения. От них требуются большие усилия для того, чтобы защищаться от непрекращающихся изменений, исходящих из первичных процессов.

В книге «Тотем и табу» Фрейд еще больше расширяет эти представления. Он считает, что *анимизм, магическое мышление, всемогущество идей, наблюдаемое у дикарей, у детей и у невротиков, основываются на проекции первичных психических процессов на внешний мир*. Отсюда исходит также идея Фрейда о том, что художественное творчество есть проекция личности творца в своем произведении.

### § 3. Экспериментальное исследование проекции

В психологии еще в 30-е годы XX века предпринимались попытки экспериментального и более строгого исследования проекции. Считалось, что клинические наблюдения Фрейда и других психоаналитиков, исследовавших проекцию и другие защитные механизмы, не являются достаточно строгими и доказательными.

Одним из первых такие исследования проводил Роберт Сирс. Он просил членов студенческих групп оценить (дать рейтинг) как себя, так и своих однокашников по таким чертам характера, как язвительность (*stinginess*), упрямство (*obstinacy*), неорганизованность (*disorderliness*), застенчивость (*bashfulness*) и другие. Мера проявления определенной личностью этих черт оценивалась путем усреднения рейтингов всех его товарищей (по каждой черте отдельно). Уровень самоосознания (*self-awareness*) каждого испытуемого путем сравнения его саморейтинга со средним рейтингом всех остальных испытуемых. Человек, который давал себе низкую оценку по язвительности, в то время как остальные дают ему по этой черте высокие баллы, плохо оценивает собственную тенденцию к язвительности. Если проекция действительно имеет место, то такие студенты (имеющие сильную тенденцию к язвительности, но не осознающие ее) должны приписать другим данное нежелательное качество в значительно большей степени, чем другие<sup>244</sup>.

Здесь, однако, имеется логический круг. Мы считаем, что в оценках, даваемых студенту по данному качеству (язвительность), могут присутствовать проекции остальных испытуемых. Поэтому данные рейтинга не очень надежны. Целесообразнее использовать метод односторонней оценки: психолог изучает субъекта А по данной черте характера, субъект В (главный объект исследования) дает оценку А по данной черте, ничего не зная о результатах предварительных исследований. Разница между оценкой психолога, даваемой индивиду А по данному качеству (если она близка к действительности) и той оценкой, которую дает В, уже может служить мерой проекции.

Но продолжим рассмотрение полученных Сирсом результатов. Он нашел, что, действительно, язвительные студенты, не осознающие наличие у себя этого качества, в большей мере считали остальных студентов язвительными, чем студенты, которые были язвительными и знали об этом (осознанно признавали наличие в своем характере этой черты). Такой же результат был получен и по остальным чертам.

Одним из важнейших мы считаем следующий результат: оказывается, когда помогают человеку осознать наличие в себе определенной черты характера, то тенденция проецирования этой черты на других слабеет. Это весьма интересно и для педагогики.

---

<sup>244</sup> См.: Sears R.R. *Experimental studies of projection. I. Attribution of traits.* – «*Journal of Social Psychology*», 1936, 7, pp. 151–163.

Одной из интересных находок Сирса является следующее: оказалось, что студенты охотно приписывают своим товарищам не только отрицательные, но и положительные черты (великодушные, организованность и др.). Согласно психоанализу проекция является защитным механизмом, в то время, как предполагается, проецирование на других положительных черт не может иметь защитного значения. Как Р. Сирс, так и И. Дженис и др. психологи, объясняют проекцию положительных черт тем, что у человека имеется другая – более общая и незащитная – тенденция, которая обнаруживается в ходе исследования личности проективными методами, а именно: человек склонен воспринимать мир как отражение собственной природы.

Мы полагаем, однако, что и эта тенденция может играть некоторую защитную роль. В определенных ситуациях, приписывая другим положительные качества и игнорируя его отрицательные черты, мы можем создать психологическую основу для отказа от борьбы за устранение его отрицательных черт. Этим путем мы можем также скрывать свою беспринципность, непоследовательность и другие отрицательные черты и установки. Например, мы знакомы с одной женщиной (она психолог – А. П.), которая после долгой критики в адрес одного крайне нечестного и бездарного коллеги С. А., теперь уже начала новый этап взаимоотношений с ним: она начала восхвалять его, выдумывая для него положительные качества. Во всяком случае, проекция на других (или, шире, атрибуция другим) положительных черт может иметь адаптивное значение для проецирующего.

Приемлема, конечно, точка зрения Джениса и других психологов, согласно которой в процессе общения у человека могут присутствовать обе эти тенденции – тенденции проецирования на других как отрицательных, так и положительных черт и качеств. Для проверки этой гипотезы Дженис предложил организовать специальный эксперимент, в ходе которого блокируется то одна из этих тенденций, то другая. Предполагается, что личность в большей мере будет фрустрироваться и огорчаться при блокаде защитной тенденции к проецированию отрицательных черт, чем при блокаде приписывания другим положительных черт. Это очень интересное предположение и при подтверждении могло бы объяснить целый ряд распространенных социально-психологических явлений. (Но, насколько нам известно, соответствующие эксперименты еще не проводились). Причем если верно наше предположение о том, что обе тенденции играют адаптивную роль, то проведение экспериментов по проверке гипотезы Джениса и др. становится еще более трудным предприятием.

Таким образом мы видим, что проекция играет существенную роль в межличностных отношениях. нередко собственные недостатки или осуждаемые формы поведения (например, супружескую неверность или скрываемое желание этого) люди переносят на партнера. Таким путем инсценируется внешнее обвинение: собственное деяние или намерение оправдывается как ответ и возмездие.

#### **§ 4. Сложная самозащита**

Таким образом, проекция подсознательных желаний приводит к тому, что человек все время живет в искаженном мире. Люди, ставшие объектами проекции, вызывают у проецирующего человека все те неприятные эмоциональные реакции, которые возникли бы у него, если бы он осознавал свои вытесненные проецируемые желания (тем более, если бы они вызвали поступки).

В других случаях проецируют на другого не сами вытесняемые (собственные) желания, а свои реакции на них. В таком случае «проективно созданные» люди воспринимают его так же негативно, как он сам подсознательно видит себя.

Это очень важное уточнение. Проецироваться могут не только желания, но и всевозможные интеллектуальные и эмоциональные реакции на эти желания, даже целые системы размышлений. Поэтому мы выдвигаем следующую *гипотезу*: поскольку собственные нежелательные

импульсы часто рационализируются, то затем проецироваться на других могут и эти рационализации. В итоге получается очень сложный процесс: вначале человек пользуется механизмами вытеснения и рационализации, которые, по-видимому, не обеспечивают для него полный психологический комфорт, а затем переходит к проецированию не самих желаний, а собственных рационализаций. Получается процесс рационализации для других. Поскольку мы показали, что рационализации в пользу других часто приводят к образованию шуток, то и здесь такая возможность не исключается.

Таким образом, перед нами три варианта процесса проекции: а) проекция на других своих желаний; б) проекция не самых желаний, а тех своих рационализаций, которые ранее были построены вокруг этих желаний; в) возможны также комплексные случаи проекции (одновременно и желаний, и рационализаций). Эти случаи по своей структуре в значительной степени различны. Но в каждом из них имеет место динамика не одного изолированного защитного механизма, а работа защитного комплекса. Например, во втором случае – вытеснение, рационализация и проекция. Мы полагаем, что можно найти конкретные примеры этих трех случаев сложной психологической защиты. Например, самоизоляция не может быть результатом только механизма проекции. Сама проекция, по-видимому, нуждается в психологическом обосновании. Для самого субъекта результаты проекции должны быть убедительными, поскольку (если речь идет о психически здоровой личности, которая осуществляет психологическую самозащиту в рамках нормы) реальность может часто не соответствовать ее проективно искаженным представлениям. Эту роль подкрепления результатов проекции, по нашему убеждению, успешнее всего может играть рационализация. Например, приписывая другому гомосексуальные тенденции, человек может привести рационализации общепризнанного характера о природе человека, мол, у каждого имеются признаки и склонности как женского, так и мужского типа, о чем писали такие философы, как Платон и другие.

## § 5. Уровни проекции

Мы считаем, что процесс проецирования собственных черт и намерений другому не всегда протекает одинаков и не всегда приводит к одинаковым последствиям. Мы считаем необходимым выделить два уровня (и, по существу, два соответствующих типа) проекции.

*Проекция первого уровня:* человек А проецирует свою черту (х) или мотив (м) другому индивиду (В), но продолжает видеть, чувствовать их присутствие и у себя, не отказывается от них. Психологика подобной проекции следующая: «Да, я имею неприятную черту х, но другой (другие) тоже ее имеют». Это все еще более или менее реалистическая проекция, поскольку признает присутствие у себя неприятной черты. В таком случае самообвинение может сочетаться с обвинением других, причем обвинение других имеет характер самооправдания.

*Проекция второго уровня:* индивид А проецирует определенную свою черту (х) другому человеку (В) и приходит к выводу, что у себя этой черты нет. Психологика подобной проекции такова: «Да, В имеет недостаток В». Причем вопрос об этой черте относительно собственной личности вообще не обсуждается, во всяком случае по собственной инициативе. В таких случаях другой (В) обвиняется и дискредитируется, а самообвинение или самодискредитация отсутствует.

Здесь есть одна тонкость, которая позволяет предположить существование еще одного, *промежуточного уровня проекции*. Обвиняя другого индивида в том, что он является носителем неприятной психической черты х, А может сказать: «А вот у меня этой черты нет!». Такое суждение может свидетельствовать о некотором сомнении относительно своей личности, ведь А все-таки соотносит х со своей личностью. Другое дело, когда категорически не допускает даже мысли о том, что сам может иметь отношение к черте х. Для него х является нерелевантным человеческим признаком.



Проекция второго уровня, по нашему мнению, является уже патологическим защитным механизмом. Мы полагаем, что об уровне патологизированности личности во многих случаях можно судить по тому, какой уровень проективных процессов у нее преобладает. Когда человек видит недостатки и пороки других, но, являясь носителем таких же пороков, начисто отрицает их наличие в структуре собственной личности, то это уже патология.

Дальнейшему исследованию психо-логики проекции помогут установленные психоаналитиками относительно чувства любви правила преобразования. Психоаналитики считают, что бессознательное желание любить или ненавидеть свою личность может, при участии проекции, подвергаться следующим преобразованиям:

- 1) Я хочу любить – Он хочет любить меня;
- 2) Я хочу любить себя – Он хочет быть любим мною;
- 3) Я хочу любить себя – Он хочет любить кого-то другого;
- 4) Я хочу любить себя – Он хочет быть любим кем-то другим.

Перед нами переходы от одной психо-логики другой, в которых в роли оператора функционирует механизм проекции.

Мы полагаем, что идея о том, что *каждый защитный механизм является психо-логическим оператором*, может играть определенную роль в развитии не только теории психологической защиты, но и теории психо-логики.

## § 6. Ассимилятивная и контрастная проекция

Л. Берковиц предложил различать еще две разновидности проекции – ассимилятивную проекцию (АП) и контрастную проекцию (КП). Вкратце рассмотрим эти разновидности проекции.

А. Ассимилятивная проекция. – Понятие ассимилятивной проекции ввел Л. Берковиц в 1960 году. Под этим он понимает тот процесс, посредством которого, воспринимая другого человека, мы представляем его в большей степени похожим на нас самих, чем это есть на самом деле (воспринимает других, как если бы воспринимал самого себя)<sup>245</sup>.

Проведено ряд экспериментальных исследований ассимилятивной проекции. В одном исследовании (Houser and Shapiro, 1973) было показано, что уровень ассимилятивной проекции меняется в зависимости от различных перспектив Я-образов. Иначе говоря, имеет значение, какая подструктура Я-концепции актуализирована в тот отрезок времени, когда человек осуществляет проекцию – идеальное Я, реальное Я, или какое то из его социальных Я и т. п. Такие колебания действительно были обнаружены, причем у некоторых испытуемых – в большей степени, чем у других.

Ряд исследований провели Бенджафильд и Адамс-Веббер<sup>246</sup>. Не вдаваясь в описание методики исследования отметим только некоторые из полученных результатов. Те люди, которые во время экспериментов, исходя из различных Я-образов, показывают различные АП, и в реальной жизни при характеристике людей непоследовательны. Другой исследователь (Radley) показал, что эта непоследовательность коррелирует с тревожностью. А тревожность, согласно предложенной Келли в 1955 году концепции личных конструктов, выражает когнитивную дезорганизацию и неуверенность личности.

Тенденция к преимущественной позитивной характеристике себя и других оценивается этим психологом в качестве защиты против тревожности. Такая защитная тенденция может привести к упрощению когнитивных структур (вместо многообразно дифференцированных

---

<sup>245</sup> См.: Berkowitz L. *The judgmental process in personality functioning*. – «Psychological Review», 1960, 67, pp. 130–142.

<sup>246</sup> См.: Benjafield J. and J. Adams – Webber. *Assimilative projection and construct balance in the repertory grid*. – «British Journal of Psychology», 1975, 66, 2, pp. 169–173.

характеристик для собственных и чужих личностных качеств человек ограничивается крайними дихотомическими характеристиками типа хорошо – плохо и т. п.). Однако эта защита против неуверенности и тревожности немедленно разваливается, как только задача охарактеризовать другого требует изменения перспективы (Я-образов).

Способность давать стабильные характеристики путем симультанной интеграции многих перспектив присуща людям с зрелыми структурами психики. Направленность по частным перспективам есть неспособность к зрелым суждениям. Можно предположить, что в этом случае человек в большей степени зависит от внешних стимулов.

**Б. Контрастная проекция.** – Контрастная проекция состоит в том, что мы воспринимаем других людей более отличными от нас самих, чем они есть на самом деле. Стандартом, по отношению к которому мы оцениваем других – это наша Я-концепция.

В качестве исследования, иллюстрирующего явление контрастной проекции, Л. Берковиц ссылается на опыты Г. Гоулдинга. Вначале судьи оценили свой собственный уровень счастья (счастья или несчастья), а затем, исходя таких самооценок, должны были оценить уровень счастья или несчастья людей, изображенных на ряде картинок. Исследование показало, что те испытуемые, которые оценили себя как очень несчастные люди, оценили изображенных людей как относительно счастливых. Те же, кто считал себя счастливым, старались приписать изображенным лицам несчастье. Наконец, те независимые судьи, которые оценивали себя как занимающих среднее положение на континууме счастливый – несчастливый, проявили тенденцию ассимилятивной проекции: они воспринимали изображенных на картинках людей похожими на себя по измерению счастливый – несчастливый.

В ходе обсуждения этих данных социальный психолог Э. Сэмпсон справедливо заметил, что есть общеизвестные случаи, которые не укладываются в рамки описанных двух типов проекции. Например, находясь в плохом, депрессивном настроении мы воспринимаем все в «черном свете», а когда мы счастливы, находимся в эйфорическом состоянии, бросаем лучи нашего счастья на окружающий нас мир. В таких крайних случаях, скорее всего, имеет место ассимилятивная проекция, чем контрастная. Сэмпсон полагает, что контрастная проекция, обнаруженная в экспериментах Гоулдинга, может быть результатом измерительных процедур (т. е. артефактом), а не отражением самого явления. Все же, Сэмпсон не отрицает существование описанных выше видов проекции<sup>247</sup>.

## § 7. Классификация видов проекции по Д. Холмсу

В 1968 году Д. Холмс в работе «Измерение проекции» предложил новую классификацию разновидностей проекции, которая способствовала повышению интереса к этому социально-психологическому явлению и организации экспериментальных исследований<sup>248</sup>. Холмс выделяет два измерения проекции:

- 1) Черты, имеющиеся у индивида – черты, которые у индивида отсутствуют;
- 2) Проецируемая черта осознается – проецируемая черта не осознается.

Первое измерение означает, что субъект может проецировать ан другого такую личностную черту (или мотив, чувство, поведение), которой сам обладает. Но он может проецировать на другого и такие черты, которые у него отсутствуют. Это крайние случаи и они составляют как бы полюсы первого измерения.

Второе измерение охватывает два крайних случая (полюса): проецируемая черта или осознается, или не осознается личностью.

---

<sup>247</sup> См.: Sampson E. E. *Social Psychology and Contemporary Society*. New York, 1971, p. 95.

<sup>248</sup> См.: Holmes D. *Dimensions of projection*. – «Psychol. Bulletin», 1968, Vol. 69.

Пересечение этих двух измерений дает четыре разновидности проекции, которые Холмс представил в виде таблицы<sup>249</sup>:

### Тип проекции

Осознание субъектом Собственной черты	Проецируется имеющаяся у Субъекта черта	Проецируется иная черта
Субъект не осознает свою черту	Симбиотическая	Проекция Панглосса- Кассандры
Субъект осознает свою черту	Атрибутивная	Комплиментарная

Таким образом, выделяется четыре типа проекции, причем одна из них (проекция Панглосса – Кассандры) выступает в двух вариантах:

1) *Симбиотическая проекция* имеет место в том случае, когда человек приписывает другому такую черту, которой (или сходной) сам обладает, но не осознает факта такого обладания. Традиционно в психоанализе исследовалась именно эта разновидность проекции. Ее функцией считается защита «Я» от осознания наличия в себе нежелательной, фрустрирующей черты.

2) *Атрибутивная проекция*: человек приписывает другому человеку такие черты, которыми не только обладает, но наличие которых в себе осознает. Д. Холмс приводит результаты экспериментального исследования Голдинга, которое показало, что уровень чувства собственной счастливости испытуемого детерминирует ту степень счастливости, которую он обнаруживают у изображенных на фотографиях людей. – (Отметим, что мы определили атрибуцию в качестве более широкого явления, включающего все разновидности проекции в качестве своих частных случаев).

3) *Проекция Панглосса – Кассандры*: человек проецирует на другого индивида такую черту, которая противоположна той, которой сам неосознанно обладает. Именно эта разновидность проекции выступает в двух вариантах: а) Вариант Панглосса: человек имеет неосознанные негативные чувства, но воспринимает мир в позитивных тонах; б) Вариант Кассандры: человек имеет неосознанные позитивные чувства, но видит мир негативно.

(Отметим, что в работе Холмса приводятся многочисленные экспериментальные свидетельства в пользу существования проекции осознаваемых черт, тогда как экспериментальных свидетельств в пользу существования проекции неосознаваемых черт он не обнаружил).

4) *Комплиментарная проекция*: человек приписывает другому лицу черту, дополнительную к той, которой он сам обладает. Одним из случаев такой проекции считается следующий: человек, переживающий чувство страха и осознающий его, воспринимает другого как угрозу. Но при этом не осознается сам процесс проекции: осознается только ее результат.

В связи с этой классификацией возникает несколько задач: необходимо изучить разновидности этих основных видов проекции; необходимо выяснить функции все этих видов и разновидностей в психодинамике личности. Мы полагаем также, что нельзя считать доказанным, будто проекция имеет только два измерения. *Мы полагаем, что проекция, да и другие защитные механизмы – это многомерные явления* (например, можно добавить такое измерение, как устойчивость – неустойчивость, уровень интенсивности и другие дополнительные измерения проекции). У каждой личности могут быть все разновидности проекции, каждая из которых актуализируется в соответствующей ситуации и участвует в процессе комплексной психической защиты личности. Наконец, еще одна идея: процесс генезиса каждого вида проекции можно исследовать с учетом закона сопряженного возникновения и развития.

<sup>249</sup> Русский ее вариант мы заимствуем из книги: Столин В. В. Самосознание личности, с. 212)

## **§ 8. Как узнать, что человек осуществляет проекцию? (проблема индикаторов проекции)**

Не всегда легко определить, осуществляет ли человек проецирование, или нет. Трудность состоит, в частности, в том, что если А проецирует какую-либо свою черту или мотив на В, то В может реально обладать тем или другим. Когда же у В их нет, вопрос решается проще: имеет место проекция. Но в том случае, когда А утверждает, что В обладает определенной чертой, совсем не зная этого человека, то вполне понятно, что он пользуется проекцией: не знает человека, никогда не встречался с ним, но утверждает, будто В имеет черту х. В таких случаях А осуществляет защитный процесс.

Еще более часто процесс восприятия реальных черт другой личности и процесс проекции собственных черт на него переплетаются таким образом, что проекция принимает более тонкие и неуловимые формы. Как выяснить, что А не только объективно воспринимает В, но и осуществляет психологическую защиту? Этот вопрос еще не решен, но в виде гипотезы можно предложить следующее объяснение: 1) Когда А многократно подчеркивает наличие у В определенной черты или какого-либо мотива, тогда А пользуется защитной проекцией; 2) когда А видит у В определенную психическую черту или мотив как более интенсивные, чем они есть на самом деле; 3) когда А упоминает о наличии у В этой черты или данного мотива тогда, когда нет в этом никакой необходимости (т. е. когда это ему не нужно для решения каких-то практических задач). Вполне понятно, что эту гипотезу еще предстоит обосновывать с помощью эмпирических исследований.

## **§ 9. Основные функции проекции**

Для чего служит проекция, и к каким последствиям она приводит? Уже из данной выше общей характеристики это в основном ясно. Однако полезно обсудить данный вопрос специально. Каковы основные функции проекции в жизнедеятельности человека?

1) С помощью (и на основе) проекции человек направляет свое недовольство и агрессию на других, а не на самого себя (что он сделал бы, если бы был реалистом). Эта функция проекции ясно видна в тех весьма распространенных случаях, когда ревнивый и недоверчивый муж обвиняет жену в неверности, подозревает ее. Подозрения состоят из атрибуций и проекций. В таких случаях обычно жена тоже начинает в ответ подозревать мужа в сходных намерениях и действиях. Другой пример: раздраженный и эгоистичный человек, не желая осознать эти свои неприятные черты, приписывает их другим и обвиняет их, вместо того, чтобы обвинить самого себя.

2) Проекция позволяет человеку обвинять других людей (и даже, как мы увидим, неодушевленные предметы) за те неудачи, подлинные причины которых находятся в нем самом. Например, после неприятных встреч и ссоры с людьми каждая сторона обвиняет другую сторону в провоцировании и т. п. Каждое обвинение, как система суждений, состоит в основном из проекций и атрибуций. Провалившийся на экзамене студент чаще всего в своей неудаче обвиняет преподавателя, утверждая, что он плохо преподает, тенденциозно относится к нему и даже по какой-то причине «не любит» его и т. п. Но по какой причине? Обычно, отвечая на данный вопрос, фрустрированный студент сочиняет новые атрибуции, проекции и рационализации.

3) Сохранение самоуважения на высоком уровне – одна из главных функций защитной проекции. Ведь если человек замечает собственные недостатки и у других, более того, когда он приходит к выводу, что свободен от тех недостатков, которымиотягощены другие, то у него создается солидная психологическая основа для сохранения и даже повышения уровня

самоуважения, высокой положительной самооценки. Другое дело, что эти ценные психические достижения основаны на проективных иллюзиях и легко могли бы разрушаться, если бы личность была способна на реалистическое самопознание.

4) Проекция является одним из тех защитных механизмов, которые наиболее тесно связаны с самосознанием личности, исходят из ее «Я» и Я-концепции, и предназначены для их защиты. Мы бы назвали проекцию *сцепленным с Я-концепцией защитным механизмом*, хотя, конечно, все защитные механизмы, в конечном счете, исходят из «Я» и предназначены для его защиты.

Зависимость проекции и ее особенностей от самосознания видна также из следующего: те люди, которые затрудняются видеть себя глазами других, т. е. у которых социальная перцепция и самопонимание слабо развиты, имеют тенденцию приписать другим то мнение о себе, которое имеют сами. Говоря конкретно, если индивид А считает себя умным, то на таком уровне умственного развития он склонен думать, что другие тоже его считают умным. Характер проекций человека в целом зависят от различных аспектов его личности, в значительной степени – от структуры, содержания и уровня развития самосознания.

5) Еще одну важную функцию проекции мы бы хотели выделить и специально подчеркнуть: проекция является одним из тех механизмов, с помощью которых в течение жизни человека конструируется его Я-концепция. Данная функция проекции должна стать предметом специальных исследований.

6) Проекция является механизмом поиска и нахождения «козла отпущения». Это психологический маневр, позволяющий воспринимать собственные недостатки, ошибки и их причины так, как будто они принадлежат другому. Поэтому проекция является основой всякого процесса поиска козла отпущения. Данная точка зрения на функцию проекции уже давно стала предметом исследования в психологии<sup>250</sup>.

7) Проекция очень часто является косвенным исполнением желания. Например, одна девушка утверждала, будто мужчины преследуют ее, когда она проходит через парк. Проверка показала, что ее никто не преследует. Вывод следующий: ее желание быть преследуема мужчинами привело в движение ее воображение и механизм проекции.

## § 10. Экстернализация чувства вины с помощью проекции

Проекция является одним из тех механизмов, с помощью которых человек экстернализует (превращает нечто внутреннее в нечто внешнее, наблюдаемое) свое «Я» и его Я-концепцию, различные структурные элементы и блоки этого сложного психологического образования.

Одним из компонентом Я-концепции может быть чувство вины. Это не простая эмоция, а сложный когнитивно-эмоциональный комплекс, в центре психо-логики которого стоит утверждение «Я виноват в том-то».

Исследования психоаналитиков показали, что чувство вины подсознательно может проецироваться на другого или на других людей, приписываться им, принимая, например, следующую форму: «Он меня обвиняет». (Это уже иная, преобразованная психо-логика, а именно: психо-логика проекции чувства вины. Дело в том, что как форма «Я виноват...», так и форма «Он меня обвиняет» – это психо-логические фигуры спонтанного мышления человека. И мы видим, как одна из них преобразуется в другую, тем самым изменяя как самовосприятие, так и восприятие другого человека).

Мы полагаем, что подобные преобразования имеют место и при ревности, особенно при ревности патологической. Об этом вопросе у нас впереди краткое обсуждение.

---

<sup>250</sup> См.: Murstein B.J. and Pryer R.S. *The concept of projection: a review*. – «Psychol. Bulletin», 1959, 56, pp. 353–374 etc..

Проекция, возникшая исходя из чувства вины, может получить другие выражения. Например, если человек получил нечто позорное, то он может вообразить, будто другие знают об этом. Даже в их поступках он может заметить следы подобного знания. Если человек чувствует себя опозоренным, то проходя по улице, может думать, будто прохожие по-издевательски смотрят на него.

Существование подобных подсознательных проекций подтверждено также с помощью гипнотических опытов. Девушка, которой под гипнозом внушили, будто она украла деньги, проснулась из гипноза в депрессивном состоянии. Она не знала причину такого настроения. Тогда ей показали фотопортреты двух мужчин, и она один из них угрюм, а другой ругает его. Затем она стала утверждать, что сидящий рядом с ней мальчик украла деньги. Она проецировала свою депрессию на мужчин, а чувство вины за воровство – на мальчика. Она, конечно, не осознавала, что в своей психике происходят такие события.

Проекция чувства вины на другого имеет явно функциональный характер. Процесс такой проекции до некоторой степени смягчает чувство вины, поскольку он убеждается, что и другие тоже виноваты. Мы уже писали о том, что замужняя женщина, имеющая любовника, обвиняет в таких же связях своего мужа, и этим ее чувство вины смягчается. Причем у мужа таких связей может совсем не быть. Если обобщить, то можно сказать следующее: когда людей обвиняют в каких-то социально неодобряемых поступках, они сразу применяют следующую психологию проекции: «Все люди такие» или «Другие тоже так поступают», или указывая конкретных лиц или группы, которые тоже так поступают или имеют сходные желания. Такая проекция до некоторой степени помогает преодолеть чувство вины.

## § 11. Успех, неудача и проекция (новая концепция)

Нашу мысль вкратце можно выразить следующим образом: *там, где мы видим неудачу или успех, там можно обнаружить также проекцию.*

Причем при неудаче процессы создания и использования проекций принимает одно направление, а при успехе – другое. До сих пор проекция исследовалась главным образом в качестве защитного механизма, а следовательно – после неудач и фрустраций (или в ситуации предвидения наступления неудачи). Вторая же линия проецирования – при успехе – насколько нам известно, практически не исследовалась. Но ведь человек, добываясь успеха, также пытается объяснить его как себе, так и другим. В ходе такого объяснения он пользуется как рационализациями, так и проекциями и атрибуциями.

Наша гипотеза состоит в том, что *психо-логика этих двух линий использования проекции в значительной мере различны. При успехе мы имеем дело с незащитными проекциями и атрибуциями.* (На основе анализа эмпирического материала необходимо расширить эту проблематику и предложенную концепцию, поскольку такая расширенная теория проекции может охватить значительно более широкий спектр реальных психических явлений, чем существовавшая до сих пор узкая теория проекции).

## § 12. Выбор объекта проекции

А. Принцип выбора. – На кого или на что проецируются искаженные внутренние восприятия человека? Нетрудно заметить, что внутренние содержания, влечения и т. п. не переносятся (не проецируются) без выбора на любой объект или на любого человека. И тут есть избирательность, причем избирается, как заметил еще Отто Феничел, такой объект проекции, который каким-то образом противостоит субъекту проекции. (Fenichel, 1945). Субъект экстернализует свое внутреннее психическое событие таким образом, что оно выступает перед нами в качестве направленного против него внешнего события.

Причем внутренние процессы искажения собственных психических процессов и их превращения обычно не замечаются субъектом, т. е. протекают на подсознательном уровне.

Объект, на которого проецируется внутреннее психическое содержание субъекта, лишь отражает это психическое содержание субъекта. Но защитный характер и возможности проекции зависят от того, в какой мере это отражение психических содержаний субъекта воспринимается в качестве сущности другого (объекта). Проецирующий человек, по существу, остается в границах своего психического мира и не познает подлинные свойства окружающего мира, с которым как будто взаимодействует. В этом смысле проекцию можно уподобить инфантильной форме психической активности. Такой инфантилизм ярко выражается в антропоморфизме. Обратным можно считать зооморфизм: животные, по-видимому, воспринимают людей в качестве животных. Другая разновидность зооморфизма – это сведение человека к его животной сущности.

Б. Проекция и обвинение неодушевленных предметов. – Любая неудача, каждое несчастье активизирует проективные процессы людей. Причем нередко человек в качестве объекта проекции и обвинения выбирает неодушевленные предметы.

Игральная кость не дает игроку желательные цифры, и он раздраженно ругает их, называя их «собачьей костью». Мы сталкиваемся со стулом и ощущаем боль, и обвиняем этот предмет в том, что он так некстати оказался на нашем пути (как будто он имеет душу и свободную волю). Это *субъективная психо-логика* фрустрированного человека. *Объективная психо-логика* требует, чтобы он обвинил сам себя за неосторожность.

Вполне понятно, что во всех тех случаях, когда мы довольствуемся обвинением внешних предметов за свои неудачи, мы закрываем себе дорогу, ведущую к серьезной самокритике и подлинной адаптации. Бросая «тень» на других людей или даже на неодушевленные предметы, человек переживает облегчение после фрустрации.

## Глава 29. Патологическая проекция

### § 1. Патологические формы проекции

А. Общая характеристика. – Как и остальные защитные механизмы, проекция тоже может возникнуть как патологический механизм, или, будучи вначале нормальной, постепенно преобразоваться в патологический механизм психической жизни человека.

Одним из видов патологической проекции следует считать тот случай, когда человек приписывает свои желания вземным существам – Богу, инопланетянам и т. п. Эти люди чувствуют, что их действия продиктованы такими внешними силами и носят принудительный характер. Есть основание для предположения, что те, кто совершает свои действия «по приказу инопланетян», подсознательно совершают проецирование. Истоки такого защитного патологического процесса можно искать в том, что они переживают чувство вины за то, что имеют подобные переживания, мысли и желания; они хотели бы освободиться от них, но не нашли иного выхода, как «обнаружить» могущественные внешние силы, которые можно обвинить сколько угодно. Такой подход дает также некоторое понимание того, каким образом возникают вербальные систематизированные галлюцинации.

У человека, приписывающего другому индивиду определенные качества, мыслительный процесс иногда принимает патологическую, маниакальную направленность. Ассоциации образуются так, что самые невинные события истолковываются совершенно странным образом.

В течение нескольких лет мы наблюдали женщину средних лет, М. Х., у которой симптомы патологической проекции и ее последствия были четко видны. Обследование показала, что она страдает шизофренией (ее сестра тоже – в более тяжелой форме). У нее патологические проекции вызывали маниакальность, агрессивность и целый ряд особенностей, свойственных параноидальным шизофреникам. У нее наблюдались также психосоматические признаки. Например, она по мелким поводам и, что особенно интересно, без внешнего повода, краснела. Можно предположить, что такое соматическое изменение является произвольным выражением стыда за греховные подсознательные желания.

Б. Проекция и патологическая ревность. – Патологические проекции порождают бред. Для понимания сущности этих явлений полезно исследовать патологическую ревность, о которой мы уже упомянули выше. О работе механизма патологической проекции при ревности свидетельствуют следующие наблюдения: ревнующий мужчина особым образом интерпретирует каждую деталь поведения своей жены. У нее утомленный вид? Это явный признак прелюбодеяния! У нее веселое настроение? Ясно, они была на свидании. Взгляд, жесты, улыбка, движения, произношение имен и т. д. интерпретируются особым образом, маниакально.

В. Проекция и патологическая критика. – Можно выдвинуть парадоксальную на первый взгляд идею, согласно которой человек успешнее всего критикует другого в том случае, когда предварительно на него проецирует свои собственные недостатки и социально неприемлемые поступки. Именно критика проецируемого и будет наиболее успешным.

Исходя из чего мы утверждаем это? Причина в том, что субъект проекции сознательно или подсознательно, хорошо знает эти недостатки и ошибки. Возможно, что он раньше, до начала интенсивной самозащиты, себя за них критиковал, но теперь, проецируя на другого, он критикует не только себя, но и другого (если пока осознает, что является носителем проецируемого). Но если он дошел до второго, патологического уровня проекции, то критикует уже только другого, переставая критиковать себя: он ведь отрицает наличие этих черт у себя. (Данная форма критики на основе проекций второго уровня автор настоящих строк в течение



нескольких лет наблюдал у двух дам среднего возраста; впоследствии оказалось, что оба страдают шизофренией).

Данную патологическая форма критики мы считаем успешной в том смысле, что ее объектами по существу являются собственные спроецированные черты, мотивы и действия, которые подвергаются критике с помощью правильно выбранных аргументов. Это по существу опосредованная самокритика, но субъект этого не понимает. Эта критика иррациональна в том смысле, что объект критики В, которого критикует субъект А, может реально не обладать критикуемыми чертами и мотивами, может не быть автором тех поступков, за которые его критикует А. В таких случаях у А имеется патология мышления, а в социально-психологическом и этическом отношении он допускает несправедливость. Но подобная критика в реальной жизни так часто применяется, что многим она кажется в порядке вещей.

## § 2. Проекция у невротиков (точка зрения Карен Хорни)

Невротик развивает разнообразную технику разрешения или ограничения своих конфликтов. Хорни в своей книге «Наши внутренние конфликты» указывает на три основные механизмы: 1) подавление определенных существенных черт и попытка выдвигания на передний план противоположных черт; 2) сохранение дистанции для уменьшения влияния конфликта. Можно добавить еще и третью технику: 3) попытка создания идеализированного образа. Невротик создает идеализированный актуальный или будущий образ своей личности. Хотя этот образ резко отличается от реальности, тем не менее, он отличается действенностью. Какие черты включаются в этот образ – зависит от характера личности; таковыми могут быть красота, высокий интеллект, гениальность, моральное совершенство и др. Хорни называет этот процесс создания собственного идеализированного образа притязанием (*Anmaßung*), что означает, что невротик изображает такие черты, которых он лишен. Чем больше данный образ удален от действительности, тем слабее желание личности реализовать его в жизни. Хорни отметила, что человек не нуждается в утверждении таких своих черт, в реальности которых уверен; но человек становится крайне чувствительным, когда дело касается его ложных притязаний (*Andrüge*). Идеализированный собственный образ является, согласно Хорни, внесознательным феноменом, идеей фикс, который, в отличие от настоящих идеалов, тормозит развитие личности. В то время как настоящие идеалы делают человека смиренным (скромным, *demütig*), идеализированный Я-образ делает его дерзким, надменным и самонадеянным.

Мы полагаем, что эти идеи очень интересны, и наблюдения Хорни следует включить в современную теорию самосознания личности.

После того, как такой идеализированный образ уже создан, главным интересом такого невротика становится желание соответствовать этому идеальному образу «Я». В результате этого человек становится еще более высокомерным: он воображает, что является особым человеком и стоит значительно выше других. Но когда интерес такого человека направляется на свое настоящее «Я», то, сравнивая его с идеализированным Я, он приходит в ужас, и у него развертывается разрушительная самокритика. Поскольку личность не способна на объективное рассмотрение «Я», то в результате самокритики появляется презираемый Я-образ. Когда такая личность сосредоточивает свое внимание на разнице этих двух своих психических инстанций, то его жизнь, по словам Хорни, превращается в неустанную борьбу за проведение моста между ними.

Согласно Хорни, основными последствиями развития идеализированного «Я» являются следующие: 1) этот Я-образ выступает в качестве эрзаца, замены трезвой самоуверенности и обоснованной гордости: последние у невротика уничтожаются и он становится во всех отношениях зависимым существом. 2) Индивиду, который потерпел поражение в мире, полном враждебных сил, идеализированный Я-образ дает силы и чувство превосходства над другими.

3) Этот образ сообщает смысл его существованию. Противоречивые идеалы невротика не обязательно делают его сильным человеком; они просто дают ему некоторую опору в жизни. 4) Поскольку невротик отрицает у себя наличие внутренних конфликтов, исследование его «Я» и Я-образов позволяет раскрыть его конфликты; эти образы намекают на существование таких, которые преодолены путем построения противоположностей. 5) Еще одной главной функцией идеализированных Я-образов является их видимая интегрирующая функция. Эти образы являются искусственными образованиями, в которых противоположности внешне уравновешены. На такой основе создается внешняя гармония.

В целом человек создает целый ряд маскировок (*Verschleierungen*), препятствующих осознанию своих конфликтов. Все они могут быть рассмотрены в качестве средств достижения искусственной гармонии. Но этим путем застарелые проблемы не решаются, наоборот, создается почва для возникновения новых. В отношении противоречивости собственных мыслей и поступков развивается искусственная слепота. Это не дает возможности развивать собственный стиль жизни и приводит к фрагментарности жизненного пути человека. Это является следствием расщепления через конфликт, с другой – средством защиты против этого же конфликта. Хорни считала, что современная цивилизация со своим всепроникающим расщеплением жизненного пространства требует именно такой опоры.

### § 3. Проекция в патологических синдромах

Проекции, особенно патологизированные, являются постоянными и неизменными элементами или блоками патологических синдромов. Рассмотрим несколько случаев этого явления. Отметим, однако, что патологический аспект проекции и последствия ее использования в какой-то мере были отмечены и на предыдущих страницах, поскольку это было неминуемо.

А. Проекция как причина возникновения галлюцинаций. – При галлюцинациях человек видит свои представления во внешнем физическом пространстве, локализует их в нем. Когда же, осуществляя психологическую самозащиту, человек приписывает другой личности такие черты, каких у последнего нет, то мы считаем, что *перед нами важная разновидность галлюцинации*. Но такая галлюцинация имеет более тонкий характер, особенно когда проецируются другому невидимые для глаза психические черты. Это ложная атрибуция качеств, мотивов и различных психических черт.

Галлюциногенный характер проекций можно четко видеть во время испытания людей в сурдокамерах, т. е. при *сенсорной депривации*<sup>251</sup>. При отсутствии внешних раздражителей в сфере сознания появляются зрительные образы, которые проецируются на внешнее физическое пространство. Вторично они воспринимаются в качестве внешних объектов. Мы полагаем, что именно это и есть механизм возникновения галлюцинаций у человека, находящегося в бодрствующем состоянии.

Специального исследования требуют механизмы появления галлюцинаций, из которых состоят сновидения<sup>252</sup>.

Б. Проекция и паранойя. – Проекция особенно четко выступает при острых паранойях и параноидных шизофренических психозах. При развитии этих синдромов больные иногда слушают голоса своих собственных подсознательных моральных инстанций («Сверх-Я»). Эти голоса обвиняют их в том, что они имеют такие импульсы, принадлежность которых им они отрицают. В таких случаях пациенты обычно находятся также в состоянии психической регрессии. Как заметил еще Фрейд, проекция является самым типичным состоянием этого нарушения. Благодаря проекции внутренние восприятия (т. е. восприятия определенных аспектов

---

<sup>251</sup> См.: Кузнецов О.Н., Лебедев В.И. Психология и психопатология одиночества. М., 1972.

<sup>252</sup> См.: Налчаджян А. А. Ночная жизнь. Ереван: «Огебан», 2000; Москва, СПб.: 2004.

своей личности) уничтожаются, и создается иллюзия того, что воспринятое качество принадлежит какому-либо внешнему предмету.

Мы выделили два основных уровня проекции: на втором уровне, который мы назвали патологическим уровнем, человек, обвиняя других и воспринимая их недостатки, уже не замечает те же самые недостатки или неприемлемые желания у самого себя. Однако то, что происходит при паранойе, показывает, что здесь даже такая патологическая самозащита провалена: если появление «голоса» напоминает индивиду о своих недостатках и ошибках, то это значит, что основная защитная функция проекции не удалась. Мы думаем, что именно в этом аспекте и надо продолжать исследование патологической проекции в случае паранойи.

О роли проекции в паранойе писал еще Фрейд. Он в какой-то степени противопоставил проекцию механизму вытеснения. Если вытеснение в обычном смысле понимается как перевод психических содержаний из сферы сознания в подсознательное, то проекция (при паранойе) понимается Фрейдом как выход психических содержаний из подсознательного и приписывание другим. Эти психические содержания в основном состоят из упреков и раздражительности.

Б. Проекция в фобических синдромах. – В фобиях человек приписывает внешним объектам опасность, считая их угрозой для себя. Мы полагаем, что очень часто эти приписывания являются атрибуциями таких черт, которых нет у субъекта, частично же они являются проекциями (проективными атрибуциями). Кстати, первой из них можно дать название *непроективной* атрибуции. Отметим, что, как и в случае паранойи, проективные атрибуции при фобиях нарушают понимание индивидом внешнего мира. В этом смысле эти проекции следует считать патологическими или патологизированными. (Это обсуждение можно расширить на основе анализа новых фактов).

## Глава 30. Проблема генезиса механизма проекции

### § 1. Об онтогенезе проекции

Когда и каким образом возникает проекция в процессе индивидуального психического развития (психологического онтогенеза) каждого человека? Об этом имеется, по крайней мере, одно достойное внимание предположение: ребенок, приписывая другим вину за собственные неудачи и недозволенные действия, добивается того, что уходит от наказания. Здесь мы видим «момент» возникновения более фундаментального психического механизма – атрибуции, особой разновидностью которой, как мы знаем, является проекция.

Итак, первые проекции закрепляются в психике ребенка в связи с тем, что оказываются полезными и адаптивными. В результате они превращаются в устойчивые формы мышления и поведения. Эту идею высказали и другие авторы<sup>253</sup>.

Правильно также и то, что когда мы интернализуем социальные нормы, то проекции указанного выше типа защищают наше «Я» от низкой оценки, хотя подобная самозащита отнимает много сил и времени.

Однако при более пристальном внимании к проблеме мы видим, что предложенное выше объяснение показывает, скорее всего, не то, как возникает проекция, а то, как она закрепляется в качестве способа поведения и средства адаптации. Каким образом впервые возникает проекция у ребенка? каким образом ребенок догадывается, что можно изобретать подобный способ поведения? Он, конечно, может учиться проецированию у других, перенимать данный способ самозащиты. Но мы полагаем, что каждый здоровый ребенок обладает потенциальной способностью создания проекций (как и других защитных механизмов), поэтому различные конкретные воплощения этого механизма в виде суждений и умозаключений приобретаются ребенком как путем научения (подражания и т. п.), так и собственного творчества. Эти два пути приобретения проекций еще предстоит исследовать в психологии самозащиты и психологии возрастного развития.

Как бы то ни было, остается непреложным тот факт, что проекция существует уже у детей дошкольного возраста. Например, 5-летний мальчик устраивает драку со сверстником, и когда взрослые наказывают его, он защищается с помощью очень знакомого аргумента: «Он первым ударил меня». В итоге ребенок может даже поверить в то, что утверждает, в результате чего как в его самовосприятии, так и в восприятии им других, появляются искажения.

Отметим, что как атрибуция, так и проекция являются механизмами не только индивидуальной, но и групповой, в том числе этнической, самозащиты. Поэтому предстоит исследовать их генезис также на групповом уровне. Должны существовать семейные и этнические проекции, которые участвуют как в развитии этнического самосознания, так и стереотипов характера и поведения.

### § 2. Анимизм и архаическая проекция

Нередко объектами проекции являются не люди, а рок, судьба, часто – «проклятая судьба», и даже неодушевленные предметы. Наши наблюдения показывают, что в поведении детей проекции нередко связываются с анимистическими представлениями.

Например, после неудачи в каком-либо деле ребенок начинает избивать свою куклу, обращаясь с ней так, как будто это живое существо. Сходное явление мы нередко видим и в

---

<sup>253</sup> См.: Coleman J. C. *Abnormal Psychology and Modern Life*. 3rd ed., Chicago, 1964, p. 99.

поведении взрослых людей. Например, играя в нарды, проигравший нередко переносит свой гнев на игральные кости так, как будто они обладают душой и намеренно способствовали тому, чтобы игрок проиграл. Здесь мы видим, как проекция действует совместно с механизмами перенесения и агрессивной самозащиты.

Нетрудно видеть также, что на основе анимистических представлений у человека появляются специфические механизмы самозащиты и их комплексы. Поскольку анимизм в жизни всех народов был этапом психического развития и до сих пор еще сохраняется, вполне закономерно искать связанные с ним защитные механизмы и комплексы в мифах, сказках и представлениях современных детей.

(Последующие несколько параграфов мы посвящаем взаимосвязям проекции с другими защитными механизмами).

## Глава 31. Проекция и другие психические механизмы

### § 1. Проекция и идентификация

Взаимосвязи между проекцией и идентификацией отличаются глубиной и тонкостью. Во многих защитных процессах эти два механизма обуславливают активизацию друг друга, выступая в качестве комплекса самозащиты личности. Рассмотрим основные аспекты этих взаимосвязей.

А. Основные виды идентификации. – Проблеме идентификации, ее роли в процессах психической самозащиты личности посвящена отдельная глава настоящей книги. Но здесь уместно вкратце напомнить о тех основных видах идентификации, которые известны психологам.

В первую очередь следует выделить перцептивную идентификацию, которая состоит в том, что человек (субъект идентификации) воспринимает сходства между своими и чужими характеристиками (т. е. характеристиками объекта идентификации). В свою очередь такая идентификация является положительной, если объект идентификации является носителем положительных, желательных черт объекта идентификации. В противном случае, т. е. когда объект является носителем отрицательных, нежелательных черт субъекта, мы имеем дело с отрицательной идентификацией. Наконец, существует также ролевая идентификация: субъект идентификации мысленно принимает на себя роль объекта идентификации<sup>254</sup>.

Это те разновидности идентификации, которые выделил еще Р. Мюррей. Но у нас имеется своя точка зрения на то, что называть отрицательной и положительной видами идентификации. Индивид А имеет положительную идентификацию с индивидом В, если у него имеется желание быть таким, как В, т. е. носителем всех основных черт и характеристик этой личности. Что касается отрицательной идентификации, то это не просто отсутствие положительной идентификации, а нежелание А быть таким, как В. При положительной идентификации индивид А думает: «Вот каким человеком я бы хотел быть». При отрицательной идентификации ядерным является следующее суждение: «Вот каким человеком не хотелось бы быть».

Б. Что первично: идентификация, или проекция. – Вопрос состоит в следующем: какой из этих механизмов является основой или причиной, порождающей другой механизм? Какой характер имеет их взаимосвязь: причинные, или какой-либо иной? В известной нам литературе, в том числе в известной работе Анны Фрейд, на которую мы широко опираемся, мы не нашли решения этого вопроса.

Можно выдвинуть следующую гипотезу: динамическая взаимосвязь проекции и идентификации имеет характер кругового процесса. Это означает, что вначале проекция приводит к идентификации, после чего эта идентификация провоцирует вторичные проективные процессы. Без понимания этих связей и механизмов взаимного поддержания данных двух механизмов невозможно правильно понимать соответствующий эмпирический социально-психологический материал. Следует ясно понимать, что во многих случаях первичная идентификация невозможна без первичной идентификации.

В. Проекция как противоположность положительной идентификации. – Проекция в некотором смысле является противоположностью позитивной идентификации. В этом процессе, вместо того, чтобы принимать установки и систему ценностей другого как свои собственные, мы приписываем другим свои идеи и установки. Нечестный человек выражает недоверие другим. Трусливые люди склонны считать таковыми также других. Глупцы склонны

---

<sup>254</sup> См.: Murrey H. *Thematic apperception test. Manual. Cambridge, 1943. Столин В. В. Самосознание личности, с. 214.*

считать глупыми также других, поскольку так им психологически более удобно, комфортно. Те люди, которые получают удовольствие от социальных контактов, полагают, что другие люди тоже таковы.

Когда одного священника спросили, почему он так энергично критикует танцы, он был удивлен наивности спрашивающего: «Неужели не ясно, что каждый мужчина, танцующий с женщиной, хотел бы любить ее?». Свои собственные чувства он считал общими для всех людей. (Здесь уместно вспомнить о сходной точке зрения мусульман и о причинах затворничества мусульманских женщин).

Г. Сочетание проекции с идентификацией и сложная самозащита. – Еще Анна Фрейд хорошо знала, что защитные механизмы могут, сочетаться, комбинироваться и действовать совместно. В своей книге о защитных механизмах он приводит соответствующие примеры.

Комбинированную или комплексную защиту с помощью идентификации и проекции легко проиллюстрировать повседневными примерами. Молодая девушка, которая долго колеблется и переживает угрызения совести и диссонанс при принятии решения о своем замужестве, предпринимает очень энергичные шаги, чтобы способствовать заключению брака своей сестры. Пациентка, которая жалеет денег на расходы для своих личных нужд, покупая подарки для других, неожиданно проявляет несвойственную ей щедрость. Человек, который переживает тревогу, когда ему предстоит путешествие, горячо советует своему другу не пропускать возможность далекого путешествия.

В таких случаях можно предположить, что он стремится к осуществлению собственных желаний через других.

Такие комбинации проекции с идентификацией исследованы известным психоаналитиком Карен Хорни.

Д. Проективная идентификация. – Связь проекции с идентификацией выражается в том, что индивид А, общаясь с В, вначале проецирует на него некоторые свои качества (характеристики), после чего идентифицируется с ним. Когда представляешь, будто другой человек является носителем целого ряда таких психических черт, какие есть у тебя, тогда легко идентифицироваться с ним. Какая это будет идентификация – положительная или отрицательная – зависит от того, какие из своих черт и мотивов ему приписываешь: 1) при проекции на другого своих положительных черт переживается положительная идентификация; 2) при проецирования на другого собственных отрицательных черт и мотивов (характеристик) переживается отрицательная идентификация; 3) наконец, если на В одновременно проецируются как положительные, так и отрицательные характеристики, мотивы и действия, то А переживает такое сложное состояние, которому можно дать название *амбивалентной идентификации*.

Таким образом, проективная атрибуция, как защитный механизм, вызывает различные варианты идентификации, ассоциируется с ними (как причина с последствиями), и подобные комбинации в дальнейшем могут участвовать в новых защитных процессах.

## **§ 2. Отрицательная галлюцинация как форма защиты и противоположность проекции**

При исследовании внешней психической защиты необходимо иметь в виду, что мы, воспринимая внешние (объективные) ситуации, по существу реализуем три процесса: 1) объективное восприятие: мы в определенной мере видим, слышим и ощупываем то, что существует объективно и оказывает воздействие на наши органы чувств; 2) приписываем ситуации определенные признаки и видим в ней то, чего объективно нет; это делается с помощью атрибуций и проекций; возникают позитивные галлюцинации; 3) в процессе восприятия внешнего мира нередко наблюдается еще один любопытный процесс, которому можно дать название *отрицательной галлюцинации* или *атрибуции со знаком минус*: мы не видим то, что там есть (не

замечаем определенные аспекты ситуации). В прямом смысле слова мы иногда не видим определенные аспекты ситуации, причем речь идет не о дефекте зрения. Это тоже способ психологической самозащиты. (Подобные отрицательные галлюцинации возникают под влиянием внушения в гипнозе; соответствующие опыты общеизвестны).

Сказанное означает, что во многих случаях наши восприятия весьма субъективны и отражают скорее всего не то, что есть, а только или в значительной степени наши собственные желания, мотивы, качества и установки. Родители не всегда способны объективно воспринимать своих детей; наши разведчики – это герои, а разведчики враждебного государства – это преступники, в поступках которых мы не желаем видеть ничего героического. На наши восприятия оказывают влияние наша партийная, социальная и этническая принадлежность.

### § 3. Проекция и интроекция

Интроекция, как известно, это процесс символической инкорпорации, в результате которого то, что является действительно внешним, воспринимается и оценивается как нечто внутреннее. Интроекция бывает визуальной, слуховой и двигательной.

Как психологический механизм интроекция, по-видимому, возникла на основе того факта, что человек время от времени действительно инкорпорирует (принимает во внутрь) различные внешние предметы. Психоналитики считают, что оральная инкорпорация является самой буквальной, проникающей и основной формой интроекции. Это физическая интроекция.

Проекция же является процессом символического вытеснения, выбрасывания, посредством которого, посредством которого то, что является действительно внутренним для личности, воспринимается и представляется так, как будто оно является чем-то внешним.

Но если интроекция и проекция – противоположные процессы, то какая может существовать между ними связь? Считается, что проекция может способствовать усилению интроекции путем исключения тех характеристик личности, которые противоречат уже интроецированным содержаниям<sup>255</sup>. Эти два процесса имеют место во взаимоотношениях матери и ребенка, особенно на том этапе возрастного развития, когда границы личности ребенка еще не очерчены с достаточной четкостью.

Камерон полагает, что использование интроекции в качестве защитного механизма взрослым человеком всегда является признаком регрессии. Подобные процессы появляются у личности во время траура в виде попытки удержать любимое существо. При психотических депрессиях субъект может воспринимать и представлять характеристики любимого человека так, как будто это свои собственные характеристики. Часто случается, что депрессивная личность регрессирует к сильно амбивалентному состоянию, находясь в котором он начинает обвинять себя не только по причине действительных своих недостатков и ошибок, но и из-за недостатков и ошибок тех людей, которых он одновременно и любит, и ненавидит.

В ходе нормального психического развития на каком-то этапе должен устанавливаться баланс между проекцией и интроекцией. Но в любом случае – даже при нарушении баланса – между этими двумя механизмами (и соответствующими процессами) – всегда существует взаимодействие. Например, проекция преимущественного враждебного внутреннего мира, руководимого страхом преследования, приводит к интроекции враждебного внешнего мира. Верно и обратное: интроекция искаженного внешнего враждебного мира приводит к усилению проекции враждебного внутреннего мира.

Различные нарушения во взаимоотношениях между проекцией и интроекцией приводят к раздроблению «Я», а это, в свою очередь, оказывает вредное воздействие на отношение к

---

<sup>255</sup> См. об этом: Cameron N. *Personality Development and Psychopathology*/ Bombay, 1969, p. 235.



внешнему и внутреннему миру; последнее, в свою очередь, по мнению М. Кляйн, может привести к развитию некоторых форм шизофрении<sup>256</sup>.

#### § 4. Чувство вины и проекция

Чувство вины – переживание мучительное, неприятное. Поэтому как только у человека возникает чувство вины, одновременно возникает также мотив избавления от него. Такого результата можно добиваться с помощью различных средств. Одно из них – проекция.

При психологической защите от чувства вины защита с участием проекции состоит в том, что субъект проецирования (тот, кто проецирует) обвиняет кого-то другого в том, что у него появилось это мучительное переживание. «Ты сам виноват в том, что я сейчас страдаю», – может утверждать субъект проекции (P<sub>1</sub>) объекту своей проекции (P<sub>2</sub>). Такова психо-логика использования проекции при попытках избавления от чувства вины.

Вместо того, чтобы признаваться: «Я сам виноват», субъект, во-первых, утверждает: «Он меня обвиняет», после чего переходит к последней (третьей) психо-логической формуле: «Ты сам виноват», или: «Это он виноват», если о нем рассказывает третьему лицу, «объясняя» причины своих неудач.

Мы полагаем, что на данном этапе исследования защитных механизмов и процессов их использования главное внимание следует обратить именно на психологическую логику (психологию) процессов превращения собственных психических процессов, желаний, свойств, мотивов и т. п. в нечто другое и, приписывания этого нового психического образования другому лицу или другим (индивидам, социальным группам, а иногда даже неодушевленным предметам).

Склонность людей приписать свою вину другим особенно часто и впечатляющим образом происходит во времена социальных потрясений и выражается, в частности, в виде социальной дискриминации. В современной психологии считается, что под склонностью дискриминировать других лежат чувства вины, тревоги и страха. При переживании этих чувств у человека обостряется само-осознание. Под влиянием этих переживаний подвергается изменениям психо-логика человека: его познавательные процессы, в частности операция обобщения, становятся более примитивными; он сводит сложные явления к более элементарным, а следовательно – к таким, которые доступны социальным группам и легко могут реализоваться в социальной жизни. «Это они виноваты в наших бедах», – такова заразительная психо-логика проекции чувства вины (проективного обвинения), больше не требующей доказательств. Это уже сфера веры и практического поступка.

#### § 5. Проекция и эмпатия

В основе этих двух психических механизмов – проекции и эмпатии – лежит повышенная чувствительность к невыраженным явно чувствам и мыслям другого человека. Но эта чувствительность имеет две противоположные выражения: отрицательное (проекция) и положительное (эмпатия).

1) Проекция есть преимущественно ошибочное приписывание другому лицу определенных чувств и мыслей (чаще всего – собственных);

2) Эмпатия есть правильное восприятие переживаний другого лица и сопереживание с ним.

---

<sup>256</sup> См.: Klein M. *Notes on some Schizoid Mechanisms*. – *Int. Journal of Psychoanalysis*, 1946. pp. 103–104.

Поэтому вряд ли мы имеем дело с подлинной эмпатией в тех случаях, когда сопереживание основывается на проекции (а еще шире – на атрибутивных процессах, на атрибуции чувств, роли, психических черт, мотивов и т. д.).

Мы считаем, что проблема взаимосвязей проекции, атрибуции и эмпатии требует углубленных исследований.

## § 6. Проекция как комбинация трех защитных механизмов

Ниже мы вкратце представим психоаналитическое представление о взаимосвязи трех защитных механизмов, комбинированная работа которых дает то, что принято называть психической проекцией.

Психологический анализ показывает, что проекция не является простым психическим механизмом. Она является своеобразной комбинацией механизмов подавления, формирования реакции и рационализации. «Я» подавляет угрожающий мотив и усиливает другой мотив, который не оставляет места для толерантного отношения к подавленному мотиву (точно так же, как в случае формирования реакции). Затем «Я» отказывается признавать самому себе, что охвачен подавленным мотивом или находится под его властью.

«Я» объясняет тревогу, возникшую у себя в результате подавления мотива, в качестве следствия того, что кто-то другой находится под властью неприемлемого (даже ненавистного) ему мотива.

Таким образом, образованная и усиленная реактивным путем потребностная диспозиция, которая не оставляет места для терпимости по отношению к подавленному мотиву, может негативно катектировать другого человека вместо того, чтобы отрицательный катексис направить на самого себя. Если бы человек направил на себя отрицательное отношение (катексис), то он имел бы длительные переживания боли и депривации.

## § 7. Концепция атрибутивной проекции (атрибуция и проекция)

А. Что такое атрибутивная проекция? – Пытаясь проводить различие между проекцией и атрибуцией, некоторые авторы утверждают следующее: «проекция – это приписывание другому человеку только собственных отрицательных черт, чувств, мотивов и действий. В то же время атрибуция – более широкий механизм, который имеет и другие формы. Например, мы можем приписать другим и такие черты, мотивы и другие психические признаки и содержания, которые никак не связаны с нашими фрустрациями. Для чего это делается? Этим путем мы, в частности, пытаемся понять, что это за человек. Иначе говоря, наши отношения с другими не всегда исходят из мотива самозащиты.

Но мы полагаем, что намного удобнее назвать проекцией тот процесс, когда индивид А: 1) фрустрирован и нуждается в психологической защите; 2) исходя из защитных мотивов приписывает другому (или другим) собственные черты, мотивы, действия и т. п., невзирая на то, положительны они, или отрицательны. При этом мы исходим из того, что квалификации такого рода, как «положительная черта» или «отрицательная черта» весьма субъективны и на их основе нельзя давать научное определение проекции.

Атрибуция же, действительно, намного более широкое явление и выходит за рамки личности атрибутора. Механизм проекции было бы правильнее назвать *проективной атрибуцией*<sup>257</sup>.

---

<sup>257</sup> Подробнее проблема атрибуции обсуждается в нашей монографии. См.: Налчаджян А. А. *Атрибуция, диссонанс, социальное познание*. М.: «Когито-Центр», 2006.

Существует ли проекция собственных положительно оцениваемых черт и достоинств на других. Мы полагаем, что существуют, причем в качестве психологической основы для подобной проекции может служить положительная идентификация А с В. Например, отец может видеть некоторые из своих черт и достоинств у своего сына, хотя они у него реально могут отсутствовать.

Атрибутивная проекция уже в определенной мере исследована экспериментальным методом, поскольку создать необходимые для этого экспериментальные ситуации несложно. Используются две основные процедуры исследования: а) испытуемого приводят в тревожное состояние или в состояние враждебности (например, сообщают искаженные сведения о результатах его тестирования). После этого ему предлагают оценить других людей по уровню тревожности и враждебности. Те испытуемые, которые были приведены в психическое состояние тревожности, оценили других как более тревожных, чем те, кто специально не был приведен в такое состояние; б) предварительно из определенного числа людей с помощью тестов выбирают тех, кто обладает повышенной тревожностью, агрессивностью или низкой самооценкой, и сравнивают их реакции на других людей с реакциями тех, у кого упомянутые черты выражены намного слабее<sup>258</sup>.

Б. Объяснение механизмов атрибутивной проекции. – Одно объяснение предложил Брамел. Он исходил из теории когнитивного диссонанса Леона Фестингера. Считается, что если человек осознает, что обладает отрицательно оцениваемой чертой, у него возникает диссонанс между этой когницией и с его положительной самооценкой. Проецируя эту черту на других, он уменьшает диссонанс, так как эта черта уже представляется ему присущей и другим (особенно положительно оцениваемым людям). А это означает, что она не такая уж плохая. В таком случае проекция исполняет защитную функцию, направленную против осознания факта обладания отрицательными чертами<sup>259</sup>.

Второе объяснение следующее: атрибутивная проекция является следствием того, что люди имеют склонность считать других похожими на них. Отмечается, что чем больше сходных черт между объектом проекции («мишенью») и ее субъектом по полу, возрасту, внешности и т. п., тем сильнее выражена атрибутивная проекция. Проецируются не только отрицательные, но и положительные черты личности<sup>260</sup>. С этим мы согласны с тем добавлением, что при проецировании положительных черт субъект должен иметь хотя бы слабую положительную идентификацию с объектом, а при проецировании отрицательных черт – отрицательную идентификацию. При этом возникает вопрос, на который пока, насколько нам известно, ответа нет: возможно ли, чтобы проекция опередила идентификацию, или же человек всегда вначале осуществляет идентификацию, и только потом, на ее основе, проекцию?

Отметим также, что В. В. Столин ни одно из приведенных двух объяснений не считает удовлетворительным и делает попытку объяснить механизм проекции фактом «диалогической природы самосознания»<sup>261</sup>.

В. Пример из художественной литературы. – В романе «Капитанская дочка» А. С. Пушкин не только демонстрирует знание некоторых защитных механизмов, но и умело пользуется ими для реализации своих художественных замыслов. Ниже мы приведем пример того, как он пользуется проективными атрибуциями.

---

<sup>258</sup> См.: Chalus G. A. *The mechanisms underlying attributive projection*. – «*Journal of Personality*», 1978; эти данные приведены нами из книги: Столин В. В. *Самосознание личности*. М., 1983, с. 226–227.

<sup>259</sup> См.: Bramel D. *A dissonance theory approach to defensive projection*. – «*Journal of Abnormal and Social Psychology*», 1962, vol. 64.

<sup>260</sup> См.: Cattell R.B. *Principles of design in «projective» or misperceptive tests of personality*. – In: H.H. Anderson and G.L. Anderson (eds.) *An introduction to projective techniques*. Englewood Cliffs (N.J.), 1951.

<sup>261</sup> При этом он ссылается на Э. Фромма; см.: Столин В. В., указ. соч., с. 227–228.

Отец Петра, старый отставной военный, читает придворный календарь и приходит в ярость, узнав о том, что бывший его сержант стал генерал-поручиком. Он погружается в мрачную задумчивость и вдруг, неожиданно для жены, спрашивает, сколько Петруше лет. Тут же он решает отправить сына ан военную службу<sup>262</sup>.

Ясно, что он совершил атрибуцию своих нереализованных целей своему сыну, чтобы он делал ту блестящую карьеру, которую ему самому не удалось сделать. Это произошло в состоянии глубокой и перманентной фрустрации, которая в его жизни повторялась часто. В данной ситуации человек нашел выход, способ психологической самозащиты.

Это хороший пример проективной атрибуции, которая очень часто используется во взаимоотношениях родителей и их детей. Осуществление своей мечты родители нередко поручают своим детям. Это интересная разновидность делегирования, но не полномочий, а собственных притязаний и мечты.

Но нередко сам сын, наследник, политический лидер следующего поколения может добровольно взять на себя те цели и притязания, которые предыдущий деятель, в некоторых случаях уже покойный, поручил бы им. При этом происходит *двойная атрибуция*, а именно: а) атрибуция каких-то заветов покойному, которые он бы дал им; б) атрибуция себе (самоатрибуция) этих же заветов так, как будто покойник именно этого бы и сделал, если бы успел.

Приведем еще один пример из того же романа Пушкина. Однажды поздней ночью Петер, пьяный, возвращается в трактир. На крыльце его встречает слуга Савельич, выражая удивление и жалость. «Молчи, хрыч! – отвечал я ему, запинаясь, – ты верно пьян, пошел спать... и уложи меня»<sup>263</sup>. Свое пьянство Петр приписывает слуге. Эти «чистая» форма психологической самозащиты с помощью проективной атрибуции.

## § 8. Проекция в сновидениях

Проекции в сновидениях выражаются многообразно. Считается, что особенно много проекций в кошмарных, неприятных сновидениях.

«Человек или животные, определяющие кошмар, всегда символизируют нежелательные части себя. Если вам снится, что вас укусила ядовитая змея – это можно проинтерпретировать как агрессивный фаллический символ, но позднее будет поискать ядовитую змею, спрятанную в вашем собственном характере. Если дентальная агрессия не выражается, а проецируется, то в ваших снах вас будут преследовать львы, собаки и другие звери, символизирующие кусание. Проецированное желание быть грабителем, убийцей, полицейским и другие ребяческие идеалы проявляются в снах как страх нападения или ареста»<sup>264</sup>.

Итак, на персонажей сновидений проецируется как физическая, так и психическая агрессивность человека. Поэтому анализ сновидений является одним из путей самопознания человека, в частности – исследования человеческой агрессивности. Проекция участвует также в создании символики сновидений.

(Проблема участия проекции в создании сновидений более подробно исследована в другой нашей книге<sup>265</sup>).

---

<sup>262</sup> Пушкин А. С. *Сочинения в трех томах. Т.3. М.: «Художественная литература», 1986, с. 231.*

<sup>263</sup> Пушкин А. С., *указ. соч., с. 234.*

<sup>264</sup> Перлз Ф. *Эго, голод и агрессия. М., СПб.: «Смысл», 2000, с. 317–318.*

<sup>265</sup> См.: Налчаджян А. А. *Ночная жизнь (Личность в своих сновидениях. Ереван: «Огебан», 2000, с. 238–245); второе издание: СПб., Москва: «Питер», 2004.*

## **Глава 32. Специфические проявления проекции в социальной жизни людей**

### **§ 1. «Охота за ведьмами»**

Для того, чтобы понять, какую роль играла проекция в обосновании преследования красивых женщин в средневековой Европе, следует выяснить, в чем их обвиняла инквизиция, в чем их обвинял народ, и какое место в этих обвинениях занимали проекции (и атрибуции вообще).

Психоаналитики считали, что ненависть к красивым женщинам исходила из вытесненной сексуальности церковников. Возможно. Но это слишком простое объяснение, тем более, что в ереси обвиняли не только женщин, но и мужчин.

Поскольку доказано, что суждения человека о своем «Я» коррелируют с его суждениями о других, то для понимания сути и мотивов феномена «охоты за ведьмами» следует выяснить: а) кто учредил инквизицию? б) какими личностями были самые свирепые из инквизиторов?

Исходя из современных психологических представлений, можно выдвинуть гипотезу, согласно которой самыми свирепыми были те инквизиторы, которые сами в глубине души, может быть – полусознанно, имели сомнения в истинности своей веры. Их проекции и жестокость были защитно-компенсаторными образованиями. А если к этому присоединилась зависть и импульсы от неудовлетворенных сексуальных желаний, то перед нами полимотивационное и сложное явление, которое в значительной мере становится понятным благодаря применению представлений о психологической защите с помощью проекции.

### **§ 2. Самоизоляция мужчин на основе проекции**

Поскольку на других в первую очередь проецируются собственные отрицательные качества и неприемлемые желания, то в результате работы механизма проекции другие становятся нежелательными объектами общения. Приписывая им подобные качества и мотивы, человек тем самым создает психологическую основу для самоизоляции. Конкретные же содержания, формы и последствия проекции бывают самыми различными.

Один может проецировать на других собственные агрессивные импульсы, другой – гомосексуальные и т. п.<sup>266</sup> У одного изоляция может быть частичной и выборочной, а у другого – «обобщенной». В первом случае, например, мужчина может избегать общения лишь с женщинами, а некоторые индивиды предпочитают вообще свести круг своего общения к минимуму.

Мы считаем также, что такое сложное явление, как самоизоляция на основе проекции, должно подкрепляться с помощью других защитных механизмов. Рационализации, подкрепляющие итоги работы проекции, выступают в роли рациональной критики тех, с которыми индивид не желает общаться. Поскольку других в таких случаях критикуют на основе проецированных качеств и мотивов, то возникает более общий вопрос: в какой мере любая критика в адрес других содержит самокритику? В какой степени в критике раскрывается личность самого критикующего индивида?

---

<sup>266</sup> См.: Janis I. a.o. *Personality. Dynamics, development, and assessment*. New York, 1969, pp. 315–320.

### **§ 3. Социальное сравнение, проекция и личность («Разве это человек?»)**

Зависть, как выражение восходящего социального сравнения индивида с другим человеком, более удачливыми людьми, порождает у личности ряд защитных механизмов и процессов. Одно из них – приписывание себе (самоатрибуция) приятных человеческих качеств, – доброты, порядочности, преданности своей семье и т. д., – с одновременной атрибуцией другому отрицательных человеческих черт или даже представление об отсутствии таких черт.

Нередко можно услышать суждения следующего рода: «Да, он добился успеха, но разве это человек?»; или: «Он хороший специалист, но плохой человек». Эти суждения несут сходство с образом мышления главного героя известной армянской сказки о Храбром Назаре, который, став царем, удивлялся, что цари соседних государств не хотят отдавать ему свои земли. «Как это не хотят?», – удивляется Назар и объявляет им войну, потому что они плохие цари.

Таким путем осуществляется дискредитация удачливых людей и обеспечение для себя некоторого психологического комфорта.

Фактически что происходит в психике человека, производящего восходящее социальное сравнение своей личности и успехов с личностью и успехами другого человека? Мы полагаем, что вначале производится сравнение по уровню успехов в определенной области деятельности (например, в профессиональной сфере). Если итог сравнения не в свою пользу (в результате чего субъект сравнения фрустрируется), он спонтанно меняет основу (критерий) сравнения: это первый шаг на пути к организации психологической самозащиты. Выбор нового основания (например, переход от профессиональной деятельности на определенные личностные черты) – второй шаг. Осуществление сравнения и использование гетероатрибуций и аутоатрибуций – это уже следующий шаг (или этап). Наконец, вывод (суждение) в свою пользу – это уже завершающий шаг, получающий вербальное выражение в особых психо-логических суждениях следующих типов: «Я как человек лучше него»; «Разве это человек?»; «Зачем нужен такой успех, если не может по-человечески жить» и т. п.

Поскольку человеческих качеств и форм активности много, такая защита может принимать различные конкретные формы. Сравнения могут осуществляться по самым различным критериям. Поэтому имеется возможность гибкого реагирования на неприятные восходящие социальные сравнения. Но остов психо-логики самозащиты и очередность ее этапов таковы, как было описано выше. Раскрытие этих основных форм психо-логических суждений социального сравнения и таких защитных механизмов, как атрибуция, проекция, интроекция и другие – важная задача психологии личности и когнитивной психологии. Нами фактически описан процесс комплексной психологической самозащиты человека, переживающего фрустрацию в результате неблагоприятного для себя восходящего социального сравнения.

### **§ 4. Проекция и предубеждения (применение в этнопсихологии)**

Создание и усвоение предубеждений – интересные и важные социально-психологические и этнопсихологические процессы. В этих процессах некоторую роль играет проекция. Подавляя свои нежелательные импульсы и желания и пытаясь удерживать их в вытесненном состоянии, человек может использовать также проекцию. Проекция на других, в частности на представителей других этнорелигиозных и расовых групп, своих неприемлемых импульсов и желаний – явление в настоящее время общеизвестное. Таким способом создаются ложные представления о других, и субъекты проекции начинают обращаться с ними так, как будто они действительно являются носителями таких черт и мотивов. Под влиянием проективных процессов социальные восприятия претерпевают серьезные изменения. Если о представителях

определенных этнических групп существуют готовые стереотипы и предубеждения, человек («проектор») охотно и быстро усваивает их (вместо того, чтобы сочинить новые). В его психике формируются устойчивые негативные представления об этих группах и их отдельных представителях. Эти явления уже исследуются в этнопсихологии<sup>267</sup>.

Вопросами формирования этнических и социальных стереотипов интересовались также психоаналитики. Их точка зрения представляет особый интерес, поскольку они впервые пытались применить в этой области свои представления о защитных механизмах. Ирвинг Сарнофф отмечает, что если в целом известно, что вытесненные мотивы составляют основу отрицательных установок к этническим меньшинствам (к принятию существующих о них отрицательных стереотипов), то в этом деле проекция играет особую роль. Она больше, чем другие защитные механизмы, способствует формированию и сохранению этнических предубеждений.

Сарнофф и другие психологи провели соответствующие исследования. Сначала они с помощью специальной методики определили общий уровень самозащитных тенденций (ego defensiveness), чтобы категоризировать испытуемых по этому критерию. Это составное средство измерения включило признаки подавления, отрицания, проекции и формирования реакции. Было высказано предположение, что от уровня защитных тенденций зависит уровень и направление изменения антинегритянской установки, когда испытуемому предлагают два вида коммуникации: а) сообщение, дающее понимание того, что есть связь между тенденцией к самозащите и антинегритянской установкой; б) сообщение об объективных особенностях объекта установки, т. е. о неграх.

Оказалось, что хотя общая тенденция к самозащите, как результат интеграции четырех механизмов, оказывают влияние на установку, решающую роль в этом процессе играет проекция. Только мера проективности позволила предвидеть общий индекс тенденции к защите (composite ego-defensiveness score). Было проведено еще одно исследование, которое показало, что уже только учет проекции позволяет предвидеть изменения установки, в то время как остальные защитные механизмы не могут стать основой для таких предвидений<sup>268</sup>.

Возникает вопрос: почему именно проекция играет такую важную роль? Какие ее особенности способствуют этому? Какие защитные комплексы образуются на ее основе? Все эти вопросы требуют специального исследования.

Не должно создаваться впечатление, что отрицательная установка и предубеждения относительно другой этнической группы создаются исключительно на основе работы механизма проекции. Индивид может приобрести такую установку просто потому, что он воспринял ее от окружающих референтных лиц только такую установку. И если такая установка подкрепляется с помощью системы поощрений и наказаний, то она может стать устойчивой, оказывая влияние на социальное поведение личности.

Проблема имеет и другой аспект. Под одной и той же расистской установкой у разных людей лежат различные защитные механизмы. Так, ряд американских исследователей, в числе которых были и психоаналитики, показал, что антиеврейскими установками обладают не только представители других этносов: часть евреев также имеет антиеврейские установки. С первого взгляда кажется, будто как у неевреев, так и у этой категории евреев – одна и та же антиеврейская установка. Однако оказывается, что у этих двух групп она детерминирована разными психологическими механизмами. Расисты неевреи, не умея сознательно признавать свои агрессивные мотивы (подавляя их и даже идеализируя своих родителей и свою социальную группу), направляют их на евреев. Свои неприемлемые мотивы они проецируют на евреев и используют их в качестве мишеней своей агрессии. Таким путем расист приходит к выводу,

---

<sup>267</sup> См.: Налчаджян А. А. *Этнопсихология*. СПб., М.: «Путер», 2004.

<sup>268</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, p. 237.

что не он, а евреи обладают неприятными чертами и мотивами. В этом смысле здесь, в основе такой установки, лежит проекция.

Но каким образом антиеврейская установка формируется у некоторой части евреев? У них происходит идентификация с агрессором. Эти люди являются жертвами расистских тенденций преобладающей части неевреев данного полиэтнического общества. Их антисемитизм является результатом такой идентификации с антисемитами нееврейской национальности.

Указанные совершенно разные психологические основы антисемитской установки у неевреев и евреев приводит к различным поведенческим проявлениям. Так, если антисемиты-неевреи прямо выражают свою агрессию словами или физическими действиями, то евреи-антисемиты выражают свою антисемитскую установку или пассивными переживаниями, или же переносят ее на самых себя. Они дискредитируют как своих близких людей (родителей – в первую очередь), так и этнорелигиозную группу в целом.

Надо отметить, что данная проблематика актуальна для всех этнорелигиозных и расовых меньшинств, живущих в полиэтнических обществах. Надо полагать, например, что антиармянство свойственно не только неармянам, но и небольшой части армян. Причем мы бы хотели внести одно уточнение в только что изложенную психоаналитическую концепцию Сарнофа и других. Речь идет о том, что антисемиты еврейской национальности, антиармяне армянской национальности и т. п. – выражают свою отрицательную установку к своему этносу не всегда так пассивно, как предполагают Сарноф и другие. Они завидуют успехам друг друга, плохо относятся к своим этнофорам, агрессивно соперничают с ними, дискредитируют их.

## **§ 5. Роль проекций в раскрытии преступлений**

Эта роль в некоторых случаях положительная, в других же – отрицательная. Перед нами интересная и почти не исследованная психологами область явлений. Любопытно, что о существовании данного явления знал и (разумеется, не в психологических понятиях) очень содержательно писал Эдгар По в рассказе «Похищенное письмо».

Сюжет рассказа следующий: министр Д., поэт, математик и очень хороший человек, крадет из королевских покоев письмо большой государственной важности, тем самым приобретая власть над дамой, занимающей в обществе очень высокое положение.

Префекту парижской полиции Г поручают найти это письмо. Несмотря на большой опыт и хитрость, он не сумел добиться успеха, поэтому обращается к любителю-детективу Дюпену. Последний, нестандартно мыслящий человек, обнаруживает письмо и за награду (50 тысяч франков) вручает изумленному Г. После этого Дюпен объясняет своему другу (рассказчику), почему префекта постигла неудача. Дюпен отмечает, что для понимания другого человека и предвидения его действий следует отождествлять свой интеллект с интеллектом этого человека. Но для этого следует уметь точно оценить интеллект противника. Затем Дюпен продолжает:

«Практически говоря, оно зависит именно от этого... в префект и его присные столь часто терпят неудачи именно потому, что не ищут подобного отождествления, и потому, что неверно оценивают интеллект своего противника. а вернее, никак его не оценивают. Они рассуждают, исходя только из собственных представлений о хитроумии, и когда разыскивают спрятанные вещи, то ищут их только там, где сами могли бы их прятать. В одном отношении они правы: их хитроумие вполне соответствует хитроумию большинства людей; но в тех случаях, когда хитрость преступника по своей природе не сходна с их собственной, такой преступник, разумеется, берет над ними верх. Так бывает всегда, когда его хитрость превосходит



их хитрость, и весьма часто – когда она ей уступает. Они ведут свои расследования, исходя из одних и тех же неизменных принципов»<sup>269</sup>.

Фактически писатель выдвигает, по крайней мере, две крупные психологические проблемы: 1) о роли атрибуции и проекции в понимании других людей; 2) о разновидностях хитрости, о ее природе и т. п. Эти проблемы, в силу важности во взаимоотношениях людей, достойны серьезного социально-психологического исследования.

---

<sup>269</sup> По Эдгар. Рассказы. М.: «Худ. лит.», 1980, с. 335.

## Глава 33. Характер и проекция

### § 1. Личность, характер и специфика проекций

Поскольку проекция исходит из мотивов и структур личности, то с самого начала можно предположить, что выбор содержания и типа проекций зависит от характеристик и структуры личности. Придерживаясь такой общей установки, можно приступить к исследованию влияния различных типов и аспектов личности на характер его проекций.

Мы уже говорили о том, что Фрейд рассматривал проекцию преимущественно в связи с вытеснением. Он считал, что когда внутреннее восприятие подавляется, после чего его содержание выступает в качестве содержания внешнего восприятия. Иначе говоря, внутреннее восприятие приписывается внешнему миру, проецируется на внешний мир.

Но уже Фрейд понимал, что характер влияет на проекцию. Например, подозрительный человек переносит на другого свои бессознательные чувства ненависти и зависти. Добродушные люди переносят эти свои чувства на других, считая их такими же людьми.

У детей и первобытных людей символическое единство «Я» и мира способствует проецированию. Определенные черты характера предрасполагают человека к осуществлению проекции. Таковы, например, ревнивость, подозрительность, мистицизм, утопизм, фанатизм и другие черты или комплексы характера. Психологически интенсифицированные формы проекции мы наблюдаем при шизофрении и в бреде отношения.

Вполне понятно, что темы влияния личности на характер проекции весьма широки, интересны и требуют последовательного исследования. Ниже мы рассматриваем некоторые исследования этой проблемы.

### § 2. Тип личности и индивидуальные особенности проекции

Исследования показывают, что люди различаются по тому, в какой мере они склонны считать причинами своего поведения свои внутренние мотивы или же обстоятельства внешнего мира. Тест для измерения этих различий создали Джулиан Роттер и его сотрудники, назвав его I – E-шкалой. I (internal – внутренний) относится к тем, кто видит причины и контроль над своим поведением внутри себя; E (external – внешний) указывает на общую тенденцию восприятия внешнего мира как контролирующего над своим поведением. Первые (имеющие высокий I) считают себя причинами событий в этом мире. *Психо-логика* этих людей выражается в утверждениях следующего характера: «Я это могу делать»; «Я могу оказать влияние на события»; «Я отвечаю за свои действия» и т. п.

Вторые, имеющие высокий E, склонны считать себя жертвами. (Их психо-логика выражается в суждениях следующего типа: «Так со мной случилось»; «Я имею мало власти над своей судьбой»; «Что я могу поделать с этим?» и т. п.).

Оказалось, что эти два типа личностей в значительной мере различным образом воспринимают и истолковывают мир, в том числе героев рассказов. Люди с высоким экстернализмом склонны считать героев жертвами во всех ситуациях (в опытах deCharms и других – во всех 42 рассказах). Создается впечатление, что они свое мировосприятие приписывают другим, проецируют на других, они как бы говорят: «Я не имею власти над своей судьбой. Я не думаю, что он сможет оказать влияние на свою судьбу»<sup>270</sup>.

---

<sup>270</sup> Rotter J.B., Seeman M. and Liverant S. *Internal versus external control of reinforcements: A major variable in behavior theory.* – In: N.F. Washburne (Ed.). *Decisions, values, and groups.* Vol.2. London: Pergamon, 1962\$ Lefcourt H.M. *Internal versus External*

Вопрос в том, в какой мере такую проекцию (или атрибуцию) можно считать защитным механизмом. Но адаптивным его в широком смысле можно считать, поскольку приписывая другим такие же движущие силы поведения, как и себе самому, человек находит психологическую опору для своего мировосприятия, оправдывает себя (пусть неявно и не совсем осознанно). Вот почему исследования вышеназванных авторов представляют значительный интерес.

Мы уже написали в настоящей книге, что описанному виду проекции можно дать название атрибутивной. Следовательно, должны существовать также неатрибутивные проекции и другие подтипы этого механизма.

Опыты показали также, что когда изменения в поведении другого приписываются внешним обстоятельствам, мы фактически не меняем наше мнение о нем. Наоборот, когда это изменение мы объясняем внутренними причинами, тогда мы пересматриваем свою точку зрения. Эта закономерность действует, когда знакомый нам человек начинает вести себя необычным или странным образом.

### **§ 3. Локус контроля и проекция**

Какие типы личностей более склонны к частому использованию проекции? Мы предполагаем, что склонность к частому и систематическому использованию проекции в качестве орудия психологической самозащиты более развита у лиц с преобладающим внешним локусом контроля. Это, конечно гипотеза и нуждается в обосновании.

При этом полезно найти ответы также на следующие вопросы: какие еще механизмы чаще всего склонны использовать люди с преобладающим внешним локусом контроля? А как обстоит дело с теми, у кого преобладает внутренний локус контроля? И какими защитными механизмами чаще всего склонны пользоваться люди со средним (смешанным) локусом контроля. (Материал для анализа есть, напр., в книге Перлза, гл.10).

## Глава 34. Другие механизмы внешней защиты

### § 1. Защитный механизм самоограничения

Самоограничение (self-restriction) является многофункциональным психологическим механизмом. Но его роль в защите личности от внешних фрустраторов не подлежит сомнению. Данный механизм возможен только на основе вытеснения и отрицания (denial).

Механизм самоограничения описан еще Анной Фрейд и состоит в том, что человек уходит из трудных ситуаций, избегает их и ограничивает свои потребности. (Вспомним Будду и его мудрость: чем меньше у человека потребностей, тем меньше страданий). Человек выбирает узкую сферу деятельности и избегает расширения сфер своей активности.

Г. Гартманн отметил положительные аспекты этого механизма. В частности, ограничивая себя, человек ищет более легкие пути и лучшие возможности для своей деятельности. Это весьма эффективный процесс адаптации к условиям социальной жизни.

Данный механизм был описан также Э. Эриксоном у одного подростка<sup>271</sup>.

### § 2. Защита путем самовоспрепятствования

А. Общая характеристика и функции. – Существует еще один интересный механизм психологической защиты, который получил название *самовоспрепятствование* (self-handicapping). Это то явление, когда человек занят целенаправленной деятельностью, стремится к успеху, однако сам парадоксальным образом чинит препятствия на своем пути. Для чего это делается?

Психологический анализ показывает, что целью такого человека является следующее: он заранее создает доводы и аргументы для самооправдания на тот случай, если вдруг его деятельность окончится неудачей. Именно это – основная функция защитного механизма самовоспрепятствования.

Как психологическая проблема данный механизм и процесс его использования имеют по крайней мере два аспекта. 1) *Первый аспект*: это предварительный, предвосхищающий возможное будущее защитный механизм. Предвидя будущие неудачи, человек заранее создает для себя средства самозащиты, пытаясь ссылкой на внешние препятствия оправдывать свою неудачу или поражение. 2) *Второй аспект*: механизм самовоспрепятствования может использоваться также как защитный механизм, применяемый актуально, «здесь и сейчас». Такое использование данного защитного механизма имеет место в том случае, когда неуспех, провал деятельности, уже наступил.

Однако механизм самоограничения имеет еще одну, *третью функцию*, которая здесь, насколько нам известно, указывается впервые. Речь идет о следующем: когда человек добивается успехов, то с помощью данного механизма он пытается показать, какие серьезные трудности ему приходилось преодолеть на пути к такому успеху. Этим путем он старается показать, что его успех реально выше, чем только полученный конкретный результат, поскольку ему пришлось преодолеть дополнительные препятствия. Такая самозащита является также средством повышения самооценки, а этим путем – также социальной ценности собственной личности. Действительно, если социальные наблюдатели видят, что из двух добивавшихся одинакового результата индивидов А не имел перед собой серьезных препятствий, а В пришлось

---

<sup>271</sup> См.: Erikson E. *Childhood and Society*. 2nd ed., New York, 1963, p. 308; Эриксон Э. *Детство и общество*. СПб.: «Речь», 2002.

преодолеть сопротивление людей и другие препятствия, то оценка личности и достижения В у них будут выше.

Представляет важность также следующий вопрос: каким образом комплексный механизм самовоспрепятствования связан с другими защитными механизмами, например с рационализацией? Данный вопрос кратко рассматривается ниже.

Таким образом, исследование данной защитной стратегии показывает, что она может иметь два направления функционирования: 1) она может быть предназначена для самопрезентации, т. е. быть направлена на других; это считается ее главным направлением функционирования; 2) но она может быть направлена и на собственную личность, и в этом случае она служит для того, чтобы защищаться от таких сведений, которые неприятны и вызывают новые фрустрации<sup>272</sup>.

Защитная стратегия самовоспрепятствования чаще всего используется в том случае, когда другие люди, имея в виду наши прежние успехи, ждут от нас новых успехов и достижений. Когда людям наши процессы самовоспрепятствования недоступны, то их использование уже маловероятно.

Б. Разновидности самовоспрепятствования. – Целый ряд разновидностей данного механизма можно видеть в повседневной жизни людей, в самом процессе их использования. Вернее, можно видеть их поведенческие выражения. Приведем примеры.

Артист или певец, готовясь к выступлению, в последний момент пытается спастись бегством или принимает алкоголь.

Студент всю ночь перед экзаменом не ложится спать, делая вид, будто занимается. На самом же деле, он просто может убивать время. Есть у студентов и другие типичные приемы: потеря тетрадей с записями лекций, нежелание обычным образом позаботиться о себе и, конечно, «плохое самочувствие», «болезнь». Во время экзамена именно с помощью этих фактов они и пытаются оправдываться, когда дело идет к провалу. Исследование подобных явлений представляет значительный интерес.

Ипохондрический синдром, таким образом, считается одним из самых распространенных способов самовоспрепятствования. Причем следует различать притворную болезнь и подлинное заболевание: как то, так и другое могут служить психологической защите в форме самовоспрепятствования. В обоих случаях физические симптомы болезни налицо, но внутренние различия весьма существенны.

Как повседневные наблюдения, так и специальные исследования показали, что очень часто применяемым способом самовоспрепятствования является употребление алкоголя. Даже те люди, которые добились успеха, но не имеют уверенности в том, что вновь смогут добиваться результатов такого же уровня, начинают употреблять алкоголь, используя это как для самовоспрепятствования, так и для последующего самооправдания. Такие привычки, следовательно, имеют двойную функцию.

Как нетрудно видеть, исследование рассматриваемых защитных механизмов создает возможность исследования алкоголизма и личность алкоголиков с новой точки зрения. Интересно также выявление этнических различий в использовании описанных выше тактических приемов и стратегий самозащиты. Для тех народов, у которых много алкоголиков и вообще много употребляющих алкогольные напитки граждан, знание психологических причин и механизмов подобной самозащиты может оказать весьма полезную услугу как для самопознания, так и в деле профилактики алкоголизма.

В. Вспомогательные механизмы в процессе самовоспрепятствования: атрибуция и другие. – Как уже сказано выше, основной функцией механизма самовоспрепятствования явля-

---

<sup>272</sup> В этой области значительный интерес представляют исследования Р.Баумаистера. См.: Baumeister R.F. *Public self and private self*. New York: Springer – Verlag, 1986.

ется оправдание неудачи. Именно с этой целью и человек подготавливает искусственные препятствия на пути собственной целенаправленной деятельности. Однако оправдание неудачи может, в свою очередь, служить более общей цели, а именно – цели самопрезентации. Иногда говорят также о существовании у людей *стратегии самопрезентации* (self-presentational strategy), в ходе реализации которой используются также некоторые другие механизмы, в числе которых – принципы атрибуции<sup>273</sup>.

Как показывают исследования, когда мы терпим неудачу при наличии серьезных препятствий, то атрибуция слабости способностей исключается. Неудача атрибутируется этим препятствиям. («Он очень талантливый человек, но ему не дали завершить задуманное» и т. п. – вот психо-логика оправдания в таких случаях). Эти препятствия могут быть как внешними, так и внутренними. Например, поэт много употребляет спиртных напитков, и о нем говорят: «Он очень одаренный поэт, но пьянство мешает ему работать». Таким же образом можно оправдывать низкий академический уровень студента и многие другие провалы в деятельности людей.

Кроме атрибуции в процессе самовоспрепятствования используются также рационализации: нередко рационализации осуществляются с помощью атрибуций. Спонтанно создаются комплексы, состоящие из атрибуции и рационализации, которые используются в каждом случае, когда личность выбирает защитную стратегию самовоспрепятствования. Важно также отметить, что в подобных случаях в первую очередь защищается Я-концепция личности.

Исследования показали, что стратегия самовоспрепятствования предназначена не только для того, чтобы впечатлять других. Как оказывается, с помощью этой стратегии находятся решения также в случае самоатрибуций. Те индивиды, которые пользуются стратегией самовоспрепятствования, не желают знать свои самоатрибуции. Путем самовоспрепятствования они добиваются того, что полностью предотвращают осознание реальной слабости своих способностей.

Г. Проблемы из области психологии управления. – Феномен изобретения искусственных препятствий и их использование в качестве защитных аргументов, с целью оправдания своих неудач, очень часто встречается в области социального управления, в том числе в процессе политического руководства организациями и государствами.

Например, руководитель страны может создать искусственные трудности и с их помощью оправдывать свое неумелое руководство. Данное явление получило широкое распространение в новых независимых государствах, которые появились после развала Советского Союза. Например, провоцируя локальную войну, можно оправдать экономический застой в стране. В России, например, войной в Чечне Ельцин и его окружение пытались оправдать неудачу экономических реформ.

Когда на пути целенаправленной деятельности политических деятелей, независимо от их воли, появляются серьезные препятствия (например, блокада, засуха и другие природные катастрофы, козни врагов и т. п.), они немедленно воспользуются ими в качестве аргументов для самооправдания. Однако подобные случаи только частично можно считать самовоспрепятствованием.

Во всех подобных случаях значительную роль в самооправданиях людей играют внешние, ситуационные атрибуции.

Д. Личность и самовоспрепятствование. – В каких случаях человек естественным образом прибегает к помощи рассматриваемого механизма? Исследования показывают, что склонность пользоваться данным механизмом зависит от целого ряда личностных свойств, а это указывает на то, что должны существовать значительные индивидуальные различия в предпочтении пользоваться механизмом самовоспрепятствования.

---

<sup>273</sup> См.: Хьюстон М., Финчем Ф. Теория атрибуции и исследования. Основные вопросы и применение. – В книге: Перспективы социальной психологии. Москва: "ЭКМО", с. 189–227.

Одним из личностных свойств, которые вызывают тенденцию пользоваться данным защитным механизмом, является *недоверие* к собственным способностям, *неуверенность в своих интеллектуальных возможностях*. Осознавая *недостаточность своих способностей*, человек переживает *тревогу и страх перед возможной неудачей и прибегает к помощи стратегии самовоспрепятствования*. Это позволяет иметь основание для оправдания в случае неудачи.

Во время одного эксперимента всех испытуемых разделили на две группы. Первой подгруппе поручили решение легких задач. Они с успехом справились с ними, и психологи, со своей стороны, сказали им, что они добились успеха. Второй подгруппе было поручено решать трудные задачи. Ее члены плохо справились с заданием, но, вопреки этой реальности, психологи заверили им, будто они решали задачи успешно. Члены первой подгруппы были *уверены*, что правильно решали задачи, в то время как у членов второй подгруппы, несмотря на заверения экспериментаторов, остались *сомнения* на этот счет.

На следующем этапе эксперимента всем испытуемым предлагали, до того, как приступить к решению новых задач, выбрать один из двух видов пилюль. Один вид – это такие пилюли, которые могли активизировать и улучшить процесс решения задач, второй же вид обладал способностью подавить активность и вызвать вялость и пассивность. Оказалось, что члены первой группы (уверенные в своих способностях субъекты) выбирали активизирующие пилюли, в то время как члены второй группы предпочли ослабляющие пилюли. В чем причина такого выбора? Причина состоит в том, что ослабляющие лекарства – это препятствие на пути к успеху, и если на следующем этапе эксперимента действительно придется решать новые задачи, то в случае неудачи будет готовый аргумент для самооправдания, а именно: это вызывающие слабость пилюли виноваты в неудаче<sup>274</sup>.

Итак, люди склонны создавать искусственные препятствия на своем пути к цели в том случае, если не уверены, что обладают достаточными знаниями и способностями для успешного решения предстоящих задач. В то же время из практической жизни мы знаем, что уверенные в своих силах люди стремятся устранить препятствия для того, чтобы как можно быстрее добиваться возможно более крупных успехов.

Говоря о личностных различиях в использовании стратегии самовоспрепятствования, следует иметь в виду, что личности различных типов и профессий в различной степени пользуются ею. Проведен целый ряд исследований на спортсменах (пловцов, игроков в гольф и т. д.). Выяснилось, что те спортсмены, которые имеют склонность к использованию данной стратегии, чаще всего пользуются ею (в ипохондрических вариантах) перед ответственными соревнованиями. Это те личности, которые не уверены в своих силах. Но в том случае, когда предстоящие выступления не связаны с большой ответственностью, поведение таких спортсменов мало отличается от поведения тех, кто не склонен пользоваться этой защитной стратегией. Однако одно важное различие все же существует: те спортсмены, у кого имеется лишь очень слабая склонность пользоваться стратегией самовоспрепятствования, перед соревнованиями, особенно перед ответственными выступлениями, тренируются более интенсивно.

Как нетрудно видеть, намечаются очень интересные и пока что малопонятные связи между *психологией ответственности* и *психологией самозащиты* с помощью рассматриваемой специфической стратегии.

Как уже было сказано (это замечено и другими исследователями), стратегия самовоспрепятствования позволяет не только оправдываться в случае неудачи: в случае успеха эта стратегия позволяет повысить ценность достигнутого результата. Успех оказывает более сильное

---

<sup>274</sup> См.: Jones E. E. and S. Bergles. Control of attributions about the self through self-handicapping strategies: The appeal of alcohol and the role of underachievement. – In: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1978, 4(2), pp. 200–206.

впечатление на социальных наблюдателей в том случае, когда достигнут путем преодоления серьезных препятствий, чем тогда, когда таковые отсутствуют.

Все эти варианты и проявления рассматриваемой стратегии требуют дальнейших исследований<sup>275</sup>.

### § 3. Симпатизм и проблемы виктимологии

Под словом «симпатизм» психологи имеют в виду такое поведение человека, когда он, для того, чтобы вызвать симпатию других людей к своей персоне, рассказывает им о своих болезнях и страданиях, о том, какие приходилось потерпеть неудачи, и вообще какими трудностями была полна вся его жизнь. Если слушатели, узнав обо всем этом, переживают состояния озабоченности и симпатии к нашему страдальцу, то его самооценка, несмотря на все его неудачи и лишения, повышается<sup>276</sup>. Мы считаем, что более правильно назвать его механизмом вызывания (или возбуждения) симпатии.

Нетрудно видеть, что речь идет о таком механизме психологической самозащиты и адаптации, который широко используется не только индивидами, но и социальными группами, даже этносами. Разновидностью данного механизма является стремление некоторых народов или наиболее типичных этнофоров тех этносов, которые стали объектом этноцида (геноцида), систематически рассказывать миру об этом преступлении, о собственной виктимизации. Некоторые этносы в лице их типичных представителей даже в этом аспекте стремятся выглядеть уникальными и избранными судьбой, для чего, кроме механизма симпатизма, прибегают также к непризнанию этноцида других народов. Для них они находят более умеренные определения. Например, еврейское государство никак не может признать этноцид армян в Османской империи и Турецкой республике, хотя отдельные смелые представители этого народа признают данный исторический факт. В одной из наших трудов мы назвали подобное явление «гордостью жертвы»: некоторые хотят, чтобы только их признавали в качестве жертв такого преступления. Создается впечатление, что они гордятся таким трагическим своим статусом<sup>277</sup>.

Возникает необходимость исследования также последствий систематического использования механизма вызывания симпатии как в жизни и психической структуре его субъекта, так и у тех индивидов и групп, перед которыми он выступает этим своеобразным видом самозащиты. Дело в том, что злоупотребление данным механизмом (а это – очень распространенное явление) может привести к развитию у личности мазохизма. Такая же задача возникает и в том случае, когда механизм вызывания симпатии используется на этническом уровне.

Другое возможное направление новых исследований – это попытка выяснения того, какую роль играет механизм возбуждения симпатии в жизни известных деятелей, работавших и работающих в различных областях деятельности. Способствует ли данный механизм достижению успехов?

Исследуя все эти аспекты симпатизма, мы должны иметь в виду, что перед нами любопытный феномен самораскрытия ради самозащиты. Причем следует рассмотреть, по крайней мере, два случая: 1) искреннее самораскрытие, в процессе которого индивид рассказывает о своих реальных болезнях и неудачах и т. п.; 2) ложное самораскрытие, т. е. рассказ о несуществующих болезнях и не имевших место страданиях и неудачах с целью обмана слушателей.

Другая задача: следует выяснить, каким образом механизм симпатизма взаимодействует с другими защитными механизмами личности, в каких сочетаниях чаще всего выступает. В качестве гипотезы можно выдвинуть предположение, что симпатизм чаще всего сочетается с

---

<sup>275</sup> Проведенные в США исследования обобщены, например, в следующей книге: Worchel S., Cooper J. and Goethals R.G. *Understanding Social Psychology. Fourth ed., Chicago: The Dorsey Press, 1988, pp. 166–168.*

<sup>276</sup> См., например: Coleman J. C. *Abnormal Psychology and Modern Life. (3rd ed.), 1964, p. 108*

<sup>277</sup> См.: Налчаджян А. А. *Этническая виктимология и психоистория этноцида. Ереван, 2011.*



интроекцией, проекцией и рационализацией. Для проверки этой гипотезы следует подвергать анализу конкретные случаи.

Наконец, исследование симпатизма соприкасается с очень интересной областью современной психологии – с *психологической виктимологией* (это новая наука, исследующая психическую жизнь и типологию жертв различных преступлений). Дело в том, что *человек, использующий механизм симпатизма, в определенной мере берет на себя роль жертвы*. Причем можно подозревать, что во многих случаях личность действительно является жертвой, но не исключены также случаи искусственного создания образа жертвы с целью получения определенных преимуществ и социального признания.

#### **§ 4. Атрибуция и защитная классификация (об одной защитной психо-логике)**

Человек может подвести под одну категорию разнородные предметы не потому, что они сходны, а для удовлетворения своих защитных мотивов, с целью защиты структуры своей Я-концепции.

Психически нормальный человек, как и большинство других людей, создает обычные классификации на основе общих черт, признаков или функций предметов. Если у человека сила «Я» ослаблена незначительно, то он может классифицировать предметы не по объективным признакам, а исходя из своей защитной потребности. Так, он может классифицировать энное число предметов как принадлежащих одной группе по поверхностным, второстепенным признакам, поскольку *ему нужно*, чтобы эти предметы принадлежали одной группе. Если речь идет о группе людей, то включение их в одну категорию человеку может потребоваться для того, чтобы он мог действовать по отношению к ним одинаково. Если бы он признавал индивидуальные различия, то это было бы угрозой для его «Я» и потребовал бы от него реадaptации.

Защитными являются классификации и обобщения следующего вида: 1) «Все женщины одинаковы»; 2) «Все французы одинаковы»; 3) «Все лица кавказской национальности имеют преступные намерения» и т. п. Такие обобщения нужны людям для того, чтобы сохранить свой репертуар поведения по отношению к этим социальным категориям. Во всех подобных случаях мы видим сходную *психо-логику*, основной функцией которой можно считать психологическую самозащиту.

Ошибочные классификации и обобщения делают многие и по различным причинам. Усталость, недостаточность знаний, повреждение мозга и другие условия способствуют переходу человека к использованию такой тенденциозной психо-логики. Подобные классификации являются защитными в том случае, когда удастся выяснить, что человек обращается к ним для усиления своего «Я», для защиты структуры своей Я-концепции.

Когда к процессу восприятия другого человека подключается атрибуция, в итоге получается искаженный образ этого человека. *Атрибуция имеет место тогда, когда данный человек по одному признаку имеет сходство с другим человеком, и, исходя из этого, другие лица приписывают ему все остальные признаки или большинство психических черт этого человека*. Атрибуции данного типа участвуют в создании защитных классификаций. «Если и без этого ясно, что личность А должен обладать большинством черт личности В, то зачем исследовать А?» – вот какое психо-логическое суждение может возникнуть в таком случае. Механизм трансфера хорошо иллюстрирует роль защитных классификаций: для больного психотерапевт становится заместителем образа своего отца или матери. Между тем лечение идет намного эффективнее, когда больной ясно видит, что психотерапевт все же не очень похож на его родителя.

## § 5. Защитная дифференциация

Защитными могут быть как неспособность (и нежелание) видеть различия между ситуациями, предметами и т. п., так и восприятие таких различий, которые другими не замечаются.

Защитная дифференциация состоит именно в том, что соответствующим образом мотивированная личность видит такие различия, которые для других незаметны или, если даже они замечают их, то не придают им существенного значения<sup>278</sup>.

Так, если две ситуации считаются индивидами А и В сходными и они действуют в них одинаковым образом, то для С они могут иметь различия, и он будет действовать в них различным образом. Его моральное поведение тоже в этих двух ситуациях может быть различным. В одной из этих ситуаций он может действовать как вор, а находясь в другой – считать подобное поведение недопустимым. Есть люди, которые считают, что у государства можно воровать, а у частных лиц нельзя. Когда их внимание обращают на то, что в моральном отношении это одно и то же поведение, такие люди не соглашаются. «Это различные ситуации», – говорят они<sup>279</sup>.

Когда человеку удается в своем восприятии отделять от ситуации определенные аспекты (и не замечать их), тогда реальная угрожающая ситуация может представляться ему неугрожающей; в этом случае у него чувства тревоги и страха будут отсутствовать до тех пор, пока он ситуацию воспринимает таким образом.

В крайних своих выражениях эта защитная тенденция становится патологической. Он нередко выражается, например, у шизофреников. Эти больные часто осуществляют девиантные дискриминации. Например, вполне здоровая пища может восприниматься как отрава, поскольку индивид замечает едва уловимые различия в цвете и запахе. Есть различия, которые существенны, но есть и несущественные различия. Здоровые люди их различают, тогда как шизофреники – не всегда.

## § 6. «Создание альтернатив» – стратегия предварительной защитной адаптации

Есть распространенная в реальной жизни стратегия защитной адаптации в условиях ожидания внешних фрустраторов, которая многими применяется весьма успешно, хотя, насколько нам известно, и не стала еще предметом психологического исследования. Мы называем ее *стратегией создания альтернатив*. Она может использоваться также в качестве незащитной стратегии адаптации.

Речь идет о следующем: если я выполняю только одну деятельность и зарабатываю на жизнь только этим единственным способом, то при фрустрации (блокаде) этой деятельности я могу оказаться в труднейшем положении, даже голодать. Для того, чтобы этого не случилось (т. е. предвидя такую возможность), я могу поступить одним из следующих способов: 1) исполнять одну и ту же деятельность в различных учреждениях и ситуациях. Например, преподаватель вуза берется преподавать в двух или даже большем числе вузов, причем преподает один и тот же предмет. Если в одном из этих учреждений его активность блокируется, то в остальных он может беспрепятственно продолжать свою деятельность. 2) Предвидя будущие фрустрации, человек может заниматься разными видами деятельности. Если в одной из них его фрустрируют, он может продолжать успешно трудиться в другой. Например, депутаты парламента, зная, что эта форма деятельности временная, могут заниматься преподаванием в вузах, организовать свой бизнес, устроиться в качестве научных сотрудников и т. п.

---

<sup>278</sup> См.: Dollard J. and Miller M. E. *Personality and Psychotherapy*. New York: McGraw, 1950, Chapter 17–19.

<sup>279</sup> На данное явление обратили внимание и другие авторы. См.: Jourard S., *op. cit.*, pp. 210–211.

Перед нами случаи подлинного создания альтернатив, при наличии которых фрустрация в связи с одной формой деятельности не приводит к жизненному кризису и не будет восприниматься как трагедия.

Например, известный артист Голливуда Джеки Чан во время одного интервью признался в том, что сознательно пользуется такой стратегией.

Журналист еженедельника «АиФ» Георгий Зотов задает вопрос: «– Мне в Голливуде одну вещь рассказывали... не знаю, шутка или нет. якобы у вас панический страх – когда-нибудь популярность закончится и вы станете бедным...».

Ответ: «– Я думаю, у каждого человека, особенно у того, кто вырос в нищей семье, такое чувство присутствует подсознательно. Иногда люди, которые голодали, делают запасы сухарей под подушкой, хотя их дом ломится от еды. Я бутерброды в постели не храню, но именно по этой причине я не только актер. У меня своя фирма, которая выпускает одежду от Джеки Чана, я веду программу на ТВ Гонконга, раскручиваюсь как певец. Я все в жизни устроил так – если сорвется одно, у меня остается про запас что-то другое. На мой взгляд, это правильно...»<sup>280</sup>.

Это пример того, как человек сознательно изобретает стратегию создания альтернатив и успешно ее применяет.

Применение подобной стратегии усложняет жизнь человека, но делает ее более предвидимой и устойчивой. По-видимому, у такого человека смягчается тревога. Человек осуществляет более одного процесса целеобразования и целеполагания; два или больше процессов преследования целей и контроля над соответствующими деятельностями; у него теперь больше успехов, что может оказать весьма желательное воздействие на его Я-концепцию; неудача в одном деле компенсируется успехами в другом и т. п. Но, как и в случае с Чаном, принимая такую стратегию, человек оказывается в состоянии хронического стресса (нехватки времени, спешки, физической и психической перегрузки).

В связи с обсуждаемой стратегией адаптации возникает ряд проблем, которые требуют дальнейших исследований: 1) какие типы лиц чаще всего выбирают данную стратегию; 2) оказывает ли на выбор стратегии создания альтернатив преобладающий у личности локус контроля?; 3) не является ли выбор данной стратегии разновидностью хитрости человека? и т. п.

---

<sup>280</sup> «АиФ», № 32, 2006, с. 23.

## Часть третья. Механизмы внутренне-внешней защиты

### Глава 35. Психологическая идентификация: ее разновидности и основные функции

#### § 1. Общая характеристика идентификации

А. Определение. – *Идентификация* (от лат. *Identificare* – отождествлять) в психологии личности и социальной психологии определяется как эмоционально-когнитивный процесс «отождествления субъектом себя с другим субъектом, группой, образцом»<sup>281</sup>.

Идентификация является одним из главных механизмов социализации индивида и превращения его в личность, но она может также играть защитную роль особенно в сочетании с другими защитно-адаптивными механизмами. В психологии впервые концепцию идентификации разработал З. Фрейд. Дальнейшее развитие его идеи получили в работах Анны Фрейд и других психоаналитиков. В настоящее время реальность и огромное значение идентификации как механизма социализации и психической адаптации признается всеми серьезными специалистами по возрастной и социальной психологии. Ниже мы рассматриваем некоторые аспекты этого важного психического механизма.

В процессе идентификации одно лицо (субъект идентификации) осуществляет преимущественно подсознательное психическое уподобление с другим (с объектом идентификации, с моделью)<sup>282</sup>. В качестве объектов идентификации могут выступать как индивиды, так и группы. Так, в социальной психологии говорят об идентификации личности с социальной группой.

Идентификация приводит к поведенческим последствиям – к *подражанию* действиям и переживаниям объекта, интернализации его ценностей и установок. Имея в виду *полифункциональность* идентификации, следует сказать, что она играет роль в жизнедеятельности и взаимодействиях людей всех возрастных групп. Поэтому следует согласиться также с точкой зрения, согласно которой объектами идентификации могут стать родители, другие близкие люди, вообще значимые лица, и не только реальные, но и воображаемые (например, герои художественных произведений) и даже животные. Идентификация может быть полной и неполной, сознательной и неосознаваемой<sup>283</sup>.

Как известно, необихевиористы считают, что научение является основным механизмом социализации. Идентификацию тоже они считают процессом учения (постепенным, широким, имитативным), связанным с вознаграждением и наказанием<sup>284</sup>. Идентификация отличается от других форм научения через имитацию (подражание) тем, что при идентификации индивид не только подражает действиям другого, но и становится похожим на этого человека.

Б. Идентификация и онтогенез личности. – На роль идентификации в онтогенезе человеческой личности обращали внимание многие психологи<sup>285</sup>. В этих работах в первую очередь исследуется идентификация ребенка с родителями.

---

<sup>281</sup> См.: *Краткий психологический словарь. Под общей редакцией А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского. М., 1985, с. 109.*

<sup>282</sup> См.: *Freud A. Das Ich und die Abwehrmechanismen. L., Hogarth, 1946.*

<sup>283</sup> См., например: *Столин В. В. Самосознание личности, М., 1983, с. 57.*

<sup>284</sup> *Bronfenbrenner U. Freudian theories of identification and their derivatives. – «Child Development», 1960, 31, pp. 15–40; Kagan J. The concept of identification. – «Psychological Review», 1958, 65, pp. 296–305.*

<sup>285</sup> См.: *Freud A, op. cit.; Brown R. Social Psychology. New York, 1986 (2nd ed.); Danziger K. Socialization. New York, 1978; Андреева Г.М. Социальная психология. М., 1980; Столин В. В. Самосознание личности; Захаров А. И. Психологические осо-*

Идентификация ребенка с родителями начинается уже с конца младенческого периода развития (С 1–2-летнего возраста). Высказана верная, с нашей точки зрения, идея, согласно которой первичная онтогенетическая идентификация имеет место с тем родителем, который заботлив и любит ребенка. В дальнейшем процессы идентификации усложняются, становятся частично осознанными и даже контролируруемыми, появляется феномен идентификации с «агрессором» (или негативная идентификация, впервые описанная, как мы покажем, психоаналитиками). В. В. Столин пишет: «Так или иначе, идентификация оказывается важнейшим процессом, лежащим в основе всей группы феноменов субъективного уподобления и связывания, точнее, важнейшей психической деятельностью, идущей навстречу социальным влияниям, формирующим его самосознание. Идентификация делает ребенка способным перенимать точку зрения родителей и других людей, делает его податливым к их внушающим воздействиям, способным внутренне подчиниться их контролю и переносить его внутрь, способным оценивать себя по меркам взрослых, применять их стандарты к своей деятельности, развивать самоидентичность и чувство «Мы», дифференцировать себя от других. Идентификация служит одним из внутренних стимулов включения ребенка во взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. В свою очередь, названные процессы укрепляют и развивают идентификационные механизмы ребенка»<sup>286</sup>. Значительную роль идентификации в формировании личности признают также специалисты, работающие в области психологии возрастного развития<sup>287</sup>.

Эти замечания позволяют заключить, что идентификация лежит в основе *принятия роли других и ролевой социализации* вообще. Они показывают также, что идентификация со значимым другим порождает избирательную внушаемость и конформность, что приводит, в свою очередь, к избирательной невосприимчивости к другим воздействиям и к избирательному неконформизму. Поэтому изучение всех разновидностей и уровней идентификации необходимо для развития ряда областей психологии личности, возрастной социальной психологии, психологии морали и других разделов современной психологии.

В. Противоречивость психической идентификации. – Здесь мы бы хотели представить определенную точку зрения на одно явление, знание которого поможет лучше понять все личностные и социально-психологические процессы, связанные с идентификацией. Мы считаем, что *идентификация, как психический процесс, имеет две противоположные тенденции* и, следовательно, она внутренне противоречива: а) субъект А, идентифицируясь с личностью Б, тем самым одобряет его существование, нередко переживает к ней не только симпатию, но и чувство любви, и подражает ее поведению; б) вместе с этой утверждающей тенденцией идентификация нередко содержит в себе очень сильно выраженную тенденцию замены собственной личностью человека, который стал объектом сочувственной идентификации, восхищения и подражания. Но тенденция заменить другого человека в той основной роли, в аспекте которой имела место идентификация, в глубоком психологическом смысле является *отрицательной*, она содержит в себе явную или скрытую агрессивность.

В семейных взаимоотношениях подобная амбивалентность идентификации с отцом хорошо описана Зигмундом Фрейдом, который считал ее основным механизмом возникновения Эдипова комплекса. «Идентификация амбивалентна с самого начала, она может служить выражением нежности, равно как и желания устранить отца»<sup>288</sup>.

---

бенности восприятия детьми роли родителей. – «Вопросы психологии», 1982, № 1; его же: Психотерапия неврозов у детей и подростков. Л., 1982, и др..

<sup>286</sup> Столин В. В. Самосознание личности, с. 61–62.

<sup>287</sup> См.: Крайг Г., Психология развития. СПб., «Питер», 2001; Крэйн У. Теории развития. Секреты формирования личности. СПб., «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002.

<sup>288</sup> Фрейд З. Психология масс и анализ человеческого «Я», с. 48.

В жизни такая внутренняя противоречивость и амбивалентность идентификации принимает совершенно реальные и даже прозаические формы. В литературе отмечено, что многие политики начинают свою карьеру с идентификации с определенной личностью, которая уже достигла высот успеха и могущества. Восхищаясь им и даже став его помощником и последователем, молодой политик вместе с этим начинает явно или скрыто соперничать с ним. Нередко это кончается тем, что старого деятеля лишают его статуса. При этом, поскольку идентификация продолжается, победитель, заняв его место, не перестает восхищаться побежденным и (если он действительно умен) изучает его биографию, причины успехов и неудач.

В более скромных масштабах эти сложные и преимущественно скрыто и подсознательно протекающие процессы имеют место в семейных взаимоотношениях (между отцом и сыном, матерью и дочерью), в трудовых коллективах (между руководителями и подчиненными).

Известно, что суждения человека о других нередко противоречивы: одного и того же человека и восхваляют, и критикуют одновременно. Такое противоречивое отношение в первую очередь обусловлено тем, что не все реальные или приписываемые этому человеку качества являются ценными и достойными подражания в глазах того, с позиций которого рассматривается данная ситуация. Но другой, более мощной и собственно психологической причиной возникновения такого противоречия является амбивалентность идентификации, сочетание одобрения с неодобрением, любви и симпатии с ненавистью и завистью. Поскольку, идентифицируя себя с другим, индивид желает занять его место, то в его глазах он становится помехой на пути к успеху, на том пути, который он сам ему показал своей плодотворной деятельностью.

Дальнейшее исследование внутренне противоречивой структуры идентификации и многообразных ее проявлений может стать полезным орудием для объяснения ряда социально-психологических явлений, которые без привлечения знаний об идентификации и психической защите вообще не могут получить подлинного объяснения. Такими проблемами (если назвать только некоторые из них) являются: проблема выбора личностью своих идеалов, проблема механизмов регуляции взаимоотношений людей в самых различных социальных группах, в частности, отношений руководителей и подчиненных, ведущих и ведомых, отцов и детей и т. п.

Итак, идентификацию можно определить как психологическое уподобление одного индивида – субъекта идентификации – с другим социальным объектом идентификации, моделью. Объектами идентификации могут быть не только индивиды, но и социальные и этнические группы. Идентификация приводит к изменениям в поведении субъекта – к подражанию действиям и поступкам объекта, а также к интернализации его ценностей и установок.

Имея в виду то обстоятельство, что идентификация, как психологический механизм, является полифункциональным (это мы покажем на последующих страницах), следует сказать, что она касается психической жизни и общения людей всех возрастных групп.

Объектами идентификации могут стать не только реальные люди и группы, но также воображаемые действующие лица художественных произведений и даже другие живые существа.

Существует целый ряд разновидностей идентификации, которые мы рассматриваем на последующих страницах настоящей книги.

## § 2. Идентификация и подражание

Нередко, говоря об идентификации, имеют в виду *имитацию, подражание*. Это мы считаем неправильным словоупотреблением, поскольку выше уже было сказано, что подражание есть лишь внешнее, поведенческое выражение идентификации человека с другим социальным объектом. Правильнее всего поступают те авторы, которые считают идентификацию более или

менее глубоким психологическим отождествлением человека с другой личностью или с группой, играющим важнейшую роль в процессе социализации человека.

Подражание индивидом А поведению индивида В есть выражение идентификации А с В, хотя и бывают такие случаи, когда подражание не основывается на более или менее существенной психологической идентификации.

Когда ребенок не только повторяет действия своего отца, но и пытается выяснить, исходя из чего отец поступает так, а не иначе. когда желает знать смысл и мотивы его действий, мы можем утверждать, что у ребенка начался процесс преимущественно сознательной идентификации с отцом.

Мы считаем, что идентификация может иметь место двумя путями: 1) *первый путь*: индивид А стремится узнать взгляды, мотивы и психические черты личности В, принимает их (желает быть носителем таких же черт), после чего приступает к подражанию поступкам объекта идентификации (например, к сходному гендерному поведению). Данный путь чаще всего наблюдается у взрослых людей. 2) *Второй путь*: индивид А вначале подражает действиям В и лишь после этого пытается понять его мотивы, цели и личностные черты, т. е. «внутренний план» его активности. Это путь от подражания к идентификации. Этим путем чаще всего идут дети и подростки.

Следует отметить, что, согласно необихевиористам, имитация и идентификация – одно и то же<sup>289</sup>. Представители названного направления психологии по существу отрицают реальность внутренних психологических (когнитивных и эмоциональных) процессов, составляющих ядро идентификации. Но результаты исследований необихевиористов все же заслуживают внимания, поскольку они подробно описывают поведенческие аспекты идентификации.

В целом ряде других случаев говоря об идентификации имеют в виду не столько ее психологическую суть, сколько ее главные функции. Например, уже в основном ее научном определении, когда говорят о ее роли в социализации, по существу отмечают ее адаптивную (не обязательно защитную) функцию. Следовательно, идентификация очень часто выступает в качестве незащитным механизмом адаптации, т. е. таким, который необязательно начинает действовать в условиях фрустрации. Мы покажем, что нередко механизм идентификации играет одновременно несколько функции в психической активности личности, и одной из них может быть защитная функция.

### § 3. Что происходит в психике в процессе идентификации?

Результаты идентификации с любимым объектом или с агрессором налицо: эмпирических фактов подражания, употребления словарного запаса другого и т. п. Но как происходит этот процесс внутри психики. Прав И. Сарнов, когда утверждает, что использование слов «интроекция», «интернализация» и другие почти ничего не добавляют к нашим знаниям; это скорее метафоры.

Каков механизм идентификации? Здесь играют роль восприятие, образы памяти о человеке и его поведении. Речь также подражается на основе этих познавательных механизмов. Вспоминается поведение «модельного» человека, ребенок повторяет его, сравнивая с ними свое поведение. Ошибки исправляются с помощью механизма обратной связи.

Есть и другой аспект проблемы, которого касается и Дженис: почему идентификация с агрессором или любимым человеком приносит облегчение субъекту идентификации? Что происходит в психике человека.

---

<sup>289</sup> См.: Bandura A. Social learning through imitation. – In: M.R.Jones (Ed.). Nebraska symposium on motivation. Vol. 10. Lincoln, 1962.

Для случая идентификации с любимым человеком, которого потеряли, Дженис предполагает следующее: возможно мы считаем, что сами являемся этим человеком (подсознательно) и невольно стремимся быть таким, как он. Люди обычно любят или ненавидят себя так, как другие.

Когда женщины идентифицируют себя со своими умершими мужьями и их профессиями, они меньше страдают, поскольку у них на бессознательном уровне фактически все остается как прежде. Траур у таких женщин переживается легче<sup>290</sup>.

Мы видим, что исследование внутриспсихических механизмов идентификации только только начинается. Это, в первую очередь, все познавательные процессы, образные и словесные, но и какие-то специфические подсознательные механизмы. И, конечно, необходимо исследовать связи идентификации с другими психическими, в том числе защитными, механизмами. Это путь к пониманию специфических механизмов идентификации.

## § 4. Разновидности идентификации

А. Основные разновидности. – Идентификация – это сложный психический процесс, связанный со многими другими психическими явлениями. Она может иметь самые разнообразные объекты. Поэтому ее виды и разновидности можно классифицировать по самым разным критериям. Рассмотрим основные виды этого психического явления. Отметим, что идентификация является психологическим механизмом психической жизни человека, а в ходе применения – психическим процессом. Поэтому при чтении этой книги следует в каждом контексте иметь в виду, что обозначается словом «идентификация» – механизм или процесс использования этого механизма. Результатом этого процесса является *идентифицированность* субъекта идентификации с ее объектом.

Традиционно изучением идентификации занимались, как мы уже знаем, представители психоаналитической школы. В их трудах описаны известные в настоящее время разновидности идентификации. Вполне понятно, что описание и анализ идентификационных явлений в их трудах осуществляется с использованием таких базисных понятий психоанализа, каковы «либидо», «деструдо», «катексис» и другие. Однако конкретное содержание этих описаний, если отвлечься от общетеоретических представлений психоаналитиков, представляет несомненный интерес.

Еще в 1921 году З. Фрейд определил идентификацию как сознательный или бессознательный процесс, в котором субъект получает впечатление, что он думает, чувствует и действует как объект (или же такое впечатление получает объект). Наш первоначальный интерес к объекту, согласно З. Фрейду, уже можно рассматривать как идентификацию, поскольку в результате такого интереса объект частично входит в структуру субъекта.

В работе «Психология масс и анализ человеческого «Я» З. Фрейд выделяет несколько разновидностей идентификации: а) *идентификация с любимым лицом*; б) *идентификация с нелюбимым человеком*; в) *идентификация первичная*: первичное отношение между матерью и ребенком, в котором нет дифференциации между субъектом и объектом; г) *идентификация как замена либидинозной привязанности к объекту*, образовавшаяся путем регрессии и интроекции объекта в структуру Я; д) идентификация, возникающая при восприятии общности с другим лицом, не являющимся объектом полового влечения: «Чем значительнее эта общность, тем успешнее должна быть эта частичная идентификация, дающая ... начало новой привязанности»<sup>291</sup>. Мы считаем, что последняя разновидность – это та идентификация, которую другие авторы называют *внешней идентификацией*.

---

<sup>290</sup> См.: Janis I., *op. cit.*, p. 365.

<sup>291</sup> Фрейд З. *Психология масс и анализ человеческого «Я»*, М., 1925, с. 51.



В психоаналитических работах встречается описание еще одной разновидности этого механизма, который известен под названием *внутренней идентификацией*. Имеется в виду то явление, когда субъект обладает теми же эмоциями и чувствами, что и объект, с которым он сознательно или бессознательно идентифицируется. Отмечается, что эта разновидность идентификации занимает большое место во многих защитных невротических механизмах (в мании преследования, в патологической ревности и импотенции). Примером сознательной внутренней идентификации может служить психическое отождествление мужчины-зрителя с выступающим на сцене мужчиной, играющим интересную для субъекта роль. Идентификация мужчины-зрителя бывает бессознательной, когда он идентифицируется с выступающей на сцене актрисой (если зритель, конечно, не имеет признаков сексуальной конверсии). Внутренняя идентификация не обязательно сопровождается внешними изменениями субъекта, но обладание эмоциями и чувствами объекта обязательно<sup>292</sup>.

Б. Осознаваемая и подсознательная идентификация. – Процесс идентификации субъекта с объектом может быть или полностью подсознательным, или более или менее осознанным, или же более сложным – осознанно-неосознанным процессом. Иначе говоря, в некоторых случаях идентификация происходит без ведома ее субъекта, иногда он сознательно отождествляет себя с каким-либо социальным или другим объектом; наконец, чаще всего идентификация частично осознается личностью, частично же не осознается.

Исходя из критерия осознанность – подсознательность (неосознанность) можно выделить три разновидности этого процесса: 1) сознательная идентификация, 2) подсознательная идентификация, 3) смешанная сознательно – подсознательная идентификация.

Но в целом идентификация протекает в континууме сознание – подсознательное. Одной из главных психологических вопросов, касающихся данной классификации, является следующий: каковы психологические различия осознанного и неосознанного видов идентификации. Что добавляет осознанность к этому процессу?

Здесь мы бы хотели выдвинуть одну идею, которая может стать стимулом для дальнейших исследований различий между осознанной и неосознанной идентификацией. Проблема следующая: в каких случаях идентификация осознается индивидом и в каких протекает полностью подсознательно? Чем это обусловлено? Почему она не всегда осознается? Можно выдвинуть гипотезу, согласно которой в тех случаях, когда идентификация протекает полностью подсознательно, она вытеснена и (или) подавлена из сферы сознания, поскольку, если бы протекала в сфере сознания, вызвала бы новую фрустрацию, тревогу и страх?

Возможно также, что идентификация подсознательна и протекает непроизвольно, когда она установилась, стала привычной, как бы психологическим навыком.

В. Проективная и интроективная идентификация. – Идентификация может основываться на целом ряде других психических, в том числе защитных механизмах. Исходя из этого выделяют целый ряд разновидностей этого явления<sup>293</sup>.

*Проективная идентификация*. – Как показывает название, это та разновидность идентификации, в основе которой лежит механизм *проекции*. В этом случае интерсубъективность отвергается.

*Интроективная идентификация* имеет место с объектом любви. В процессе такой идентификации происходит интериоризация интерсубъективности. В основе ее лежит защитный механизм *интроекции*.

Названные выше фактически являются противоположными видами идентификации.

---

<sup>292</sup> См.: Фрейд З., *Психология масс и анализ человеческого «Я»*. См также: Eidelberg L. *An Outline of a Comparative Pathology of a Neurosis*. New York, 1954, p. 50; Fenichel O. *The Psychoanalytic Theory of Neurosis*. New York, 1945.

<sup>293</sup> См.: Kernberg O. *Aggression*, p. 18.

Г. Конкордантная или комплементарная идентификация. – В психоаналитических работах (у того же О. Кернберга) мы встречаемся с еще двумя видами идентификации.

*Конкордантная идентификация* – это эмпатическое сопереживание с центральным субъективным опытом другой личности<sup>294</sup>. (Но мы считаем, что правильнее сказать, что эмпатия является результатом такой идентификации). Этот вид идентификации встречается у психотерапевтов в их отношениях с больными.

*Комплементарная идентификация* имеет место в том случае, когда психотерапевт идентифицируется лишь с частью переживаемой личности, а именно – с той ее частью, которая отвергается пациентом и проявляется им с помощью проективной идентификации. (Наши комментарии: фактически получается так, что если индивиды А и Б взаимодействуют, то проективная идентификация Б с А вызывает у А комплементарную идентификацию с Б. Во всяком случае так происходит в некоторых взаимоотношениях людей, причем не только врача и больного. Конечно, А может и не идентифицироваться с отвергаемыми Б аспектами его личности, которые проявляются с помощью проективной идентификации. Вместо того, чтобы переживать эмпатию, А может отвергать Б).

Д. Односторонняя и взаимная идентификация. – Поскольку существуют субъект и объект идентификации, то вполне понятно, что можно выделить еще две разновидности идентификации.

Односторонней мы называем такое взаимоотношение между субъектом и объектом, когда субъект (А) идентифицирует себя с объектом (В), но объект не идентифицируется с субъектом.

Взаимная идентификация имеет место в том случае, когда А идентифицируется с В, а В, в свою очередь, идентифицируется с А. Например, такие отношения могут существовать между родителем и ребенком. В то же время между подчиненным и начальником чаще всего бывают односторонние идентификации.

Нет сомнения, что характер идентификации (односторонняя или взаимная) оказывает многостороннее влияние на ролевое поведение и развитие личностей сторон идентификационных отношений.

Е. Компенсаторная идентификация. – Под компенсаторной идентификацией следует понимать такой процесс отождествления индивида А с таким героем или моделью В, которые обладают очень желательными для него свойствами и способностями. Идентифицируясь, индивид хотел бы стать обладателем таких же способностей, какими обладает В.

Например, молодой ученый идентифицирует себя с выдающимся ученым; трусливый человек идентифицирует себя с героем и т. п. В тех случаях, когда идентификация А соответствует его идеальной Я-концепции, она может привести к значительным положительным достижениям.

Часто встречающимся случаем является идентификация этнофоров с национальными героями. Подобная идентификация может стать мощным механизмом этнической самозащиты.

Ж. Фантастические идентификации. – Фантастическими можно назвать такие идентификации, которые индивид переживает с героями мифов, сказок, романов, кинофильмов и других художественных произведений.

## § 5. Псевдоидентификация и вторичная идентификация

А. Псевдоидентификация. – Выделяют также *псевдоидентификацию*. Она считается защитным механизмом, принимающим форму проекции на объект с одновременным отождествлением

---

<sup>294</sup> Kernberg O., *op. cit.*, p. 18.

дествлением субъекта с этим объектом. Например, пациент избегает выражения своих разногласий с теми, с кем в данный момент беседует и идентифицируется. Впервые данный защитный механизм был описан Эйдельбергом<sup>295</sup>, который, описывая такую форму защиты у одного из своих пациентов, замечает: этот субъект, поступив таким образом, полагал, будто открыл для себя идеальный способ приспособления к условиям жизни. По своей воле он отказался иметь собственную точку зрения и с большой готовностью принимал чужую точку зрения. Сам охарактеризовал себя как человека «бесхарактерного», но гордился этим. Он, однако, считал себя независимым человеком, поскольку принимал точку зрения других только в их присутствии.

Такие люди очень часто проецируют на других (приписывают им) собственные желания, а затем начинают думать, что хорошо их понимают, «чувствуют то, что они думают и переживают». После этого они заявляют, что не несут ответственности за свои взгляды, поскольку непосредственное восприятие мыслей других предохраняет их от конфликтов. (Наши комментарии: это, по-видимому, один из тех случаев, когда мы можем говорить о патологической интуиции. Это явление более подробно можно исследовать в рамках теории атрибуции).

Можно выдвинуть следующую *гипотезу*: вполне возможно, что т. н. «ясновидение» в межличностных отношениях возникает тогда, когда оба индивида по каким-то причинам думают сходным образом: «ясновидец» проецирует свои мысли на другого и затем сообщает их в качестве мыслей этого человека, которые будто у него возникли за этот промежуток времени. Во всяком случае такие эпизоды «ясновидения» имеют в своей основе, кроме других, также механизмы проекции и идентификации. Следовательно, в них нет ничего мистического, и они подлежат научному описанию и истолкованию).

Б. Первичная и вторичная идентификация. – *Первичная идентификация* – это первичное отношение между матерью и ребенком, в котором нет дифференциации между субъектом и объектом.

*Вторичная идентификация* характеризуется тем, что представление объекта катектируется нарциссическим либидо и деструдо. Эта форма идентификации принимает истерическую форму, в которой некоторые характерные признаки целостной личности включаются в Я (интроецируются). Например, пациентка З. Фрейда, Дора, имитировала кашель своего отца<sup>296</sup>.

## § 6. Положительная и отрицательная идентификация (с точки зрения закона сопряжения и теории психо-логики)

Идентификацию индивида А с другим индивидом (В) мы считаем положительной, если психо-логика такого процесса отождествления в общем виде выглядит следующим образом: «Вот каким человеком хотелось бы быть». В этом случае А стремится быть как В, иметь его личностные качества и убеждения, действовать как он и иметь такие же успехи, каких добился он. До сих пор мы, по существу, описали именно положительную идентификацию.

Однако для полноты наших представлений о видах и разновидностях идентификации следует признать также существование противоположного вида, а именно: *отрицательной идентификации*. Так мы называем психический процесс, протекающий у личности А относительно объекта В, психо-логика которого в общем виде следующая: «Вот каким человеком мне не хотелось бы быть». В этом случае А стремится иметь диаметрально отличающиеся от В взгляды, ценности и идеалы и вести себя противоположным образом и т. п. Имея отрицательную идентификацию с В, А стремится и пространственно быть как можно дальше от этого индивида.

---

<sup>295</sup> См.: Eidelberg L. *Studies in Psychoanalysis*. IUP, 1948, pp. 107–108)

<sup>296</sup> См.: Фрейд З., указ. соч., с. 49.

Мы утверждаем также следующее: в психике субъекта идентификации эти два вида идентификации формируются одновременно, в соответствии с *законом сопряжения*, который установлен нами в ходе предыдущих наших исследований. Вполне понятно, что в данном случае действует негативный вариант закона сопряженного возникновения и развития двух психических явлений.

В указанных двух случаях возникновению в психике А той или иной разновидности идентификации предшествует положительная или отрицательная установка по отношению к В.

Для справедливости отметим, что еще З. и А. Фрейды высказали очень важную идею о том, что идентификация возможна не только с таким человеком, к которому субъект пытается положительные чувства, но и к такому, к которому субъект пытается отрицательные чувства (боится его и т. п.). Это обстоятельство позволяет развернуть точку зрения о двух видах идентификации – положительной и отрицательной – при исследовании которых можно привлечь такие социально-психологические теории, как теория социальных установок, закон сопряжения, теорию психо-логики мышления и поведения и др.

В связи с выделенной типологией возникает ряд вопросов и теоретических соображений, некоторые из которых мы предлагаем вниманию читателя. 1) Как меняется отношение А к В после того, как А приобрел отрицательную идентификацию с В; 2) Существует ли амбивалентная идентификация? (Отметим, что еще Фрейд допускал такую возможность); 3) Концепцию идентификации следует пересмотреть в свете теории социальных установок. Мы утверждаем, что положительная идентификация имеет место при преобладании положительной установки А к В; отрицательная же идентификация возникает на основе отрицательной установки А к В. Наконец, если А имеет к В две противоположные, конфликтующие установки или хотя бы диссонирующие когнитивные образования, тогда должна возникать амбивалентная идентификация, или же никакой заметной идентификации не будет.

Мы полагаем, что предложенные только что идеи выводят проблему идентификации в широкий простор социально-психологических исследований.

## § 7. Основные функции идентификации

Как мы уже сказали, идентификация является полифункциональным механизмом психической жизни человека. Вкратце рассмотрим главные из этих функций, после чего переходим к исследованию ее защитных функций.

А. Идентификация как один из механизмов морального поведения. – Одним из главных результатов психического онтогенеза личности является формирование ее Я-концепции, т. е. самосознания. Как более подробно показано в книге «Психика, сознание, самосознание», в структуру Я-концепции входят различные ее подструктуры: относительно устойчивые Я-образы (реальное Я, идеальное Я, динамическое Я и др.). Для понимания психологических механизмов морального (нравственного) поведения личности особого внимания заслуживает идеальное Я индивида, пути и механизмы его развития, его структурно-функциональные особенности. Идеальное Я связано с совестью, невозможность его реализации вызывает чувство вины и т. п.

Понимание путей формирования идеального Я способствовало бы более глубокому пониманию закономерностей морального поведения. В этом процессе важную роль играет идентификация со значимыми людьми.

Мы предлагаем гипотезу, утверждающую следующее: *механизм идентификации является не только историческим, но и актуальным психическим механизмом (наряду с некоторыми другими) любого морального действия и выбора*. Однако идентификация у взрослой сформировавшейся личности на уровне сознания или совсем не воспроизводится, или же в какой-то степени осознается только в ситуациях моральных конфликтов и принятия решений.

Идентификации могут осознаваться и в тех проблемных ситуациях, в которых принимаемые решения не носят морального характера, однако личность по тем или иным причинам (например, вследствие отсутствия опыта и навыков) не в состоянии принимать самостоятельные решения. Иначе говоря, механизм идентификации участвует в процессах принятия моральных решений на уровне сознания только тогда, когда личность вообще или в определенном аспекте осталась на уровне идентификации. При этом могут наблюдаться *идентификационные фиксации*.

У психически зрелой и, следовательно, самостоятельной личности участие идентификации в процессах принятия решений происходит с помощью механизмов подсознательной актуализации необходимых образных и концептуальных содержаний и процессов. На подсознательном уровне могут иметь место познавательные процессы сравнения критериев, оценок, операции логического или психо-логического вывода и т. п. Только тогда, когда человек подвергает сознательному анализу свои моральные решения и поступки, т. е. когда занимается самоанализом, в сознании могут появляться элементы процессов подсознательной идентификации: образ значимой личности или «социальной модели», представления о референтных группах, о необходимости адаптивных, в частности, приспособительных действий и т. п.

Мы полагаем, что изложенные рассуждения показывают существование новой и перспективной области исследований, которую можно охарактеризовать в качестве *проблемы идентификации и подсознательных механизмов моральных решений*. Для дальнейшего исследования данной проблемы можно использовать сведения о возрастной регрессии, которые, как мы считаем, свидетельствуют о том, что идентификации детских, подростковых и юношеских лет сохраняются на подсознательном уровне. Мы полагаем также, что методом гипнотического внушения возрастной регрессии можно добиваться воспроизведения на сознательно-подсознательном уровне закрепленных в памяти ранних идеальных образов и вообще многих компонентов, обеспечивающих идентификацию и образование различных идеальных Я личности в различные периоды жизни. Мы считаем, что данное направление исследований имеет определенные перспективы.

Б. Роль идентификации в процессе социализации личности. – На роль идентификации в онтогенезе и социализации человеческой личности обращали внимание многие психологи<sup>297</sup>. В этих работах в первую очередь исследуется идентификация ребенка с родителями. Однако функция социализации в онтогенезе сама очень сложна и включает несколько частных функций: а) функция передачи опыта от объекта идентификации к индивиду, который с ним идентифицируется. Об этой функции говорят многие психологи<sup>298</sup>; б) функция социального контроля: объект идентификации становится интернализированной контрольной инстанцией для идентифицируемого. Таким образом, идентификация есть механизм формирования внутреннего социального контроля (самоконтроля) личности.

Идентификация ребенка с родителями начинается уже с конца младенческого периода развития (с 1–2-летнего возраста). Высказана верная, с нашей точки зрения, идея, согласно которой первичная онтогенетическая идентификация имеет место с тем родителем, который заботлив и любит ребенка. В дальнейшем процессы идентификации усложняются, становятся частично осознанными и даже контролируруемыми, появляется феномен идентификации с «агрессором» (или негативная идентификация, впервые описанная, как мы покажем,

---

<sup>297</sup> См.: Freud A, *op. cit.*; Brown R. *Social Psychology*. New York, 1986 (2nd ed.); Danziger K. *Socialization*. New York, 1978; Андреева Г.М. *Социальная психология*. М., 1980; Столин В. В. *Самосознание личности*; Захаров А. И. *Психологические особенности восприятия детьми роли родителей*. – «Вопросы психологии», 1982, № 1; его же: *Психотерапия неврозов у детей и подростков*. Л., 1982, и др.

<sup>298</sup> См.: Белкин А. И. *Биологические и социальные факторы, формирующие половую идентификацию*. – В кн.: *Проблемы клиники и патогенеза психических заболеваний*. – Труды Московского НИИ психиатрии. Т.68. Отв. ред. проф. А. А. Портнов. М., 1974, с. 322.

психоаналитиками). В. В. Столин пишет: «Так или иначе идентификация оказывается важнейшим процессом, лежащим в основе всей группы феноменов субъективного уподобления и связывания, точнее, важнейшей психической деятельностью, идущей навстречу социальным влияниям, формирующим его самосознание. Идентификация делает ребенка способным перенимать точку зрения родителей и других людей, делает его податливым к их внушающим воздействиям, способным внутренне подчиниться их контролю и переносить его внутрь, способным оценивать себя по меркам взрослых, применять их стандарты к своей деятельности, развивать самоидентичность и чувство «Мы», дифференцировать себя от других. Идентификация служит одним из внутренних стимулов включения ребенка во взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. В свою очередь, названные процессы укрепляют и развивают идентификационные механизмы ребенка»<sup>299</sup>. Значительную роль идентификации в формировании личности признают также специалисты, работающие в области психологии возрастного развития<sup>300</sup>.

Эти замечания позволяют заключить, что идентификация лежит в основе *принятия роли других и ролевой социализации* вообще. Они показывают также, что идентификация со значимым другим порождает избирательную внушаемость и конформность, что приводит, в свою очередь, к избирательной невосприимчивости к другим воздействиям и к избирательному неконформизму. Поэтому изучение всех разновидностей и уровней идентификации необходимо для развития ряда областей психологии личности, возрастной социальной психологии, психологии морали и других разделов современной психологии.

Г. Коммуникативная функция. – Идентификация является средством установления непосредственных или опосредованных контактов с другими людьми и социальными группами, в первую очередь референтными и эталонными.

Об этой функции в упомянутой работе Белкина мы читаем следующее: «Мы полагаем, что социальный смысл идентификации вообще (в том числе и половой) – это уменьшить внутригрупповой хаос и облегчить общение соответствующих членов общества (коммуникативная функция идентификации)»<sup>301</sup>.

В. Функция адаптации. – Поскольку адаптация личности к социальным ситуациям ее жизни происходит в процессе ее социализации, то адаптация является аспектом социализационной функции. Это значит, что адаптивная функция идентификации является аспектом ее социализационной функции. Но мы выделяем ее с учетом ее большого самостоятельного значения в жизни человека. Эта функция, в свою очередь, содержит в себе ряд частных функций, из которых можно отметить следующие: а) *функция незащитной адаптации* в тех социальных ситуациях, которые не фрустрируют личность, но требуют изменения поведения и адаптации; б) *функция защитной адаптации*: идентификация становится защитным механизмом в тех случаях, когда способствует освобождению личности от фрустрации. Такова, например, идентификация с агрессором, которая подробно рассматривается нами в настоящей книге.

Г. Компенсаторная функция идентификации. – Как и всякий другой адаптивный механизм, идентификация тоже может играть компенсаторную роль. Это имеет место тогда, когда человек фрустрирован вследствие приваии или депривации (это *первичная фрустрация*) и пытается осуществить защитное поведение с помощью определенных механизмов, но терпит неудачу и переживает *вторичную фрустрацию*. В тех случаях, когда для освобождения от вторичной фрустрации используется идентификация, можно сказать, что она компенсирует неудачу тех механизмов, которые не привели к ликвидации первичной фрустрации.

---

<sup>299</sup> Столин В. В. *Самосознание личности*, с. 61–62.

<sup>300</sup> См.: Крайг Г., *Психология развития*. СПб., «Питер», 2001; Крэйн У. *Теории развития. Секреты формирования личности*. СПб., «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002.

<sup>301</sup> Белкин А. И., *указ. соч.*, с. 312.

Приведем пример: мужчина средних лет, по специальности – инженер, хотел бы знать иностранные языки, но не смог изучить их, поскольку не имеет заметных способностей и не обладает свободным временем. Потерпев неудачу в этом деле, он стал утешать себя тем, что своя жена владеет иностранными языками. Идентификация с женой и интроецирование ее навыков привело к некоторому ослаблению силы фрустрации, т. е. к компенсации собственной неудачи.

Следует также отметить, что различные виды идентификации и различные их уровни имеют в психической жизни человека неодинаковые функции. Поэтому подлежат дифференцированному рассмотрению функции положительной и отрицательной видов идентификации. Мы считаем, например, что при отрицательной идентификации с объектом ее психо-логика такова: «Вот каким человеком не надо, не хотелось бы быть». Такая отрицательная идентификация является не столько средством получения опыта, сколько, наоборот, механизмом блокады восприятия ненужной, отрицательно оцениваемой информации о разных аспектах неприятной социальной «модели».

## **§ 8. С кем мы идентифицируемся?**

А. С кем мы идентифицируемся с наибольшей готовностью. – Уже повседневные наблюдения показывают, что люди с большей готовностью идентифицируют себя с двумя категориями людей: 1) с теми, с кем имеют значительные сходства; 2) с теми, у которых имеются такие черты и способности, какими сами хотели бы обладать.

Отсюда ясно, что в основе идентификации должны лежать такие психические процессы, как восприятие объектов идентификации и социальное сравнение.

Б. Идентификация личности со своей собственностью. – Идентификация, как мы уже отметили при ее общей характеристике, может иметь место не только с другими индивидами и социальными группами, но также с животными и даже с некоторыми неодушевленными предметами. Среди неодушевленных предметов, с которыми у человека может иметь место психологическая идентификация, в первую очередь следует отметить те, которые являются его собственностью. Так, индивид А может отождествлять себя с такими предметами, как свой дом, земельный участок, автомобиль, банковский счет, те инструменты, которые являются главными в его ведущей деятельности и т. п.

Здесь уместно вспомнить о понятие «расширенного Я», внесенного в психологию еще У. Джеймсом в конце девятнадцатого века. Кроме тела и психических свойств человека Джеймс включил в это понятие все то, что принадлежит индивиду, является его собственностью. Здесь мы можем добавить, что подобное расширение содержания Я-концепции осуществляется с помощью идентификации личности с этими предметами.

## Глава 36. Защитная идентификация

### § 1. Фрейдовская концепция идентификации (обсуждение и новые возможности)

А. Что такое идентификация по Фрейду? – Идентификация, согласно Фрейду, – это то явление, когда индивид А (например, мальчик) принимает ценностную систему, мораль другого человека (В; отца, матери и т. д.) и стремится быть похожим на него, вести себя как В.

Используя понятие идентификации, Фрейд стремился решить две крупные проблемы. Первая из них следующая: чем определяется непрерывность совести при переходе от одного поколения к другому, и появление у детей ценностей своих родителей? Вторая проблема касается формирования у детей биологически правильной сексуальной идентичности, в результате чего каждый приобретает такие ценности, желания и манеры, которые свойственны своему полу<sup>302</sup>. Выдвижение этих проблем – заслуга Фрейда.

Названные проблемы важны еще и по той причине, что мир полон преступниками, психопатами и многими таким людьми, которые имеют постоянное чувство виновности. Существуют инверты (т. е. люди, страдающие половыми расстройствами, гомосексуализмом), и перверты (перверзивные), у которых нет определенности половой принадлежности. Нельзя всех таких лиц считать дегенератами, неестественными и необъяснимыми и, таким образом, заключить, что проблема исчерпана.

Человек от рождения не имеет способности различения добра и зла. Он имеет сексуальное влечение, первоначально не связанное с определенными объектами. Обучение играет фундаментальную роль как в формировании морали, так и сексуальной идентичности.

Главными аспектами моральной инстанции в психике человека (Сверх-Я) Фрейд считал наблюдение, рассуждение и наказание. Это цензура или совесть. Я-идеал (Ego-ideal) – понятие, впервые использованное Фрейдом в 1914 году в статье «Нарциссизм». Этим понятием он обозначил тот стандарт, на основе которого совесть измеряет качества Я. Чувства вины и неполноценности Фрейд считал выражениями напряженных отношений между Супер-эго и идеальным Я. Каждая неудача Я в попытках реализации идеального Я сопровождается неприятными эмоциями: а) чувством вины, когда неудача носит моральный характер; б) чувством неполноценности, когда неудача является результатом недостаточности способностей. Когда же Я приближается к своему идеалу, возникают ощущения правильности и наличия у личности способности.

Функции совести аналогичны функциям родителей, учителей и других имеющих власть лиц, следящих за исполнением норм. Это обеспечение правильного поведения с помощью вознаграждений и наказаний. Поскольку эти «представители власти» не всегда могут осуществить надзор над людьми, то совесть является важным регулятором социальной жизни.

Под влиянием родителей дети усваивают семейные и национальные традиции, а также требования социальной среды. Такое же влияние оказывают заменяющие родителей лица – учителя, герои, социальные идеалы. Сверх-Я этих людей являются первичными факторами, способствующими формированию Сверх-Я детей.

Б. Эдипов комплекс и идентификация. – Фрейд считал, что лучшим путем разрешения Эдипова комплекса для мальчика является идентификация с отцом, усвоение его морали и отказ от матери как сексуального объекта. Таким путем мальчик утверждает свою мужественность.

---

<sup>302</sup> Этот аспект теории Фрейда отметил, в частности, Р. Браун: Brown R. *Social Psychology*. New York, 1966, p. 375.



Чем определяется идентификация и создание Сверх-Я? Согласно Фрейду, Сверх-Я является наследником Эдипова комплекса. Сверх-Я начинает складываться при разрешении комплекса: его создание означает успешное преодоление комплекса.

Как мальчики, так и девочки выбирают своих матерей в качестве первых объектов чувственной любви, поскольку любовь возникает на основе заботы. Любовь мальчика к матери постепенно становится все более страстной, а отец – все более невыносимым и угрожающим соперником. Ребенок подвергается угрозе кастрации. В результате такой угрозы и своей анатомической неадекватности мальчик отказывается от матери как объекта любви, подавляет свое сексуальное желание и ненависть к отцу, принимает отца в качестве Я-идеала или одели.

А как происходит моральное развитие девочки? Фрейд не имел ясного представления о психологии женщин. Но он полагал, что у женщин имеется Комплекс Электры, суть которого в том, что девочки считают себя кастрированными и неполноценными и завидуют мальчикам за то, что у них имеется пенис. Поэтому они отворачиваются от матери, которую вначале любили, и приближаются к отцу как к объекту любви. Этим путем они завоевывают пенис или устанавливают над ним контроль. Со временем желание обладать пенисом отца заменяется (вытесняется) желанием иметь мальчика. В то время как угроза кастрации уничтожает комплекс Эдипа, предполагаемый факт кастрации и сопровождающая его зависть к пенису приводят к образованию комплекса Электры. Фрейд не знал, что же способствует уничтожению комплекса Электры. В работе «Некоторые психические последствия анатомических различий между полами» (1925) он полагал, что этот комплекс должен изгладиться, исчезнуть. К этому он добавил характерную антифеминистическую мысль о том, что, по его мнению, женщины не обладают таким же объективным Сверх-Я, как мужчины.

В работах Фрейда имеются подробности о развитии комплекса Эдипа. Угроза кастрации имеет целью подавить желание мастурбации. Обычно угрозами выступает мать, которая утверждает, что эту операцию совершат отец или врач. Угроза не воспринимается всерьез до тех пор, пока мальчики не обнаруживают, что у девочек нет пениса, и полагают, что они кастрированы. Когда мальчик видит голую женщину в ранний период онтогенеза, он не утверждает, что у нее нет пениса: он полагает, что у женщин просто он маленький.

Как бы то ни было, но распад комплексов Эдипа и Электры вряд ли реально обуславливает появление идентификации. Почему мальчик идентифицирует себя с отцом? И почему такая идентификация разрушает комплекс Эдипа? В каком случае этого не происходит? Для девочек даже неясно, что они должны идентифицировать себя с матерью.

В. Депривация и идентификация. – Почему вообще возникает идентификация? В работе «Траур и меланхолия» (1917) и в «Я и Оно» Фрейд писал, что когда умирает любимый человек, то Я идентифицируется с ним или интроецирует потерянного любимого. Я стремится быть похожим на того, кто должен умереть. На самом деле Эго утешает Оно: «Смотри, как я похож на объект, ты можешь меня тоже любить». Такую идентификацию с потерянным любимым Фрейд считал «работой траура».

Казалось бы, механизм (или причина) идентификации найден. Идентификация появляется тогда, когда объект любви должен исчезнуть. Поэтому (как отметил Браун), когда мальчик отказывается от матери как от сексуального объекта, он должен идентифицироваться со своими... воплями! Согласно этой теории, мальчик должен идентифицировать себя с матерью, а девочка – с отцом. Сам Фрейд не скрывал своего удивления, когда осознал, к чему привели свои спекуляции.

Фрейд справедливо отметил, что мальчики частично могут идентифицировать себя с матерью, частично же – с отцами; у девочек – то же самое. Идентификация не является одномоментным актом. Есть множество частичных идентификаций. Однако если идентификация подтверждает сексуальную идентичность ребенка, то главная идентификация, в нормальном случае, должна иметь место с родителем того же пола. Но если, как полагал Фрейд, главная

идентификация имеет место с тем родителем, который до этого был объектом сексуальной любви для ребенка и был оставлен им, то получается противоположный результат. Полный комплекс Эдипа и Электры, согласно Фрейду, включает любовь к обоим родителям и, одновременно, страх перед ними и зависть. Если так, то должна иметь место идентификация с обоими прежними объектами любви (родителями) как у мальчиков, так и у девочек. Но тогда результаты для обоих полов должны быть одинаковыми. Однако на самом деле результаты получаются различными.

Фрейд всегда придерживался того взгляда, что биологическая природа человека бисексуальна: есть как мужские, так и женские компоненты. Поскольку оба родителя были любимы, но от них пришлось отказаться, то должна существовать основа для идентификации с обоими как для мальчиков, так и для девочек. Какая из этих идентификаций будет более интенсивной, зависит от относительной силы мужских и женских компонентов в природе ребенка. (Здесь следовало бы иметь в виду значение социальных ролей мужчины и женщины, которые и требуют преимущественной идентификации с одним из родителей). Поскольку в мальчиках мужественности обычно больше, то они должны идентифицировать себя главным образом с отцами. Девочки же – с матерями. Однако эта точка зрения существовала еще до появления трудов Фрейда, поэтому его теоретические построения не нужны для того, чтобы мы пришли к таким выводам. От принятия предположения о биологической предопределенности неизбежно следует положение о соответствующей сексуальной идентификации. Но это уже не решение проблемы.

Теория идентификации Фрейда, который стремился объединить траур (mourning), совесть и сексуальную идентичность, Роджер Браун считает разочаровывающей, хотя и признает, что по каждой из этих проблем Фрейд получил новые результаты<sup>303</sup>. Попытка рассмотреть все эти явления в качестве идентификации одного рода, имеющих одинаковый источник, была обречена, поскольку не соответствовала фактам. Фрейд смог бы преодолеть рамки своей теории, если бы учел, что имеются две или большее число разновидностей идентификации, включающих два или больше видов детерминантов.

По свидетельству Брауна, сам Фрейд не смог бы обнаружить эти разновидности, поскольку в различных его работах встречаются следующие мысли: 1) идентификация появляется, поскольку человек воспринимает себя похожим на другую личность (идентификация – 1); 2) идентификация может начаться вследствие того, что человек завидует успехам, авторитету или другим атрибутам другой личности и желает как-то приобщаться к ним (идентификация – 2); 3) идентификация может быть также следствием того, что другая личность вызывает страх, угрожает, и Я человека стремится преодолеть свой страх (идентификация – 3) (это защитная идентификация).

На последний из указанных механизмов обратила внимание также Анна Фрейд.

Если бы Фрейд проводил различие между Ид. – 1 и Ид. – 2, то при Ид. – 1 следовало бы иметь в виду передачу моральных стандартов, не имеющих ничего общего с сексуальной ролью (честность, правдивость и т. д.). Ид. – 2 можно было бы обозначить передачу сексуальной идентичности, включающей правильный выбор объекта, правильные амбиции и вкусы и т. д. Ид. – 1 осуществляется с главным объектом любви, от которого оказался ребенок, поэтому мальчик может идентифицировать себя с матерью, дочь – с отцом.

Но Ид. – 2 определяется по-другому. Она может быть признанием сходства черт (мальчик – с отцом, дочь – с матерью), но, как отметил Браун, более правильным представляется предположение, согласно которому зависть к успехам играет более важную роль. Теория завидования статусу выдвинул Дж. Уайтинг (J. Whiting). Возможно, что второй тип идентификации (передача сексуальной роли) имеет место с той личностью, которая для ребенка выступает в

---

<sup>303</sup> См.: Brown R., *op. cit.*, p. 380.

качестве наиболее удачливого человека в деле получения любви от того человека, кого ребенок любит в первую очередь. Это означает, что если мальчики любят своих матерей, а матери любят своих мужей, то мальчики идентифицируют себя (Ид. – 2) с мужчиной – с отцом. Девочки же должны идентифицировать себя с матерью, если матерей любят отцы, которых любят дочери.

У нас возникает следующая идея: общая схема этого рассуждения верна; мальчик идентифицирует себя с тем мужчиной, которого любит его мать (и у него обучается гендерной роли) (Если мальчик любит свою мать). Это означает, что идентификация может иметь место и с любовником матери, у которого мальчик учится тому, каким должен быть мужчина. *Это психо-логика идентификации.*

Отсюда ясно, почему дети часто мешают родителям иметь любовников и любовниц. Они не могут терпеть предательства, поскольку не только любят данного родителя, но и идентифицируют себя с другим родителем! (Например, в рассказе С. Цвейга).

Зная эти закономерности (*психо-логические схемы*), можно подвергнуть более глубокому анализу как повседневные явления семейной жизни, так и художественные произведения.

Выделение различных видов идентификации в большей степени соответствует реальным психологическим фактам, в то время как стремление Фрейда унифицировать идентификацию имел догматический характер.

(Автор этих строк выдвинул ряд идей об идентификации также при исследовании эмпатии. Предстоит объединить эти выводы с тем, что сказано здесь).

## § 2. Психозащитные функции идентификации

Позитивные идентификации с идеалом способствуют эффективному усвоению социальных умений и навыков, необходимых для исполнения ролей, и тем самым способствуют психическому росту и нормальной социальной адаптации личности.

Однако встречаются многочисленные случаи защитной идентификации, являющейся механизмом преодоления фрустрирующих ситуаций. Типичным случаем является так называемая «идентификация с агрессором», описанная в только что упомянутой книге З. Фрейда. Если давать общее определение этой разновидности идентификации, то можно сказать, что это есть процесс уподобления и отождествления с человеком, к которому субъект относится негативно. Об идентификации с агрессором, как защитным психическим процессом, сказано и в настоящей работе. Отметим только, что согласно психоаналитикам, идентификация ребенка с родителем противоположного пола есть важный случай идентификации с агрессором и защитным механизмом.

В общем виде можно сказать, что идентификация становится защитным механизмом в том случае, когда фрустрированный человек, идентифицируя себя с другим, освобождается от фрустрации и тревог. Как мы знаем, человек может идентифицировать себя как с отдельной личностью, так и с социальной или этнической группой.

Утрата объекта любви всегда глубоко фрустрирует человека. З. Фрейд считал, что в процессе преодоления Эдипова комплекса имеет место идентификация не только с родителем одного с ребенком пола, который в эмоциональном отношении выступает в качестве «утраченного объекта»<sup>304</sup>.

Идентификация с «утраченным объектом» выступает в роли защитного механизма, так как уменьшает силу фрустрации, возникшей вследствие такой утраты. Подобная идентификация не только позволяет без патологических нарушений подавлять, преодолевать Эдипов комплекс, но одновременно интернализировать идеалы и установки родителя противоположного пола. Защитная функция такой идентификации, согласно психоанализу, простирается далеко

---

<sup>304</sup> Фрейд З., указ. соч., с. 47–55; его же: Введение в психоанализ. Лекции. М., «Наука», 1989.

за пределами детства и проявляется позже, при потере близких людей, любимого существа и т. п.

К сожалению, доказать эти утверждения слишком трудно, поскольку среди авторов, пишущих о возрастном развитии детей, об Эдиповом комплексе и других вопросах, которым много внимания уделяли З. Фрейд и другие психоаналитики, нет единодушия даже в вопросе о реальности Эдипова комплекса. Правда, существует точка зрения, согласно которой Эдипов комплекс возникает в патриархальных сообществах. При матриархате он, как предполагается, не возникает<sup>305</sup>.

Если даже фрейдовская концепция о роли детской идентификации с «утраченным» в результате подавления Эдипова комплекса объектом верна, тем не менее она вызывает ряд возражений, которые мы хотели бы высказать.

Поскольку смерть близкого человека, неудачная любовь и ожидание собственной неизбежной смерти являются экзистенциально фрустрирующими ситуациями, то против них можно эффективно защищаться лишь с помощью мощных защитных и смешанных адаптивных комплексов. Поэтому одна идентификация недостаточна, тем более та ее разновидность, которая образуется в процессе подавления Эдипова комплекса. Встает задача выяснения того, в какие защитные и смешанные комплексы обычно входит идентификация. Даже если к описанному типу идентификации присоединяется идентификация с родными детьми, которым приписывается способность реализовать собственные идеализированные цели и притязания (это, образно говоря, своеобразное делегирование родительских притязаний), все же многим так и не удастся организовать эффективную защиту от таких фрустраций, и они приобретают неврозы и психозы, т. е., согласно нашей теории, патологические адаптивные комплексы. Почему так происходит, что такое «сила Я», как она связана с возрастом и развитием адаптивных механизмов, с перспективами, притязаниями, возможностью иными средствами осмыслить свою жизнь и т. п.? Этот комплекс вопросов подлежит исследованию средствами научной психологии, а не только в рамках психоанализа, как это преимущественно имело место до последнего времени.

Идентификация объективно необходима ребенку для приобретения положительных ценностей, установок, форм поведения и психических качеств, для нейтрализации асоциальных воздействий. Но она необходима и субъективно, с точки зрения «механики» развития ребенка (она есть средство снятия тревожности в одном случае, и средство уменьшения негативных эмоций, связанных с утратой близких, в другом случае)<sup>306</sup>. В таких ситуациях психическая защита просто необходима.

Как мы уже писали, Зигмундом Фрейдом высказана, а Анной Фрейд развита важная идея, согласно которой идентификация возможна не только с тем человеком, к которому индивид питает положительные чувства, но и с таким, к кому он относится отрицательно (например, если объект вызывает страх). Известно также, что З. Фрейд вообще считал идентификацию всегда амбивалентной и частичной.

Раскрывая положительное содержание этих идей можно сказать, что существуют две главные разновидности этого важного психического механизма роста и развития личности, а именно: а) *положительная идентификация*, т. е. такая, которая имеет место с человеком, по отношению к которому субъект имеет преимущественно положительную социальную установку; б) *отрицательная идентификация* с объектом отрицательной установки. Идентификация с любимым родителем является примером положительной идентификации, а идентификация с «агрессором» хорошо иллюстрирует второй тип этого механизма. Существуют, конечно,

---

<sup>305</sup> См.: Брюно П. *Психоанализ и антропология. Проблемы теории личности.* – В кн.: Клеман К.Б., Брюно П., Сэв Л., *Марксистская критика психоанализа.* М., 1976, с. 169 и др..

<sup>306</sup> Столин В. В., указ. соч., с. 60.

также *амбивалентные идентификации*, связанные с амбивалентными социальными установками.

Выделение этих типов идентификации позволяет сформулировать новые вопросы, в частности следующие: а) как меняется отношение субъекта А к объекту В после того, как А отрицательно идентифицировал себя с В?; б) какова структура амбивалентной идентификации и как она влияет на психическое развитие личности?

Определения, данные выше разновидностям идентификации, показывают, что психоаналитические представления об этом механизме можно подвергнуть конструктивному обсуждению и частичному пересмотру в свете теории социальных установок. Положительная идентификация имеет место при преобладании положительной установки А к В, отрицательная идентификация – когда установка А к В преимущественно отрицательная. Наконец, если А имеет по отношению к В две противоположные (конфликтующие или диссонирующие) установки или же такие диссонантные когнитивные образования, которые еще не оформились в виде установочных структур, тогда должна возникать амбивалентная идентификация. Мы считаем также, что при интенсивности этого внутреннего конфликта процесс идентификации может и не развиваться в заметной степени.

Мы считаем, что эти идеи вовлекают проблему идентификации в широкую сферу социально-психологических исследований, что обещает новые творческие результаты.

Развитие научных представлений об идентификации необходимо для психологии личности и социальной психологии независимо от того, принимаем ли мы то объяснение ее возникновения (в процессе преодоления Эдипова комплекса), которое предложено фрейдистской школой. К. Хорни, Э. Фромм, а также ряд российских психологов, которых выше мы упомянули, справедливо указывают на то, что по мере все более ясного осознания своей телесной отделенности от матери страх и тревога ребенка будут возникать с необходимостью, по мере его психофизиологического созревания и социализации – во все большей степени. «Снижение этой тревоги, – пишет В. В. Столин, – возможно как за счет внешнего фактора – теплого и заботливого отношения ухаживающих за ребенком взрослых, так и за счет внутреннего фактора – субъективной идентификации с ухаживающими за ребенком взрослыми (или взрослым) – с их уверенностью, «бесстрашием», силой, компетентностью. С этой точки зрения первичной будет идентификация не с «агрессором», т. е. потенциально карающим родителем того же пола, а с наиболее эмоционально теплым и заботливым родителем. Такая гипотеза была высказана в литературе»<sup>307</sup>. Отметим, однако, что эту первичную идентификацию, возникающую в 1–2-летнем возрасте, обнаружить очень трудно. Можно полагать, что первичная идентификация только позитивная, а вторичная может быть как позитивной, так и негативной.

Обсуждение проблемы негативной идентификации требует выяснения того, *как связана негативная идентификация с образованием противоположной реакции или социальной установки*. Можно предложить гипотезу, согласно которой *негативная идентификация, в частности, идентификация с «агрессором», при устойчивой отрицательной установке к нему приводит к образованию защитного механизма обратной реакции* (вместо ненависти – подчеркнутая и выставляемая напоказ «любовь» и т. п. *Возникает защитно-адаптивный комплекс*, состоящий из механизмов негативной идентификации, реактивного образования противоположной реакции и агрессии, направленной на объект идентификации.

Эта гипотеза, если она подтвердится, позволит значительно углубить теорию адаптации и развития личности в онтогенезе, связывая их с такими областями социальной психологии, как теория социальных установок.

---

<sup>307</sup> Столин В. В. *Самосознание личности*, с. 60–61; В. В. Столин ссылается на следующую работу: Mourer O.H. *Identification: a link between learning theory and psychotherapy*. In: Mourer O.H. *Learning theory and personality dynamics*. New York, 1950.

Формирование реактивного образования приводит к появлению у личности ряда неприятных для окружающих людей черт характера, таких, например, как двуличие, крайний иррациональный конформизм и другие. Это показывает, что для предотвращения подобного развития личности следует с раннего детства ликвидировать условия негативной идентификации. Данная проблема, как мы видим, имеет важные выходы в практику педагогической деятельности.

### **§ 3. Разновидности защитной идентификации**

Защитная идентификация имеет ряд разновидностей, каждая из которых должна стать предметом отдельного исследования. Вот эти разновидности: 1) идентификация с любимым объектом: в этом случае личность моделирует себя согласно качествам любимого человека, что ослабляет тревогу разлуки и напряжение, возникающее на основе враждебности (если чувства амбивалентны).

2) Идентификация с потерянным объектом. Эта разновидность фактически совпадает с интроекцией. Личность берет себе характеристики потерянного объекта и ослабляет свое чувство сожаления.

3) Идентификация с агрессором: после такой успешной идентификации создается впечатление, будто агрессивность исходит от самой идентифицируемой личности.

4) Идентификация из-за чувства вины. Эта разновидность также имеет сходства с интроекцией. Это самонаказывающая идентификация, которая возникает на основе враждебности и амбивалентного отношения к любимому объекту. Примерами, свидетельствующими о существовании такой идентификации, являются компульсивные реакции, когда пациент не только наказывает себя, но и злорадствует по этому случаю.

### **§ 4. Идентификация с потерянным объектом**

В настоящем параграфе речь пойдет главным образом об идентификации с умершими близкими людьми.

Смерть родителей и других близких людей – это один из самых тяжелых экзистенциальных фрустраторов в жизни большинства людей. Для того, чтобы после такой потери продолжать жить более или менее нормальной жизнью, необходимо иметь соответствующие ресурсы и механизмы психологической самозащиты. Одним из таких механизмов является идентификация с покойниками, с объектами любви, которых человек лишился.

Мы видели, что сущность психической идентификации состоит в сознательном и( или) подсознательном стремлении субъекта быть таким, как объект; мыслить, чувствовать и действовать, как он, иметь его силу, авторитет и влияние. Мы знаем, что данное явление отчетливо наблюдается во взаимоотношениях детей и родителей. Кроме того, как показали психоаналитические исследования, одним из самых эффективных способов освобождения от Эдипова комплекса является идентификация с родителями, присвоение (интроецирование) их интересов, установок, личностных черт и характерных форм поведения. Подобная идентификация участвует в формировании Я-концепции ребенка, его Сверх-Я, высших блоков самосознания.

Идентификация ребенка с родителем, согласно психоанализу, является также частным случаем явления идентификации с агрессором. Идентифицируясь с более сильным агрессором, ребенок как бы приобретает его силу и начинает чувствовать себя в безопасности. Общеизвестны те примеры идентификации с агрессором, которые приводит Анна Фрейд: а) ребенок боится своего учителя и подсознательно подражает выражению его лица, уподобляется ему; б) маленькая девочка боится темноты, думая что в темной комнате появляются призраки,

но находит выход (защитное средство): она советует братишке вообразить себе, что сам являешься признаком. И тогда страх действительно смягчается.

Однако параллельно с механизмом идентификации с агрессором (и в процессе преодоления комплекса Эдипа) имеет место идентификация с «потерянным объектом». В данном случае таковым является родитель противоположного пола. В процессе преодоления Эдипова комплекса ребенок отказывается от родителя противоположного пола, однако некоторая степень идентификации с ним смягчает фрустрацию, возникшую от такой потери, поскольку сохраняет некоторые его идеалы. *Именно данный механизм психологической идентификации с родителем противоположного пола закрепляется в психике личности в качестве защитного механизма. Она начинает действовать в случае потери родителя. Это защита против той экзистенциальной фрустрации, которая возникает при потере близкого человека.*

При обсуждении данного вопроса мы уже вторгаемся в область *психологической танатологии*. Одним из разделов этой науки должна стать психология самозащиты личности перед лицом смерти других людей, а также в ожидании собственной неминуемой смерти. Как мы видим, учет теории психологической идентификации совершенно необходим для развития этой области науки<sup>308</sup>.

Особый интерес представляет случай действительной потери близкого человека в результате его смерти. Какие особенности имеет идентификация с покойником, и к каким последствиям она приводит? Для того, чтобы смягчить горе от потери любимого человека, люди идентифицируются с ним. Данный вопрос обычно обсуждается в литературе в связи с психоаналитической теорией траура (*mourning*)<sup>309</sup>.

Эта идея позволяет выделить еще три разновидности идентификации, о существовании которых мы фактически уже говорили, когда давали общую психоаналитическую характеристику этого явления. Речь идет о следующих разновидностях: 1) идентификация с таким объектом, которым человек реально обладает; 2) идентификация с таким объектом, которым человек хотел бы обладать; 3) идентификация с таким объектом, которого человек лишился. Последняя разновидность идентификации вступает в действие в ходе и после переживания фрустрации. Причем и здесь возможны различные случаи, например следующие: а) индивид А имел идентификацию с В еще до того, как потерять его, когда обладал им; б) индивид А до потери В не имел более или менее заметной идентификации с В; процесс идентификации по-настоящему у него начался после потери объекта В.

Еще одна проблема возникает в связи с этими дифференциациями, а именно: каким образом идентификация с объектом, которым обладаешь, преобразуется в такую разновидность идентификации, которая имеет место после потери объекта? Что меняет потеря объекта В индивидом А в его идентификации с этим объектом?

Отметим также, что поскольку смерть близкого человека, неудачная любовь и ожидание собственной неминуемой смерти являются глубокими экзистенциальными фрустраторами, то против них можно защищаться только с помощью *защитных комплексов*. Поэтому идентификация в отдельности недостаточна. Следует выяснить, в состав каких защитных комплексов она обычно входит. Следует иметь в виду, что многим так и не удастся организовать достаточно эффективную психическую защиту от таких фрустраций, и они приобретают неврозы или психозы, т. е. *патологические адаптивные комплексы*. Почему так происходит, что такое сила «Я», как это связано с возрастом, с перспективами, притязаниями, возможностью иными средствами осмыслить свою жизнь и т. п.? Перед нами комплекс проблем, которые предстоит исследовать средствами современной научной психологии.

---

<sup>308</sup> См. труды Р. Мюнди, Э.Кюблер-Росс, а также: Налчаджян А. А. *Загадка смерти. Очерки психологической танатологии*. СПб.: «Питер», 2004.

<sup>309</sup> См.: Janis I. a.o., *Personality*/ 1969, pp. 184–187.

## § 5. Патологическая идентификация

Хотя идентификация является одним из важнейших механизмов психического развития и самозащиты, тем не менее и она может стать патологической. Например, патологизация идентификации имеет место в том случае, когда индивид А идентифицирует себя с В (например, берет на себя его роль) и больше ему не удается освободиться от такого отождествления. Иначе говоря, у А сохраняется иррациональное убеждение в том, что он является В.

Так бывает с некоторыми психическими больными людьми. Например, в психиатрических больницах есть такие пациенты, которые искренне верят в то, что они являются другими лицами, как правило – выдающимися, такими, как Наполеон, Александр, Суворов и др. При этом эти больные пытаются вести себя так, как, по их мнению, вели себя эти исторические лица.

Очень известным недавним случаем такой патологической идентификации является то, что имело место с английским артистом Стифенсоном во время Второй мировой войны. Ему было поручено на время войти в образ фельдмаршала Монтгомери и публично играть его роль. Он с этой задачей справился весьма успешно, но больше не смог полностью избавиться от такой идентификации. Его идентификация с этим военным деятелем стала патологической и, вполне естественно, излишней.

## § 6. Идентификация и другие психические явления

А. Референция и идентификация. – Человек может идентифицировать себя как со своими современниками, так и с предками и воображаемыми будущих поколений.

Исходя из этого, мы утверждаем, что по критерию временной перспективы, в соответствии с этими тремя референциями (локализацией референтных групп) можно выделить соответствующие три вида идентификации. Поскольку объекты идентификации и ситуации их существования различны, между этими видами идентификации должны существовать важные различия.

Б. Идентификация и восприятие успеха другого человека. – Механизм идентификации многообразными связями связан с такими явлениями, как *успех* и *неудача*. Рассмотрим некоторые из них.

1) Идентификация индивида А с индивидом В может стать психологической предпосылкой будущего успеха или будущей неудачи в соответствующей области деятельности. В то время, когда идентификация глубока и носит устойчивый характер, она приобретает мотивирующую силу и вызывает активную целенаправленную деятельность А. Речь идет, конечно, о положительной идентификации.

2) Когда А полностью идентифицирован с В, тогда успех В воспринимается как свой собственный успех.

3) Когда А или не переживает никакой положительной идентификации с В, или же имеет с ним только отрицательную идентификацию (психо-логика которой такова: «Вот каким человеком нельзя быть»), тогда индивид А воспринимает успех В как свою неудачу, а неудачу – как свой успех. В этих процессах участвуют также социальные сравнения между А и В, причем роль этого универсального социально-психологического процесса в контексте идентификации еще предстоит исследовать.

Кроме того, мы считаем, что зависть возникает между А и В в условиях отсутствия положительной взаимной идентификации. Отрицательная же идентификация – это предпосылка переживания настоящей агрессивной, разрушительной зависти.



## § 7. Идентификация и другие защитные механизмы

Идентификация является сложным и многофункциональным процессом и обычно при выполнении своей психозащитной функции выступает в сочетании с другими защитными механизмами. Вкратце рассмотрим некоторые из этих сочетаний. Отметим уже здесь, что в ходе дальнейшего развития психологической теории идентификации настоящий раздел, в силу его важности, следует расширить, включая в него обсуждение как можно большего числа связей идентификации с другими защитными механизмами.

А. Идентификация и проекция. – *Идентификация и проекция*. Во многих сложных защитных процессах идентификация выступает совместно с атрибутивными процессами, в том числе с проективной атрибуцией (проекция), которая является одним из ведущих защитных механизмов. Недаром психологи выделяют особую разновидность идентификации, которой дали название проективной идентификации.

Часто проекция является первым шагом, ведущим к идентификации. Влюбленный юноша собственные желания, надежды и идеалы переносит на другого человека, чтобы затем психологически идентифицироваться с ним. В ролевых играх также тенденция идентификации проявляется весьма убедительно. Причем ребенок принимает роль даже таких объектов, каких он боится. Это в значительной степени освобождает его от тревоги и страха, поскольку нет серьезных оснований бояться того, кем ты сам можешь стать.

Б. Идентификация и интроекция. – *Идентификация и интроекция*. – Идентификацию можно считать основой и предпосылкой, необходимой для осуществления интроекции, т. е. внедрения в свою личность психических качеств других людей. Для того, чтобы осуществить интроекцию каких-то качеств, индивиду А следует: а) идентифицироваться с кем-либо (В); б) интроецировать в себе какие-либо черты или качества этого лица.

В. Идентификация, интроекция и конверсия. – *Идентификация и конверсия*. – Конверсия – это психологическое превращение личности, фактически смена одной личности другой в пределах одного индивида. Приведем пример. Святая Ксения была женой полковника, богатой и счастливой. Но ее муж трагический погибает, после чего она начинает считать себя своим мужем. Она надевает его униформу и гуляет по городу; она отзывается только в том случае, когда ее называют «Андрей Николаевич» (это его муж).

Позже она становится юродивой. Православная церковь считает, что юродивость – это один из путей спасения во Христе. Юродивые благословлены свыше. Нам неизвестно, каким образом имел место переход от идентификации с мужем к юродивости, это чрезвычайно интересно. Но тот факт, что после смерти мужа у этой женщины конверсия происходила с помощью идентификации, не вызывает сомнения.

Г. Перенос и идентификация. – Нередко можно видеть, как в наших сновидениях знакомые нам люди ведут себя совсем не так, как в бодрствующей жизни. У их сновидных образов другой характер. Что это значит и как это возможно?

Психологи вслед за З. Фрейдом считают, что в таких случаях на сновидный образ знакомого человека перенесен характер другого лица. В результате подобного *перенесения* получается *сгущение* в одном образе качеств разных людей. Например, человек видит во сне, будто его брат находится в затруднительном положении и нуждается в помощи. Анализ сновидения показывает, что часто оно означает, что мы сами находимся в затруднительном положении, но его переносили на сновидный образ брата.

## Глава 37. Идентификация с агрессором

### § 1. Идентификации с агрессором: общая характеристика

А. Примеры. – Идентификация жертвы с агрессором – это чуть ли не самая распространенная и по своему социально-психологическому значению самая важная разновидность идентификации. Мы уже знаем, что ряд типичных примеров этой разновидности идентификации описала еще Анна Фрейд. Мальчик боится учителя и, идентифицируясь с ним, подражает выражению его лица. Девочка боится призраков, которые, по ее мнению, появляются в темноте, и находит выход в отождествлении с этим самым призраком (то же самое делать она советует своему брату). (Добавить новые примеры).

Б. Идентификация не с личностью, а лишь поведением агрессора. – Есть случаи, когда А просто подражает поведению агрессора без того, чтобы иметь стремление стать такой же личностью, как и он. Например, ребенок наблюдает за агрессивным поведением взрослого и сразу же повторяет их. Можно считать, что имеет место только подражание, т. е. поверхностная идентификация только на поведенческом уровне. Нет идентификации не только с личностью, но и с социальной ролью взрослого человека. (См. примеры в книге А. Фрейд).

Другие примеры: мальчика подвергают медицинскому обследованию, после чего он выходит и пытается подвергнуть «медобследованию» другого мальчика; явно видно, что он отождествил себя с «агрессором» – врачом. В тюрьмах заключенные жестче обращаются друг с другом, чем даже тюремщики. Мы полагаем, что в таких ситуациях играет роль не только идентификация с надзирателями, но и перенос агрессии, в какой-то мере – поиск «козлов отпущения».

Родители вынуждены время от времени вести себя агрессивно по отношению к своим детям; тем самым они стимулируют у них работу механизма идентификации с ними как с агрессорами. Об этом знал еще З. Фрейд.

### § 2. Этапы процесса идентификации с агрессором

В процессе идентификации индивида с агрессором можно условно выделить три этапа<sup>310</sup>.

- 1) индивид (А) становится жертвой агрессии другого человека (В);
- 2) жертва идентифицирует себя с определенными аспектами этого лица, с его агрессией;
- 3) в результате этих процессов фрустрация (эмоциональный дистресс) жертвы смягчается или исчезает.

Можно предположить, что к таким результатам идентификация с агрессором приводит по двум причинам: а) поскольку активные действия жертвы в определенной степени успокаивают его; б) по той причине, что претерпевает изменения его самовосприятие: исчезают телесные ощущения беспомощности и активности; человек воспринимает себя уже не только как жертва, но и как агрессор. Дженис приводит такой пример: человек знает, что его собираются освободить от работы и сам спешит подать заявление об уходе, проявляя при этом агрессию.

---

<sup>310</sup> См.: Janis I. a.o., op. cit., p. 360)

### **§ 3. Опыт Бруно Беттельхейма: идентификация в концентрационном лагере**

Концентрационный лагерь – это своеобразное опытное поле для испытания методов авторитаризма и тоталитаризма. Это экспериментальная авторитарная ситуация, и заранее можно было бы предположить, что в ней механизмы идентификации с агрессором должны наблюдаться в своих самых крайних формах.

В 1938 году нацисты арестовали психоаналитика-еврея из Вены Бруно Беттельхейма. Целый год он провел в концентрационных лагерях Дахау и Бухенвальд. Частично из научных соображений, частично же стремясь сохранить целостность своей личности, он стал наблюдать за поведением других заключенных, желая выяснить, как реагируют эти жертвы на крайне жестокие, нечеловеческие условия лагерной жизни.

Одним из интересных результатов его наблюдений было живое и впечатляющее описание поведения «старых» заключенных – тех, кто находился в лагере 3 года и больше. Оказалось, что они в значительной мере идентифицируют себя с гестаповцами. Эта идентификация – незаметный, подсознательный процесс, как говорил Беттельхейм, последняя безнадежная попытка адаптироваться к жестоким условиям лагерной жизни. Идентификация включала три аспекта: физическую внешность гестаповцев, их агрессию и их ценности.

Так, когда такой «старик» говорил гневливо с другими заключенными, он употреблял словарь гестаповцев. Такие «опытные» заключенные старались менять свой внешний вид, используя с этой целью лоскуты от униформ гестаповцев.

Они обращались с другими заключенными так же жестоко, как и гестаповцы. Последние стремились избавиться от тех заключенных, которые не приспособивались – от жалобщиков, неподчиняющихся, и от тех, кто не был способен работать. Временами старые заключенные помогали им в этом деле. Некоторые выдавали предателей, другие считали, что их надо убить, чтобы жили другие. Убивали долго и мучительно, иногда продлевая мучения жертвы на несколько дней.

Были среди «стариков» и такие, которые принимали антисемитские взгляды гестаповцев. Но поведение таких людей было противоречиво: временами эти же люди смело выступали против фашистов<sup>311</sup>. Нетрудно догадаться, что сходные явления, пусть в более слабой степени, должны наблюдаться и в обычных тюрьмах, и даже в армии, где «стариками» третируют новобранцев. Мы полагаем, что подобные формы идентификации с агрессорами сплошь и рядом имели место также в советских, китайских и других концлагерях. Так что есть обширный эмпирический материал, который подлежит психологическому истолкованию с этой точки зрения.

Сходные явления наблюдаются также во взаимоотношениях господствующих и подвластных этносов. Поэтому целые периоды истории народов следует пересмотреть с позиций теории фрустрации и психической защиты, в частности – теории психологической идентификации.

### **§ 4. Идентификация с агрессором и формирование личной морали**

Ирвинг Дженис и его коллеги выдвинули гипотезу, согласно которой идентификация с агрессором играет важную роль в формировании Сверх-Я человека, т. е. личной моральной системы. Но переход от идентификации к Сверх-Я – это сложный и, как можно предположить, длительный психический процесс. У него имеются промежуточные этапы и образования. Для

---

<sup>311</sup> См.: Bettelheim B. *Individual and mass behavior in extreme situations*. – «*Journal of Abnormal and Social Psychology*», 1943, 38, pp. 417–452.

иллюстрации этой мысли авторы приводят ряд примеров, в том числе известные нам примеры из книги Анны Фрейд. Например, мальчик, который жил в детском доме, вел себя несколько странно. Он подходил к двери и очень громко позвал горничную. Ожидая, пока она подойдет и откроет для него дверь, он переживал страх от мысли, что та начнет ругать его за неправильное поведение. Для того, чтобы предотвратить такую ее агрессию, мальчик сам первым, придавая себе крайне недовольный вид, делала ей замечание за то, что она так поздно открывает дверь<sup>312</sup>.

Этот пример, по-видимому, следует истолковать в том смысле, что мальчик приобрел моральный принцип (или правило): предварительно ругать других за неправильное поведение и тем самым предотвратить применение отрицательных санкций с их стороны. Мы видим, что агрессия привела к определенному моральному (или аморальному) развитию. Это очень любопытный процесс, который вряд ли полностью осознается ребенком. Подлинное же моральное развитие и созревание имеет место только в том случае, когда ребенок такие же строгие требования предъявляет и к себе самому. Другие подобные примеры также показывают, что, предвидя, что его собираются наказывать, индивид может превентивно наказывать других, одновременно интерпретируя их моральные ценности так, как их себе представляет. (По-видимому, он скорее всего атрибутирует другим определенные моральные ценности).

Возникает вопрос: в какой мере подобное поведение сохраняется и у взрослых людей после того, как их личная моральная система уже сформирована? Можно предположить, что у взрослых этот механизм участвует в изменении моральной системы. Примеры, подобные приведенным, по мнению Джениса и его коллег, раскрывают стадии перехода от идентификации с агрессором к Сверх-Я личности. В таких случаях индивид не просто защищается от актуальной или ожидаемой агрессии. Наоборот, он идентифицируется с превосходящим наказанием, причем последнее связано с его собственным поведением. Совершая проступок или даже только имея «плохие» намерения, даже бессознательные, ребенок прибегает к помощи такого механизма. Но его пунитивное поведение направлено не против себя или другого человека, виновного в неправильном поведении, оно направлено на «агрессора»<sup>313</sup>.

В одной из предыдущих своих трудов автор настоящих строк выдвинул идею, согласно которой каждый уровень и даже этап морального развития личности (по шкале Колберга) имеет свои характерные механизмы адаптации. Эту общую идею следует конкретизировать для каждого этапа, тщательно описав соответствующие им адаптивные механизмы и их комплексы.

Мы полагаем, что для доморального уровня развития ребенка одним из самых характерных механизмов адаптации является идентификация с агрессором. Эта идея имеется у психоаналитиков (З. Фрейда, А. Фрейд, Э. Эриксона и др.). Однако она должна быть сопоставлена с концепцией Пиаже и Колберга.

## **§ 5. Как оказать сопротивление тенденции идентификации с агрессором?**

Идентификация фрустрированной личности с агрессором, как защитный механизм, может иметь отрицательные последствия как для не, так и для общества. Поэтому вопрос о способности личности в условиях фрустрации отказываться от использования этого механизма заслуживает пристального внимания. Если удастся решить данный вопрос, тогда можно будет предотвратить много случаев жестокости в тюрьмах, в армии и в межэтнических отношениях.

Психоаналитики размышляют об этом уже давно. Алис Балинт, которая считается одним из ведущих теоретиков психоанализа, считает, что способность отказаться от механизма идентификации с агрессором, как от средства справляться с угрожающими внешними объектами,

---

<sup>312</sup> См.: Janis I., *op. cit.*, p. 362.

<sup>313</sup> См.: Janis a.o., *op. cit.*, p. 363.

развивается у личности в специфических межличностных отношениях, которые слагаются в раннем детстве. Если родители ребенка положительно относились к его поискам наслаждения, то у него развивается толерантность к фрустрации и страху. Именно эта толерантность и удерживает его от пользования жесткими защитными механизмами, в частности – механизмом идентификации с агрессором.

Но если ребенок склонен видеть своих родителей в качестве угрозы его существованию, поскольку они противодействуют его стремлению к удовлетворению своих психофизиологических потребностей, то его развитие пойдет по другому пути. Такие родители становятся источниками угроз и страхов, травмирующих ребенка. Для предотвращения возникновения такого страха или, если он уже возник, его смягчения, ребенок может использовать механизм отрицания (*denial*) наличия угрозы в поведении своих родителей. Но он может пользоваться также механизмом идентификации с агрессором, который также приводит к тому, что ребенок уже не воспринимает родителей в качестве угрожающих объектов. В той мере, в которой ребенок идентифицирует себя с родителями, он уже перестает воспринимать себя в качестве ранящего и отделенного от них существа, который получил бы психическую травму в том случае, если бы родители запретили ему удовлетворение своих психофизиологических потребностей. Наоборот, он с помощью механизма идентификации «объединяется» с родителями и принимает их установку<sup>314</sup>.

Возникает вопрос: почему выбирается или отрицание, или идентификация? От каких личностных свойств зависит выбор защитного механизма? Ведь выбор того или иного ведущего защитного механизма в годы детства может иметь решающее значение для развития характера личности.

А. Балинт считала идентификацию с агрессором одним из самых примитивных защитных механизмов. Когда родители постоянно выступают для ребенка в качестве источников угроз и вызывают страх, он спонтанно выбирает именно этот механизм. Это легкий путь самозащиты. (Предполагается, что дети от рождения имеют склонность к приобретению защитных механизмов).

В конце настоящего обсуждения выскажем следующую идею: если механизм идентификации с агрессором является ведущим в поведении взрослого человека, тогда мы можем сказать, что он в психологическом отношении не является зрелой личностью. Мы полагаем, что многие «профессиональные подчиненные» именно таковы. Данный механизм входит в состав комплекса авторитарного подчинения.

---

<sup>314</sup> Sarnoff I. *Personality. Dynamics and development*. New York and London: John Wiley and Sons., 1963, p. 181.

## **Глава 38. Идентификация в процессе социального познания**

### **§ 1. Социальное сравнение, идентификация и социальное познание**

Наши социальные суждения, т. е. мысли о социальных явлениях и процессах, относительно. Когда мы рассуждаем о каких-то социальных явлениях, людях, социальных группах и т. п., то в качестве «начала отчета» или критерия берем каких-то людей. Наблюдения показывают, что обычно в качестве такой основы или начала отчета мы берем мнения тех людей, с которыми у нас имеется положительная идентификация. В качестве такого социального объекта-эталона может выступить как отдельная значительная личность, так и референтная (или эталонная) социальная группа.

Эталонные мнения других людей бывают как обобщенными («Все так говорят», «Все так поступают» и т. п.), так и частными и единичными. (Например, «М., как крупный специалист, утверждает это, и я с ним согласен»). Особенно часто мы берем в расчет экспертные оценки.

Отсюда ясно, что на стыке по крайней мере двух теорий – теории социального сравнения (Л. Фестингер) и теории идентификации (З. Фрейд и др.) можно выдвинуть целый ряд новых проблем когнитивной социальной психологии и психологии личности, а также теории социализации.

В частности, можно вновь и уже на новом уровне исследовать конформизм, имея в виду то обстоятельство, что положительная идентификация является одной из основ этого широко распространенного явления. Следовательно, в основе неконформизма во многих случаях лежит отрицательная идентификация или антиидентификация, психо-логика которой, как мы уже знаем, в общей форме можно выразить в следующих словах: «Нельзя быть таким, как М.», или «Как можно принимать во внимание точку зрения такого человека, как М.?».

Поскольку никто не может быть специалистом во всех областях знаний, то социальное сравнение с экспертами и учет их мнений – явления неизбежные. Сюда вкрадываются процессы положительной и отрицательной идентификации.

### **§ 2. Идентификация и понимание**

А. Что такое социальное понимание? – Понимание – одно из самых сложных психических явлений. Здесь мы не будем подробно обсуждать эту проблему, а ограничимся только, исходя из задач настоящей книги, примем следующее общее определение этого явления: индивид А понимает какое-то явление Ф в том случае, когда раскрывает его существенные свойства и причины возникновения.

Понимание социальных объектов имеет свою специфику. Социальными объектами являются индивиды, социальные и этнические группы. Все эти социальные объекты активны, т. е. у них имеется поведение, наблюдаемые поступки и результаты такой активности. Поэтому понимать человека значит не только знать его существенные свойства и способности, но также мотивы и цели поведения. Известно, что в подобных процессах социального познания значительную роль играют различные виды атрибуции, и в первую очередь каузальные (причин-

ные). (Подробное рассмотрение этих проблем см. в нашей монографии «Атрибуция, диссонанс, социальное познание»<sup>315</sup>. Играет роль также эмпатия.

Нетрудно догадаться, что в процессе социального познания и понимания социальных объектов определенную роль играет также идентификация. Но это общее утверждение следует проверить и конкретизировать эмпирическими методами.

С этой точки зрения представляет интерес одно исследование ленинградских психологов О. В. Аллаhverдиева и Т. М. Трапезникова, которые решили выяснить, от чего зависит степень адекватности понимания другого человека и степень идентификации. Они получили интересные результаты: оказалось, что во взаимно выбирающих парах адекватность понимания мужчины женщиной больше, чем женщиной женщины. В смешанных парах женщины воспринимают и понимают мужчину полнее и точнее, чем мужчина женщину.

При взаимном же отвергании все обстоит наоборот: женщина понимает женщину лучше, чем мужчина мужчину, а в парах из представителей разного пола по адекватности понимания женщина уступает мужчине.

В отношении идентификации имеет место обратное: взаимно выбирающие представители мужского пола хотя и больше понимают друг друга, но менее идентифицируют себя в паре (как женщина по отношению к мужчине). А в парах женщина – женщина и мужчина – женщина первый партнер хотя и меньше (хуже) понимает второго, тем не менее, отличается более высокой степенью идентификации (меньше понимая своего напарника, больше к нему тяготеет эмоционально).

Авторы приходят к выводу, что адекватность понимания и идентификация, создающая высокую степень интегрированности пар как социальная группа, находятся в обратно пропорциональной зависимости<sup>316</sup>.

(Эти и подобного рода другие результаты еще требуют тщательного анализа. В частности, следует выяснить, каким образом измеряли исследователи степень понимания и идентификации, какими методиками пользовались).

---

<sup>315</sup> М.: «Когито-Центр», 2006.

<sup>316</sup> См. в книге: *Социально-психологические проблемы в условиях развитого социалистического общества*. М., 1977, с. 84–85; данное описание приводится также в книге: Китов А. И. *Психология управления*. М., 1979, с. 165.

## Глава 39. Идентификация и формирование самосознания

### § 1. Идентификация – это механизм конструирования я-концепции

Уже в раннем детстве ребенок способен спонтанно идентифицировать себя с другим живым существом, с людьми или животными, и даже с неживыми объектами. Вместе с появлением чувства «Я» у ребенка начинается формирование Я-концепции, в структуру которой постепенно включаются образы разных людей, животных и предметов – объектов идентификации. Сам ребенок является субъектом этого процесса независимо от того, происходит ли его идентификация сознательно или подсознательно. Отметим, что в годы детства процессы идентификации в основном происходят неосознанно, как подлинно подсознательные процессы.

Когда индивид, используя механизм интроекции, включает образы разных объектов в структуру своей Я-концепции, эти предметы, хотя бы частично, сохраняют свое существование во внешнем мире. Но поскольку индивид имеет с ними психологическую идентификацию, они приобретают для него особую ценность. Правда, разные объекты идентификации имеют для индивида неодинаковую ценность.

Именно этим ценностным значением объектов обусловлено то, что когда кто-либо пытается отнимать у индивида те объекты идентификации, которыми он обладает или хотел бы обладать, он пытается дать отпор с помощью агрессивных действий. Ребенок, таким образом, защищает свою игрушку, родителей и т. д.; взрослый же человек, кроме того, охраняет те свои материальные и духовные приобретения, с которыми идентифицирован; следовательно, эти предметы входят в состав его расширенного Я (если вновь использовать термин, введенный Уильямом Джеймсом).

Интересный пример приводит З. Фрейд в книге «Психология масс и анализ человеческого Я». Этот пример мы уже рассмотрели: маленький мальчик потерял кошку и считал себя несчастливym. И он заявил, что теперь он сам кошка, после чего начал ходить на четвереньках, перестал принимать пищу сидя за столом и т. п. Он начал подражать поведению кошки. Все описанное – это признаки психологической идентификации с кошкой, в результате чего ребенок начинает подражать поведению животного. Мы уже знаем, что подражание – это поведенческое выражение идентификации. Здесь интересно отметить, что *идентификация усиливается после потери объекта*. Данный феномен имеет кардинальное значение в развитии личности после потери любимого объекта подражания. В итоге всех этих процессов Я-концепция ребенка обогащается новыми элементами.

### § 2. Идентичность «Я» и проблема адаптации

Эрик Эриксон предупреждал о двух возможных искажениях в понимании идентификации. Одно из них состоит в том, что всякую идентификацию могут считать конформистской, поскольку чувство идентичности первично достигается путем полного подчинения индивида данным социальным ролям и путем полного и безусловного приспособления к ней – к требованиям социального изменения. Эриксон согласен с тем, что вне социальных процессов, предлагающих приемлемые прототипы и роли, «Я» человека не может развиваться. Однако здоровая и сильная личность приспособливает эти роли к последующим процессам связанным с ее «Я», внося таким путем свой вклад в поддержание жизнеспособности социальных процессов<sup>317</sup>.

---

<sup>317</sup> См.: Erikson E.H. *Childhood and Society*. New York, 1963, p. 412, footnote.



Эту мысль Эриксона мы считаем важной для психологии развития самосознания через идентификацию по некоторым причинам. 1) Личность не просто приспосабливается к социальным ролям, но и приспосабливает эти роли к своей личности, к той структуре Я-концепции, которая у нее уже есть. 2) В этой связи следует поставить вопрос об индивидуальном стиле исполнения социальных ролей. Именно такой стиль и является главным признаком того, что личность не только приспосабливается, но и приспосабливает роли, проявляет свою внутреннюю силу и активность. Всякое механическое и слишком точное исполнение ролей говорит о том, что у личности преобладает приспособление к роли, т. е. конформизм.

3) Это означает, что уровень конформности индивида можно определить исходя из соотношения (при исполнении определенной роли) между приспособлением личности к роли и приспособлением роли к личности исполнителя. При этом основная структура и функции роли должны соблюдаться даже при ярко выраженной индивидуальности исполнения, иначе мы будем иметь дело с девиантным поведением.

Вторую возможную ошибку в понимании идентификации Эриксон видит в объяснении поведения тех лиц, которые посвящают себя учебе и одиночеству, стремятся к интегрированности в изоляции от других, как будто живут вне и над теми группами, из которых вышли. Но являются ли они выше всякой идентификации? Эриксон отмечает, что такие лица в ходе своего развития не были независимы от идентификации со своей группой, в которую были погружены вплоть до момента выхода из нее. Но и после этого они не свободны от идентичности, хотя они могут разделить ее с немногими людьми, среди которых могут быть даже покойники. В качестве примера Эриксон упоминает Махатму Ганди, который идентифицировал себя с Индией и с Иисусом Христом из Назарета<sup>318</sup>.

Это верное замечание, но следовало бы использовать понятие референтной группы, отмечая, что социальная идентификация личности всегда или в подавляющем большинстве случаев есть идентификация с референтными группами и индивидами. Такой подход позволяет значительно расширить концептуальный аппарат, необходимый для анализа идентификации, формирования Я-концепции и механизмов адаптации.

### § 3. Идентификация, интроекция и развитие Я-концепции

А. Идентификация с агрессором и Я-концепция. – Идентификация с агрессором – это явление, которое относится к категории негативной идентификации. Оно, как мы уже знаем, исследовано основателями психоанализа и наиболее подробно рассмотрено в известной книге Анны Фрейд. Здесь мы рассмотрим идентификацию с агрессором с несколько иной точки зрения, а именно, пытаемся выяснить ее роль в формировании Я-концепции личности.

А. Фрейд неоднократно отмечала, что когда защитный механизм действует изолированно и против одной угрозы, его исследовать сравнительно легко. Но защитные механизмы часто комбинируются, а иногда один и тот же механизм направляется как против внешних, так и против внутренних угроз.

Таково положение также с идентификацией. Когда она служит для построения Я-концепции, то в этом случае она направлена против влечений самой этой личности. Но в других обстоятельствах, сочетаясь с другими механизмами, идентификация становится важным средством борьбы против объектов внешнего мира.

Такими являются именно случаи идентификации с агрессорами. Мы уже упомянули пример рассмотренный в книге Анны Фрейд (она сама позаимствовала его у Огюста Айхорна). Упомянем его. К психоаналитику приводят школьника по той причине, что он гримасничает в ответ на замечания учителя. Учитель жалуется, что мальчик не воспринимает упреки и уве-

---

<sup>318</sup> Erikson E.H., *op. cit.*, p. 412.

щевания нормальным образом. При этом он корчит такую физиономию, что весь класс взрывается от смеха. Учитель объясняет такое поведение или как сознательное издевательство, или как следствие тикообразных движений (судорожных, спазматических).

Беседа втроем (ученик, учитель, врач) привела к пониманию этой загадки: внимательное наблюдение за учеником и учителем показала, что гримасы мальчика являются не чем иным, как искаженным отражением черт лица разъяренного учителя. Мальчик, когда его делается замечание, переживает страх и, непроизвольно подражая разгневанному учителю, воспроизводит движения его лицевых мускулов. Он воспринимает его гнев и следит за словами учителя с соответствующей мимикой. Гримасничанье здесь служит для идентификации и равнения с опасным объектом внешнего мира. Такая идентификация в основном происходит подсознательно.

А. Фрейд справедливо замечает, что это не какие-то особые случаи, а частные проявления широко распространенного психологического механизма слабо развитого «Я» индивида. Этот механизм лежит в основе детских ролевых игр, различных религиозных церемоний первобытных народов. Например, перед тем как отправиться на охоту, первобытные племена разыгрывают сцену охоты; один из будущих охотников перевоплощается в зверя, который нападает на охотников, другой «убивает» его и т. п. В этнографических работах можно найти обильный материал об этих явлениях.

Подвергаясь агрессии и самым став агрессором (путем идентификации с агрессором), ребенок направляет свою агрессию как на подлинного фрустратора, так и на замещающие объекты. У него со временем может образоваться общая агрессивность, которая направляется преимущественно на тех, кто раньше был агрессором или в будущем может стать таковым. Можно привести очень много случаев, когда дети становятся объектами агрессии, в результате чего у них образуется постоянная агрессивность, направленная на реальных или потенциальных агрессоров (родителей, других детей и т. п.). В таких случаях под внешней агрессивностью психологический анализ обнаруживает у ребенка страх и ожидание наказаний, предвидение того, что он может стать жертвой агрессии. В агрессивности мальчика может играть роль и мужское начало, но если его агрессивность неоправданно сильна, в ней следует найти также проявления фрустрированности и защитного поведения: усиление агрессивности и идентификация с агрессором (которая, в свою очередь, еще больше усиливает агрессивность ребенка).

Б. Идентификация с агрессором и самосознание. – А. Фрейд отметила, что вместе с идентификацией с агрессором совершается важный шаг в сторону образования Сверх-Я ребенка. Он интернализирует извне идущую критику своего поведения. Интроецируя особенности учителей и родителей, их мнения и установки, дети тем самым накапливают большой материал для построения своего Сверх-Я. Однако интернализованная критика не сразу превращается в самокритику. Она сразу же направляется ан внешний мир. Таким образом, идентификация с агрессором приводит к еще более активному наступлению на внешний мир<sup>319</sup>.

Поскольку самокритику и все элементы отношения к себе мы включаем в структуру самосознания, то можно сказать, что идентификация с агрессором, как частный случай идентификации, является одним из механизмов формирования самосознания. Следует, конечно, специально исследовать те специфические образования, к появлению которых ведет постоянное использование этого механизма. А. Фрейд исследовала выражения идентификации у невротиков – детей и взрослых (во всяком случае к такому заключению можно прийти при чтении ее книги). Следует проводить такие же исследования и у психически нормальных школьников, у «трудных» детей и подростков, а также у взрослых, связывая все это с проблемой формирования самосознания.

---

<sup>319</sup> См.: Freud A. *das Ich und die Abwehrmechanismen*. London, 1946, S. 133.

Интересно еще одно явление, обнаруженное А. Фрейд, когда ребенок тайно занимается онанизмом или также тайно предается другим недозволенным занятиям, то, *ожидая со стороны взрослых наказания, предвидя их агрессивную реакцию, сам предварительно действует агрессивно по отношению к ним*. В таких случаях атрибуция внешнему миру особых мотивов, черт и агрессивности, является отражением внутренних процессов идентификации с предполагаемыми агрессорами, а также работы механизма вытеснения.

Идентификация с агрессором осуществляется с помощью другого механизма – проекции чувства вины на внешний мир<sup>320</sup>. Одновременно происходит интроекция точек зрения критически настроенных авторитетов. Личность, использующая эти механизмы, согласно А. Фрейд, отличается нетерпимостью к внешнему миру, одновременно относясь строго к самой себе. Она узнает, что запрещено, однако используя названные защитные механизмы, ограждает себя от неприятной самокритики. Обвиняя других и переживая гнев, она предотвращает появление у себя чувства вины: эти обвинения и гнев заменяют ей угрызания совести и вину. Этот гнев непроизвольно усиливается каждый раз, когда наблюдается тенденция интенсификации самовосприятия (в частности – собственной вины). Все эти процессы Анна Фрейд объединила под названием *средней фазы развития Сверх-Я*, т. е. «*преддверии морали*». Примеров тому можно найти и в современной жизни. Например, некоторые преподаватели, желая поставить студенту двойку и при этом не переживать чувство вины и жалости, начинают активно обвинять их в ленивости, в недобросовестности и в других реальных или воображаемых грехах. Один из преподавателей, Р. С., сообщил автору настоящих строк, что сознательно применяет данный способ ограждения себя от мучений. Это типичный случай психологической самозащиты.

Отсюда можно прийти к выводу (что делает также А. Фрейд), что есть много людей, которые фактически остановились на этом уровне развития. Они никогда не проявляют склонности считать себя виноватыми, обвиняют других, проецируют и применяют агрессию. Мы полагаем, что это является признаком психической незрелости, поскольку эти защитные механизмы продолжают, в результате фиксации, применяться еще долгое время после того, как соответствующий этап развития личности, когда они считались нормальными, давно прошел.

Возврат к этим незрелым формам поведения возможен также в результате психической регрессии. Это может иметь место, например, тогда, когда к взрослому человеку предъявляют ложные обвинения, тем самым сильно фрустрируя его самосознание.

Настоящая личная мораль, согласно психоаналитикам, начинает развиваться тогда, когда интернализованная критика, как система требований Сверх-Я, в системе личности встречается и ассоциируется с восприятием собственного поступка. Строгие требования Сверх-Я, начиная с этого «момента», обращаются вовнутрь, а нетерпимость к внешнему миру ослабевает. Одновременно личность, начиная с этой стадии развития, включается в полосу неприятной необходимости осознания собственного чувства вины и самокритики. Когда же личность остается на вышеуказанном промежуточном уровне развития, она так же беспощадно относится к внешнему миру, как меланхолик беспощаден к самому себе. А. Фрейд предполагала, что такие задержки в развитии Сверх-Я соответствуют началу образования меланхолического состояния.

В. К вопросу о механизмах ревности. – Психоаналитики считают, что механизм идентификации с агрессором, являясь, с одной стороны, промежуточной ступенью развития Сверх-Я, с другой стороны представляется промежуточной фазой образования параноидного состояния. Использование идентификации и проекции является обычным в этих двух случаях. Но идентификация и проекция являются нормальными формами психической активности личности. Однако, в зависимости от того, к какому материалу они применяются, приводят к различным конечным результатам.

---

<sup>320</sup> См.: Freud A... *op. cit.*, S. 136.

Особые комбинации интроекции и проекции, обозначаемые как идентификация с агрессором, остаются нормальными формами психической жизни лишь до тех пор, пока личность применяет их для борьбы против авторитетных лиц, а также при встрече с такими объектами, которые вызывают у нее страх. Но та же форма защиты теряет свой безвредный характер и становится патологической, когда используется в любовных отношениях. Муж переносит свои импульсы к неверности на свою жену и оскорбляет ее, обвиняя в неверности. Он одновременно интроецирует ее реальные и ожидаемые упреки. Но его целью не является защита против внешней опасности; он защищается против ослабления позитивной либидинозной связи с партнером. В результате возникает чувство ревности. Там, где такой механизм проекции используется для защиты гомосексуальных влечений, образуются новые комбинации с другими защитными механизмами.

Мы полагаем, что природа личностных защитных комплексов зависит от того, против чего и в защиту чего личность систематически «выступала» в ходе своего онтогенеза. Если защищаются в основном гомосексуальные влечения, то образуется один тип комплекса; если защищается любовь – другой тип, и т. п. Эта проблема заслуживает специального и всестороннего исследования. В указанных случаях защиты гомосексуальности, согласно А. Фрейд, механизм превращения в свою противоположность принимает форму превращения любви в ненависть. Действие интроекции и проекции приводит к параноидному галлюцинаторному состоянию. В этих двух случаях (защиты гетеросексуальных и гомосексуальных влечений) механизм проекции применяется произвольно.

## Глава 40. Проблемы гендерной идентификации

### § 1. Гендерная идентификация, социализация и половая самоидентификация

Механизм идентификации, как уже сказано, является одним из ведущих механизмов социализации человеческого индивида. Вместе с тем он представляет собой важнейшее средство защитной адаптации личности в различных социальных условиях.

Гендерная (половая) идентификация имеет место в том случае, когда субъект идентификации, опираясь на образ и поведение другого человека (объекта идентификации), приходит к определенному выводу о том, к какому полу сам принадлежит. Объект идентификации становится для него эталоном пола и основных половых ролей. Половая или гендерная социализация человека, состоящая главным образом в усвоении специфических половых ролей (в том числе выставляемых, маскирующих), осуществляется с помощью идентификации с теми социальными «моделями», которые доступны восприятию субъекта социализации.

Как и всякая другая положительная идентификация, половая идентификация также в деятельности людей осуществляет ряд функций: коммуникативную, социализирующую, адаптивную, защитную и компенсаторную.

Однако осуществление этих функций становится невозможным или неполноценным, когда в процессе половой идентификации личности появляются трудности или патологические нарушения. Поэтому для теории социально-психологической адаптации и психологической защиты большой интерес представляют исследования нарушений половой идентификации людей.

*Половая самоидентификация* – это разновидность идентификации, которую очень удачно характеризует А. И. Белкин: «Мы полагаем, что половая идентификация, как и любая другая идентификация, – это один из аспектов самосознания, отражающий половую принадлежность субъекта через другого представителя (или образ), который олицетворяет определенный стандарт половой роли»<sup>321</sup>.

По-существу, половая идентификация также является ролевой, но она так своеобразна и важна, что ее можно выделить в качестве самостоятельной разновидности самоидентификации.

На основе предложенного определения идентификации Белкин дает следующую подробную характеристику этого явления, которая в значительной степени является повторением того, что нами уже сказано в первой главе настоящей книги. Но такое повторение в данном контексте целесообразно, поскольку дальнейшее обсуждение должно учитывать то, как Белкин характеризует идентификацию. Мы читаем:

«Для идентификации в нашем понимании характерно:

1. Уподобление (отождествление) своего «Я» чуждому, принятому за «образец» или «эталон». При этом происходит заимствование не только манеры поведения, соответствующих ритуалов и т. п., но и ряда психологических черт (доброта, отзывчивость, решительность, агрессивность и т. п.).

2. «Вживание» в образ, с которым индивид себя идентифицирует, и готовность к эмоциональному с ним сопереживанию.

---

<sup>321</sup> Белкин А. И. Биологические и социальные факторы, формирующие половую идентификацию (По данным изучения лиц, перенесших смену пола). – В книге: Проблемы клиники и патогенеза психических заболеваний. Труды Московского НИИ психиатрии, т. 68. Отв. ред. проф. А. А. Портнов. М., 1974, с. 321.

3. Необходимость признания своей принадлежности к избранному объекту со стороны референтной группы. Отсутствие такого признания затрудняет или делает даже невозможным идентификацию избранным «эталонам»<sup>322</sup>.

Первые два пункта этой характеристики идентификации, на наш взгляд, можно свести к одному явлению – к принятию роли другого (объекта идентификации, «социальной модели»). Поэтому основным психологическим механизмом идентификации является принятие роли, которое, в свою очередь, осуществляется с помощью целого арсенала познавательных средств и процессов личности. В их числе также человеческая «врожденная способность к сравнительно легкому усвоению готовых эмоциональных и поведенческих «шаблонов» и «стереотипов», о которых пишет Белкин<sup>323</sup>.

## **§ 2. Условия хорошей идентификации и внутренние изменения личности**

В связи с проблемой идентификации (в частности – идентификации мальчика с отцом) полезно рассматривать различные эмпирически возможные случаи, например следующие: а) когда отец предъявляет к сыну целый ряд требований и сам выполняет эти требования; б) предъявляя мальчику эти требования, сам он их не выполняет. Сходные отношения имеют место также между руководителями и подчиненными.

Во втором случае идентификация сына с отцом становится затруднительным. Если вновь взять случай, описанный З. Фрейдом (взаимоотношения отца, матери и сына), то в них мальчик оказывается в конфликтной ситуации: для того, чтобы завоевать любовь матери, он должен действовать согласно требованиям отца; но отец сам действует по-другому, и с ним трудно идентифицироваться. Мальчик должен выбрать одну из несовместимых форм поведения, причем результат во многом зависит от того, в какой степени требования и ожидания отца и матери совпадают. Очевидно, что если мальчик выбирает путь идентификации с отцом (ведет себя так, как свой отец), то другая форма поведения исключается.

Хорошая идентификация достигается при наличии целого ряда факторов. Для этого необходимы ясность и недвусмысленность восприятия единственного способа поведения, приводящего к приобретению любви и одобрения; сила желания получить любовь и одобрение; сила противоположных импульсов и притягательной силы противоположных форм поведения.

Когда уже достигнута идентификация с отдельной личностью или с группой, то действующее лицо начинает воспринимать свое «Я» не только как цель, но и как действующее «Я», находящееся в регионе таких форм поведения, которые одобряются этими лицами или группами. Эти формы поведения приобретают такую силу, что подавляют все другие. Человек, достигший сильной идентификации с другим индивидом, может принести в жертву любую другую потребность и ценность, даже собственную жизнь. Причина этого явления в том, что обусловленные идентификацией формы поведения, очень притягательны, обладают высокой положительной валентностью.

Когда человек имеет сильную идентификацию, то изменяются не только формы его поведения, но и системы его ценностей и убеждений. Если выполнением определенных действий человек приобретает любовь и уважение других, то у него, как правило, возникает убеждение, что эти формы поведения вообще являются общими путями достижения любви, одобрения и уважения других.

Можно утверждать, что генезис обобщенных социальных установок личности в процессе социализации также опирается, в числе других, на механизм идентификации. Обобщаются и

---

<sup>322</sup> Белкин А. И., указ. соч., с. 321–322.

<sup>323</sup> См.: Белкин А. И., указ. соч., с. 322.

закрепляются в памяти те ценностные ориентации и установки, которые возникают на основе идентификационных форм поведения. Этим путем также идентификации способствуют формированию психической структуры личности.

Достижение идентификации часто облегчается также с помощью симультанного действия механизма символической субституции (замещения), которая создает условия для повторного выражения как будто забытых мотивов.

Стремление к идентификации усиливается и в том случае, когда личность переживает депривацию в отношении получения любви, одобрения и уважения со стороны значимых лиц или референтных групп. Идентификация может быть также механизмом предупреждения возможных будущих фрустраций.

### § 3. Эмпирические исследования Белкина

А. Исследования. – Белкин сообщил о результатах своего исследования 28 больных возраста от 16 до 32 лет, перенесших смену пола. У 12 из них смена пола была произведена с женского на мужской, а у 156 – с мужского на женский. Необходимость смены пола во всех этих случаях была вызвана изменением биологических половых функций, вследствие чего эти лица были неспособны к исполнению своих ожидаемых общественных половых ролей. Анатомо-физиологические изменения выражались «в резком изменении морфо-конституции (неадекватная маскулинизация или феминизация внешнего облика) или в строении гениталий»<sup>324</sup>.

Будучи гуманным актом, смена пола в таких случаях, как справедливо отмечает Белкин, предоставляет уникальные возможности для исследования процессов и механизмов, формирующих половую идентификацию и общую психосексуальную ориентацию личности. Что из себя представляет смена пола? «Смена пола включает в себя комплекс биологических (хирургическая коррекция гениталий, гормональная терапия и др.) и социально-психологических актов (изменения имени, документов, профессии, уход из привычной для больного среды, потеря старых друзей, близких и т. д.)»<sup>325</sup>.

Для идентификации с новым полом личность должна претерпевать глубокие изменения: овладеть новыми навыками, привычками, манерами поведения и речи. Как утверждает Белкин, в исследованных им случаях формирование новой половой идентификации проходило в течение довольно короткого срока времени – от 3–4 недель до 5–6 месяцев. Поскольку многие из этих лиц способны сообщить о своих переживаниях, об изменении своего отношения к окружающей действительности, то возникает возможность получить информацию об исполнении индивидом своей новой половой роли.

Б. Реадаптация. – Эти исследования представляют несомненную ценность для решения вопроса о том, каким образом происходит принятие новой роли и как оно обеспечивает адаптацию личности в новых социально-психологических ситуациях. Нет сомнения, что после смены пола индивид почти непрерывно оказывается в проблемных, большей частью – фрустрирующих ситуациях.

Однако для понимания адаптивных процессов личности, которые осуществляются ею после смены пола, следует выяснить, каким образом она прореагировала на этот новый статус, какие адаптивные механизмы и стратегии она попыталась использовать. Некоторые интересные данные об этом нам сообщает Белкин, который наблюдал нарушения половой идентификации уже у 4–5-летних детей. В ходе общения со сверстниками и взрослыми дети приходят к выводу о своей несхожести с другими представителями своего пола. Сравнивая себя с соци-

---

<sup>324</sup> Белкин А. И., указ. соч., с. 322.

<sup>325</sup> Белкин, указ. соч., с. 323.

альными «эталоном» (т. е. с типичными представителями своего пола), ребенок прибегает к определенным «реакциям» на свою «атипичность». Эти «реакции», по нашему мнению, являются адаптивными стратегиями, которые осуществляются с помощью самых различных адаптивных механизмов и комплексов. Но такие комплексы и стратегии, к сожалению, не описываются Белкиным с достаточной подробностью.

Говоря об этих реакциях, Белкин пишет: «В одних случаях это было желание скрыть от окружающих свой порок, в других, напротив – поддержать «престиж» своей половой принадлежности. Это находило свое выражение в активном участии в играх «своего пола», в попытках подчеркнуть свою «мужскую» или «женскую» сущность, имитируя соответствующие манеры поведения. Нередко до периода полового созревания таким детям удавалось, несмотря на свои биологические особенности, идентифицировать себя с соответствующим полом»<sup>326</sup>. Однако каким образом в каждом из этих трех случаев были достигнуты выдвинутые личностью стратегические цели, к сожалению, не описывается.

Как бы ни были достигнуты эти стратегические адаптивные цели, в пубертатном периоде достигнутая прежде адаптация у этих лиц нарушается вследствие отсутствия выделения гормонов в одних случаях, или же, наоборот, мощного выброса гормонов, характерных для противоположного пола. Под влиянием этих физиологических процессов появляются присущие другому полу вторичные физические признаки. Вследствие этих процессов становится практически невозможным овладение ожидаемых эталонными группами формами поведения. Развивающаяся личность оказывается в ситуации глубокой фрустрации и неадаптированности.

«Трагичности ситуации, – отмечает Белкин, – выражалась в нарастании глубокого внутреннего конфликта индивида, если модель полового поведения, навязываемая обществом, принималась, или в конфликте с окружающими, если она отвергалась»<sup>327</sup>.

Естественно, что личность должна предпринимать попытки разрешения этих новых конфликтов с целью достижения состояния адаптированности. Белкин описывает ряд «типичных вариантов реакций личности» на затруднения половой идентификации и смену пола. (Опять-таки мы имеем перед собой не простые «реакции», а адаптивные цели и процессы):

1) Первый вариант: часть субъектов выбрала смену пола в качестве выхода из конфликтной ситуации, путь трансформации своей половой принадлежности. Представляет интерес следующее замечание Белкина: «Идея трансформации своей половой принадлежности возникла, как завершающий этап многочисленных неудачных попыток адаптивирования к навязываемой обществом половой роли, как итог активного осознания личностью конкретной ситуации, включая информацию о себе и своем месте в обществе»<sup>328</sup>. Но эти неудачные попытки не описываются. Данный вариант адаптивной стратегии Белкин называет *транссексуальным*. Мы считаем эту стратегию *конструктивной*.

2) *Второй вариант* разрешения конфликта, возникшего из-за трудности половой идентификации, Белкин называет *деперсонализационным*. Больные жалуются на утрату ощущения своей истинной половой принадлежности. Это состояние глубокой фрустрации, которое описывается больными в качестве потери «внутреннего Я», «обезличенье», «потеря своего места среди людей» и т. п. Одновременно с потерей чувства половой принадлежности эти люди отмечают у себя исчезновение привязанности к родным и близким, родным местам, любимым предметам и т. п. Эти больные были согласны на любую терапию вплоть до оперирования, лишь бы избавиться от этих состояний.

Отсюда можно прийти к выводу, что половая идентификация связана с «центром личности», с ядром Я-концепции. Констатация данного обстоятельства очень важна для дальнейшего

---

<sup>326</sup> Белкин, указ. соч., с. 324.

<sup>327</sup> Белкин, указ. соч., с. 324.

<sup>328</sup> Белкин, указ. соч., с. 324.



развития той теории самосознания, которую мы развиваем в рамках теории социально-психической адаптации<sup>329</sup>.

3) В третью, самую большую, подгруппу Белкин включил тех лиц, которые обратились в клинику в связи с отклонениями в своем соматическом статусе. Например, у субъекта, по паспорту – мужчины, внезапно появилась менструация. Или, наоборот, у подростка с женским паспортным полом происходила «резкая вирилизация и маскулинизация всего облика»<sup>330</sup>. Если обследование показало, что личность не сможет адаптироваться к полу, установленному при рождении, тогда принималось решение о смене пола. У этих субъектов (в большинстве своем – 14–17-летних подростков) по существу были начальные расстройства половой идентификации. В тех случаях, когда психологическая подготовка к смене пола у этих лиц осуществлялась в клинике, «с особой отчетливостью удавалось проследить наиболее существенные этапы распада одной половой идентификации и зарождение другой»<sup>331</sup>.

Эти больные переживали страх не столько перед ожидаемой биологической и психологической трансформацией, на которые сами согласились, сколько перед социально-психологическими ожидаемыми изменениями, из которых самыми значительными являются: предвидимые реакции родных и друзей, переход на другую работу, переделы документов, потеря прежних социальных связей, переезд на новое место жительства и др.

#### **§ 4. Этапы формирования новой половой идентификации**

Каким образом происходит формирование новой половой идентификации после смены пола? Белкин описывает три этапа этого процесса. Прежде чем перейти к описанию этих этапов отметим, что процесс формирования новой половой идентификации мы считаем глобальным адаптивным процессом, включающим как ролевую адаптацию, так и формирование новой адаптивной подструктуры Я-концепции. Именно с целью раскрытия этих явлений и следует проанализировать излагаемые факты и те этапы формирования новой идентификации, которые обнаружил Белкин.

А. Установочный этап. – Это предварительный этап, в котором субъект осознает необходимость смены пола: у него формируется положительная установка к новой роли; выбирается «эталон», которому субъект хотел бы быть похожим после смены своего пола. Эталон может быть как конкретным (образ учителя или другого индивида, принадлежащего к тому полу, в который собирается переходить человек), и синтетическим (включающим черты разных лиц). Эталонов для имитации у субъекта может быть один или несколько.

На данном этапе основными преадаптивными механизмам по нашему мнению, являются формирование установки к новой роли, выбор эталона или носителя этой роли, а также конкретизация установки, ее ориентация на данный эталон.

Однако при более подробном рассмотрении данного – первого – этапа адаптации можно было бы обнаружить процессы активного использования таких механизмов, как интроекция качеств эталонной личности, проекция, рационализация и другие. Однако в рассматриваемой работе Белкина нет подробного психологического описания процесса новой половой идентификации. Эта работа еще предстоит.

Б. Имитационный этап. – На имитационном этапе индивид подражает поведению определенного человека (эталона, модели), переходит к выполнению тех ритуалов, которые характерны для соответствующего пола. Как показали исследования Белкина, для успешной половой идентификации важным является момент переодевания: «Интересно, что именно с момента

---

<sup>329</sup> См.: Налчаджян А. А. *Социально-психическая адаптация личности*. Ереван: Изд-во АН Армении, 1988.

<sup>330</sup> Указ. соч., с. 325.

<sup>331</sup> Указ. соч., с. 326.

переодевания у многих субъектов появляется уверенность и в возможность своей трансформации, и в том, что они смогут называть себя новым именем и общаться с лицами своего нового пола «на равных», словом – жить в иной половой роли»<sup>332</sup>.

Это означает, что половая переидентификация связана с глубокими изменениями Я-концепции и ее подструктур. Оказывается также, что идентификация с новой половой ролью протекает успешно в том случае, когда она начинается с изменения телесного Я. Можно выдвинуть также гипотезу, согласно которой *переидентификация (а возможно, что любая идентификация вообще) успешнее всего происходит при определенной очередности смены подструктур самосознания личности – его Я-образов*. Можно предположить, что за сменой телесного Я должна последовать смена реального Я, затем приписываемого Я (т. е. того представления об индивидуе, которое, по его мнению, другие лица имеют о нем, его предполагаемый образ в их головах).

Если эта гипотеза верна, то в таком случае окажется, что адаптация к новой роли представляет собой поочередная, поэтапная адаптация путем преобразования всех основных Я-образов, входящих в структуру целостной Я-концепции. Развертывание и эмпирическое обоснование этих гипотез позволит значительно углублять наши представления о механизмах идентификации и о роли самосознания в адаптивных процессах.

Исследования Белкина и сходные исследования других авторов позволяют составить некоторое, пока приблизительное, представление о структуре процесса половой идентификации. «Мы наблюдаем много случаев, когда, уже осознав свою половую принадлежность и окончательно решившись перейти в другой пол, субъект, тем не менее, до момента смены одежды и придания внешности соответствующего выражения не могли (даже в мыслях) называть себя другим именем и в другом роде. Этот факт показывает, насколько в половой идентификации переплетаются манеры поведения, одежда, внешность и грамматический строй языка»<sup>333</sup>. Смена пола и адаптация к новой половой роли приводят к изменению круга общения (наблюдается активизация общения с представителями своего нового пола), восприятия (внимание индивида обращается на такие особенности женского поведения – при смене мужского пола на женский – которые раньше не привлекали его внимания: косметику, манеру держать зеркало и расческу, походку, положение рук, позы, голос, особенности речи и т. д. – и других познавательных процессов. Причем все эти детали поведения не только наблюдаются и запоминаются, но и активно имитируются).

Когда эта ролевая игра протекает успешно, идентификация с новым полом в основном происходит за несколько дней. Ролевая игра позволяет изменить отношения личности с окружающими. Именно в ходе общения с другими посредством ролевой игры человек адаптируется к этой роли<sup>334</sup>. В ходе ролевой адаптации наблюдаются также случаи неожиданной переориентации субъекта, т. е. смены «идеального образа» (эталона) подражания на конкретную личность, с которой он общается. В таком случае создаются более благоприятные условия для эмоционального сопереживания с представителями своего пола.

Здесь, как мы видим, возникает проблема о роли эмпатии в процессе идентификации с полом: ролевая адаптация и идентификация приводят к эмпатии.

При успешной половой идентификации через несколько месяцев отмечается также индивидуальный тип полового поведения. На данном, втором, этапе половой идентификации еще сохраняется страх перед возможными встречами с теми людьми, которые знали его в прежнем образе. Однако при встрече эти страхи быстро проходят.

---

<sup>332</sup> Белкин, указ. соч., с. 327.

<sup>333</sup> Белкин, указ. соч., с. 327.

<sup>334</sup> Белкин, указ. соч., с. 328.

Значительный интерес для понимания происходящих в Я-концепции субъектов глубинных изменений представляет следующее наблюдение: «К концу этого этапа происходит также активное отделение от личности ряда структур, связанных с его прежней половой ролью. Так, например, при предъявлении больным фотографий или документов, на которых они изображены в их прежнем половом статусе, они смотрели на них не только с удивлением, но и с известным отвращением. «Неужели я была так уродлива, какой это противный тип» – заявила одна из наших больных при просмотре кинокадров, относящихся к периоду до перемены пола»<sup>335</sup>.

Здесь мы видим, как трансформировалась Я-концепция личности: прежние Я-образы, в данном случае телесный Я-образ, *вытесняются* и *подавляются*, и на их месте формируются новые, соответствующие новой половой роли. Мы подчеркиваем значение вытеснения и подавления, поскольку нет никаких оснований считать, что прежние Я-образы полностью разрушены и подвергнуты абсолютному забыванию. Они, с нашей точки зрения, сохраняются в подсознательной сфере субъекта, и чтобы вытеснение было успешным, с вытесняемыми Я-образами ассоциируются отрицательные чувства («противный», «безобразный» и другие эпитеты свидетельствуют именно об этом). Отрицательные установки по отношению к вытесненным Я-образам способствуют предотвращению их возврата в сферу сознания, т. е. удержания в подсознательном. Но мы полагаем, что в сновидениях таких лиц вытесненные Я-образы должны появляться достаточно часто. Данный вопрос требует новых эмпирических исследований.

В. Третий этап. – Третьему этапу процесса половой идентификации Белкин присвоил название *трансформационного*. Необходимые на данном этапе внутриспсихические изменения личности направлены на более полную ее адаптацию в новых социальных группах. В уже усвоенные эмоциональные и поведенческие стереотипы вносятся коррективы «на основе соматобиологических особенностей индивида, его психологического характера и реальной ситуации. В процессе ролевой игры первоначальная идеальная модель конкретизируется путем включения в нее таких черт и форм поведения, которые необходимы для адаптации в новых условиях.

На данном этапе выделяется также «промежуточный этап, характеризующийся появлением амбивалентности в отношении того «образа», который был ранее выбран субъектом в качестве идеальной модели. обычно это проявлялось в том, что ряд черт, которые ранее вызывали восхищение, начинали терять свой прежний ореол, вплоть до негативной реакции на них»<sup>336</sup>.

Появление такой амбивалентности может свидетельствовать о том, что идентификация становится более реалистичной и гибкой. Здесь, вполне возможно, налицо конфликт двух установок.

Г. Эмпатия и идентификация с ролью. – Значительный интерес представляет изучение эмпатии в процессе идентификации с новой ролью. В тех случаях, когда «модель» или «эталон» являются конкретной личностью, эмпатия имеет важные конкретные и яркие проявления.

Белкин пишет: «Следует отметить, что эмоциональное сопереживание в рамках половой идентификации проявляется, главным образом, в стремлении к целостному охвату и пониманию (но отнюдь не объяснению) других лиц своего пола, применяемых субъектом за образец «мужественности» или «женственности». Сопереживание в разбираемых нами случаях не является ни произвольным актом, ни пассивным переживанием, это ответный акт, претендующий на универсальную значимость»<sup>337</sup>.

---

<sup>335</sup> Белкин, указ. соч., с. 329.

<sup>336</sup> Белкин, указ. соч., с. 329.

<sup>337</sup> Белкин, указ. соч., с. 330.

## § 5. Динамика установок, идентификация и адаптация

Как показывают исследования Белкина, в процессе половой идентификации наблюдаются интересные динамические явления, связанные с социальными установками личности.

Первый из них описывается следующим образом: «Одновременно с отождествлением себя с новым полом наблюдается и обратный процесс (хотя и весьма кратковременный): негативное отношение к индивидам прежнего пола (в первую очередь это распространяется на сверстников).

У субъектов женского пола это выражалось в пресечении малейших попыток ухаживания, отрицательном отношении к знакам внимания со стороны мужчин и т. п.; у субъектов мужского пола – чаще всего в нежелании общаться со сверстницами, реже в грубости, резких выходках и т. п.»<sup>338</sup>.

Как мы видим, на данном этапе полово-ролевой пересоциализации личности, в ее психике сочетаются: положительная установка, направленная на представителей отождествляемого пола и отрицательная установка, направленная на представителей того пола, от которого индивид отказался. Наличие такой отрицательной установки на данном этапе способствует относительному и (или) абсолютному усилению положительной установки к идентифицируемому полу, и тем самым, успешной идентификации с ним. Отход от прежней половой роли (ролей) способствует сближению к новой.

Как показывают приведенные цитаты из труда Белкина, отрицательная установка к представителям прежнего пола приводит к определенным социальным действиям.

В дальнейшем в системе социальных установок личности происходят интересные изменения. По наблюдениям Белкина, «по мере идентифицирования себя с соответствующим полом негативное отношение быстро стиралось, переходя в фазу повышенного интереса к другому полу с четкой гетеросексуальной ориентацией»<sup>339</sup>.

Как мы видим, происходит смена отрицательной установки на положительную. Можно предположить, что такая смена установок происходит после того, как положительная установка к новой половой роли достаточно укрепилась и идентификация достаточно глубока. На данном этапе развития личности отношение к прежнему (противоположному) полу меняется на обратное, поскольку в норме именно положительная гетеросексуальная установка соответствует положительной установке к своему полу. Можно утверждать, что одним из убедительных признаков правильной идентификации со своим полом, принятия своего пола и отождествления с ними является положительная установка к противоположному полу.

Мы видим также, что описанные процессы возникновения и смены социальных установок в ходе идентификации с полом и половыми ролями являются вполне целесообразными и адаптивными. Замечательно то, что эти процессы развертываются в психике личности спонтанно, хотя некоторые их аспекты (например, поведенческие выражения установок во взаимоотношениях с представителями того или другого пола), могут осознаваться.

Под влиянием идентификации с новым полом у индивида происходят глубокие изменения ценностных ориентаций, нормы поведения и моральные оценки. Белкин приводит пример индивида, пол которого в восемнадцатилетнем возрасте сменили с мужского на женский. Спустя полтора месяца она решила уйти от тети, у которой жила, так как у нее иногда на ночь остаются друзья-мужчины. Раньше, когда субъект считал себя принадлежащим мужскому полу, не обращала внимания на такие вещи. Теперь же она удивлялась: где же женская гордость тети? Интерпретируя этот факт Белкин очень верно замечает, что «существующие стандарты поло-

---

<sup>338</sup> Белкин, указ. соч., с. 330.

<sup>339</sup> Белкин, указ. соч., с. 330.

вой роли оказывают реальное давление на индивидов, заставляя их вести себя определенным, предписанным обществом образом»<sup>340</sup>. – Речь, по существу, идет о ролевом конформизме.

В конце третьего этапа новое половое поведение становится преимущественно «интуитивным» (больше не контролируется сознанием): попытки такого контроля и объяснения мотивов своих действий приводят к нарушению эмоциональных и поведенческих стереотипов. Половое поведение становится объектом сознательного контроля тогда, когда возникают проблемы, трудности, препятствия и нарушения (например, половой идентификации). «Когда же идентификация совершается беспрепятственно, у человека нет оснований анализировать мотивы всех своих поступков, нет надобности отбирать и проигрывать в уме различные программы и варианты, прежде чем перейти к действию, чтобы доказать свою половую принадлежность. Осознается лишь конечная цель. Все совершается как само собой разумеющееся. Основное, что требуется от личности – это вносить коррективы в программу своего полового поведения с учетом конкретной ситуации»<sup>341</sup>.

Белкин считает, что половое поведение регулируется со стороны «константного самосознания пола», которое формируется в ходе онтогенеза. Оно осуществляет самоконтроль, заменяет внешний контроль родителей и других взрослых. По мнению Белкина, существует также «концептуальное самосознание пола», которое выявляется преимущественно в стрессовых ситуациях, требующих от личности разрешения личностно значимых проблем (таковы затруднение в отождествлении своего Я с другими представителями своего пола; невозможность в силу биологических особенностей индивида использовать поведенческие и эмоциональные стереотипы, принятые в данной среде; непризнание субъекта в его поле другими индивидами и т. п.)<sup>342</sup>. Сознательно анализируя возникающие трудности, индивид находит решения... Именно в силу наличия логического анализа и позволяет автору назвать этот уровень активации самосознания пола «концептуальным». В конце своей публикации Белкин утверждает, что человек биологически от рождения в разной степени бисексуален, а психологически нейтрален. Различия появляются в результате половой идентификации. Здесь наблюдается некоторое принижение роли генетических факторов, которыми определяются женские или мужские психические особенности.

---

<sup>340</sup> Белкин, указ. соч., с. 330–331.

<sup>341</sup> Белкин, указ. соч., с. 332.

<sup>342</sup> Белкин, указ. соч., с. 332–333.

## Глава 41. Лидерство и идентификация

### § 1. Проблема

Теория идентификации в целом, и в особенности современные представления об идентификации с агрессором, могут иметь широкие применения в области психологии лидерства. Лидер, особенно авторитарный, является агрессором для подчиненного. Поэтому в их взаимоотношениях всегда должны наблюдаться идентификационные процессы, особенно в тех случаях, когда подчиненный (как жертва) не может уйти, покинуть неприятную для себя ситуацию. Данная проблема уже заинтересовала исследователей, в первую очередь, конечно, психоаналитиков. Так, И. Сарнофф, отмечая важность этой проблемы, считал, что относительно взаимоотношений лидер – подчиненный, если к ним подойти с точки зрения теории идентификации с агрессором, следует выяснить следующие переменные: 1) интенсивность направленной на жертву агрессии; 2) уровень зависимости жертвы от агрессора; 3) возможности жертвы уйти из ситуации, прервать взаимодействие с агрессором<sup>343</sup>.

### § 2. Идентификация с лидером как механизм психологической самозащиты

А. Подсознательность процесса. – Идентификация с лидером или руководителем, которого человек боится, и перед которым чувствуем себя слабым и беспомощным, также имеет защитный характер. Подчиненный может подражать манерам, речи и поведению босса и вести себя так, как будто сам тоже является носителем его власти.

Подобная идентификация выражается в поведении подсознательно. Например, автор этих строк когда-то работал в одном научно-исследовательском институте, в котором директор и его заместитель, глубоко испорченные люди и агенты советского КГБ, для преследования неугодных им людей использовали нескольких своих холуев, «научных» сотрудников и людей из числа обслуживающего персонала. Особенно вызывающе вел себя щупленький и агрессивный П. Н., полное ничтожество: ему тайно была делегирована такая хулиганская власть; перед начальством же он вел себя как настоящий раб. В его идентификации был, конечно, элемент отождествления с агрессором, поскольку как огня он боялся директора. Это был типичный случай авторитарного подчинения. Идентификацию в агрессором, о которой пойдет речь ниже, можно считать крайним случаем идентификации с лидером. Убедительный пример – идентификация заключенного с самыми строгими охранниками и с начальством.

В связи с идентификацией подчиненных с теми лидерами, которые вызывают у них страх, возникает много вопросов, которые требуют исследования. Например: исчезает ли страх у подчиненного после того, как он пережил идентификацию с руководителем, или эта эмоция только временно подавляется? К каким другим психологическим последствиям в структуре и динамике психики субъекта приводит его идентификация с лидером-агрессором?

Можно предположить, что, как и все остальные защитные механизмы, идентификация с лидером также в основном протекает на подсознательном уровне: сам процесс заимствования идей и убеждений, интроекции психических черт лидера и т. п. протекают подсознательно, даже результаты этих процессов не полностью осознаются. Субъект идентификации обычно не знает, что заимствовал все эти черты и психические содержания, установки и поведенческие

---

<sup>343</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, p. 186.

шаблоны руководителя, тем самым доведя до минимума те чувства тревоги и угрозы, которые он переживал перед руководителем.

Б. Сознательное соперничество. – Однако встречаются случаи сознательного соперничества с агрессором. Таковы, например, случаи почитания героев. В таких случаях субъект идентификации сознательно стремится быть таким, как герой, которым восхищается и которого обоготворяет.

Исследование подобных процессов идентификации особенно интересно для теории харизматического лидерства, а также для понимания психологических основ и механизмов возникновения культа личности.

Идентификация с агрессивным лидером является механизмом его власти над субъектами идентификации, и это обстоятельство уже понято психологами<sup>344</sup>. Отметим, что идентификация является также одним из механизмов конформизма подчиненного по отношению к руководителю.

### § 3. Агрессивный и властвующий лакей (раб)

Одной из основных функций идентификации является психологическая и даже физическая защита от опасного объекта. Подобная идентификация осуществляется с участием интроекции, но, по-видимому, не сводится к ней. Например, ребенок, который боится взрослого и фрустрирован с его стороны, интроецирует некоторые аспекты его личности и поведения, приписывает их себе, и путем такой самоатрибуции до некоторой степени преодолевает свой первоначальный страх.

Более того, атрибутируя себе качества объекта, теперь уже он сам превращается в угрожающий объект для других людей. Это один из аспектов идентификации с агрессором.

Таким путем лакей какого-либо грозного господина становится грозой для других людей. Солдаты, находящиеся под командованием известного полководца, идентифицируются с ним и выступают в роли носителей его власти. Так происходит как бы *самоделегирование власти* руководителя самим подчиненным. Более того, возникает еще один и не менее интересный феномен, которому можно дать название *умножение власти*: переходя от одного человека к другому, власть индуцирует саму себя и появляется много людей-носителей власти. Это в целом опасная тенденция как для отдельных организаций, так и для всего общества. (Это вопросы мы намерены специально исследовать в книге «Господство, влияние, подчинение»).

---

<sup>344</sup> См.: Maccoby E.E. *Role taking in childhood and its consequences for social learning*. – «Child development», 1959. Vol. 30.

## Глава 42. Идентификация и проблемы этнопсихологии

Механизм идентификации играет значительную роль как в межэтнических, так и во внутриэтнических отношениях. В настоящей главе мы вкратце рассматриваем ряд вопросов этой области человеческой активности.

### § 1. Этнозащита с помощью идентификации

В другой своей книге мы подробно исследовали участие различных защитных механизмов, в том числе идентификации, в процессах этнической самозащиты. Здесь рассматриваем еще несколько вопросов, касающихся уже только роли идентификации в этнозащите.

И. Сарноф выдвинул гипотезу, согласно которой евреи-антисемиты, подвергаясь прямой атаке антисемитов и расистов, не находят в себе сил сопротивляться и самоутверждаться. Более того, они направляют свою агрессивность на самих себя, а не на реальный объект – фрустратор. Представители же другой, непредубежденной группы будут вести себя противоположным образом: они будут сопротивляться, утверждать собственные ценности. Для них собственная ценность и достоинство выше, чем согласие с другими. Поскольку у них более высокий уровень самоуважения, они в меньшей степени направляют агрессию на самих себя, они выражают ее прямо и адекватно.

Был создан вопросник еврея-антисемита, с помощью которого пытались определить степень идентификации с агрессором. Те индивиды, которые получают высокие баллы по этой шкале, усвоили антисемитскую установку расистов. Низкие же баллы означают отсутствие идентификации с агрессором: эти люди отвергают антисемитские установки. Была обследована группа из 100 студентов еврейской национальности, которая по этому критерию была подразделена на две подгруппы: 45 % из них были антиевреями, а 55 % – проеврейски настроенными индивидами. С помощью тестов определялись также личностные различия представителей этих подгрупп.

Гипотеза, основанная на психоаналитической теории, была подтверждена. Оказалось, что евреи-антисемиты – это неуверенные в себе люди, у них имеется хронический страх. В детстве родители активно отвергали их. Они сами себя также не любили. Переходя на позиции расистов, они находили основания для сохранения отрицательного образа евреев, своих родителей и самих себя. Представители второй подгруппы были уверенными в своих силах людьми, их нелегко было пугать. Родители их принимали и любили. Чувствуя себя адекватно, они не искали внешней власти. Вместо того, чтобы пассивно интернализировать направленную против них агрессию, они могут бороться против агрессора. Им чужд антисемитизм<sup>345</sup>.

Теорию идентификации с агрессором, как верно замечает Сарноф, можно применить и для объяснения других социальных явлений. Есть негры с антинегритянскими установками. Используя теорию предубеждения совместно с теорией идентификации с агрессором, можно создать психологическую основу для исследования также межэтнических отношений.

Можно предложить следующую гипотезу: если идентификация с агрессором на индивидуальном уровне является более или менее адаптивным механизмом (еврей становится антиевреем, турок – антитурком и т. п.), то на уровне этнической группы он уже неадаптивный. Он способствует ассимиляции определенной части этнического меньшинства в составе доминирующего большинства.

---

<sup>345</sup> Sarnoff I. *Personality. Dynamics and Development*. New York, London: John Wiley and Sons, 1962, pp. 184–185.



## § 2. Идентификация в межэтнических отношениях

В этой области важно исследовать, в частности, следующее явление: некоторая часть этнического меньшинства развивает в себе такое же отрицательное отношение к своей группе, какие имеются у представителей доминирующего этноса.

Какую роль в этих процессах играет идентификация вообще, механизм идентификации с агрессором – в частности? Это важная проблема и ее предстоит исследовать со всей тщательностью. Одно очевидно: действительно, почти во всех группах этнических меньшинств можно обнаружить подгруппу этнофоров, члены которой стоят на точке зрения господствующего этноса. Но мы знаем, что такое подражание или убеждение, даже только ан интеллектуальном уровне, невозможно без некоторой идентификации с доминирующим этносом, который в данных отношениях выступает в роли агрессора. Господствующий этнос воспринимается данной подгруппой этнического меньшинства в качестве референтной группы. Есть еврейское антиеврейство, есть армянское антиармянство и т. п. Это чрезвычайно интересные этнопсихологические явления. В них конформизм по отношению к доминирующему этносу сочетается с нонконформизмом по отношению к собственной этнической группе.

В основе таких отношений лежат многие психологические механизмы, в числе которых существенную роль играет идентификация.

## § 3. Предпосылки выбора механизма идентификации с агрессором и проблема смелости-трусости

Начнем с рассмотрения данного вопроса у детей. И. Сарноф, исходя из идей психоанализа, описал три предпосылки появления у ребенка механизма идентификации с агрессором: 1) наличие агрессора, которая имеет враждебную установку к другой личности; 2) наличие жертвы, которая социально зависит от агрессора и, по этой причине, становится удобной мишенью для агрессора; 3) наличие социальной ситуации, в которой жертва не имеет возможности уйти, избежать агрессии этого индивида.

Сарноф считает, что этнические меньшинства в США находятся именно в таком положении жертвы. Опять-таки на примере евреев он показал, что они являются постоянными объектами грубой или тонкой сегрегации. Большинство обществ – против евреев. К каким последствиям приводит такое взаимоотношение евреев с доминирующими силами общества? Каким образом евреи реагируют на такое отношение?

Сарноф выделяет две группы евреев: а) те, кто с готовностью идентифицирует себя с расистами, б) те, кто оказывает сопротивление использованию этого механизма<sup>346</sup>. Обсудим часть полученных результатов.

Исследования позволили выяснить следующее: 1) Установка к родителям: те, кто с готовностью идентифицирует себя с расистами (с агрессорами), имеет отрицательную установку к своим родителям; это, как мы видели выше, евреи-антисемиты; у них осталась горечь от отношений с родителями; 2) Установка к самому себе: человек, который с готовностью идентифицирует себя с агрессором, страдает внутренней слабостью и неуверенностью в свои силы; он считает себя слабым, он охотно интернализирует силу агрессора; он готов к уступкам и конформному поведению, поскольку боится, что может быть отвергнут; его легко пугать; его страхи неопределенны и безымянны. (Т. е. это тревога, чем страх).

Наоборот, тот, кто оказывает сопротивление процессу идентификации с агрессором, в большей степени принимает самого себя, пытается к себе преимущественно положительные чув-

---

<sup>346</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, p. 182.

ства. Он свободен от хронического страха, менее раним перед угрозами и обладает большей толерантностью к страху, когда у него эта эмоция все же возникает. Человек, который не прибегает к услугам механизма идентификации с агрессором, более уверен в себе и не боится давления группы. Он склонен в большей мере опираться на собственные силы, чем на силу других<sup>347</sup>.

Здесь возникает ряд новых проблем: 1) как мы полагаем, прибегает ли человек (член этнического меньшинства) к механизму идентификации с агрессором или нет, зависит также от его локуса контроля. *Мы выдвигаем гипотезу, согласно которой человек с преобладающим внутренним локусом контроля реже пользуется этим механизмом, чем тот индивид, у которого преобладает внешний локус контроля.* Эта гипотеза прямо вытекает из описанных только что результатов исследования Сарнофа, но дополнительная проверка была бы полезна.

2) Такие явления, как смелость, храбрость и близкие к ним, в психологии почти не исследованы. (Они должны стать объектами исследования в индивидуальной и этнической психологии). Исходя из вышеприведенных результатов, мы предполагаем, что именно в связи с идентификацией с агрессором и ее предпосылок следует искать корни храбрости или трусости. *Можно предположить, что храбр тот, кто выносит страх и не спешит идентифицировать себя с агрессором, не переходит на его сторону. Трусость же основана на быстрой идентификации с агрессором, что и очень часто приводит к предательству.*

#### **§ 4. Методы обращения с враждебностью других людей**

Каким образом реагирует человек на прямую межэтническую атаку? От характера его реакций в значительной мере зависит его последующая готовность принимать (заимствовать, делать своими) характерные черты нападающего. Если человек сопротивляется и яростно защищается, то мы сможем ожидать, что и в дальнейшем он не захочет стать таким, как этот агрессор, не пожелает уподобляться ему. Однако если жертва не защищается, а воспринимает агрессию пассивно и, более того, возникающее в своей психике возмущение направляет на самого себя, тогда мы можем ожидать, что он будет ассимилировать и другие черты агрессора.

Исходя из этих наблюдений, Сарнофа можно выдвинуть следующую проблему: всегда ли так, как описано выше? Ведь индивид может не отвечать на агрессивной защитой исходя из других соображений. Здесь есть проблема, хотя общий вывод Сарнофа можно в целом принять. Это плодотворный подход.

Правда, первая защитно-адаптивная реакция очень важна: *человек делает «шаг» и вовлекается в определенную стратегию адаптации, выйти из которой уже нелегко.* Что касается агрессора, то он уже «поставил ногу на порог», добился первой уступки, а дальше уже легче будет получить новые уступки. Возникают очень интересные и тонкие социально-психологические и этнопсихологические вопросы, касающиеся уже механизмов социального влияния. Намечается интересное направление новых исследований.

#### **§ 5. Противоречивость идентификации, и ее последствия**

Целый ряд вопросов, касающихся роли идентификации в этнических процессах, затрагиваются в трудах Эрика Эриксона.

Этого исследователя интересовал, в частности, следующий вопрос: что происходит с развивающейся личностью, если социальная среда разрешает ей жить только ценою постоянной потери идентичности? Чтобы найти ответ на данный вопрос, Эриксон рассматривает возможности негритянского ребенка в США иметь непрерывную идентификацию. Он показал, что эти

---

<sup>347</sup> Сарноф И., указ. соч., с. 183.

дети находятся в противоречивом состоянии, т. е. стремятся идентифицироваться с белыми героями книг и телепередач, однако не могут избежать также идентификации с чернокожими (не говоря уже о реальном участии в жизни негритянского сообщества). Господствующая раса заставляет негров иметь психический склад рабов, куда входят такие черты, как мягкость, готовность к подчинению, зависимость характера; постоянная готовность служить, сочетаемая с некоторой ворчливостью; инфантильность. Но под такой структурой скрывается опасное раздвоение. Как у негров, так и у белых формируются одинаковые представления о том, что белые чище, умнее, а черные – грязные и тупые «ниггеры».

Под воздействием этого у некоторой части негров, особенно у выходцев из южных штатов США, наблюдается, если можно так сказать, порывистая и жестокая чистоплотность. Как свидетельствуют биографические данные о некоторых негритянских писателях, они поступали так, как будто путем обеспечения крайней чистоплотности можно обеспечить идентификацию с белыми. Это лишь одна стратегия. Эриксон описывает также другие<sup>348</sup>. Рассуждения Эриксона, по нашему мнению, полезны для разработки теории о путях формирования психического склада малых (по числу этнофоров) народов, вынужденных жить под господством других этносов. Открываются возможности для интересных психолого-исторических исследований<sup>349</sup>.

---

<sup>348</sup> См.: Erikson E. *Childhood and Society*, p. 242.

<sup>349</sup> См.: Эриксон Э. *Детство и общество*. СПб.: «Речь», 2002.

## Глава 43. Отрицание реальности

Отрицание неприятной, фрустрирующей реальности (denial) – это фактический комплекс средств, с помощью которых личность пытается защищаться от внешних фрустраторов. Все формы отрицания реальности опираются на фундаментальный механизм *вытеснения*, поэтому при определенном подходе его можно считать также производным, дериватом этого механизма. Есть некоторая трудность, следовательно, в определении статуса механизма отрицания реальности среди всех остальных защитных механизмов.

### § 1. Общая характеристика

*Отрицание* (denial) – это подсознательное искажение восприятия внешнего неприятного раздражителя. Это невербальный защитный процесс, в результате которого образ внешнего мира меняется. Есть и вербальный процесс отрицания, который получил название *негации* (negation): в этом случае человек имеет определенную установку к объекту (например, любит его), но на вербальном и сознательном уровне отрицает это, например, следующим образом: «Нет, я его (ее) не люблю». Иначе говоря, при словесном отрицании *психо-логика защиты* состоит в том, что человек говорит противоположное тому, что реально чувствует. (*Отметим, что при исследовании каждого защитного механизма важнейшим моментом мы считаем именно раскрытие его главного, ядерного психо-логического утверждения*).

Итак, существует механизм (или совокупность механизмов) психической самозащиты, который позволяет человеку не видеть, не воспринимать ту часть внешней реальности, которая представляет для себя, для своей Я-концепции угрозу, вызывает страх. Для его обозначения используются термины «отрицание реальности», «перцептивная защита» или «избирательная невнимательность». Когда в наш адрес говорят оскорбительные вещи, мы, не имея возможности давать отпор, их «не замечаем». Когда человек из нескольких альтернатив выбирает жену, то не только начинает приписывать ей положительные черты (используя механизм атрибуции), но и начинает «не замечать» ее отрицательные черты – физические и характерологические. Такие защитные процессы необходимы человеку для защиты своего «Я», своего самоуважения. Это его выбор, а он должен быть хорошим. Когда у человека ослабленное «Я», он начинает не замечать многие черты как у себя, так и у других. Когда в жизни человека наступают тяжелые, катастрофические события (например, потеря очень близкого и дорогого человека), то он, имея слабое «Я», даже не может поверить в реальность этих событий.

### § 2. Перцептивная защита

Простым случаем отрицания реальности в форме перцептивной самозащиты является следующий: человек с нормальным зрением не замечает предмет, который лежит перед ним. Он не замечает злое выражение лица своего собеседника. В некоторых случаях люди не замечают критику в свой адрес. Мы нередко не замечаем (поскольку это могло нас фрустрировать) хвалебное слово, сказанное кем-то в адрес нашего противника или соперника. Мы можем не замечать половую привлекательность представителя противоположного пола, когда наше отношение к нему амбивалентное или отрицательное. Во всех подобных случаях имеет место ослабление или увод внимания от предмета, что создает интересный феномен перцептивной слепоты, пустоты<sup>350</sup>. (Это можно связать с феноменом отрицательной галлюцинации, которую

---

<sup>350</sup> На подобные феномены обратил внимание, в частности, И. Дженсис. См.: Janis I. L., Mahl G. F., Kagan J. and Holt R. *Personality Dynamics, Development, and Assessment*. New York, 1969, pp. 374–376.

удается вызвать с помощью гипноза и внушения). Поле видения и даже слухового восприятия человека сужается, и он становится слепым и глухим для определенных событий. Механизму перцептивной защиты З. Фрейд дал также название *скотомизация* (Skotomisation).

Человек может не замечать патологические изменения в своем теле вплоть до того «момента», когда они принимают характер серьезной болезни. Так, люди долгое время игнорирует порчу своих зубов, изменения кожного покрова тела, ослабление половых функций, боли в сердце и т. п. Они постоянно отводят свое внимание от этих неприятных изменений, что является способом психической защиты. Когда они словесно отрицают наличие таких изменений, то это уже негация – осознанное и вербализованное отрицание неприятной реальности. И. Сарнофф считал, что в ходе развития у человека сексуальной патологии (лесбианства, трансвестизма и т. п.) также механизм отрицания реальности играет значительную роль<sup>351</sup>.

Когда нам сообщают о каких-то неприятных событиях, то первой нашей реакцией чаще всего бывает отрицание: «Этого не может быть!», «Не говорите глупостей!», «Со мной этого не может случиться» и т. п.

Данный механизм играет роль и в более широких социальных сферах. Так, Г. Олпорт и другие психологи исследовали жертв нацистского террора. Оказалось, что когда в Германии уже начались преследования и аресты евреев, то в тех районах страны, где этого еще не было, многие евреи не верили получаемым сведениям или были убеждены, что такие события лично их не касаются. И даже тогда, когда фашисты арестовывали лично им знакомых людей, многие продолжали верить в собственную неприкосновенность. Поэтому во время ареста они искренне удивлялись<sup>352</sup>. То же самое явление наблюдалось в годы этноцида армян в Турции (1915–1923 гг., о чем имеются многочисленные свидетельства<sup>353</sup>. Именно по этой причине многие армяне не предпринимали шагов для своего спасения или самозащиты. Данный психологический феномен в связи с этноцидом армян пока совсем не исследован.

### § 3. Патологический уровень отрицания реальности

Человек способен отрицать существование не только отдельных предметов или отдельных признаков предметов, но и более крупных отрезков внешнего мира. Такое имеет место тогда, когда у человека развивается психоз и появляются галлюцинации. Например, женщина, заболевшая психозом после потери любимого мужа, все время представляет себе, будто он находится рядом, она беседует с ним и т. п. Она отрицает реальность его смерти.

Отметим следующее: поскольку существуют не только *положительные галлюцинации* (человек видит рядом то, чего в реальности нет, и даже не может быть), но и *отрицательные* (не видит то, что есть), то можно выделить два патологизированных подтипа механизма отрицания реальности: один выступает в сочетании с положительными галлюцинациями, а другой – в сочетании с отрицательными галлюцинациями. До сих пор психологи и психопатологи описали только ту разновидность механизма отрицания реальности, которая сочетается с отрицательными галлюцинациями (или приводит к появлению подобных галлюцинаций, т. е. к исчезновению из сферы сознания человека образов некоторых предметов или событий).

Когда отрицание реальности осуществляется с помощью положительных галлюцинаций (пустое место воспринимаемого отрезка пространства заполняется галлюцинаторными образами), тогда защитная функция этого механизма усиливается, и он становится в этом отношении более эффективным. У человека появляются приятные переживания. Более того, с помо-

---

<sup>351</sup> См.: Sarnoff, p. 179.

<sup>352</sup> Sarnoff I., *op. cit.*, p. 178.

<sup>353</sup> См., например: «Геноцид армян в Османской империи. Сборник документов и материалов под ред. М. Г. Нерсисяна. Второе изд., Ереван: Издательство «Айастан», 1982; эти и многие другие психологические аспекты этноцидов автор настоящих строк исследует в монографии «Этническая виктимология и психоистория этноцида», Ереван, 2011.

щью приятных образов закрывается тот путь, по которому могли бы возвращаться в сферу сознания неприятные восприятия. Неприятные факты жизни продолжают «стучаться в дверь» нашего сознания, но, образно говоря, наше внимание не идет открывать эту дверь и помогать им перейти порог сознания (И. Дженис и др.). Внимание занято теми приятными образами, которые уже врвались в сознание и не желают покинуть его.

(Предварительно отметим, что у современных турок, отрицающих этноцид армян, греков и других народов в Османской империи и в Турецкой республике, имеет место патологическая форма отрицания внешней реальности, сочетаемая с отрицательными галлюцинациями. Впрочем, у них появляются также патологические положительные галлюцинации – образы того, будто армяне и греки осуществили этноцид турок. Это имеет место как аспект стратегии обвинения жертвы).

Приведем еще пару примеров, свидетельствующих о существовании патологического (иррационального) уровня работы механизма отрицания реальности. Интересный пример приводит американский психиатр Джеймс Коулман. 9-летнему сыну одной женщины психологи и психиатры поставили диагноз серьезной умственной отсталости. Однако у этой матери образовалось устойчивое защитное убеждение в том, что ее сын – человек нового типа и медленно развивается, но через много лет достигнет очень высокого уровня умственного развития. Эта женщина начисто отвергала чрезвычайно неприятную для себя реальность<sup>354</sup>.

В некоторых ситуациях человек может иметь впечатление, как будто все то, что происходит вокруг и с ним, на самом деле происходит не с ним. Такие случаи наблюдаются в крайне опасных ситуациях, в тюрьме и т. п. В таких случаях механизм отрицания реальности защищает психику человека от патологических изменений. Однако мы полагаем, что в подобных ситуациях сам механизм психологической самозащиты принимает патологический характер.

## § 4. Отрицание внутренней реальности

Мы видели, каким образом действует механизм отрицания внешней реальности. Вариантом этого механизма можно считать случай, когда человек невольно или произвольно отрицает фрустрирующую ее внутреннюю реальность.

Говоря о методах лечения, предложенного Карлом Роджерсом, Т. Кокс заметил: «Роджерс пришел к заключению, что невротическая личность очень ранима и находится в непрерывном состоянии напряжения, потому что больной отрицает тот факт, что он знает о значительной части своих переживаний. Реинтерпретируя это положение, можно сказать, что невротизм является результатом особого способа преодоления стресса. Человек просто отрицает наличие части своих переживаний (опыта) и этим уменьшает несоответствие между осознанными требованиями и осознанной возможностью справиться с ним»<sup>355</sup>. Таким образом, здесь налицо ценная мысль о том, что *невроз является формой патологической адаптации*.

*Представляет интерес дальнейшее описание Коксом процесса отрицания, как он предлагается в работах К. Роджерса. «Отрицание переживания может осуществляться следующим образом. С точки зрения Rogers каждая личность постоянно стремится развить и поддерживать свое целостное «я». Эта борьба отражается на внутреннем побуждении (драйве) актуализировать свое «я». В этом процессе часто встречаются осложнения, так как другие люди также стремятся к самоутверждению и требуют одобрения своих поступков. Как результат потребности в том, чтобы любить и хорошо относиться к другим людям, человек стремится их субъективные ценности принимать, как свои собственные. Таким образом, невротическая личность обременена двумя системами ценностей, которые могут быть про-*

---

<sup>354</sup> См.: Coleman J. C. *Abnormal Psychology and Modern Life*. Chicago, 1964, p. 97.

<sup>355</sup> Кокс Т. *Стресс*. М., 1981, с. 138.

*творечивыми и находиться в конфликте друг с другом: первая – это ценности, присущие ее самоактуализации, вторая – это ценности, заимствованные от других, но ошибочно принятые за свои. Эта ситуация ведет к несоответствующему действительности представлению о себе, которое поддерживается отрицанием переживания (опыта). Несоответствующее действительности представление о себе является стратегией преодоления противоречий и конфликтов. Лечение заключается в том, что врач выступает в качестве зеркала, отражающего чувства пациента, который считает, что они исходят от него самого. Врач пытается выразить эти чувства и использовать их так, чтобы у пациента появились более четкие знания о своем «я» и отпала необходимость в отрицании своих переживаний. Таким образом, ориентированная на пациента терапия меняет у личности когнитивную оценку себя самого и ситуации, в которой он находится»<sup>356</sup>.*

Это не только хорошее описание работы механизма отрицания. Приведенная цитата важна в том отношении, что указывает на существование еще одной адаптивной стратегии, основанной главным образом на последовательном использовании механизма отрицания. Это патологическая адаптивная стратегия, поскольку она приводит к искаженному представлению о себе. Хотя этим конфликт описанного выше типа на уровне сознания преодолевается, т. е. достигается адаптация, однако такая адаптация делает личность дезадаптированной в других сферах своих социальных взаимодействий, что и вызывает необходимость лечения.

## **§ 5. Парадоксальные последствия работы механизма отрицания реальности**

Систематическое использование механизма отрицания неприятной реальности (будь то в форме невербальной или в форме словесной – негации), приводит к некоторым последствиям, которые можно считать парадоксальными. Приведем некоторые из них.

Человеку говорят, что курить вредно, но он не просто продолжает курить, но (именно в этом парадокс!) курит больше, чем до получения предупреждения. Страх перед заболеванием раком приводит не к прекращению вредного поступка, а к отрицанию реальности, а именно – его, этой привычки, пагубных последствий.

Другой пример: в ходе пропаганды каких-то политических идей ораторы стремятся вызвать у слушателей страх перед будущим и убеждают их проголосовать за своих кандидатов, а они идут и, невзирая на реальность, дают свои голоса именно в их пользу.

Люди, склонные отрицать реальность настоящих угроз, не хотят видеть их. Некоторые психологи (главным образом из числа психоаналитиков) считают, что люди – это мазохисты и имеют сильный импульс к смерти, и поэтому поступают вышеописанным образом. Иначе говоря, согласно этой концепции, механизм отрицания реальности возникло на основе подобных сильных импульсов и для их обслуживания. Интересная точка зрения и достойная дальнейшего исследования.

## **§ 6. Отрицание реальности у детей**

Цена патологизированной, чрезмерной самозащиты описываемого типа может быть очень высокой. Человек может приобрести неспособность жить в реальном мире. Но у взрослых такие процессы *мышления желательного* (wishful thinking) сдерживаются тем, что проверяются реальностью. Поэтому многим взрослым людям удается останавливаться перед порогом психоза. У взрослых преобладает принцип реальности. В более опасном положении оказываются дети, которые преимущественно руководствуются принципом удоволь-

---

<sup>356</sup> Кокс Т. Стресс. М: «Медицина», 1981, с. 139.

ствия. Поэтому самые убедительные примеры использования механизма отрицания реальности (denial) мы получаем в ходе исследования жизни детей, их фантазий и действий<sup>357</sup>.

Анна Фрейд заметила, что дети часто пользуются механизмом отрицания реальности как в своих фантазиях, так и в действиях. Работу этого механизма мы видим уже в описании З. Фрейдом знаменитого случая маленького Ганса.

Маленькие девочки, желая быть мальчиками, нередко отрицают свою принадлежность к женскому полу. Они могут со всей серьезностью утверждать, что являются мальчиками. (Один такой случай подробно исследован автором настоящих строк).

Даже среди взрослых женщин есть такие, которые чувствуют себя униженными из-за принадлежности к женскому полу, и постоянно пользуются механизмом отрицания реальности. Мы считаем, что таких индивидов следует искать, например, среди женщин, которые стремятся заниматься политикой и добиваться высокого статуса в иерархии политического господства. При этом мы заметили, что взрослые женщины, естественно, не могут совсем не учитывать реальность, поэтому отрицают лишь определенные аспекты своего женского естества и характера, взамен приписывая себе такие черты, которые традиционно считаются мужскими.

## § 7. Экспериментальное исследование механизма отрицания реальности

Реальность перцептивной самозащиты доказана не только клиническими и повседневными наблюдениями, но и экспериментально. Во время одного исследования испытуемым (студентам) предложили опознать и как можно быстрее отреагировать на слова, которые предъявлялись им на экране. Ситуация была стрессовой (времени на реагирование отводилось очень мало). Среди предъявленных слов были и неприличные, слова-табу. Оказалось, что порог опознания этих слов был значительно выше, чем порог опознания нейтральных слов<sup>358</sup>.

Афроамериканские психологи из Нью Йорка К. и М. Кларки в 1958 году провели широкий эксперимент в среде негритянских детей для определения того, как они воспринимают цвет своей кожи. Приведем только результаты исследования: 1) оказалось, что многие из них хотели бы быть белыми; б) те же из них, которые признают, что имеют черную кожу, находят для этого «оправдания». Один ребенок говорил, что он *выглядит* черным, так как много принимал солнечных ванн. Другой же говорил, что черный цвет кожи обусловлен тем, что он обжег свое лицо. Уже в детстве этот механизм, образуясь, сохраняется даже у некоторой части взрослых негров. Но авторы исследования, по-видимому, не заметили, что *механизм перцептивной защиты сохраняется благодаря тому, что с ним связывается другой механизм, в описанных случаях – рационализация*. Если рационализация причин черного цвета кожи оказывается убедительной, работа перцептивной самозащиты оказывается более эффективным.

Для индивидов и групп опасно, когда расовые гетеростереотипы и оценки своих качеств принимаются ими и считаются правильными. Так, многие негры считают, что черная кожа некрасива. После этого включается в работу механизм отрицания этой неприятной реальности. (Правда, в последние десятилетия в США наблюдается возникновение реактивной точки зрения о том, что «черное прекрасно»).

В 1958 году известные психологи Тагиури, Брунер и Блюм писали, что когда окружающие не любят человека, то у него развивается и начинает активно действовать механизм отрицания этого неприятного социально-психологического факта. Это широко распространенное явление. Действием этого механизма следует объяснить эмпирические факты следующего харак-

---

<sup>357</sup> См.: Janis I., *op. cit.*, p. 354.

<sup>358</sup> См. в кн.: Грановская Р. М. *Элементы практической психологии*. Ленинград, 1984, с. 207; автор ссылается на следующую работу: McGinnes E. *Emotionally and Perceptual Defense*. – «Psychological Review», 1949, vol.56.



тера: когда спрашивают людей, принадлежащих различным социальным категориям, как они думают, кто их любит из членов тех групп, к которым они принадлежат, то оказывается, что их догадки об этом весьма далеки от реальности. (Это явление мы увидим также при рассмотрении результатов социометрических исследований: таким образом искажены представления о своей позиции в группах изолянтов, членов с реально низкими статусами).

## § 8. Защитный комплекс

Из вышесказанного нетрудно заключить, что механизм отрицания неприятной реальности изолированно не может успешно обеспечить психическую защиту личности. В более или менее сложных ситуациях в психике человека действует защитный комплекс. Во-первых, требуется *вытеснение* из сферы сознания образа неприятного предмета, ситуации или более широких отрезков реальности. Затем необходимо, чтобы имел место *перенос* внимания от неприятных объектов на замещающие фантазии или на новые восприятия.

Но для того, чтобы такой перенос имел место, необходимы по крайней мере две «вещи»: 1) новое восприятие или появление в сфере сознания замещающих образов воображения из запасов памяти; 2) сам процесс замещения (субституции) прежнего фрустрирующего объекта новым предметом, который является для личности нейтральным или приятным.

Как видно из сказанного, отрицание реальности является не столько отдельным и самостоятельным механизмом защиты, сколько сочетанием ряда защитно-адаптивных механизмов (вытеснения, субституции, переноса, атрибуции и других), защитно-адаптивным комплексом, в котором первичное и ведущее место занимает вытеснение (или подавление). Без активного вытеснения личность не мог прийти к тем последствиям, которые описаны выше.

## § 9. Когнитивный диссонанс и перцептивная самозащита

Переживание *когнитивного диссонанса* является одной из самых серьезных причин того, что в психической активности человека начинает играть существенную роль механизм перцептивной защиты. Когда человек уже переживает когнитивный диссонанс и уже мотивирован на то, чтобы не воспринимать такую информацию, которая еще больше усилила и обострила бы это его психическое состояние, то у него начинает работать перцептивная защита. Сопrotивление восприятию информации наблюдается и в том случае, когда диссонанса еще нет, но при восприятии определенной информации он мог бы возникнуть. Осуществив подобный вероятностный прогноз, человек пытается избегать восприятия такой информации (которая может навязываться ему).

Описывая примеры экспериментального исследования этого явления<sup>359</sup>, Леон Фестингер показал, что в таких случаях человек использует ряд способов защиты: 1) информация просто игнорируется, не воспринимается; 2) информация воспринимается и интерпретируется так, чтобы быть консонантным с мнением человека о предмете; 3) информация, способная создать диссонанс или усилить уже переживаемый диссонанс, обесценивается каким-либо способом. Она, например, объявляется ложной, не соответствующей действительности, реальным фактам. Проявляется скептицизм. Такое отношение, как сказано выше, было обнаружено, например, у курильщиков, которым сообщили, что курение приводит к развитию легочных заболеваний (рака легких). Между курильщиками и некурильщиками обнаружены заметные различия. Оказалось, что чем больше курит человек, тем энергичнее отвергает информацию, согласно которой курение вызывает рак легких. Так, 86 % заядлых курильщиков заявили, что они не считают доказанным утверждение, будто курение вызывает названную болезнь, а из некурящих

---

<sup>359</sup> См.: Festinger L. *The theory of cognitive dissonance*, pp. 149–158)

такого мнения придерживались 55 % опрошенных; 4) наконец, одним из способов защиты против возможного диссонанса является забывание нежелательной информации, которая потенциально могла бы вызвать диссонанс. Это механизм *избирательного забывания*, который особенно эффективно работает в том случае, когда восприятие краткосрочно, и никто больше не напоминает индивиду об этой информации. При этом, конечно, работают механизмы вытеснения и подавления. В первых трех случаях мы видим варианты перцептивной защиты. Напомним, однако, что подавление является преимущественно механизмом внутренней защиты, оно направляется против внутриспсихических конфликтных содержаний.

Относительно взаимовлияний отрицания реальности и когнитивного диссонанса есть еще проблемы, которые нуждаются в исследовании. Во-первых, мы считаем, что отрицание реальности нередко выступает в качестве механизма предварительной психической защиты от ожидаемого диссонанса; во-вторых, возможно, что в детстве этот механизм впервые возникает именно для защиты от наступающего или ожидаемого, вероятного диссонанса. Во всяком случае, такой путь генезиса этого механизма не исключается.

## **§ 10. Взаимосвязь воображения и перцептивной защиты**

В теории фрустрации и психической самозащиты личности в настоящее время, когда отдельные защитные механизмы уже описаны более или менее подробно, важнейшее значение приобретает исследование их взаимных связей как в процессе их возникновения, так и актуального использования в проблемных ситуациях. Читатель уже должен был заметить, что в настоящей книге автор делает специальный акцент на этой стороне дела. Вкратце и предварительно рассмотрим еще одну из этих взаимосвязей.

Восприятие и воображение – различные познавательные процессы. Так же различны основанные на них защитные механизмы – перцептивная защита и защитная фантазия, символическое удовлетворение фрустрированной потребности в образах воображения, особенно в такой его специфической форме, как фантазия.

Мы считаем, что, несмотря на их существенные различия, эти два механизма теснейшим образом взаимосвязаны и могут сочетаться, совместно обеспечивая психологическую самозащиту личности от внешних угроз. В частности, воображение человека оказывает воздействие на процесс перцептивной защиты и даже выражается в нем в том случае, когда человек не просто отвергает новую информацию, а заменяет ее другой, желательной информацией. В составе этой желательной информации мы находим элементы его фантазий.

При этом образы фантазии проникают в состав искаженного образа реальности под влиянием установок и ожиданий личности. В таких случаях можно сказать, что мы адаптируем, приспособливаем мир к нашим ожиданиям и установкам. Правда, такая адаптация не является надежной, поскольку не удовлетворяющий нас внешний мир в результате таких наших усилий не меняется. Более надежна та форма адаптации, которая достигается путем изменения внешнего мира и создания условий для полноценного удовлетворения наших потребностей. Но для многих это непосильная задача.

## **§ 11. Отрицание реальности и механизм «добровольного дурака»**

А. Общая характеристика и подтипы. – Мы видели, что комплексный механизм отрицания реальности позволяет людям ограничить сферу своих переживаний и защищать свою психику от фрустраций и стрессов. Мы склонны придавать значение определенным аспектам внешнего мира и проигнорировать другими его аспектами. Например, на уровне здравого смысла, а тем более – научного мышления, все (кроме самых маленьких детей) знают, что

смерть неизбежна. Но большинство людей ведет себя таким образом, как будто эта истина их не касается. Значительная часть философских и религиозных представлений о жизни после смерти основана не столько на научно проверенных фактах, сколько на желании отрицать реальность смерти духа. Осознали ли их авторы это обстоятельство при их создании, или нет, но мы предполагаем, что у них, среди других мотивов, была также защитная мотивация – мотив психической самозащиты перед лицом жестокой реальности смерти.

Механизм отрицания реальности имеет различные конкретные формы выражения. Одной из них является та, которой мы считали целесообразным дать не очень “культурное” название *комплекса добровольного дурака*.

Мы видели, что механизм отрицания реальности, как правило, действует (используется) не изолированно, а в сочетании с другими защитными механизмами, вместе с которыми составляет психологические комплексы. Одним из них является комплекс добровольного дурака. Индивид, который пользуется этим комплексом, добровольно берет на себя роль такого человека, который не видит, не думает и не понимает происходящее. Таким образом, он в первую очередь обманывает самого себя, защищаясь от фрустраторов. (Например, делает вид, что не замечает свое плачевное материальное положение; делает вид, будто не понял, что его оскорбили, допускали в его адрес двусмысленные намеки и т. п. Он, конечно, осознает и понимает, кто и как оскорбил, но если по каким-то причинам не желает давать отпор или пока не имеет такой возможности, и желает отложить отмщение, он может делать вид, что не заметил оскорбления.

Внешний наблюдатель, которому непосредственно недоступны переживания такого человека, может подумать, будто человек не воспринял оскорбление, или что у него слабо развито чувство собственного достоинства, поэтому с легкостью «проглатывает» оскорбления. Такие «наблюдатели», конечно, чаще всего ошибаются, причем позже могут удивляться, получив мстительный удар.

Мы полагаем, что в состав комплекса добровольного дурака входят вытеснение и основанное на нем отрицание реальности. Нередко объекту фрустрирования по тактическим или стратегическим соображениям полезно прикидываться глупым для того, чтобы подготовить основательный и адекватный ответ на источник фрустрации, выбирая наиболее подходящее время и удобную ситуацию. Некоторые хитрые политики умело пользуются этим способом самозащиты и подготовки нападения.

При длительном и систематическом использовании комплекс добровольного дурака может привести к формированию у личности определенных, как правило, нежелательных, черт и комплексов характера. Такой комплекс может стать основой и для формирования соответствующей адаптивной стратегии. Это нежелательное развитие, идущее против развития в социально-психологическом смысле зрелой личности. Поэтому названным комплексом следует пользоваться только в редких случаях, когда уже другого способа нет.

Данное явление в определенных условиях может принимать массовый характер. Это особенно заметно в условиях авторитарного и тоталитарного правления, будь то в рамках одной организации или в масштабе всего общества. Там, где люди боятся жестоких наказаний за честное поведение и открытое выражение своих мыслей, комплекс добровольного дурака, совместно с устойчивой установкой избегания ответственности, может стать широко распространенной стратегией адаптации. Последовательное использование подобной стратегии в течение длительного времени может привести к образованию соответствующего комплекса в составе социальных и этнических характеров. Русское народное изречение «Моя хата с краю, я ничего не знаю» хорошо передает устойчивую психо-логику комплекса добровольного дурака и свидетельствует о ее распространенности в среде многих народов. Мы предполагаем, что такие «добровольные дураки» являются одним из этнических типов характера и, с различными вариаци-

ями, встречаются в составе всех современных народов. Ведь комплекс добровольного дурака – это явление общечеловеческое. Это разновидность отрицания реальности.

Русская народная психология, конечно же, знала об этом явлении. Можно не сомневаться, что эту реальность – существование множества добровольных дураков – нашло отражение в целом ряде других выражений: «свалить дурака» (на англ.: To make a fool of oneself); «валить дурака» (To play the fool); «дурачить» (обманывать; To play the fool with). Последние два выражения психологически наиболее интересны для нас, потому что говорят о принятии человеком на себя роли глупца, дурака. На английском языке это наблюдение выражено прямо словом «play» (игра, роль).

Социальный тип добровольного дурака имеет свои подтипы: сознательный и подсознательный (автоматический); временный или устойчивый и т. п. Данная типология тесно связана с типологией конформистов. Добровольный дурак в социально-психологическом отношении, во всяком случае, пока он прикидывается таким, ведет себя как конформист, и интересно найти те подтипы, которые являются различными сочетаниями подтипов конформистов и добровольных дураков. Добровольный дурак на всю жизнь – это специфический выбор собственного характера и адаптивных стратегий.

Одним из подтипов добровольного дурака можно считать *шута*. Но тут есть важное различие, понимание которого позволяет расширить концепцию этого явления. Мы видели, что добровольный дурак прикидывается непонимающим и незнающим, глупым человеком. Шут же систематически играет роль глупца, но в ином смысле: он публично говорит истину, что считается глупостью, поскольку сказать такие вещи перед другими, тем более перед правителями, опасно. Считается, что осторожные и «умные» люди обычно скрывают свои мысли, видят истину, но не говорят, или же говорят только в узком кругу близких людей. *Значит шут – это особая разновидность добровольного дурака, умный и неосторожный человек.* Правда, его смелость основана на том, что ему право говорить истину дано самим правителем. Повидимому, в некоторых странах цивилизация достигла такого уровня, что правителей ложь и молчание обычных дураков уже не удовлетворяли, они хотели знать даже горькую истину, поэтому завели у себя должность шута.

Б. Механизм добровольного дурака в сфере политики в повседневной жизни. – Данный механизм в различных вариантах широко используется в области политической деятельности, особенно в международной политике. Здесь принято иногда говорить так, как будто ничего не знаешь, прикидываться незнающим и непонимающим. Так, в октябре 2002 г. послу одной из дружеских стран в Армении журналисты задали ряд вопросов о том, почему в его стране преследуют и нередко убивают армян. Ряд ответов посла и его попытки обойти молчанием некоторые из острых вопросов, явно показали, что он невольно пользуется механизмом добровольного дурака: притворяется, что не понимает, о чем идет речь.

Это старый механизм в дипломатии. Сталин сознательно использовал комплекс добровольного дурака во время Тегеранской конференции. Для того, чтобы оказать влияние на ход переговоров, президент США как бы ненароком сообщил, что они испытали ядерное оружие. Сталин остался совершенно равнодушным, и у присутствующих создалось впечатление, что он не понял значения того, что сказал президент. Между тем он все хорошо понял, но принял вид непонимающего, в тот же день, поручив своим подчиненным связаться с Курчатовым и потребовать ускорения осуществления ядерной программы. Таким образом, тактика добровольного дурака является средством усыпления бдительности политических соперников. Можно даже придумать лозунг: «Прикидывайтесь дураком, и успех обеспечен!».

Когда человек сознательно меняет тему разговора (старается замять разговор), т. е. намеренно отвлекается от неприятной для себя темы, то, по нашему мнению, перед нами еще один вариант механизма добровольного дурака. Армяне в таких случаях говорят, что человек старается «выбросить слово на крышу» («замять разговор»). Это способ, в ходе использования

которого, по видимому, произвольно используется ряд защитных механизмов – вытеснение и подавление, рационализация, переход на новую тему и т. д. Имея в виду широкую распространенность этого способа и его спонтанное возникновение у каждого индивида, он достоин более тщательного исследования.

При использовании данного механизма имеет место выбор другого предмета обсуждения, отвлечение внимания и его перенос на новый предмет, вытеснение и подавление, иногда попытки оправдания такой тактики, при этом используя рационализации, и т. д. При этом сходство с механизмом добровольного дурака состоит в том, что, совершая все упомянутые психические действия, человек делает вид, будто ничего особенного не происходит, и как будто он не понимает, чего от него ждут собеседники, какую тему они с ним хотели бы обсудить. Вот почему мы полагаем, что человек, который пытается замять разговор на определенную тему, пользуется одним из вариантов механизма добровольного дурака.

## § 12. Отрицание реальности у этносов и государств

А. Фатализм и игра в беспечность. – Действие механизма отрицания реальности можно проследить и в жизни этносов, в этнодинамических процессах, и особенно в процессах их самозащиты. Этот механизм действует и на уровне обществ, и на уровне государственного управления.

В истории нередко случалось так, что целые нации и их лидеры «закрывали глаза» на реальные угрозы, которые, как дамочлов меч, висели над их головами. Они либо действительно недостаточно четко видели эти угрозы, либо делали вид, что не видят, играли в беспечность. («Авось, пронесется» – вот психо-логика таких людей). Можно предположить, что одним из главных психологических факторов, вызывающих такую психо-логику и подобное поведение, является *фатализм*, так что исследование взаимосвязей фатализма и механизма отрицания реальности представляет значительный интерес.

Известно, что в 1941 году руководители СССР, лично Сталин, проигнорировали угрозу нападения Германии, о чем их своевременно предупредила разведка (Р. Зорге, работавший в Японии). Подобный грубый просчет, вину за который главным образом приписывают Сталину, дорого обошелся народам Советского Союза. И на этом уровне механизм отрицания реальности сочетается с механизмами вытеснения, атрибуции и др.

Б. Российская практика: сведение межэтнической преступности к хулиганству. – После развала СССР в России и других бывших советских республиках вспыхнуло много межэтнических конфликтов, в ходе которых было совершено большое число преступлений, в том числе убийств. До сих пор чаще всего из-за межэтнической враждебности погибают невинные люди. В 90-е годы XX в. и в первые годы XXI в. участились нападения на представителей других наций. В определенных кругах России был изобретен странный термин «лица кавказской национальности», и всем кавказцам стали приписывать множество отрицательных черт, в том числе криминальные склонности. Каждый год от рук т. н. «скинхедов», погибают десятки кавказцев, причем чаще всего без каких-либо провоцирующих действий с их стороны, просто так, только потому, что они нерусские. Так, в апреле 2006 г. в вестибюле станции московского метро «Пушкинская» ударом ножа был убит 17-летний студент Карен Абрамянц, который находился там с группой сверстников (насколько можно судить по сообщениям печати, большинство остальных были русские парни и девушки).

Каким образом поступают правоохранительные органы, когда расследуют подобные преступления? Установилась практика квалифицировать подобные случаи в качестве преступлений, совершенных из-за хулиганских побуждений.

Перед нами очень интересная и опасная тенденция отрицания реальности. Это не очень убедительная самозащита против той истины, что Россия превращается в рассадник агрессив-

ного национализма, постоянных межэтнических конфликтов. Наш вывод будет еще более убедительным, если иметь в виду, что в одно и то же время пущен в оборот лозунг «Россия для русских». Никто не отнимает у титульной нации ее прав, но неужели для их утверждения необходимо убивать представителей дружественных народов?

Отрицание этнического характера совершаемых преступлений несовместимо с этим лозунгом, против которого государственные деятели этой страны не возражают. Если бы был использован лозунг «Россией должны управлять русские», то это еще можно было бы понимать. Но если националисты хотят, чтобы в РФ не было нерусских, то они должны помнить о том, что там искони жили и живут нерусские этносы. Кроме того, каждый народ, создавая империю, должен знать, что в ней будут жить и те народы, которые принудительно или добровольно объединились в таком полиэтническом государстве, что в крупных городах империи, особенно в ее столице, по необходимости будут жить представители других народов империи, особенно наиболее активные и инициативные. Если т. н. «титульный народ» империи всего этого не понимает, значит он не созрел для того, чтобы создать крупное и мощное государство. Такая историческая миссия не предназначена для него.

С изложенной точки зрения полезно также выяснить, в каких еще сферах жизни РФ и в каких вариантах используется защитный комплекс отрицания реальности.

### § 13. Отрицание реальности, проблема болезни и смерти

Нет сомнения, что отрицание реальности защищает человека от многих травмирующих знаний и впечатлений. Подобное влияние на человека оказывают те сведения, которые люди получают о своих неизлечимых болезнях, таких, как рак, болезни сердца, паралич и т. д. Исследования целого ряда психологов (Леви, Циглер и др.) позволили выяснить, что при названных болезнях механизм отрицания реальности позволяет больному отогнать от себя гнетущие мысли об инвалидности и беспомощности.

Механизм отрицания реальности играет активную роль в жизни неизлечимо больных людей. Элизабет Кюблер-Росс, известная исследовательница последних этапов жизни терминально больных людей, сообщает, что когда больные узнают, что их смерть неминуема (именно это означает быть «терминально больным»), то их первая и спонтанная реакция имеет характер отрицания такой возможности. Они считают свою смерть невозможной<sup>360</sup>.

Когда люди, страдающие тяжелыми болезнями сердца, раком и т. п. после госпитализации узнают, что в соседней палате кто-то умер из-за такой же болезни, немного поразмыслив, могут сказать: «Со мной этого не может случиться»<sup>361</sup>. И здесь мы видим случай психологической самозащиты с помощью механизма отрицания реальности. Но здесь мы имеем перед собой случай отрицания скорее внутренней, чем внешней реальности. Это свидетельствует о том, что механизм отрицания имеет двойное предназначение и, соответственно, два варианта. Один предназначен для защиты от внешних фрустраторов, а другой – для защиты от внутренних фрустраторов.

Еще один вариант механизма отрицания реальности действует в том случае, когда человек чувствует, что болен, но боится результатов медицинского обследования и поэтому не обращается к врачам. Он предпочитает не знать о своей болезни. Есть, например, много женщин, которые ощущают твердость в грудных железах, догадываются, что больны раком, однако, страшась истины, всячески избегают обследования и диагностики.

---

<sup>360</sup> См.: Kübler-Ross E. *On death and dying*. New York: Macmillan, 1969; Kübler-Ross E. and Magno J.B. *Hospice*. Santa Fe (N.M.), 1983; Налчаджян А. А. *Загадка смерти. Очерки психологической танатологии*. СПб.: «Питер», 2004.

<sup>361</sup> См.: Hackett T. P. and Cassem N. H. *Psychological reactions to life – threatening illness: Acute myocardial infraction*. – In: H. S. Abram (Ed.), *Psychological aspects of stress*. Springfield (Ill.), 1970.

Однако механизм отрицания реальности не обеспечивает полной и надежной психической защиты больных, поэтому у них происходит переход на следующие этапы психологического умирания, которые описала Э. Кюблер-Росс. Это сравнительно примитивный механизм, особенно если он не сочетается с другими механизмами защиты, например с рационализацией, вытеснением или атрибуцией. По этой причине фрустрация терминально больных продолжает углубляться. Правда, механизм отрицания реальности до конца жизни не отбрасывается и продолжает играть определенную роль, поскольку человеку трудно примириться с мыслью о неминуемости смерти. Умом он понимает, что все люди смертны и он тоже не вечен, но соответствующего переживания и убеждения, а тем более готовности умереть, не всегда бывает.

## § 14. Эскапизм

Мы уже знаем, что одним из главных адаптивных стратегий является уход, бегство из неприятных, травмирующих ситуаций. Когда подобная стратегия у личности становится доминирующей, говорят, что у нее *эскапизм* (от англ.: *escape* – убежать).

Эта глобальная адаптивная стратегия имеет много частичных проявлений: избегание неприятных ситуаций; такое полное вовлечение в профессиональную работу, когда для других проблем не остается времени: постоянное откладывание решения некоторых проблем и т. п. В тех случаях, когда человек полностью посвящает себя профессиональной и общественной работе, такую стратегию называют «бегством в реальность» (*escape into reality*). (Но в таком случае человек фактически убегает из одного сектора реальности в другой, для себя более безопасный). Формой эскапизма является также «бегство в болезнь» (преимущественно больными людьми) или ссылка на то, что «нет настроения».

Такая «стратегия страуса» действительно защищает человека от некоторых стрессов и фрустраций. Особенно часто этот механизм используется для защиты от повседневных «мелких» фрустраторов: от грубости и хамства, от оскорблений и сплетен, от мелких неудач (например, когда человеку не нравится своя одежда, а он вынужден в ней появляться перед обществом). Во всех подобных случаях притворяться дураком весьма полезно.

Однако использование данного механизма обычно порождает новые фрустрации. Стратегия страуса мешает человеку видеть многие реальные проблемы жизни, в результате чего он терпит новые потери и лишения, т. е. переживает новые фрустрации, а это порождает потребность в новом цикле психологической самозащиты. Без объективного знания невозможно принимать правильные решения и организовать целенаправленную деятельность. Вот почему эскапизм – не совсем удовлетворительная адаптивная стратегия.

## § 15. Уровень психики и работа механизма перцептивной защиты

Для теории психологической самозащиты представляет интерес следующая (общая для всех защитных механизмов) проблема: на каком уровне психической активности лучше и с готовностью функционируют защитные механизмы? Идущая от психоанализа точка зрения сводится к тому, что психологическая защита – это в основном бессознательно протекающий процесс. Это надо, конечно, доказать для каждого защитного механизма. Представляют интерес те исследования, целью которых было выяснить, на каком уровне сознания лучше действует механизм перцептивной защиты.

Дж. Блюм провел эксперименты на тахистоскопе, который дал любопытный результат. Он создал тест для измерения характера психосексуального конфликта индивида. Тест состоит из серии картинок, на которых маленькая собака Блэки показана в различных «социальных встречах». (Тест сходен с ТАТ). Каждая «встреча» изображает потенциальную психосексуаль-

ную «чувствительную точку». Например, на одной из сцен Блэки является свидетелем того, как нож падает на хвост другой собаки (кастрационная тревога). На другой картинке Блэки испражняется в домике папы и мамы (анальность); на третьей картинке она лизнет свой сексуальный орган (мастурбация). В исследованиях Блюма на каждом слайде были четыре картинки: оральная садизм, мастурбационное чувство вины, оральная эротизм и процесс идентификации (Блэки ворчит на игрушечную собаку). Четыре картинки на каждом слайде располагались различным образом, так что положение каждой картинки могло быть либо сверху, либо снизу, либо слева, либо справа. От испытуемого требовалось указать на то расположение картинок, которое выступало наиболее четко. До того, как показать картинки, Блум показывал испытуемому пару карт Блэки и описал сцену («Блэки не может перестать лизать свои сексуальные органы, хотя за это ее ругали»), после чего просил испытуемых вспомнить аналогичную ситуацию из своей жизни.

После этого испытуемым с двумя разными скоростями были предъявлены слайды. В первоначальном исследовании Блум обнаружил, что испытуемые с большим успехом локализируют конфликтный рисунок при большой скорости экспозиции. Это позволило ему заключить, что *механизмы перцептивной защиты действуют на высоких уровнях сознания*. При медленной экспозиции, когда уровень осознания конфликтной картинки, конечно, выше, защитные процессы затрудняют узнавание по сравнению со случаем быстрой экспозиции<sup>362</sup>.

Эксперимент был повторен другими психологами и был получен тот же эффект: *испытуемые с большим успехом локализовали конфликтную картину в случае быстротечной экспозиции*. Этот результат Эд. Сэмпсон называет особенно заманчивым, поскольку он свидетельствует о том, что механизм перцептивной защиты может оказать влияние на осознанно воспринимаемый материал, но не оказывает влияния на тот материал, который ускользает от сознания<sup>363</sup>. Создается впечатление, что мы едва только начинаем ощущать то, что не хотели бы видеть, сразу же после этого избегаем его восприятия.

Эти результаты представляют интерес не только для теории психологической защиты, но и для теории уровней психической активности человека. В частности, они дают нам дополнительную информацию о том, как происходит *процесс осознания* психических содержаний, что ему мешает и что способствует. Приведенные экспериментальные данные полезны также для дифференциации не только уровней сознания, но и сознания и подсознательного. Можно также углублять наши представления о том, какие содержания и механизмы психики и на каком уровне активизируются и действуют наиболее эффективно. Например, насколько можно судить на основе приведенных экспериментальных данных, механизмы, которые обеспечивают перцептивную защиту, функционируют на границе предсознательного и сознания, хотя моральные установки и другие механизмы в самом процессе перцептивной защиты не осознаются: они функционируют на подсознательном уровне.

## **§ 16. Феномен неадекватного осознания социометрического статуса как защитный процесс**

Как известно, низкий социальный статус в группе является постоянным и мощным фрустрирующим фактором для большинства людей. Индивидуальные различия по интенсивности переживания фрустрации зависят от личностных черт и установок, уровня притязаний, мотивации членства в группе, от Я-концепции и других факторов. Но общая закономерность

---

<sup>362</sup> См.: Blum G. S. *An experimental reunion of psychoanalytic theory with perceptual vigilance and defense*. – «*Journal of Abnormal and Social Psychology*», 1954, 49, pp. 94–98; *ibid*: Blum G. S. *Perceptual defense revisited*. – «*Journal of Abnormal and Social Psychology*», 1955, 51, pp. 24–29.

<sup>363</sup> См.: Sampson E.E. *Social Psychology and Contemporary Society*, pp. 158–159.



сохраняется. При исследовании данной разновидности фрустрации обнаруживается типичная реакция, знание которой может способствовать развитию теории фрустрации и психологической самозащиты. Получается возможность интерпретации с единых позиций значительного количества пока разрозненных экспериментальных и эмпирических фактов, разбросанных в различных жанрах научной и иного рода литературы. Речь идет о переоценке личностью своего положения в социальной группе.

Я. Л. Коломинский в ходе своих исследований межличностных отношений в группах обнаружил интересный феномен, которому дал название «парадокс неадекватного осознания собственного социометрического статуса». Этот феномен тесно связан с процессами защитной адаптации личности в малой группе.

Оказалось, что индивиды, занимающие в своей группе низкий социометрический статус (т. е. неудовлетворительное положение в системе межличностных отношений), склонны переоценивать занимаемое им положение (социометрический статус). Данный факт Я. Л. Коломинский интерпретирует исходя из представления о существовании механизма вытеснения. «По-видимому, у человека существует неосознанное стремление не допустить мысль о своем неудовлетворительном положении, своеобразное вытеснение этой мысли, способной вызвать внутренний конфликт, поскольку она сталкивается с обнаруженным нами высоким уровнем притязаний в области личных взаимоотношений»<sup>364</sup>.

Иначе говоря, для того, чтобы не осознать свой реальный и фрустрирующий низкий социометрический статус, человек использует защитный механизм вытеснения. Однако дело этим не кончается. Изолянт не только вытесняет мысли и представления о своем реальном социометрическом статусе, но идет дальше и на уровне сознания формирует противоположное представление о своем положении в группе.

Исходя из этого, мы полагаем, что у таких людей защита против фрустрации осуществляется с помощью защитно-адаптивного комплекса, состоящего, по крайней мере, из двух механизмов: вытеснения и формирования противоположной реакции либо установки. Только вытеснение не привело бы к успешной защите Я-концепции, так как человек не может не иметь вообще никакого представления о своей позиции в системе личных взаимоотношений в группе.

В результате формирования обратной реакции у изолянта появляется такая особенность, как аффективность (это следствие перманентного внутреннего конфликта); нескромность; повышенные претензии к товарищам (отмеченные не только Коломинским, но и Ю. Орном, В. Г. Хроменком и другими психологами). Изолянты проявляют чрезмерно высокий уровень притязаний в системе личных взаимоотношений, неадекватный своим личным и деловым качествам. – (Высокий уровень притязаний может быть, таким образом, как предпосылкой, так и следствием фрустрации личности в системе личных взаимоотношений референтных групп. Эту идею можно развить до уровня отдельной концепции, но для этого потребуются эмпирические исследования).

Как объяснить другое проявление названного выше парадокса, который состоит в следующем: те члены группы, которые занимают в ней высокий социометрический статус, недооценивают свое положение. Является ли это защитно-адаптивным процессом? Данный аспект парадокса, насколько нам известно, остается недостаточно исследованным (как и другие его аспекты). Ниже мы предлагаем ряд идей, которые могут способствовать такому исследованию.

Отмеченный интересный факт, в реальности которого вряд ли можно сомневаться (есть и другие исследования, в которых получены примерно сходные результаты, например – в ходе экспериментов по изучению самооенок личности), также может получить интерпретацию с позиций теории фрустрации и психологической защиты. Дело в том, что удовлетворительное

---

<sup>364</sup> Коломинский Я. Л. *Психология детского коллектива*. Минск: «Народная асвета», 1984, с. 144–145.

положение в группе, в которой имеется всегда то или иное число неудовлетворенных своими статусами людей, у данной личности порождает ряд тенденций: а) подчиняясь ложной конформистской тенденции, «нарисовать» собственное положение в более скромных образах, поскольку конформизм в группе часто является тенденцией более мощной, чем стремление занимать высокий статус. Во всяком случае между этими двумя тенденциями всегда идет скрытая, а у невротиков – открытая борьба. Это одна из закономерностей психической жизни человека в социальных группах; б) по-видимому, имеется также связанная с первой вторая тенденция, а именно – стремление к самосохранению, поскольку удовлетворительное положение в группе на фоне множества неудовлетворенных создает опасность соперничества за это удовлетворительное положение. Тенденция к самосохранению заключается в том, что личность с удовлетворительным статусом не только применяет соответствующую этому статусу санкции, но и прибегает к более тонким методам самозащиты. Он снижает ценность своего положения при разговоре с другими, указывает на то бремя ответственности, которое взял на себя, пытаясь создать в группе «человеческие отношения». Все эти тактические ходы призваны смягчить недовольство и агрессивность других членов группы.

В свете вышесказанного следует подчеркнуть, что единый термин, предложенный Коломинским для обозначения этих двух разновидностей реакций – «феномен неадекватного осознания» – можно считать адекватным лишь в той степени, в какой указанные явления исследуются на описательном, феноменологическом уровне, который доступен для самонаблюдения и коммуникативного выражения. Когда же эти реакции рассматриваются с позиций теории фрустрации, то нет сомнения в том, что ни о какой неадекватности в психологическом смысле здесь речи быть не может. Эти реакции являются очень тонкими и вполне адекватными реакциями на фрустрирующие личность ситуации. Тонкие различия в этих ситуациях приводят к таким же различиям в соответствующих реакциях. И хотя здесь (как и при исследовании всех других аспектов проблемы фрустрации) без учета индивидуальных психических особенностей членов группы невозможно полностью раскрыть происходящие в ней события и психические процессы лиц, однако полученные Коломинским количественные данные свидетельствуют о существовании закономерности в описываемых явлениях. Поэтому следует заключить, что в описанных групповых ситуациях замеченные Коломинским реакции являются типическими.

## § 17. Почему истина вызывает гнев?

Тот факт, что истина многим не просто не нравится, но даже вызывает их гнев и возмущение, в жизни людей стал таким привычным явлением, что многие не замечают его парадоксальность. Все или почти все пытаются выдать себя в качестве поборников истины, но когда в реальной ситуации им говорят истину, они часто возмущаются. Это *парадоксальная реакция*, и она требует специального рассмотрения.

А. Парадоксальный пример. – В одной из своих книг известный антрополог К. Леви-Строс описывает следующее удивившее его явление, обнаруженное им у одной из племен аборигенов Южной Америки: когда в присутствии других людей женатому мужчине говорят, что он имеет интимные сексуальные отношения со своей женой, он страшно обижается и возмущается. Такая реакция – признак того, что сказанное фрустрировало человека. Когда же ему говорят, будто он находится в интимных отношениях с другой женщиной (что не соответствует действительности), он не возмущается; во всяком случае *такая атрибуция у него не вызывает такого недовольства, как первое (истинное) утверждение*. Здесь важно подчеркнуть основное условие: человек не возмущается в том случае, когда сказанное не соответствует действитель-

ности (т. е. оно – ложь). Ложь его не фрустрирует, но зато истина фрустрирует очень сильно и вызывает его гнев<sup>365</sup>.

Это парадоксальный факт. Как только человек слышит сказанное другим лицом истину (приятную или неприятную – это различие мы пока не рассматриваем), он фрустрируется и у него возникает мотив психологической самозащиты. А в качестве защитного средства немедленно активизируется *механизм отрицания реальности*.

После ознакомления с описанным фактом нам сразу же вспомнились многие примеры из повседневной жизни, свидетельствующие о том, что люди действительно не так уж любят истину, как обычно декларируют. Например, если у человека имеется какой-то физический недостаток, о котором он прекрасно осведомлен, то, когда о нем напоминает кто-то другой, это может его страшно обидеть и привести в гневливое состояние. Почему? Причина состоит в том, что человек использовал целый ряд защитных механизмов (вытеснение и подавление, отрицание реальности и др.) для того, чтобы больше не осознать эту неприятную реальность, но вот появляется некто и пытается разрушить этот защитный бастион. Такой «правдолюб», который может быть просто хамом или злонамеренным субъектом, вызывает ненависть фрустрированного человека. А ненависть – это основа символического уничтожения такого человека.

Представляет интерес следующий вопрос: есть ли этнические различия по распространенности описанного парадоксального явления – *нетолерантного отношения к истине*? Б. Нарушение норм и нормативный бунт. – Однако является ли возмущение отрицанием? Ведь такая связь вполне естественна и законна. Однако человек возмущается, когда кто-либо другой говорит ему об этом.

Это может означать следующее: человек возмущается не по той причине, что считает ложью то, что говорит ему другой, а по той причине, что *этот чужой человек вторгается в его личное психическое пространство*. Он ведь утверждает очевидное, то, о чем принято молчать. Следовательно, он нарушает определенные традиционные нормы поведения: ведь есть вещи, о которых принято молчать, и такой запрет – признак культуры, его нарушение – признак хамства и недостаточной социализированности.

В. Почему нереальность (ложь) отрицается менее энергично? – Мы только что видели, что в некоторых случаях, особенно когда дело касается вопросов интимной жизни, реальность отрицается очень энергично.

Но с этим связано другое явление, которое не менее интересно и не менее широко распространено, хотя почему-то не привлекло внимания психологов. Речь идет о следующем: в некоторых случаях, когда человеку приписываются такие действия, каких он не совершил, он отрицает это приписывание менее энергично или вовсе не отрицает. Мы видим, что приписывание сексуальной связи с собственной женой его возмущает, а вот приписывание такой же связи с другой женщиной он не отрицает, или отрицает вяло, хотя такой связи у него нет.

Появлению такого явления психической жизни могут способствовать следующие факторы: 1) несуществующее явление или несовершенный поступок отрицать глупо; их энергичное отрицание может вызвать подозрение, что они реальны. Поэтому люди обычно спокойно относятся к таким атрибуциям, как в повседневной жизни, так и в особых ситуациях; 2) подобные атрибуции нередко приносят удовольствие человеку, поскольку ему приятно, когда другие думают, будто он имеет успех. Появляется *иллюзорная гордость*.

Мы считаем, что анализ эмпирического материала поможет открывать новые феномены. Перед нами очень интересная область исследований.

Г. Еще одна проблема. – Важно выяснить следующее: какое объяснение дают люди такой своей парадоксальной реакции на истину (или на определенные разновидности истины)? Вполне возможно (и весьма вероятно), что их объяснения не будут соответствовать истине, но

---

<sup>365</sup> См.: Леви-Строс К. *Печальные тропики*. Москва: "Мысль", 1984.

такой психологический материал представляет несомненный интерес: ведь в реальной жизни они, по всей вероятности, руководствуются такими объяснениями-рационализациями, а не научными объяснениями явлений. *Здесь перед нами интересная область, в которой можно открыть еще один пласт психо-логики повседневной психической активности людей.*

## **§ 18. Когнитивный диссонанс и отрицание реальности**

Можно предположить, что механизм отрицания реальности чаще и активнее всего используется людьми в том случае, когда они предвидят возникновение у себя когнитивного диссонанса и хотели бы предотвратить его наступление.

Например, когда человек совершает такой поступок, который несовместим с его представлениями о собственной личности, у него возникает когнитивный диссонанс. Для его смягчения и предотвращения его повторения в будущем используется механизм отрицания реальности, а именно – отрицания совершенного поступка. Самым простым примером является извинение за проступок, которое, если принимается пострадавшей стороной, как бы ликвидирует этот проступок и его последствия.

Примерно такой же защитный процесс может иметь место и в том случае, когда у человека возникает намерение совершить подобное действие: для его предотвращения, а также возможного на данном этапе конфликта или диссонанса, опять-таки начинается процесс психологической защиты. Диссонанс может иметь место между следующими двумя «когнициями»: 1) «Я – человек нравственный»; 2) «Но я намерен совершить аморальный поступок». Аморальное желание подавляется и может даже отрицаться.

## Глава 44. Эмоциональная самоизоляция

### § 1. Общая характеристика эмоциональной самоизоляции

А. Общая характеристика. – Данный механизм – *эмоциональная самоизоляция* (emotional insulation) – позволяет человеку не вовлекаться эмоционально в такие события, которые представляют для него опасность. Когда человек предвидит, что, участвуя в каких-то событиях, мероприятиях или деятельности, может лишиться чего-либо ценного и переживать фрустрацию, он старается быть подальше от всего этого. В таких случаях мы имеем дело с предварительной самозащитой личности путем эмоциональной самоизоляции. Механизм самоизоляции позволяет человеку ослабить свое эмоциональное вовлечение в потенциально трудные и опасные, фрустрирующие ситуации. Так воздвигается психологическая стена между индивидом и другими людьми.

Вильгельм Райх показал, что избегание близких контактов с людьми, играя защитную роль, приводит к определенным, нередко дезадаптивным представлениям. Так, вследствие самоизоляции человек может создать о себе грандиозные представления, которые свободны от критики других<sup>366</sup>. Отметим также, что Райх для обозначения социального положения такого человека использовал термин «психическая бесконтактность».

Данный механизм является вполне нормальным и адаптивным. Им в какой-то степени пользуются все. Поскольку все мы время от времени разочаровываемся в чем-то, то на таком опыте мы учимся, что лучше держать свои притязания и надежды в определенных пределах, ждать и лучше ориентироваться в происходящем. Как видно из сказанного, самоизоляция совершается, в частности, с помощью механизма самоограничения (self-restriction), с которым мы уже знакомы. Ограничивая свои притязания и надежды, мы стремимся не праздновать заранее наши успехи и победы. Люди нередко стремятся не связывать большие надежды с будущим для того, чтобы не переживать новых разочарований.

Следует отметить, что в научной литературе в основном обращается внимание на поведенческие корреляты этого механизма. Между тем нам очень мало известно о том, как он функционирует, в чем его психологическая сущность.

Мы полагаем, что от определенного явления нам легче изолироваться, ослаблять наши связи с ним, путем его переоценки. Переоценка может совершаться такими способами, как дискредитация, проективная атрибуция и др. А это означает, что механизм самоизоляции не может успешно работать один, он, как правило, выступает в составе различных защитных комплексов. К этому вопросу на последующих страницах мы еще вернемся.

Б. Перцептивная сенситивизация. – Когда человек встревожен, то может замечать признаки возможных угроз даже тогда, когда они слабо выражены. Он становится более чувствительным к определенным категориям стимулов, т. е. его порог восприятия снижается. Такие люди, например, раньше замечают, что кто-либо представляет для них угрозу, чем другие, не сенсibiliзированные.

Сенситивизация может играть защитную роль, но может также привести к искаженному восприятию чувств и мотивов других. Если мы стали сверхчувствительными, мы можем, не ожидая получения более полной информации, делать быстротечные и неверные выводы о намерениях другого.

---

<sup>366</sup> См.: Reich W. *Character Analysis*. New York: Oregone Institute Press, 1949.

## § 2. Уровень притязаний, надежда и эмоциональная изоляция

Поскольку люди в течение жизни переживают множество фрустраций и во многом разочаровываются, они становятся более осторожными: при новом целеполагании, проявляя свои притязания, больше не воодушевляются как в прошлом, остаются в определенных рамках и воздерживаются от предъявления чрезмерных претензий к окружающему миру. Обогащенный жизненным опытом человек уже не празднует свою победу заранее и остерегается от проявления слишком высоких притязаний, в результате чего его эмоциональное вовлечение в начатое дело бывает умеренным.

Как видно из сказанного, *эмоциональная самоизоляция человека происходит не на основе простого решения, а имеет место с помощью изменения уровня притязаний, т. е. в близкой связи с процессами целеобразования и целеполагания.* То обстоятельство, что мы видим эти связи, открывает перед нами новые возможности исследования психологической сущности данного механизма. Нам неизвестны такие публикации, в которых данное обстоятельство было бы замечено.

## § 3. Самоизоляция и психология риска

Как мы видели, для того, чтобы самоизолироваться, личности необходимо заранее в значительной степени снизить уровень своих притязаний и больше не связывать с будущим большие надежды.

Однако таким путем можно обеспечить хорошую адаптацию до определенного предела, после чего использование этого защитного механизма уже приносит вред. Он препятствует стремлению личности выразить и использовать свои внутренние возможности.

Отмечая данное обстоятельство, мы непосредственно приближаемся к одной из слабо исследованных, но чрезвычайно важных проблем психологии – *к проблеме психологических особенностей риска.* Нам известно, что по способности выдвижения перед собой больших целей и совершения рискованных (смелых) поступков, между людьми имеются значительные различия. С другой стороны известно, что человек может более или менее полно выразить свои умственные и другие способности и добиваться самореализации только при условии выбора адекватных целей и принятия правильных (оптимальных) решений. Недаром один из экзистенциалистов говорил, что сущность человека – в принятых им решениях.

И вот, когда человек переживает систематические и интенсивные стрессовые и фрустрирующие состояния, у него возникает тенденция все чаще и чаще пользоваться механизмом эмоциональной изоляции. В результате этого он все чаще пропускает благоприятные возможности, редко прибегает к основанному на точном расчете риску, не вовлекается достаточно активно в целенаправленную деятельность. Устойчивое использование механизма самоизоляции не позволяет личности идти на риск, поскольку он боится получить новые душевные раны. Это обеспечивает более спокойное существование, но, имея только низкий уровень притязаний, больших успехов добиваться невозможно. Правда, следует иметь в виду то обстоятельство, что различные свои притязания человек локализует в различных сферах деятельности.

Таким образом, при обсуждении психологических вопросов уровня притязаний, риска, успеха и поражения необходимо учитывать, что в структуре личности непрерывно идет работа защитных механизмов, в том числе механизма самоизоляции. Он может стать механизмом, который вызывает серьезные изменения в психике личности.

## **§ 4. Эмоциональная самоизоляция человека и проблема смерти**

Эмоциональная самоизоляция личности имеет интересные точки соприкосновения с разными аспектами проблемы смерти. Вкратце рассмотрим две из них. Первый касается осознания человеком неизбежности собственной смерти. Как показали исследования Элизабет Кюблер-Росс, существуют этапы психологической смерти человека. На первом этапе, узнав, что является терминально больным, человек не принимает эту реальность, протестует против идеи неизбежности собственной смерти. Мы предполагаем, что, начиная с какого-то «момента», в процесс самозащиты включается также механизм эмоциональной самоизоляции личности, и он начинает менее эмоционально относиться к неизбежности смерти; благодаря этому переживаемая им экзистенциальная фрустрация становится менее мучительной.

Работу механизма эмоциональной изоляции в связи с ожиданием близкой смерти специалисты заметили также у тех лиц, которые осуждены на смерть. В ходе бесед с ними выясняется, что у них появляются мысли следующего характера: «Факт, что меня убьют». Причем эту мысль они могут высказать громко, для других, причем довольно безразличным тоном. Но следует отметить, что в данном случае действуют оба механизма изоляции: механизм изоляции от других людей (внешняя изоляция) и, одновременно – механизм внутриспсихической изоляции познавательного содержания переживания от его эмоциональных компонентов. Последние вытесняются. В результате работы этих двух механизмов человек говорит о своей предстоящей смерти так, как будто она его не касается. Это мощное средство психологической самозащиты. Но действует ли он так же эффективно до конца? Это еще предстоит выяснить.

Вторая задача касается психологической самозащиты тех людей, которые потеряли родных, переживают глубокую фрустрацию и стресс, но им приходится продолжать жить и заботиться не только о себе, но и о родных. И вот в их поведении мы замечаем следы работы целого ряда защитных механизмов, в том числе механизма эмоциональной изоляции. Одним из средств смягчения скорби является смягчение тех чувств, которыми человек был связан со покойником. Такой результат получается с помощью рационализаций и атрибуций. Например, человек может обнаружить ошибки в поведении умершего и недостатки в его характере, осознание которых позволяет ему смягчить напряжение страдания. Другая тактика: оставшиеся жить родные и близкие человека нередко начинают утешать себя тем, что покойник был счастлив, что умер, поскольку избавился от страданий. Следовательно, нет оснований для горя: ведь его смерть была желательна. Такие тактические приемы эмоциональной изоляции позволяют живущим до некоторой степени отчуждаться от покойника и его дел, в результате чего горе смягчается и возникает возможность продолжать свою обычную жизнь.

В ходе создания психологии горя необходимо учитывать значительную роль эмоциональной изоляции, а также то обстоятельство, что особенно в таких случаях данный защитный механизм работает не один, а в сочетании с другими механизмами, составляющими мощный комплекс. В некоторых случаях в таком комплексе механизм изоляции становится ведущим.

## **§ 5. Самоубийство, надежда и эмоциональная изоляция**

О тех людях, которые размышляют о целесообразности совершения самоубийства, говорят, что они больны болезнью надежды. Иначе говоря, это отчаявшиеся люди. Какие существуют психологические защитные механизмы, которые могли бы предотвратить подобное развитие личности?

Одним из них является механизм эмоциональной изоляции. Представьте себе человека, который уже долгое время безработный и ему никак не удается найти работу. Если бы он при каждой неудачной попытке найти работу переживал интенсивные отрицательные чувства, то

очень разрушал бы свое здоровье, отчаялся бы и был бы готов для совершения самоубийства. Однако у большинства людей психические процессы протекают иначе. При каждой новой неудаче они переживают все менее и менее интенсивные отрицательные эмоции, четко изолируя неприятные события от своей личности и переживая их так, как будто они их мало касаются. В результате ослабления эмоционального вовлечения они становятся безразличными к конечной цели своих поисков – нахождению рабочего места. Таким путем они лишают стрессовые и фрустрирующие ситуации их эмоционального заряда, что способствует сохранению здоровья и запасов психофизиологической энергии.

Сходное явление можно наблюдать в том случае, когда человек занимает такой социальный статус, который связан с постоянными унижениями. На первые эпизоды унижения он, хотя бы внутренне, отвечает бурными эмоциональными переживаниями – гневом, чувством обиды, стыда и т. п. Однако, когда нет возможности уйти из ситуации или изменить ее, тогда наступает период внутренних изменений личности: его эмоциональность постепенно ослабляется, он изолирует свои эмоции от тех неприятных событий, наступление которых неотвратимо. Данное явление наблюдается у узников концентрационных лагерей и других мест заключения, а также во многих учреждениях, хотя и в более умеренных формах. Оно наблюдается также в межэтнических отношениях, особенно во взаимоотношениях господствующего и подчиненного этносов. Если эти взаимоотношения длительные, переживания могут привести к существенным изменениям психического склада подчиненного этноса: у его представителей могут образоваться раболепство, низкий уровень собственной ценности и достоинства, причем до такой степени, что такой раб может быть доволен своим рабским положением. Совокупность психических признаков и психо-логик такого человека можно назвать *синдромом раба*.

## **§ 6. Эмоциональная самоизоляция и проблемы психологии любви**

Есть много людей, которые любили, но потеряли любимого человека. В психике значительной части таких фрустрированных людей действует защитный механизм психологической изоляции (обособления). Для предотвращения подобных фрустраций в будущем они стремятся стать бесчувственными, невосприимчивыми к тонким переживаниям и больше не влюбляться. Они могут прийти даже к выводу, что настоящей любви не бывает.

Нет сомнения, что подобное развитие личности до некоторой степени защищает ее от будущих фрустраций. Но такая психологическая самозащита чревата возможностью потери способности переживания того счастья, которое человек может пережить только во взаимоотношениях с любимым представителем противоположного пола.

Следует отметить, что возведение подобного барьера на пути настоящей любви вряд ли возможно только с помощью одного единственного защитного механизма. В сложном процессе самозащиты к механизму самоизоляции (социального обособления) и внутренней изоляции чувств от рационального содержания переживания присоединяются рационализация, вытеснение, проективная атрибуция и другие. Такая личность может построить целую любовительскую философию жизни, в частности, о любви и о характере взаимоотношений людей. Правда, подобная психологическая самозащита не всегда гарантирует личности (особенно в молодом возрасте) от переживания новых интенсивных чувств любви и разочарования.

## **§ 7. От внутренней изоляции к изоляции социальной**

Мы помним, что внутренняя изоляция является процессом разделения и изолированного хранения в психике человека отдельных частей переживаний – когнитивного и эмоционального. Неприятное событие изолируется также от предыдущих и последующих событий,



что является результатом разрыва ассоциативных связей между следами этих событий в психике человека. Изолироваться могут также отдельные подструктуры Я-концепции личности.

Возникает вопрос: есть ли какая-либо связь между процессами внутренней изоляции и механизмом внешней, социальной изоляции (самоизоляции) человека, которую мы рассматриваем здесь в качестве защитного механизма?

Мы полагаем, что такая связь имеется. Может иметь место переход от механизма внутренней изоляции к внешней, социальной. Если, например, индивид А имел неприятную встречу и конфликт с индивидом В, то, изолируя его образ в своей психике и вытесняя его в подсознательное, он может изолироваться от этого человека и в социальной жизни. В повседневной жизни очень часто индивиды самоизолируются как от других индивидов, так и от социальных групп. Причем после такого перехода могут наблюдаться дальнейшие защитные процессы типа изоляции, например, следующее: а) индивид А может изолировать от В (например, своего родителя или учителя) его идеологию, и изолироваться от одного или от другой. (Вот одна из психо-логик такого отношения: «Он хороший человек, но плохой специалист»). В таких случаях имеет место перенесение вектора защитной установки индивида А от личности В на ее идеологию, или обратный процесс. Бывает так, что вначале защитная установка направляется на личность В (например, на преподавателя), а затем уже – на преподаваемый им предмет и на процесс его преподавания.

Такие формы самоизоляции частично освобождают человека от социального контроля и обеспечивают некоторый психологический комфорт. Например, студент вуза может полностью отказаться от посещения лекций того преподавателя, от которого психологически изолирован и отчужден.

Отметим, что сам процесс перехода от внутренней изоляции к внешней (социальной) еще нуждается в дальнейших исследованиях.

## § 8. Патологическое развитие

Отклонение любви и нежных взаимоотношений в жизни определенной части людей может приобретать характер адаптивной стратегии. Такие личности нередко достигают патологического уровня самоизоляции и переживают агрессивность и другие мучительные эмоции, когда им приходится сообщать другим что-то важное о собственной личности. Такая агрессивность – это защитная реакция против опасной интимности. Как только такая личность в ходе общения с другим человеком (например, с врачом) ощущает появление элементов духовной и эмоциональной близости, у нее немедленно начинается функционирование механизма самоизоляции и она начинает психологически отталкивать от себя партнера по общению. После длительного лечения одной женщины один из психиатров, наконец, выяснил, что она боится интимности, так как ей страшно получить отказ и потерять любимого человека. Только после длительного лечения удалось вызвать у нее более терпимое отношение к людям.

Эмоциональная изоляция человека от событий и людей (особенно в условиях тюремной жизни, при безработице, болезни и т. п.) завершается развитием безразличия и отчужденности. Многие адаптируются к такой жизни, которая лишена надежды и не требует вовлечения «Я». Эмоциональная фрустрация позволяет защищаться от новых фрустраций. Но это стратегия бегства от трудных ситуаций.

Крайние случаи эмоциональной изолированности мы видим у психотиков, особенно у шизофреников. Подобная защитная стратегия позволяет им не участвовать в жизни той социальной среды, которую они считают неприятной и опасной.

В то время, как добиваться заметных успехов возможно только путем преодоления многих трудностей, есть люди, которые после нескольких неудач теряют способность на расчетли-

вый риск и спасаются с помощью самоизоляции. Они создают вокруг себя психологический барьер, не допуская в свое личное пространство других людей.

## Глава 45. Инграция как способ психологической самозащиты

### § 1. Общая характеристика инграции

Слово «инграция», которое теперь уже стало термином социальной психологии, с английского языка (*ingratiatio*) переводится как лезть, заискивание. *To ingratiate* – означает «снискать чье-либо расположение». Более грубые формы – угодничество, подхалимство.

Лезть, заискивание всегда содержат в себе элементы лицемерия, ханжества, иезуитства, фарисейства.

Основная функция инграции ясна: получение каких-либо благ от того человека (В), к которому обращается индивид А со своими способами инграции. Используя различные «технические средства», А стремится понравиться В с тем, чтобы затем обратиться к нему с какой-либо конкретной просьбой. Как предполагается (и в большинстве случаев это так), инграция увеличивает вероятность получения положительного отклика от В., поскольку известно, что большинству людей нравится, когда им льстят. Лезть, инграция нацелена на Я-концепцию другой личности, на повышение ее ценности, поэтому нередко достигает цели.

В социальной психологии инграция считается одним из главных способов социального влияния<sup>367</sup>.

Существуют ли специфические технические приемы инграции? Существуют ли специфические инграционные этнокультурные стереотипы, которые систематически используются представителями данной культуры (этноса) как внутри этноса, так и в межэтнических отношениях? Это проблемы, которые еще предстоит исследовать.

### § 2. Усиление инграции

Комплимент – одно из средств инграции. Но так уж сложилось, что когда люди говорят друг другу комплименты, то у объекта инграции («мишени») не бывает полной уверенности в том, что ему говорят правду. В инграциях людей содержится очень много ложных комплиментов и ложных атрибуций.

Частично этот недостаток преодолевается, когда говорящий комплимент индивид А, заметив недоверчивый взгляд В, добавляет: «Я это не для комплимента сказал, это сушая правда». – Перед нами *способ усиления инграции*, ведь истина в данной ситуации приятнее лжи.

Возникает следующая проблема: какие еще существуют способы усиления инграции? На наш взгляд, таковыми могут быть факты и различные дополнительные аргументы, а также определенные элементы невербальной коммуникации.

### § 3. Защитная инграция

А. Инграция и актуальная психическая защита. – Защитная функция инграции иногда выступает очень четко. Бывают случаи, когда человек только лишь благодаря удачной инграции защищает себя не только психологически, но и физически, спасает свою жизнь.

---

<sup>367</sup> См.: Baron R.A. and Byrne D. *Social Psychology. Understanding Human Interaction. Second Edition. Boston: Allin and Bacon, 1977, pp. 261–263; Baron R.A., Byrne D. and H. Kantowitz, Psychology: Understanding Behavior. Philadelphia, London, Toronto. 1977, p. 432; Чалдини Р. Психология влияния. СПб.: «Питер», 1999 и др.*

Вот, по нашему мнению, весьма удачный пример, взятый из романа А. С. Пушкина «Капитанская дочка». Идет разговор между Пугачевым и Гриневым. Пугачев предлагает молодому офицеру – дворянину служить ему и обещает в таком случае пожаловать самые высокие должности, «когда получит свое царство». Петр Гринев оказывается в очень затруднительном положении. Прямо и грубо отказать – значит погубить себя, Пугачев этого не простит. Но и согласиться служить бунтарю он не может, так как, как дворянин, он присягал служить императрице России. И он находит блестящее решение вопроса. Отвечает он следующим образом: «Слушай; скажу тебе всю правду. Рассуди, могу ли я признать в тебе государя? Ты человек смысленный: ты сам увидел бы, что я лукавствую».

Кто же я таков, по твоему разумению?

Бог тебя знает; но кто бы ты ни был, ты шутишь опасную шутку»<sup>368</sup>.

Нет необходимости привести здесь остальную часть этого разговора. Пугачеву понравилась искренность Гринева и, конечно, то, что тот назвал его умным человеком. *Искренность и инграциация понравились собеседнику*. Инграциация – потому, что каждый хочет, чтобы его считали умным, а второй – по той причине, что искренность свидетельствует о доверии и уважения к собеседнику. Такая двойная инграциация спасает Гринева. Причем Пушкин показывает процесс изобретения человеком, оказавшимся в состоянии конфликта и опасности, такого защитного механизма, как инграциация и ее приемов. Ведь очевидно, что Гринев раньше именно эту инграциацию никогда не использовал, хотя в сходных ситуациях мог оказаться. Тут мы являемся свидетелями *порождения (генезиса) защитного механизма*, который в дальнейшем может быть использован и в других ситуациях. Это был творческий процесс, о котором Гринев в дальнейшем всегда вспоминал с большим удовольствием.

Б. Инграциация как механизм предварительной защиты. – Инграциация может служить в качестве механизма как предварительной, так и актуальной самозащиты личности. В качестве превентивного защитного механизма инграциация предотвращает наступление неприятных событий. В качестве механизма предварительной защиты использование инграциации имеет следующую особенность: поскольку наступление неприятного события предотвратить невозможно, человек готовит инграциацию для того, чтобы во всеоружии встретить его и эффективно защищаться.

#### **§ 4. Зарождение инграциации в онтогенезе и психическая самозащита ребенка**

Инграциация, как и ряд других защитных механизмов, зарождаются в первые годы онтогенетического развития ребенка. Ребенок может сказать любезности своему родителю не только для выражения своей любви к нему, но и с целью понравиться ему и получить какие-то блага. Это спонтанное выражение *хитрости*.

Подобные хитрости с помощью инграциации следует различать от тех случаев, когда ребенок, опять-таки спонтанно, выражает свою любовь к родителю и свое довольство тем, что он удовлетворил какие-то его потребности. Причем подобные выражения удовольствия наблюдаются очень рано, едва ребенок начинает говорить. (Так, маленький Т., которому всего 2 года, после получения молока от матери, с любовью смотрит на нее и произносит ее имя).

Исследование первых инграциаций детей имеет существенное значение для понимания генезиса психозащитных механизмов, того, как их постепенно становится все больше и больше, и как ребенок спонтанно сочетает их для обеспечения лучшей адаптации.

---

<sup>368</sup> Пушкин А. С. Сочинения в трех томах. Том третий. Москва: «Художественная литература», 1986, с. 279.

## § 5. Типы инграциаторов

Все люди в той или иной мере пользуются механизмом и средствами инграциации. Но есть такие индивиды, в жизни которых инграциация, тот или иной ее вариант, становится основной адаптивной стратегией, в которой используются определенные стереотипы и формы инграциации. Вполне понятно, что систематическое использование такой стратегии приводит к формированию определенных комплексов характера. Вот почему по этим комплексам, беря их в качестве критериев, можно выделить новые личностные типы. Рассмотрим два таких типа. А. Дамский угодник – разновидность инграциатора. – Угодничество перед дамами – это разновидность инграциации. Какие особенности оно имеет? Это избирательное угодничество. Но сочетается ли оно с обобщенным угодничеством как с комплексом характера? Как оно осуществляется. Чем отличается угодничество перед женщинами от угодничества перед начальством. Можно ли считать, что это разные типы личностей? Вот вопросы, на которые у нас еще нет обоснованных и удовлетворительных ответов.

Б. Воровское угодничество. – Воруя у кого-то его ценности, вор может обратиться к нему с любезностями: «Друг мой...» или «Братец, сколько у тебя лишних денег!» и т. п. Кроме издевательства в этих словах имеется также угодничество, целью которого является подавление агрессивности жертвы. Вор – это агрессор, который насильно берет ценности другого, и нарушает личное психологическое пространство жертвы.

Подобное воровское угодничество принимает самые различные формы. Например, «психолог» В, который переписывает обширные отрывки из трудов другого автора, не называя его имени меня (т. е. осуществляющий плагиат, вид агрессии), при встрече с этим автором бывает крайне любезным; когда тот останавливаюсь для разговора, он обязательно говорит ему много любезностей.

В этом примере интересно то, что *инграциация сочетается с механизмом формирования обратной реакции*. Вернее, *инграциация порождается с помощью этого механизма*. Данный новый аспект проблемы инграциации достоин специального исследования.

Бывают и такие ситуации: начальник учреждения собирается освободить кого-то, приглашает к себе для того, чтобы сообщить ему о своем решении, но начинает с любезностей, восхваляет ту работу, которую он выполнял, качество его работы, заявляет, что вынужден отказаться от его службы, о чем сожалеет, но другого выхода нет и т. п. Нередко тем, кого увольняют, официально объявляют благодарность, что также является формой инграциации.

## § 6. Самоуничижение как способ инграциации

Человек познает себя в процессе социального сравнения. Такие процессы протекают в психике людей очень часто. Поэтому когда подчиненный презентует себя перед начальником в качестве такого человека, который во всех отношениях стоит ниже него, то такой начальник будет чувствовать свое превосходство перед подчиненным.

Исходя из подобных фактов мы утверждаем, что когда индивид А представляет себя перед В в качестве скромного человека, то если даже А ничего не говорит о более высоких качествах В, то это из контекста подразумевается (*происходит латентное социальное сравнение*), поэтому поведение А принимает характер инграциации.

Данный механизм также принимает разнообразные конкретные формы. Так, если руководитель выражает о подчиненном неблагоприятное мнение и подчиненный с этим мнением о

себе соглашается, то это тоже лезть, инграция: этим путем подчиненный стремится сделать устойчивым свой статус. Это важная проблема психологии подчинения<sup>369</sup>.

Использование самоуничижения в целях инграции используется как во внутриэтнических, так и в межэтнических отношениях. Обобщая можно сказать, что данная разновидность инграции систематически используется во всех неравных статус-ролевых отношениях. Многие подчиненные соглашаются с мнением руководителя, что они достойны именно того низкого статуса, на котором их удерживает руководитель. Тем самым такие подчиненные достигают следующих целей: а) заслуживают доброе (но с примесью презрения) отношение руководителя, поскольку такой подчиненный уже не рассматривается в качестве соперника; б) сохраняют тот статус, которого достигли; в) у них появляется солидарность с армией себе подобных – униженных людей, среди которых у них появляются товарищи и друзья, и т. п.

## § 7. Инграция и другие защитные механизмы

Выше мы уже видели, что инграция может сочетаться с механизмом формирования обратной реакции, даже в определенной степени быть результатом работы этого механизма. Связи инграции с другими защитными механизмами, по-видимому, многообразны, и они подлежат исследованию. Вкратце рассмотрим некоторые из них.

А. Агрессивная инграция. – Пассажир выходит из микроавтобуса и резко хлопает за собой дверь. Водителю это не нравится, и он делает замечание пассажиру: «Брат мой, больше так не делай, испортишь дверь». В его голосе – злость. В таких случаях нетрудно видеть, каким интересным образом инграция («брат мой») сочетается с агрессивностью и приказом. Сама любезность выражается агрессивным тоном.

Другой пример: учитель, разочаровавшись в попытках ученика решить порученную задачу, в конце концов, замечает: «Нет, дорогой мой, ты ни на что не годен». В этом предложении есть и критика, и инграция.

Почему люди, собираясь делать замечание другому, вначале выражают хотя бы формальную любезность, причем нередко в гипертрофированной, акцентуированной форме? По-видимому для того, чтобы не получить отпора, а также для того, чтобы последующий приказ или просьба были выполнены.

Здесь возникает и такая задача: в каких случаях такая инграция более продуктивна, когда применяется перед фрустрирующей критикой и дискредитацией, или после них? Этот вопрос подлежит психолингвистическому исследованию.

Можно предположить, что в ситуациях описанного типа инграция выполняет две функции: а) смягчает силу критики и упрека; б) предотвращает ответную агрессию.

В принятых у разных народов формах обращения друг с другом эти две тенденции – агрессия и любезность – интересным образом сочетаются. Общая схема такова: «Милостивый государь, вы – подлец». Причем эта сложная форма обращения принята не только у высших страт общества: она широко распространена и в среде простого народа.

Вполне понятно, что те формы обращения друг с другом, в которых, казалось бы, парадоксальным образом сочетаются любезность и агрессия, широко распространены во всех этнических обществах и в их культурах. Поэтому было бы интересно проводить сравнительные этнопсихологические исследования данного явления и его вариантов.

Б. Инграция, рационализация и адаптация. – Начнем обсуждение связи инграции с рационализацией со следующего примера: один король пишет стихи и просит известного поэта своей страны читать свои стихи и дать им оценку. Поэт читает и приходит к выводу,

---

<sup>369</sup> См.: Налчаджян А. А. *Господство и подчинение*.

что написанные королем стихи очень плохи. Как поступить, каким образом сообщить об этом королю? И он находит выход.

– Ваше Величество хотел написать плохие стихи, и это ему вполне удалось.

Это превосходный, с психологической точки зрения – комплексный ответ, который содержит как инграциацию, так и рационализацию. Тем самым адаптация поэта к условиям своей жизни на время обеспечена.

В ответе поэта выражены: а) страх прямо сказать королю правду; б) инграциация: приписывание королю сознательного, волевого намерения написать именно плохие стихи, что латентно подразумевает, что при желании король мог бы написать хорошие стихи. Правда, поэт вряд ли верит этому; в) приписывание королю удачи, успеха, ведь король не может потерпеть неудачу. Это все означает, что инграциацию, а с ее помощью – адаптацию, можно обеспечить даже путем высказывания опасному человеку неприглядной истины.

Ответ поэта можно считать также мудрым, поскольку в нем сочетаются ум, мораль и осторожность.

## Глава 46. Изоляция

Одним из важнейших механизмов внутренней психической защиты является изоляция друг от друга различных психических содержаний. Ниже мы рассматриваем основные особенности этого механизма.

### § 1. Общая характеристика изоляции

В психоаналитических публикациях, в том числе в работах Анны Фрейд, изоляция описывается следующим образом: человек вспоминает и воспроизводит в своем сознании какие-то травмирующие впечатления и мысли, однако эмоциональные компоненты этих психических содержаний разделяет, изолирует от познавательных (когнитивных) содержаний и подавляет. В результате подобной внутренней работы эмоциональные компоненты переживаний больше не осознаются более или менее отчетливо, они фактически уже и не переживаются. Идея (мысль, впечатление, знание) теперь уже осознается так, как будто она относительно нейтральна и не представляет опасности для личности. Примером такого изолированного от своих эмоциональных компонентов воспоминания может служить следующее высказывание одной из пациенток психоаналитика: «Мне кажется, Вы хотите сказать, что я ненавижу своего отца». Вследствие такой изоляции события отчуждаются от личности. Одним из последствий такой изоляции является то, что человек начинает использовать *интеллектуализации*. Так человек может отчуждаться и от других людей, в результате чего могут наступить деперсонализация и дереализация, а также расщепление «Я» – явление, которое заслуживает особого рассмотрения. Изоляция не допускает вхождения в сферу сознания содержаний конфликтов, знаний о собственных недостатках и т. п., в результате чего развитие личности задерживается. Неосознаваемое плохо контролируется или вовсе не контролируется со стороны самосознания.

Подобная эмоциональная нейтральность очень часто встречается также у практически нормальных в психологическом отношении людей. Например, женщина средних лет рассказывает, что еще молоденькой женщиной была соблазнена взрослым мужчиной, но рассказывает об этом с таким безразличным тоном, как будто это случилось не с ней, а с другой женщиной. Она вспоминает некоторые моменты, связанные с этим событием, но то, что случилось до и после этого, она не вспоминает. Это чрезвычайно интересный эмпирический факт и требует особого обсуждения. Здесь же отметим, что, как показывает данный пример, механизм изоляции имеет различные конкретные формы. Изолироваться друг от друга могут не только эмоциональные и когнитивные составляющие одного переживания или впечатления: такая форма защиты сочетается с изоляцией воспоминания данного конкретного события от цепи других событий, их ассоциативные связи разрушаются, что, по-видимому, мотивировано желанием максимально затруднить воспроизведение травмирующих впечатлений.

Изоляцию можно определить и несколько по-иному, с привлечением понятия «психическая энергия». При таком подходе изоляция – это отказ знать и зарядить психической энергией (катектировать) какой-либо объект в связи с потребностью  $P_1$ , если он уже познан и катектирован в связи с конфликтной потребностью  $P_2$ . Это позволяет избежать открытого конфликта между потребностями  $P_1$  и  $P_2$ . При такой изоляции восприятие объекта искажается и в результате он представляется нерелевантным для  $P_1$ .

Таково психологическое понимание внутреннего механизма изоляции психических содержаний индивида. Как защитный механизм изоляция, при работе которой разрываются ассоциативные связи с другими впечатлениями, означает, что после неприятного события человек на некоторое время отказывается воспринимать что-то другое. Он не желает, чтобы случилось еще что-то. Событие изолируется, его ассоциативные связи прерваны (во всяком



случае, к этому сознательно стремится индивид). В норме эта реакция заключается в том, что человек концентрирует свое внимание на наиболее важном и не допускает, чтобы что-то постороннее и незначительное, неподходящее и противоположное, проникло в эту ограниченную зону ясного осознания.

## § 2. Ролевые конфликты и изоляция

Мы считаем, что не менее плодотворно для понимания адаптивного поведения людей изучение работы механизма изоляции в повседневной их социальной активности. В частности, действие механизма изоляции наблюдается при попытках разрешения ролевых конфликтов, но в первую очередь – межролевых<sup>370</sup>. Такой конфликт возникает в том случае, когда в одной и той же социальной ситуации человек вынужден играть две несовместимые роли. Вследствие такой необходимости ситуация становится для него проблемной, а в некоторых случаях даже фрустрирующей. Для разрешения этого конфликта на психологическом уровне (т. е. без устранения объективного исполнения этих ролей на одной сцене и при сохранении конфликта ролей) люди часто (спонтанно) прибегают к помощи механизма изоляции. В стратегии разрешения межролевых конфликтов важное место занимает механизм взаимной изоляции ролей и процессов их исполнения.

Очень часто мы встречаемся со следующим явлением: индивид А обращается с просьбой к В, на что В отвечает примерно так: «Как сосед я бы охотно помогал Вам, но как должностное лицо я этого не могу сделать». Индивид В изолирует две свои роли друг от друга, чтобы мог одну из них (наиболее важную для себя) исполнять последовательно и без конфликтов.

Таким образом, исследование ролевых конфликтов всех видов и путей их разрешения показывает, что механизм изоляции играет определенную роль в социально-психологических процессах. И в этом смысле данный, казалось бы, сугубо внутриспсихический механизм получает выражение в социальном поведении людей. Данное направление исследований мы считаем перспективным.

## § 3. Изоляция, оценка и две психо-логики

А. Изоляция как отказ давать оценки. – Мы видели, что изоляция – это процесс, с помощью которого человек отделяет свои восприятия, мысли и действия от тех эмоций, которые в связи с ними возникают или могли бы возникнуть. Если в связи с этими содержаниями психики у человека возникают эмоции, то это значит, что он дает им определенные *оценки*. Поэтому, чтобы не переживать неприятных чувств, т. е. не фрустрироваться, человек отказывается давать оценку своим действиям.

Речь может идти, например, о моральной оценке собственных действий. Допустим, человек совершил преступление. Если бы он стал думать о нем свободно, т. е. не прибегая к защитным механизмам, то он мог бы пережить чувство вины и осудил бы себя. Для того, чтобы избежать этого, он может отрывать и изолировать эти действия от всех своих отношений и от своей личной морали. Он знает и признается, что совершил преступление, но отказывается дать этой поступке моральную оценку. Вокруг угрожающей мысли и представления образуется как бы капсул, и он отрывается от центра личности – от ее самосознания<sup>371</sup>.

Это явление, безусловно, имеет более широкое распространение. Например, во всех тех случаях, когда у людей имеется двойная мораль, когда человек гневно осуждает других, но совершенно спокойно относится к таким же собственным действиям: здесь уже мы не видим

---

<sup>370</sup> См.: Brown R. *Social Psychology*. New York, 1966, Ch. 4.

<sup>371</sup> См. также: Jourard S.M. *Personal Adjustment*, pp. 213–214.

ни морального гнева, ни осуждения. Ему можно, или подобные его действия были случайными, обусловлены внешними, не зависящими от него факторами, над которыми у него нет контроля.

Б. Изоляция и две несовместимые психо-логики – В определенных условиях психика человека может содержать две несовместимые, даже диаметрально противоположные, логические системы, без осознания их несовместимости. Это разновидность изоляции – того механизма, с помощью которого одна часть психических содержаний изолируется от другой части, в результате чего конфликт между ними как будто разрешается. Эти подсистемы психических содержаний живут каждая как бы сама по себе, между ними взаимодействия исключаются. Психологи Креч, Крачфилд и Ливсон приводят следующий пример: один гражданин пишет письмо психологу по поводу того, что тот описал свои эксперименты с кошками, которые подвергались электрическим ударам. Эксперимент был организован с целью выработки методики для оказания помощи алкоголикам. Этот гражданин осуждал жестокость по отношению к животным, считал себя противником жестокости, но одновременно требовал жестокого отношения к алкоголикам – вплоть до мысли, что целесообразно их ликвидировать. Он не осознавал противоречивость своих суждений. Этому помогла внутриспсихическая изоляция<sup>372</sup>.

#### **§ 4. Вербальная переформулировка – аспект изоляции (психолингвистический аспект процесса изоляции)**

А. Соответствие слов чувствам. – Изоляция – очень тонкий защитный механизм, тесно связанный с рационализацией и интеллектуализацией. Этот механизм могут использовать хорошо образованные люди, которые обладают обширным словарным запасом. Причем названные интеллектуальные защитные механизмы так глубоко проникают в процесс изоляции, что некоторые психологи сводят его к интеллектуализации. Но это не так.

Совершая вербальную перефразировку, человек таким путем выбирает слова, чтобы описать свои мотивы, восприятия, поведение и чувства, чтобы они соответствовали тем чувствам, которые вызывают у «Я»<sup>373</sup>. Одни и те же психические содержания (мысли, чувства и т. п.), выраженные одними словами, могут вызвать тревогу и чувство угрозы, тогда как, выражая их другими словами, можно избежать подобных последствий.

Использование *эвфемизмов* является убедительной иллюстрацией работы данного механизма. Эвфемизм – это более мягкая форма выражения того, что могло бы вызвать чувство угрозы. Люди стремятся не использовать грубых слов особенно тогда, когда речь идет о биологических функциях человеческого организма. Начиная с ранних лет за использование натуралистических слов детей во многих этнических обществах наказывают, взамен обучая эвфемизмам. Социально-психологическое и моральное развитие многих людей достигает такого уровня, что даже во внутренней речи, используя такие слова, они переживают угрызения совести. Среди научных терминов также заметное место занимают эвфемизмы.

Механизм изоляции, которому некоторые психологи не очень точно дают название «механизм вербальной переформулировки», был открыт в ходе терапевтических сеансов с такими больными, которые, рассказывая о своих проблемах, тщательно выбирают слова в соответствии с теми чувствами, которые они вызывают. Например, пациенту неприятно сказать, что он ненавидит своего отца, но допустимо выражение: «Да, я чувствую некоторую антипатию к отцу».

Б. Притязания и слова. – Когда люди мотивированы на власть и достижения, т. е. стремятся повысить свой социальный статус, это обстоятельство оказывает заметное влияние на их речь. Они приводят свою речь в соответствие со своими притязаниями. Если это рабочий,

---

<sup>372</sup> См.: Kretch, Crutchfield, Livson. *Elements of Psychology*. New York; 2nd ed., New York, 1969, p. 766.

<sup>373</sup> См.: Jourard S., *op. cit.*, p. 204.

который ждет продвижения по службе, то он уже не будет так грубо выражать свои представления о биологических процессах организма и о сексуальной жизни, как он это делает обычно. О своих любовных делах он теперь расскажет уже в более тонких выражениях.

С. Журар в своей книге приводит пример одной женщины (по всему видно – проститутки), перед которой открылась возможность повышения своего социального статуса. Рассказывая о своих сексуальных отношениях с некоторыми мужчинами, она спокойно рассказывала об этом, уже используя не грубые народные слова, а более «тонкое» слово «сношение» (Intercourse).

Как показал еще К. Г. Юнг, есть слова, которые связаны с эмоциональными комплексами. Вполне понятно, что если человек чувствует в себе эту связь, он будет избегать использования таких слов и станет выбирать другие. В подобных случаях словесная переформулировка носит защитный характер. (Следовательно, надо думать, что эмоциональные комплексы в сфере психики личности живут в изоляции).

У многих имеется тенденция даже страшные события описать в умеренных тонах, как менее угрожающие, чем они есть на самом деле. (На английском языке это явление называют understatement). Наличие данного механизма зависит от той этнической культуры и от той социальной среды, в рамках которых имела место социализация индивида. Малокультурные люди, наоборот, обычно, описывая свои переживания, допускают преувеличение, акцентуации.

Примером описания события и явления в более умеренных тонах может служить следующий: несколько лет назад один мой знакомый психолог с группой туристов-учителей побывал в России, большей частью в Москве. В те дни в Москве были сильные морозы, которые доходили до 30 градусов. Но этот психолог после возвращения в США послал мне почтовую карточку, в которой были следующие слова: «В Москве мы интересно провели время, но было немного холодно» (буквально – «воздух был немного прохладным»). – Но возникает вопрос: от чего в таких случаях защищается человек? Если бы он написал, что в те дни в Москве были «страшные морозы», то этими словами он показал бы свою доблесть («вот, мол, какие трудности я вынес»). Но, написав вышеприведенные слова, он хотел показать, что сильный мороз для него пустяк. По-видимому, речь идет опять о защите своей положительной Я-концепции.

## **§ 5. Изоляция чувства удивления и его интеллектуализация (расширение представлений об изоляции)**

Рассматривая роль механизма внутренней изоляции психических содержаний друг от друга, обычно говорят о фрустрирующих впечатлениях и о том, что для преодоления фрустрации человек разделяет когнитивное содержание от неприятных эмоций и т. п. И это верно.

Но мы считаем, что изоляция имеет более широкое значение и распространяется на целый класс других случаев. Например, является ли удивление выражением фрустрации? Мы полагаем, что не всегда. Человек может быть удивлен чем-то и одновременно радоваться, он может быть «приятно поражен» каким-либо событием и т. п.

Дети то и дело удивляются всему новому. Но, взрослея, они учатся тому, что во многих ситуациях лучше скрывать свое удивление, поскольку это вызывает ироническую улыбку и насмешки людей, т. е. фрустрацию, направленную в самую сердцевину личности. Тот, кто часто удивляется и не скрывает это, может приобретать известность как наивный человек, который мало что видел в своей жизни и т. п.

Поэтому люди учатся следующему: 1) в своей психике разделяют удивление и то, что вызвало эту эмоцию; 2) подавляют и вытесняют удивление, освобождая от него сферу своего сознания; 3) подавляют экспрессивные компоненты удивления; 4) рационализируют и интеллектуализируют свое удивление и выражают его словесно («Я удивлен», «Это меня удивляет»,

«Я бы удивился этому» и т. п.), но чаще всего – во внутренней речи. При этом обычно у опытного человека не бывает внешних признаков переживания эмоционального состояния удивления. Удивление интеллектуализируется. Причем нередко бывает так, что когда человек заявляет, что чем-то удивлен, на самом деле его надо понимать в противоположном смысле.

Следует ли считать все эти психические процессы защитными? Безусловно! Это вполне нормальные защитные процессы, которые нередко имеют характер предварительной самозащиты и, кроме того, приводят к осязаемым последствиям как в психическом строе личности, так и в ее поведении. Одним из последствий является то, что человек, постепенно подавляя чувство удивления, может лишиться самой способности переживать удивление, а это уже вредно для психической деятельности, особенно творческой. Способность к удивлению – один из аспектов одаренности человека.

Рассматриваемый здесь защитный механизм имеет свои крайние формы выражения. Например, человек нередко не только подавляет свое удивление, но и выражает искусственное безразличие к тому, о чем говорят или что ему показывают. Он надевает социальную маску безразличного человека. Это специфический социальный Я-образ, социальная маска многоопытного, «бывалого» человека. У детей и молодых людей такое притворство оставляет комическое впечатление, поскольку противоречит их реальному опыту и структуре Я-концепции.

## § 6. Замена эмоций как способ изоляции (новая концепция)

Говоря о механизме изоляции, обычно отмечают следующее: эмоциональный аспект переживаний разделяется от познавательного аспекта, вследствие чего человек рассказывает о неприятных событиях своей жизни так, как будто они его не волнуют. Мы видели, что при этом используются эвфемизмы, рационализации и интеллектуализации. Но мы думаем, что это не всегда так.

Можно предложить следующую *гипотезу*: когда человек вспоминает о неприятных событиях прошлого, которые сопровождались страхом, стыдом, чувством унижения и враждебности, то он через некоторое время может, вспоминая их, сопровождать их противоположными эмоциями: весельем, шутками, подчеркиванием их комических аспектов, каких обычно можно найти во многих даже неприятных событиях. При использовании такой психологической тактики неприятные эмоции подавляются и вытесняются с большей легкостью. Причем (это уже третье утверждение нашей гипотезы) прежние эмоции либо уничтожаются, либо составляют с новыми эмоциями амбивалентные пары. В каком-то смысле бывшая трагедия превращается в актуальную трагикомедию, что, по нашему мнению, является более мощным средством психологической самозащиты, чем простое разделение и вытеснение отрицательной эмоции.

Во всех таких случаях, и вообще при исследовании механизма изоляции, следует иметь в виду, что *интроспекция* разрушает эмоции.

## § 7. Искажение чувства как способ самозащиты

Мы уже показали три способа изоляции: 1) разделение чувства от содержания впечатления и его вытеснение в подсознательную сферу психики; 2) замещение одного чувства другим; 3) игра в безразличие, что, кстати, может быть противоположной реакцией на ту подлинную эмоцию, которая была пережита при первоначальной фрустрации.

Но мы полагаем, что имеется еще одна возможность: это *сохранение чувства, но в искаженном виде*. В психологической литературе это слово (искажение) в связи с изоляцией встречается, но его конкретный смысл никак не объясняется. Перечисленные выше случаи вряд ли можно считать искажениями. Мы полагаем, что при искажении чувство (например, страх, презрение, ненависть и др.) сохраняется, но в него вносятся изменения. Рассмотрим, например,

страх. Каким искажениям он может подвергаться, чтобы все еще оставаться страхом? – вот в чем вопрос. Или, допустим, нас интересует ненависть: меняется ли она со временем, с тем, чтобы человек, вспоминая свою фрустрацию, меньше страдал?

Одна форма искажения чувства (эмоции) очевидна: она может смягчиться, стать более умеренным.

Можно предложить также следующую идею: эмоция со временем может: а) изменить свой облик путем перенесения на другой объект; б) может сублимироваться; в) может обобщаться, простираясь на целый класс объектов, которые имеют общие характеристики с первичным фрустратором. Подобные изменения и смены объектов чувств не могут не отразиться на самом чувстве, его структуре и динамике. Например, одно дело – ненавидеть одного человека, и в значительной мере другое – иметь обобщенную ненависть к группе или ко всем подобным объектам. Мы видим, что здесь намечается интересное направление новых исследований защитного механизма изоляции и тех психических механизмов, которые с ней взаимодействуют.

## § 8. Цинизм как средство изоляции и психической самозащиты

А. О природе цинизма. – Что такое цинизм? Приведем ряд известных характеристик этого явления с тем, чтобы затем показать, каким образом оно связано с защитной изоляцией. Вопрос истории цинизма в Древней Греции здесь обсуждать не будем.

Цинизм – это нигилистическое отношение к морали, человеческой жизни и другим ценностям, которые считаются важными для общества. Цинизм выражается в виде издевательского глумления, например, над чувствами и идеями других.

Циниками являются те, кто идет к своей цели любыми средствами. Лозунг (т. е. ядерная психо-логика) таких людей известна: «Цель оправдывает средства».

Цинизм индивида и социальной группы нередко исходит из превосходства в силе. Но циниками могут стать также и те, кому нечего терять. Поэтому циниками нередко становятся бедняки, эксплуатируемые люди. Духовная опустошенность – одна из основ цинизма. Наконец, цинизм как совокупность черт, тенденции и форм поведения, может стать характерологическим комплексом человека.

Б. Цинизм и защитный механизм изоляции. – Цинизм, если подходить к нему с позиций теории фрустрации и психологической защиты, можно считать для человека средством освобождения своих мыслей от груза эмоций. Но в таком случае это скорее цинизм по отношению к тем своим чувствам, которые связаны с фрустрациями прошлого, само-цинизм.

Например, я переживаю гнев при фрустрации  $\Phi_1$ , но теперь я смеюсь над собой по поводу того, что подобное событие могло вызвать у меня такое сильное чувство. Теперь я убежден, что  $\Phi_1$  – это не то событие, которое должно было вызвать во мне подобную сильную эмоцию. Теперь я издеваюсь над прошлым своим чувством. Но какое это оказывает влияние на данное чувство? Изменяется ли оно, подавляется ли, или, может быть, заменяется новым чувством?

Если я в прошлом допустил какую-либо ошибку и пережил неприятные чувства, то теперь я могу считать, что ошибка или правильное решение (истина или ложь и другие ценности) весьма относительны, они по-разному понимаются в различных этнических культурах и социальных слоях и т. п. Подобный циничный принцип относительности действительно может играть психозащитную роль, и есть немало людей, которые развиваются именно в этом направлении. Такая точка зрения освобождает нас от переживания этического чувства вины и стыда, т. е. от фрустрации.

Если в прошлом человек совершил аморальные или преступные поступки, при этом переживая чувства вины и стыда, то теперь он может подвергнуть их циничному пересмотру

и разрушению. Но к каким последствиям для личности приводит подобная “цинизация” – это еще надо исследовать.

## **§ 9. Интеллектуализация и рационализация – средства изоляции (этнопсихолингвистические аспекты изоляции)**

А. Интеллектуализация и рационализация. – Интеллектуализация и рационализация, как мы уже знаем, являются средствами изолирования эмоциональных от когнитивных блоков переживаний людей, различных частей опыта. Мы подчеркиваем данное обстоятельство, поскольку в литературе встречается весьма спорное утверждение о том, что рационализация и интеллектуализация являются видами (или разновидностями) механизма изоляции. С этим нельзя согласиться.

Однако возникает вопрос, на каком этапе процесса изолирования начинают действовать эти два механизма когнитивной самозащиты? Для оправдания ли изоляции, которая уже имела место с помощью механизмов вытеснения и подавления, или же с самого начала и вместе с ними? Мы склонны думать, что интеллектуализация и рационализация включаются в комплексный защитный процесс с некоторым опозданием, для подкрепления результатов вытеснения и подавления. Почему? По той причине, что в объяснении и оправдании нуждается то, что уже совершено и в значительно меньшей степени то, что предстоит сделать. Поскольку вытеснение действует в основном подсознательно, то ясно, что человек вряд ли возьмется сознательно оправдывать то, о чем сознательно не знает.

Когда подлинные и пережитые эмоции и чувства, связанные с неприятным событием (различными лишениями, фрустрациями) уже вытеснены в подсознательную сферу психики, индивид сознательно сочиняет подкрепляющие такой результат суждения: «Что поделаешь, такова жизнь», «Жизнь так устроена» и т. п. Следует отметить важное обстоятельство: перед нами *фаталистические суждения*, целью которых является оправдание происходящего, *атрибуция ответственности* на внешние силы и поддержка результатов изоляции и вытеснения – хранение вытесненных эмоций в подсознательном состоянии. Правда, возникает вопрос: сохраняются ли они там в первоначальной форме или подвергаются изменениям? Мы думаем, что более вероятно второе предположение.

«Что будет, пусть будет», – иногда говорят в подобных случаях. Это уже свидетельство готовности и в будущем оказаться в сходных неприятных ситуациях, и обещание, даваемое самому себе не волноваться, как прежде.

Б. Этнолингвистический аспект. – На основе вышесказанного мы выдвигаем следующую гипотезу: *в каждом национальном языке имеется набор таких интеллектуализаций и рационализаций (а также психо-логических структур, на основе которых можно создать новые суждения этого рода), которые предназначены для содействия работе внутриспсихической изоляции.* Эти лингвистические средства усваиваются индивидами в процессе социализации и, активизируясь в соответствующих ситуациях, принимают участие в защитных процессах.

Учась своему родному языку, каждый индивид, в числе прочего, учится также вербальным средствам психологической защиты, хотя человек и сам, имея соответствующие психологические структуры, может создать подобные суждения. В последних обесценивается та цель, которая не была достигнута; обесценивается и дискредитируется фрустратор; обесцениваются и вытесняются те эмоции, которые мы переживаем в таких случаях.

Выражения типа «Ничего!», «Не имеет значения», «Не придавайте этому значения» и т. п. созданы не для познания объективной реальности, они изобретены для обеспечения психологической самозащиты. Мы учим этому языку *когнитивной психологической самозащиты* своих детей с самых первых лет жизни. Но слишком упорное и последовательное обу-

чение этого рода может стать препятствием на пути объективного познания мира, а тем более – самопознания.

Этнопсихолингвистика – это наука, потребность в которой велика. Она является разделом этнопсихологии. Одной из задач этнопсихолингвистики мы считаем выделение из языка и изучение тех выражений и изречений, которые созданы народом для специфических целей психологической защиты. Они выражают также определенные аспекты характера этноса, поскольку, согласно одной из концепций, предложенной автором настоящих строк в области этнической характерологии, *систематическое использование определенных защитных механизмов является одним из путей формирования соответствующих блоков этнического характера*. Аналогичное утверждение верно также относительно индивидов<sup>374</sup>.

## § 10. Диссоциация установок – разновидность изоляции

А. Диссоциация установок. – В психике каждой личности в течение жизни образуется много установок – сложных структур, состоящих из познавательного, эмоционального и поведенческого блоков. В связи с работой механизма изоляции особый интерес представляют те случаи, когда у личности относительно одного и того же объекта формируются две несовместимые установки. Например, человек в одной ситуации может быть демократом (а это не что иное, как специальная установка к определенной системе ценностей), а в другой – авторитарной личностью. Для того, чтобы его психическая деятельность не дезорганизовалась, эти несовместимые установки реализуются в различных социальных ситуациях, при исполнении различных социальных ролей. Именно поэтому мужчина в своей семье может быть демократом, а на месте службы – жестким авторитарным руководителем. Эти две ценностно-психологические системы (ценностные ориентации) у него функционируют отдельно, изолированно. Это и есть явление диссоциации установок.

Другим очень распространенным случаем диссоциации является наличие у личности двух систем морали: одна – для оценки поведения других людей, а вторая – для оценки собственной личности и ее поступков. Одним из следствий наличия у личности двух несовместимых систем моральной философии является то, что за совершение одного и того же поступка человек строго критикует другого, а себя – нет. Более того, для своего поступка он ищет внешних причин, которые будто бы заставили его поступить именно таким образом, а другого обвиняет в том, что сам виноват, утверждая будто внешние обстоятельства не играли существенной роли. Здесь мы видим действие основной ошибки (заблуждения) атрибуции. Специальный интерес представляют те случаи, когда человек не осознает наличие у себя таких несовместимых систем до тех пор, пока кто-либо не обращает его внимание на такую непоследовательность. Но те люди, в психике которых механизм изоляции действует активно, отклоняют такие указания и намеки, подключая также перцептивную защиту, и продолжают свою прежнюю активность.

Б. Временное расщепление «Я». – Те психологи, которые исследовали проституток, преступников и других лиц с отклоняющимся от основных социальных норм поведением, заметили любопытное явление: такие индивиды отчуждаются от одной из своих установок и соответствующей роли, воспринимая их как не принадлежащие им. Приводимый ниже пример покажет, о чем идет речь.

Психиатр Дж. Коулман приводит следующее самонаблюдение одной проститутки: «Я отдаюсь половому акту, так как в очень малой степени участвую в нем. Это просто нечто такое, что происходит со мной, в то время как моя мысль обращается на такие вещи, которые к этому

---

<sup>374</sup> См.: Налчаджян А. А. *Этническая характерология*. Ереван: «Огебан», 2001; его же: *Когнитивная этнопсихология; его же: Этническая характерология, т. 2 – последние две книги – в рукописном состоянии*.

не имеют никакого отношения. То, что происходит, ко мне не относится. Это происходит с кем-то другим, с женщиной, которая лежит на постели и имеет лишь неопределенную связь со мной. В это же самое время я мысленно считаю, смогу ли платить за новое пальто...»<sup>375</sup>. – Это, конечно, хороший пример того, к каким последствиям может привести работа механизма изоляции. Правда, в признаниях этой женщины заметно некоторое преувеличение расщепления своего «Я» от совершаемых действий.

Данный пример, и другие подобные случаи, требуют более тщательного психологического анализа. Дж. Коулман не заметил, что в ходе осуществления подобной психологической самозащиты у проститутки происходит расщепление «Я», в результате которого разделяются, по крайней мере, следующие психические образования: 1) телесное «Я», которое лежит на постели и играет определенную сексуальную роль с партнером; 2) наблюдающее «Я», которое замечает свое внешнее поведение, но одновременно мысленно производит другие психические операции (расчеты и т. п.). Мы видим, что, действующее как социальный актер «Я» отделилось от наблюдающего «Я», и они в значительной степени (но не полностью) отчуждены друг от друга. Нет сомнения, что подобное расщепление и отчуждение у некоторых лиц действительно имеют место и могут завершиться шизофренией.

В данном же случае, оставаясь в рамках нормальной психологической самозащиты, мы должны иметь в виду, что изоляция и ее разновидности, а также связанные с ними диссоциация, рационализация и интеллектуализация, имеют одну общую основу, а именно: расщепление «Я» и его Я-концепции, в частности – выделение наблюдающего «Я», его отщепление и отчуждение от других структур личности. Мы полагаем, что только на такой основе упомянутые механизмы могут выполнять свои функции.

Именно в этом смысле между профессиональной проституткой и начинающей заниматься этим ремеслом женщиной имеются существенные психологические различия. Профессиональная проститутка, имея устойчивую деперсонализацию (расщепление «Я» и самоотчуждение), больше не оказывает сопротивления повторению однообразных действий и не переживает моральных конфликтов. Вне этой роли она может заниматься другими делами, даже может иметь семью, и уже без угрызений совести. (А если совесть ее мучает, то в психологическом плане она еще не стала полным профессионалом).

В этом аспекте целый ряд специальностей имеют достаточно глубокие психологические сходства, которые при поверхностном наблюдении невозможно заметить. Мы имеем в виду профессиональные роли актеров, политиков и др. Если бы они сумели осуществлять такое же самонаблюдение, какое нам предоставила упомянутая выше проститутка, то стало бы ясно, что у них тоже имеют место сходные явления деперсонализации и самоотчуждения. Для сравнения можно вспомнить признание Ф. Шаляпина о том, каким образом он выполнял на сцене роль Ивана Сусанина, какие переживал чувства и каким образом управлял собственным поведением. В результате анализа подобных случаев автор настоящих строк пришел к выводу, что перед нами случаи «нормальной деперсонализации»<sup>376</sup>. Но, как мы уже сказали, систематическое повторение подобных расщеплений может завершиться шизофренией.

В крайних случаях могут расщепляться и взаимно изолироваться целые большие блоки личности, в результате чего возникает состояние множественной личности<sup>377</sup>. Психиатры наблюдали подобное явление в случаях тяжелых психических заболеваний. Однако они должны иметь в виду, что в более умеренных случаях также имеет место расщепление «Я» и, кроме того, изоляция приводит к расщеплению «Я», но последнее, в свою очередь, является

---

<sup>375</sup> Coleman J.C., *op. cit.*, p. 106.

<sup>376</sup> См. Налчаджян А. А. *Личность, психическая адаптация и творчество*. Ереван: «Луйс», 1980, гл. 1.

<sup>377</sup> См.: Coleman J.C., *op. cit.*, p. 101–108.



необходимым условием успешной работы механизма изоляции. (Более подробно эти вопросы обсуждаются в нашей книге «Психика, сознание, самосознание»).

## § 11. Изоляция, расщепление «Я» и множественная личность

К настоящему времени описано уже более 200 случаев расщепления личности и образования так называемой *множественной личности*. Существует точка зрения, согласно которой второе и последующие «Я» индивида воплощают то, что неприемлемо для первого (основного) «Я»<sup>378</sup>.

Предпосылкой расщепления «Я» является противоречивость исполняемых социальных ролей. Мы уже видели в настоящей главе, что конфликты ролей чаще всего преодолеваются не отказом от одной из них, а путем их разделения и приписывания различным подсферам психики человека. Когда индивид, у которого активно работает механизм изоляции, совершает такие действия, мотивы которых ему самому неясны, вместо того, чтобы обнаружить эти мотивы, приписывает подобное поведение другому «Я», которое обитает в его теле. Так формируются дополнительные «Я» и их роли, причем играя одну из них, индивид забывает о другой роли. Обычно каждое новое «Я» ничего не знает о других «Я» индивида, но бывают исключения из этого правила.

В качестве предпосылки развития множественной личности И. Сарноф указывает на противоречивость мотивов личности. В целом, наличие внутренних конфликтов и активная работа механизма изоляции совместно с другими – вытеснением, интеллектуализацией и рационализацией – приводит к расщеплению личности.

Считается<sup>379</sup>, что людей с расщепленным «Я» много среди бизнесменов и политиков. Некоторые из них разделяют свою жизнь на секторы: на такой, где следует заработать деньги, и на тот, в котором следует придерживаться принципов морали. Такие люди ходят в церковь и, получая отпущение грехов, продолжают свою грабительскую деятельность. Двойственность таких лиц выражается также в том, что, совершая преступления, они одновременно занимаются благотворительством.

Более подробно явление расщепления личности мы исследуем в другой монографии<sup>380</sup>.

---

<sup>378</sup> См.: Thigpen C.H., Thigpen H., Cleckly H.M. *The three faces of the Eve*. New York, 1957.

<sup>379</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, p. 233.

<sup>380</sup> См.: Налчаджян А. А. *Психика, сознание, самосознание*. Ереван, 2011.

## Глава 47. Формирование обратной реакции

### § 1. Общая характеристика и функции механизма обратной реакции

А. Необходимость компромиссов. – Во многих случаях психологическая защита личности принимает характер компромиссов, заключаемых внутри психики, между различными ее компонентами. Потребность в компромиссе возникает в тех случаях, когда фрустратор имеет внутренний характер и последствия его воздействия (т. е. состояние фрустрированности) невозможно устранить с помощью ухода или немедленного агрессивного ответа. Смягчить фрустрацию удастся только с помощью определенного компромисса. Это означает, что человек, имея внутренние конфликты, часто подчиняется требованиям фрустратора (одной стороне конфликта, например одного желания или одной установки), но, одновременно, не отказывается полностью от того мотива или целей, которые фрустрируются.

Это означает снижение уровня таких притязаний и принятие символических или заменяющих целей. Например, выпускник средней школы, который не поступил в медицинский институт, создает себе представление, что его удел – поступление в медицинское училище и получение среднего образования, а в дальнейшем – профессию фельдшера (медсестры), техника и т. п.

Процессы, в результате которых возникают такие компромиссы, происходят на подсознательном уровне и недоступны для внутреннего наблюдения. Раскрытие этих подсознательных механизмов – самая трудная задача психологии. В настоящей главе мы выскажем об этом ряд идей. Но здесь следует отметить, что психологические последствия процессов формирования компромиссов, поскольку они часто выражаются в виде социальных поступков, вполне доступны для объективного наблюдения. Например, то, что после провала на вступительных экзаменах в вуз молодой человек пытается поступить в техникум, невозможно скрывать. Другой пример: политический деятель, который борется за высокий пост и не смог получить его, довольствуется более низкой должностью в административной системе нового руководителя.

Психологические компромиссы многообразны. Многие из них полезны как для индивидов, так и для общества. Но, как мы увидим, встречаются также случаи патологического компромисса.

Б. Общая характеристика и основные функции механизма формирования обратной реакции. – Трудно дать краткое определение таким сложным явлениям, как механизм формирования обратной реакции и другие психозащитные механизмы. Поэтому, скорее всего, речь должна идти о краткой характеристике явления, в которой отражаются самые существенные его признаки. Дальнейшее же исследование характеризуемого явления должно привести к раскрытию содержания этой характеристики. (Следует отметить ряд этапов такого исследования: эмпирическое наблюдение явления – образование понятия – характеристика явления (первая попытка раскрытия содержания этого понятия) – дальнейшее исследование различных аспектов явления и его характеристик).

Механизм образования обратной реакции можно охарактеризовать следующим образом: 1) в психике человека возникают две противоречивые образования – желания, установки, цели и т. п., вследствие чего он переживает внутренний конфликт; например, такой конфликт личности возникает между социальными и моральными нормами личности и такими ее желаниями, которые противоречат этим нормам; 2) нередко даже мысль о том, что имеешь подобного рода желания, вызывает чувство вины и тревоги; 3) у личности, в ходе переживания и попыток преодоления чувств вины и тревоги возникают такие новые мотивы (установки и т. п.) и такие

особенности поведения, которые противоречат его подсознательным или полуосознаваемым аморальным или антисоциальным мотивам. Именно по таким результатам и мы приходим к выводу о том, что в психике личности имели место особые процессы защиты, что там провела свою работу особый защитный механизм.

Отмеченные процессы многообразны и сложны, поэтому их можно охарактеризовать и по-иному. Например, можно сказать, что нередко в психике человека возникают амбивалентности, динамика которых приводит к типичному результату, а именно: один из конфликтующих чувств или установок (мотивов и т. п.) чрезмерно усиливается, а другое исчезает из сфер сознания и поведения. Только преувеличенный характер и компульсивность этого усиленного чувства (установки, мотива и т. п.) показывает, что в психике личности оно не одиноко: его постоянная активность обусловлена тем, что ему противостоит подавленное (вытесненное) чувство, которое необходимо держать в сфере подсознательного. В таких случаях вытеснение и удержание нежелательного психического содержания вне сферы сознания осуществляется с помощью механизма формирования обратной реакции.

Подобная характеристика механизма обратной реакции и его работы в основном совпадает с его психоаналитическим пониманием. Автором настоящих строк добавлены лишь некоторые уточнения, приведена в систему та сумма процессов, которая участвует при формировании обратной реакции (установки, мотива, стремления, чувства и т. д.).

Согласно З. Фрейду, инстинкты человека могут подвергаться следующим видам превращений: 1) превращение в свою противоположность; 2) обращение на собственную личность; 3) подавление; 4) сублимация.

Инстинкты подвергаются подобным превращениям (преобразованиям) в результате того, что их удовлетворение блокируется. При этом блокада и торможение инстинктов, согласно психоанализу, могут иметь место как на сознательном уровне, так и бессознательно. Человек может сознательно и намеренно преобразовать свои инстинкты, и в это время он их не тормозит, а, напротив, снимает их торможение.

Психологическая защита имеет место, согласно психоанализу, тогда, когда торможение и изменения инстинктов имеют место на бессознательном уровне. Фрейд считал такие защитные механизмы (подавление, обращение на собственную личность и формирование противоположной реакции) невротическими механизмами. Но сегодня мы можем с полной уверенностью утверждать, что названные защитные средства могут быть как нормальными механизмами психической жизни человека, так и патологическими механизмами, действующими в составе неврозов.

Подобные превращения инстинктов и названные формы психической защиты в первую очередь имеют внутреннюю направленность, но они могут также (вторично) ориентироваться на внешний мир.

Что дает человеку рассматриваемый защитный механизм? Другими словами, каковы его основные функции? Две основные его функции отмечены психоаналитиками: а) механизм формирования реакции позволяет использовать (израсходовать) ту психическую энергию, которая необходима для того, чтобы мотив остался вытесненным; б) он позволяет индивиду сохранить о себе взгляд как на человека, который идет навстречу таким мотивам, которые по возможности больше отличаются от тех, которыми он реально обладает.

В. Чрезмерность реактивных образований. – Обычно формирование реакции является чем-то большим, чем только механизмом контрбалансирования (counterbalancing), так как формирующиеся сознательные установки, как правило, чрезмерны, доходят до крайности и нетерпимы, нетолерантны (поскольку делают человека фанатичным). Подавляя свои подлинные враждебные чувства к людям, человек может стать придирчивым и раздражающе заботливым.

«Социальные крестоносцы» и фанатики, энергично выступающие против мелких пороков и неустойчивой общественной морали, часто борются против собственных бессознательных и подсознательных желаний. В определенных границах формирование реакции может быть полезным для предотвращения нежелательного поведения. Но в крайней форме оно, как и другие защитные механизмы, может привести к социально и индивидуально вредному поведению.

## § 2. Превращение в обратное, или же создание обратного?

А. Проблема. – Защитное средство, которое является предметом обсуждения в настоящей главе, традиционно называют «механизмом образования обратной реакции». Но мы можем без особого труда описать несколько вариантов работы этого механизма (и итогов этой работы):

1) Обратная реакция до сих пор совсем не существовала и образуется теперь впервые, как ответ на уже существующее неприемлемое влечение (установку и т. п.).

2) Когда работа механизма обратной реакции начинается уже с существующего конфликта между двумя мотивами (установками, желаниями), то один из них вытесняется, а другой усиливается (а не создается вновь, как в первом случае).

3) Наконец, возможны случаи, когда противоположные мотивы (установки и т. п.) возникают совместно, у них общий генезис, который осуществляется в соответствии с *законом сопряжения*. В подобных случаях действует негативный вариант закона. После того, как это амбивалентное образование возникло ( $N \leftrightarrow \check{N}$ ), может начаться процесс вытеснения одного из них, к которому на определенном этапе присоединяется процесс формирования обратной реакции. И в этом случае данный защитный механизм усиливает допустимую установку и оказывает помощь вытеснению, в результате чего нежелательная установка удерживается в подсознательном состоянии.

Б. От внутреннего конфликта к внешнему. – Когда человек совершает аморальный проступок или преступление, он может затем развить в себе – на уровне сознания – реактивное образование, которое, как требование, направлено, скорее, на других, чем на себя. Он может выступить с крайне жестких нравственных позиций или стать «законником». Это имеет место особенно в тех случаях, когда полученное им наказание было недостаточно строгим и поэтому оставило возможность для внутреннего морального изменения личности. (Внешнее оправдание действия не было исчерпывающим и убедительным).

В течение длительного времени автор настоящих строк наблюдает за поведением одной старой девы (С. А.), которой к настоящему времени около 70 лет от роду. Многие годы назад она совершила ряд серьезных преступлений, и против нее было возбуждено уголовное дело. Но затем по амнистии ее дело было закрыто. После того, как были разоблачены ее преступления и она не была наказана должным образом, у нее появились странности, среди которых бросается в глаза следующая: она стала «стражем порядка» во дворе дома, в котором живет. Теперь уже она сама требует порядка и законности от всех, причем обратной стороной этой установки является активное приписывание другим преступных замыслов и даже воображаемых преступлений. Как видно, механизм формирования обратной реакции может работать в сочетании с механизмом атрибуции (в значительной степени – проективной атрибуции) и привести к любопытным полупатологическим результатам.

Но ее реактивная мораль не является глубоким и устойчивым, поскольку она в течение долгого времени продолжала также незаконные действия в том доме, в котором жила (расширение своей квартиры за счет соседей, разрушение фундаментальных стен с этой же целью, сочинение клеветнических писем на тех, кто выражает недовольство его поступками и т. п.).

Поэтому можно сказать, что основные структуры ее личности сохранились, но появились не менее неприятные новые качества и тенденции.

Таких людей немало и в других, более широких сферах жизни общества, например – в политике. Вчерашний коррупционер сегодня может выступать от имени закона и обвинять в коррупции не только настоящих преступников, но и честных людей.

### § 3. Индивидуальные различия

А. Акцентуация черт характера – результат работы механизма образования обратной реакции. – Мы уже выдвинули общий психологический принцип или закон, согласно которому последовательное использование человеком определенного защитного механизма или защитного комплекса приводит к формированию в структуре его характера соответствующих черт и комплексов.

Данный закон получает конкретные формы при исследовании динамики защитных механизмов и их комплексов. Механизм формирования обратной реакции не составляет исключения из этого закона. Мы утверждаем, что систематическое использование механизма формирования обратной реакции приводит к формированию акцентуированных черт и комплексов индивидуального характера. (В дальнейшем данный закон можно будет раскрыть и на этническом уровне). Идея, согласно которой механизм формирования реакции участвует в развитии характера, имеется уже у Фрейда. Он утверждал, что с помощью этого механизма определенный инстинкт превращается в противоположную форму.

Исследуя с этих позиций обсессивный невроз, он указал на то, что с учетом этого механизма некоторые нормальные черты характера появляются в измененной форме. Правда, при этом Фрейд остался в рамках своей инстинктивной теории. Еще в 1905 году Фрейд утверждал, что черта характера может формироваться: а) через разрушение первоначального инфантильного желания; б) путем сублимации, в) путем формирования реакции. Согласно Эйдельбергу сомнительно, чтобы первым путем образовался невротическая черта характера. Это обычно имеет место в результате формирования реакции. Например, пациент, который чересчур чистоплотен, суетлив, педантичен и упрям, как выясняется в результате анализа, имеет эти черты в качестве формирования реакции против инфантильного анального желания играть с фекалиями. Его мать лишила его удовольствия играть с дефекациями и, так как мобилизация такого желания заставляет его предвидеть неудовольствие родителей, он интроецирует запрет своей матери, заменяя свое анальное желание «Я хочу быть грязным» – желанием «Я хочу быть сверхчистым». Инфантильное желание продолжает свое бессознательное существование, и борьба между этими двумя желаниями продолжается. Это приводит к излишнему расходу либидинозной и агрессивной энергии и к отсутствию полной инстинктивной разрядки<sup>381</sup>.

Б. Один мотив, различные механизмы защиты, различные последствия. – Разные люди защищаются от одного и того же мотива с помощью различных механизмов. И. Сарноф приводит пример защиты против собственной агрессивности. Индивид А может защищаться от нее с помощью проекции, придя к выводу, что и другие отличаются агрессивностью. Между тем индивид Б может использовать механизм формирования обратной реакции, в результате чего он будет развивать в себе подчеркнуто вежливое, чрезмерно теплое отношение к людям. Такой человек быстро забывает обиду и даже подставляет вторую щеку для получения нового удара. (Христос, следовательно, был личностью специального типа, и его мораль неприемлема для всех. Отсюда – слабость его влияния на многих людей с иными психологическими типами. – А. Н.).

---

<sup>381</sup> См.: Eidelberg L. *An Outline of a Comparative Pathology of the Neurosis*. IUP, 1954, pp. 106–108; Freud S. *Three Essays on the Theory of Sexuality*. SE, 7, 1953 (1905), pp. 178, 232, 238–239.

Тот, кто часто пользуется механизмом формирования обратной реакции, может формировать для себя целую идеологию о человечестве, с энтузиазмом пропагандируя мир, братство и терпимость.

Но являются ли такие формы поведения у всех людей результатом работы механизма формирования обратной реакции? Вряд ли. Мы полагаем, что у некоторой части людей такие формы поведения (терпимость, миролюбие, любезность и т. д.) развиваются без связи с защитными процессами. Но у тех людей, у которых эти формы поведения и соответствующие психические черты развивались в качестве реактивных образований, они направлены против собственных агрессивных импульсов и служат тому, чтобы последние остались на уровне подсознательного.

#### § 4. Связь с другими защитными механизмами

А. Связь с вытеснением. – Из общей характеристики механизма образования обратной реакции мы уже видели, что он работает в тесном сотрудничестве с вытеснением. Эти два механизма по существу образуют довольно устойчивый защитный комплекс.

Обсуждению подлежит следующий вопрос: начинается ли работа этих двух механизмов одновременно и с самого начала, или же один из них подключается к защитному процессу позже. Среди психоаналитиков бытует мнение, согласно которому образование реакции начинается лишь после того, как вытеснение, функционируя, не достигает своей цели<sup>382</sup>. Но мы помним, что это утверждение верно лишь для определенного числа случаев. Во-первых, механизм образования реакции может включиться в работу одновременно с вытеснением; во-вторых, образование реакции осуществляется для сохранения и поддержания результатов работы вытеснения, а именно: для постоянного удержания вытесненного психического содержания (мотива, установок, чувства и т. п.) вне сферы сознания. Дальнейшее вытеснение и удержание вытесненного в сфере подсознательного осуществляется уже с помощью готового реактивного образования (например, установки, противоположной той, которая была вытеснена в подсознательное), что позволяет сэкономить значительные количества психической энергии.

Б. Связь с отрицанием совершенного поступка. – Мы уже знаем, что среди механизмов внешней защиты есть один сравнительно простой способ – механизм отрицания человеком того действия, которое он уже совершил. (Речь идет об аннулировании действия, *Ungeschehenmachen*, *undoing*). Данное понятие введено в психологию Анной Фрейд. Некоторые психоаналитики (например, Отто Феничел) даже считают, что не существует жестких пограничных линий между механизмом образования реакции и аннулированием действия. При образовании реакции принимается такая позиция, которая противоречит первоначальной. При *Ungeschehenmachen* совершается такое действие, которое фактически, либо символически, либо магическим путем, делает недействительным (несостоявшимся) предыдущее действие<sup>383</sup>. Точно так же и Блюм отмечает, что идея искупления играет важную роль в механизме аннулирования действия. При этом новое действие, которое должно свести на нет предыдущее, не должно быть обязательно противоположным первому.

Более того, у больных фобиями часто случается, что они повторяют те действия, которые раньше порождали чувство страха; но теперь уже это делается полностью сознательно и с желанием бороться против страха<sup>384</sup>.

---

<sup>382</sup> *Blum, 1953; Fenichel, 1945 etc..*

<sup>383</sup> *Fenichel O., op. cit., S. 153.*

<sup>384</sup> *См.: Fenichel O., 1945.*

## **§ 5. Как происходит работа механизма формирования реакции (проблема)**

Можно принять точку зрения психоаналитиков, согласно которой защитные механизмы, в том числе механизм формирования обратной реакции, действуют подсознательно. Однако психолог вполне законно стремится знать, все-таки, как это происходит, что одна установка превращается в свою противоположность или вызывает генезис противоположной установки. И в каком смысле они противоположны?

Мы полагаем, что подход к этой проблеме должен быть следующим: 1) следует описать структуру и функций той установки (мотива и т. п.), изменения которой нас интересуют; 2) Следует показать, что именно вытесняется; 3) следует показать также, когда начал действовать механизм формирования обратной реакции и как он функционирует; 4) каким образом из блоков первоначальной установки создаются блоки новой установки? и т. п.

Какой блок первоначальной установки первым начинает изменяться под влиянием вытеснения и особенно механизма формирования обратной реакции? Например, каким образом ненависть к человеку превращается в симпатию и даже в любовь? Или хотя бы в вежливость? В каких случаях действительно имеет место превращение (преобразование), и в каких – порождение, формирование новой установки, может быть, с использованием некоторых элементов первоначальной установки? И, наконец, еще одно предположение: не сводится ли «механизм» формирования реакции к закону сопряженного возникновения и развития психических явлений?

## **§ 6. Сила «Я» и формирование реакции**

Человеческие личности различаются по такому важному качеству, как сила «Я». Человек с сильным «Я», т. е. психически здоровый и зрелый индивид, хорошо осознавая свои мотивы и поведение, умеет в значительной степени избегать формирования ригидных и чрезмерных форм поведения. Общая слабость защитных тенденций предотвращает также активную работу механизма формирования реакции.

Когда, несмотря на это, определенные аспекты «Я» вытесняются и образуются реактивные формы поведения, то теперь уже прежде скрытые аспекты «Я» выражаются в сновидениях, в «случайных» ошибках, несчастных случаях и т. п. Вообще мысли о вытесненном мотиве в различных формах появляются в сознании человека. Журавль приводит такой пример: муж отправляется в путешествие и благополучно возвращается. Жена же то и дело твердит, что в отсутствие мужа все время боялась, что произойдет авария или другой несчастный случай, и он погибнет<sup>385</sup>. Когда жена часто повторяет такие слова, у мужа вполне обоснованно возникает подозрение, что она действительно желала его гибели. Муж, конечно, правильно уловил психологическую истину.

## **§ 7. Крайняя нетолерантность и механизм формирования обратной реакции**

Во всех тех случаях, когда мы встречаемся с крайне нетолерантными людьми, мы должны постараться понимать причины развития у них подобного психического качества. Каким образом формируются люди с таким комплексом характера?

---

<sup>385</sup> См.: Jourard S., *op. cit.*, p. 208.

Против аморальных поступков людей наиболее страстно выступают те, кто таким путем подавляет собственные аморальные импульсы. Они обвиняют других за подобные поступки и требуют строгого наказания. Многие строгие моралисты вызывают у нас подозрение: не являются ли они носителями тех пороков, против которых сами борются так страстно? Психоаналитики утверждают, что именно это имеет место в реальности. Такая строгая критика других людей позволяет им держать под контролем собственные влечения и импульсы, одновременно удовлетворяя их; вместе с этим такой человек может удовлетворить другие свои потребности (например, потребность в доминировании, выражении и разрядки агрессивных импульсов и т. д.).

В этом отношении религиозная нетолерантность представляет особый интерес и должен стать специфическим предметом исследования в рамках теории психологической защиты.

## § 8. Подавление жестокости и инграция

Чрезмерная любезность человека должна вызвать у нас подозрение в его искренности. Почему? По той причине, что существует явление *компенсации* с помощью механизма формирования обратной реакции. Еще видный психоаналитик Карен Хорни написала, что человек может компенсировать свою жестокость чрезмерным внешним дружелюбием<sup>386</sup>.

Почему происходит подобное преобразование в структуре личности агрессивного человека? Главная причина, по-видимому, состоит в том, что агрессивность в современных обществах не всегда является адаптивной формой поведения, вызывает жесткие ответные меры возмездия и новые фрустрации. Поэтому она подавляется или вытесняется и, с помощью механизма формирования обратной реакции, в психике потенциального агрессора создается противоположная установка – *реактивное дружелюбие, подчеркнутая любезность*. Даже незнакомые с психологией люди ощущают это обстоятельство, эту фальшь, поэтому явные и акцентированные инграциаторы вызывают у них подозрение. Но не все понимают ту опасность, которая от них исходит.

Крайняя робость и готовность к безусловному подчинению могут скрывать вытесненную и едва сдерживаемую за порогом сознания агрессивность, которая при ослаблении самоконтроля может вырваться наружу и быть разрушительной. Это уже серьезная проблема психологии господства и подчинения.

## § 9. Образование реакции и проблема комического

Издеваясь над определенным явлением или человеком, люди смеются над ними. Это проявление сарказма или иронии. Всегда ли они справедливы?

Тщательное наблюдение и анализ показывают, что во многих случаях подобные сарказм или ирония (и их поведенческо-эмоциональное выражение – смех) являются реактивными образованиями. Что это значит? Это означает то, что индивид А, в действительности восхищаясь объектом В (которым могут быть как человек или социальная группа, так и созданные людьми ценности – произведения искусства, книги, машины и т. п.) может пережить внутренний конфликт. В столкновение могут прийти следующие тенденции: 1) стремление выразить свою положительную оценку, свое восхищение; 2) нежелание выразить такое положительное отношение, поскольку имеется другой мотив: А не симпатизирует В, который является автором, создателем этих поступков, ценностей и т. п.

---

<sup>386</sup> См.: Хорни К. *Невротическая личность нашего времени*. – Собр. соч. в трех томах, Т.1. Москва: "Смысл", 1997, с. 272–488.



В таком случае чувство симпатии, восхищения, положительная оценка вообще, подавляется и вытесняется, и вместо них образуется обратная реакция: низкая оценка и желание дискредитировать В и его достижения. Это реактивное образование нередко выражается в виде издевательского глумления над человеком, сарказма или иронии. Когда человек однажды поступает с другим таким образом, у него появляется желание защищать свою позицию, и он вовлекается в процесс психологической защиты.

Комическое давно уже является предметом исследования, правда – главным образом для представителей эстетики и философии. Из этих исследований видно, что ирония и сарказм не всегда преследуют цель установления истины. Они, скорее всего, эгоистические чувства, эгоистические формы комического. Установление их связи с механизмом образования обратной реакции позволяет нам подтверждать их эгоистический характер с еще большей уверенностью. Ирония и сарказм, циничное отношение к ценностям, являются выражениями эгоизма и эгоцентрических защитных процессов.

## § 10. Характерологические последствия работы механизма формирования обратной реакции

А. Общий подход. – В зависимости от того, какие мотивы подавляются и вытесняются, механизм образования обратной реакции приводит к различным изменениям в структуре характера личности. В. Райх справедливо считал, что многие ригидные черты характера являются дополнительными (побочными) результатами работы механизма формирования реакции. С этой точки зрения предстоит исследовать черты характера некоторых известных лиц, в первую очередь политиков (например, упрямство Сталина, его нежелание признавать свои ошибки). (Ниже кратко излагается главным образом психоаналитическая точка зрения на данную проблему.

*Чистоплотность и дисциплинированность*, как общие черты личности, развиваются на защитных реакциях против вытесненных желаний быть грязным и недисциплинированным.

*Великодушие и щедрость* развиваются в ответ на желание быть скупым. *Аскетизм* считается защитной реакцией на стремление к удовлетворению телесных потребностей, желание получить удовольствие<sup>387</sup>. Речь идет о таких потребностях, как желание вкусно и плотно поесть, спать в удобной постели, быть в тепле. Об этом писала еще Анна Фрейд.

Против *подавленной депрессии* развивается *реактивная веселость*. Чрезмерно смелый человек подавляет свою глубокую *тревогу*. Подавление чувства *вины* может привести к такому поведению, которое игнорирует принципы *морали*.

Теперь рассмотрим ряд реактивных черт характера чуть более подробно.

Б. Реактивное безразличие. – Человек может иметь сильную потребность во внимании и любви, но, подавляя их, формирует внешнее безразличие к тому, как к нему относятся люди. В различных языках имеются специфические выражения подобного *реактивного безразличия*. На русском языке: «Это не имеет никакого значения», «Могу жить без тебя» и т. п. На английском языке: «Don't care» и т. п.

Таким путем люди скрывают свою отверженность в обществе. Конечно, есть много людей, которые действительно не придают большого значения другим людям и их мнениям, и лучше живут тогда, когда мало общаются с ними. Но некоторые случаи *показного безразличия*, особенно если оно носит чрезмерный характер и выставляется перед обществом, приходится объяснить как защитные образования, возникшие в результате работы механизмов вытеснения и образования обратной реакции.

---

<sup>387</sup> См. «Декамерон».

В. От активности к пассивности. – В некоторых случаях у людей наблюдаются такие переходы от активности к пассивности, которые невозможно объяснить утомлением или другими психофизиологическими причинами. В подобных случаях психолог вправе подозревать, что такой результат мог бы быть следствием подсознательной работы механизма формирования обратной реакции.

Данный механизм, как и другие защитные механизмы, находится в распоряжении «Я» и служат его целям. Следовательно, можно предположить, что активность личности каким-то образом стала фрустратором для «Я» и в последнем возник мотив самозащиты. (Примером может служить случай, когда активная работа человека не оценивается должным образом, т. е. исходя из принципа справедливости, и даже вызывает психологическое наказание со стороны социальных агентов; в таком случае у него может развиваться пассивность в сочетании с безразличием.

Г. Реактивная вежливость. – Человек становится крайне вежливым по отношению к тем людям, которых не симпатизирует. Это *реактивная вежливость*. Она возникает для того, чтобы оказать помощь механизму вытеснения в деле устранения из сферы сознания отрицательной установки к человеку, а также для удержания ее в подсознательном состоянии.

Этим путем достигается двойная цель: человек защищается против своих нежелательных импульсов (это внутренняя защита) и одновременно сдерживает те свои действия, которые могли бы вызвать внешний конфликт.

Вежливость – очень полезная адаптивная стратегия. Просто надо иметь в виду, что во многих случаях она психологически неподлинная, лишь реактивная. Подобная вежливость неустойчива и может легко разрушаться, когда уже нет необходимости быть вежливым с другим человеком. Можно предположить, что она остается избирательной и не вызывает формирования у человека обобщенной вежливости как комплекса характера.

Д. Показная храбрость. – В мире, безусловно, есть много храбрых людей. Но в некоторых случаях нетрудно заметить, что человек прикидывается (притворяется) храбрым, подчеркивает и выставляет перед обществом свою храбрость. В таких случаях более опытные люди, у которых развита психологическая интуиция, могут заметить фальшь и невольно иронически улыбаться. Из опыта общения с людьми они хорошо знают, что именно среди подобных «храбрецов» следует искать настоящих трусов.

Подобная реактивная храбрость может быть как ситуативной, так и устойчивой – комплексом характера человека. В последнем случае мы можем говорить о таком комплексе характера, который время от времени проявляется в социальном поведении человека.

Что касается ситуативной реактивной храбрости, то она наблюдается тогда, когда человек реально чем-то испуган, но принимает позу храброго человека.

Эта защитная тенденция формируется, конечно, под влиянием социальных ценностей. В обществе, в котором высоко оцениваются смелость и храбрость, люди учатся тому, что надо скрывать свою трусость и испуг и выставлять себя в качестве смелого человека.

Е. Эгоцентризм великодушия. – Если великодушия человека образовалось как реактивная установка, направленная на вытесненные эгоцентризм и эгоизм (себялюбие), то последние могут найти различные пути выражения. Такой человек может выразить свое великодушие и щедрость неприятными для людей способами. Например, он может подарить другому ненужные вещи: некурящему – сигареты и портсигару, спиртные напитки – непьющему и т. п.<sup>388</sup>

Человек, у которого образовалась реактивная доброта к животным, раскрывает свой садизм тем, что очень агрессивно обвиняет тех ученых, которые проводят эксперименты над

---

<sup>388</sup> См.: Reich W. *Character Analysis*. New York: Oregon Institute Press, 1949; Jourard Sidney M. *Personal Adjustment. An approach through the study of healthy personality*. 2nd ed., New York, London: Collier – Macmillan, 1963, p. 207.

животными. Примером служит И. П. Павлов, который воздвиг памятник собакам, с которыми в течение многих лет обращался так жестоко.

## § 11. Невротические выражения механизма формирования обратной реакции

Типичными невротическими выражениями работы механизма образования обратной реакции описываются ниже. Они впервые были описаны психоаналитиками. Здесь нелишне еще раз перечислить эти комплексные реакции, которые становятся характерологическими комплексами.

1) *Крайняя чистоплотность*: человек с такой чертой по существу борется против собственной склонности к нечистоплотности<sup>389</sup>.

2) *Акцентуированная любовь к порядку*. – В подобных случаях речь идет о компульсивных невротических тенденциях и лежащих в их основе патологических чертах характера личности<sup>390</sup>.

3) Человек с гомосексуальными тенденциями ведет себя крайне гетеросексуально; этим способом пытаясь подавить в себе собственные гомосексуальные тенденции. (Например, такой человек стремится иметь много любовниц, не скрывает и даже демонстрирует свои гетеросексуальные связи и т. п. Это специальный вид патологического донжуанства).

Как уже сказано в одном из предыдущих параграфов настоящей главы, фобии могут быть результатами функционирования механизма формирования обратной реакции. Например, сифилофобия (страх перед возможностью заражения сифилисом) возникает из-за ситуативного страха и, став устойчивым, помогает человеку сдерживать свои сексуальные импульсы в том случае, когда есть вероятность заражения).

## § 12. Цинизм как механизм формирования обратной реакции (МФОР)

А. Экспериментальное подтверждение существования МФОР. – Ирвинг Сарнофф провел эксперимент с целью доказать, что цинизм, как социальная установка, облегчает использование защитного механизма формирования обратной реакции против осознаваемого нежелательного мотива любви к другим людям. Предполагалось, что в этом случае человек будет вести себя холодно, даже грубо и враждебно по отношению к другим людям. Он может формировать собственную скептическую философию о природе человека, что позволяет с большой готовностью относиться холодно и враждебно к другим людям. Отсюда уже только один шаг к принятию циничной установки, которая не позволит ему осознать, что таким своим поведением он подавляет собственную любовь к людям.

Из этих теоретических соображений было выведено предположение, что следует ожидать существования положительных корреляций между уровнем формирования обратной реакции против чувства любви, с одной стороны, и цинизмом – с другой. Но эта корреляция не обязательно должна быть высокой, поскольку не все циники являются «жертвами механизма обратной реакции»<sup>391</sup>. Цинизм может быть также результатом обучения соответствующей философии или же конформистского отношения к взглядам других людей. Но уровень цинизма может хотя бы временно отражать уровень использования механизма обратной реакции против своих

---

<sup>389</sup> Убедительным примером является Адольф Гитлер. См. в кн.: Wait R. G. *The Psychopathic God: Adolf Hitler*. Da Capo Press. New York, 1993.

<sup>390</sup> См.: Леонгард К. *Акцентуированные личности*. Ростов-на-Дону: «Феникс», 1997.

<sup>391</sup> Sarnoff I., *op. cit.*, p. 252.

подсознательных положительных чувств, когда человек оказывается в таких условиях, в которых эти чувства активизируются.

Встречаясь с такими стимулами, которые вызывают в нем подобные чувства, человек будет переживать тревогу. Для избавления от нее он направит новые усилия против своих бессознательных, но весьма активных чувств. Эти усилия должны выражаться в виде усиления сознательного цинизма. При наличии возбуждающего теплые чувства стимула, цинизм в большей мере усиливается у того человека, у которого формирование реакции против этих чувств выражено сильнее.

Иначе говоря, уровень цинизма считается прямо пропорциональным уровню механизма формирования обратной реакции. Эксперимент был организован именно с целью проверить эту гипотезу.

Перед вовлечением в экспериментальную ситуацию 81 испытуемому предложили тест цинизма (CS – cinicism scale) и тест, который измеряет формирование реакции (RF). Активизации положительных чувств добились с помощью измененного отрывка из пьесы В. Сарояна «Hellow Out There». Надлежащий уровень чувств был вызван тем, что поручили испытуемым тот же отрывок отпечатать на машинке.

После эксперимента испытуемые заполняли тот же опросник CS и ряд других тестов, в том числе такой, с помощью которого измеряют восприятие того стимула, который вызывает положительные чувства.

Результаты показали, что испытуемые как с низким, так и с высоким уровнем формирования реакции двигаются в сторону максимального цинизма как в условиях сильного, так и слабого возбуждения чувства (HA – high affect, LA – Low affect). Но индивиды с HRF (high reaction formation) оказывают более сильное сопротивление такому изменению установки. В условиях сильного возбуждения у обеих групп испытуемых среднее изменение цинизма было статистически значимо. Но когда положительные чувства возбуждались слабо, то по уровню цинизма между индивидами этих двух групп (соответственно с HRF and LRF) существенных различий не было обнаружено.

И. Сарнофф считает, что психоаналитическая теория формирования реакции можно считать экспериментально доказанной<sup>392</sup>.

Б. Новые проблемы. – В связи с описанным исследованием можно выдвинуть ряд новых проблем психологии формирования обратной реакции.

Первая из них – это *проблема типов цинизма*. Исходя из вышеописанного можно утверждать, что существуют, по крайней мере, два вида цинизма: 1) цинизм, который возникает на основе работы механизма формирования обратной реакции; 2) такой цинизм, который возникает независимо от этого защитного механизма, с помощью других психологических механизмов. Мы полагаем, что в процессе формирования цинизма могут играть роль также другие защитные механизмы, в том числе рационализация.

Вторая задача: чтобы получить сведения о цинизме, полезно исследовать цинизм известных людей. Без исследования цинизма таких людей, как Сталин, Берия и другие, мы не можем понять истинную мотивацию их поведения, и те главные личностные факторы, которыми были детерминированы их поступки. Циничными личностями были также Ленин, Гитлер и многие другие политики.

---

<sup>392</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, p. 253.

### § 13. Еще некоторые социально-психологические аспекты реактивных образований

А. Проблема социальной желательности. – В результате работы механизма формирования обратной реакции, в большинстве случаев, образуются такие формы поведения людей, которые социально желательны. Поэтому создается впечатление, будто они именно по этой причине (и для этой цели) и образовались. Однако психоаналитики отмечают, что реактивные формы поведения имеют две функции: 1) удовлетворение внутренней потребности, а именно: удержание вытесненных мотивов в бессознательном (правильнее сказать – в подсознательной) сфере; 2) адаптация личности в социальной среде. Причем эту вторую цель, по-видимому, можно считать вторичной.

Но, как справедливо отмечает И. Дженис<sup>393</sup>, эти формы поведения нередко имеют такие особенности, которые делают их дезадаптивными. Так, очень часто, как мы уже видели, они чрезмерны. Для психологической (внутренней) самозащиты это качество необходимо, но для общества оно нежелательно. Например, когда человек не принимает во внимание условности или отличается циничностью, то вполне понятно, что он во многом будет социально нежелательным.

Даже социально желательные виды реактивного поведения человека часто бывают до такой степени крайними, что приобретают дезадаптивный характер, ставят его в невыгодное положение по сравнению с другими людьми. Несмотря на это, такие черты характера сохраняются. Мы уже знаем, что у некоторой части женщин развивается чрезмерная чистоплотность. Они весь день заняты тем, чтобы держать свою квартиру в идеально чистом состоянии. Гости в такой квартире чувствуют себя напряженно и избегают таких лиц. Есть такие работники (как рабочие, так и представители интеллектуального труда), которые придают такое большое значение порядку на рабочем месте, что не успевают выполнять свою основную работу.

Исходя из таких многочисленных фактов, психоаналитики пришли к выводу, что с помощью механизма формирования реакции в первую очередь удовлетворяется внутренняя потребность (преследуется «первичная польза»), и только вторично – внешние, социальные потребности, например такие, как желание понравиться другим, быть социально желательным человеком и т. п.

Но мы уже видели, что даже чрезмерность реактивных образований не обеспечивает полностью удовлетворение внутренней потребности – блокаду запрещенных импульсов. Например, вытесненная агрессивность по отношению к близким людям может выражаться в виде мелких неприятных действий или символически. У невротиков в таких случаях могут развиваться ритуальные действия, отрицающие эти символизации. Т. е., формирование реакций может сопровождаться «скрытыми островками» выражения.

В определенных условиях, например когда человек пьян, механизм формирования реакции вообще может разрушаться. Очень интересный пример нам предоставляет поп из рассказа Сомерсета Моэма «Дождь»: он неожиданно начинает вести беспутную жизнь с проституткой, которую взялся спасти от зла<sup>394</sup>.

Б. Формирование реакции и проблема выбора профессии. – Психоаналитиками высказано предположение, что одним из психологических мотивов выбора профессии человеком является механизм формирования реакций против импульсов более ранних периодов жизни. В дальнейшем в выборе и длительном исполнении определенной профессии все большую роль начинают играть другие конструктивные мотивы (например, желание служить людям и обще-

---

<sup>393</sup> Указ. соч., с. 378)

<sup>394</sup> Janis I., *op. cit.*, p. 378.

ству и др.). Агрессивность, разрушительные влечения, находят полезное, сублимированное применение.

В связи с этим возникает ряд проблем, которые мы здесь только формулируем. Первая из них следующая: каким образом и с какого этапа деятельности (осуществления профессии) возникают автономные, актуальные мотивы ее исполнения; иначе говоря, с какого этапа начинает действовать принцип *функциональной автономии*, который был предложен Гордоном Олпортом?<sup>395</sup> И вторая проблема: каким образом взаимосвязаны механизм формирования обратной реакции и сублимация? Здесь мы можем ограничиться только выдвижением следующей гипотезы: *одним из психологических механизмов сублимации во многих случаях является механизм формирования обратной реакции.*

Предстоит также исследовать вопрос о том, какие разновидности механизма формирования обратной реакции и вытеснение каких мотивов приводят к сублимации и, по этим критериям, сколько разновидностей мы могли бы выделять?

В. Механизм формирования реакции в сексуальной сфере. – Наиболее типичным результатом работы механизма формирования реакции в сексуальной сфере является преобразование любви в ненависть.

Если, например, человека беспокоят такие сексуальные желания, которые он не может принимать в качестве нормальных, то эти желания могут подавляться до бессознательного (подсознательного) уровня, и в сфере его сознания они могут заменяться крайними пуританскими установками. Этот механизм позволяет человеку защищаться против собственных неприемлемых сексуальных импульсов.

О том, каким образом происходят эти преимущественно подсознательные процессы, выше мы уже высказали некоторые гипотезы. Здесь вновь желательно подчеркнуть возможность применения в этой области сформулированного ранее нами закона сопряженного развития двух или большего числа психических явлений.

Г. Механизм формирования реакции в области политики и религии. – *Исследование политической жизни* иногда позволяет заметить следующее явление: какой-либо противник политического режима, не будучи в состоянии открыто бороться против него, ведет себя парадоксальным образом; он становится явным и преданным сторонником этого же режима, его преданным защитником. Поскольку подобная конверсия происходит не со всеми противниками режима, то возникает вопрос, у какого типа людей чаще всего возникает такое радикальное изменение? В качестве гипотезы можно предположить, что подобному метаморфизму чаще всего подвергаются авторитарные личности.

Имеются исторические примеры, которые не оставляют сомнения в существовании такого явления. Так, после того, как Гитлер и его партия в 1933 году пришли к власти, многие члены преследуемой коммунистической партии Германии вступили в ряды национал-социалистической (нацистской) партии. Многие из них стали убежденными фашистами. Это показывает, что в партийной принадлежности играют роль не столько идеология, сколько тип личности и характерные стратегии самоутверждения и адаптации.

В области религии широко известно явление неофитов – новообращенных. Причем для психолога, который исследует защитный механизм формирования обратной реакции, специальный интерес представляет работа этого механизма у тех лиц, которые раньше были атеистами или сторонниками других религий, но теперь решили принять эту религию. Именно у них, в результате переживания конфликта между двумя установками и соответствующими религиями ( $Y_1 \rightarrow R_1$ ,  $Y_2 \rightarrow R_2$ ) одна из них вытесняется и подавляется, а другая чрезмерно усиливается. Именно усиление одной из них и есть процесс образования обратной реакции.

---

<sup>395</sup> См.: Allport G. *Pattern and Growth in Personality*. New York: Harcourt, Brace and World, 1961.

Народная психология также зафиксировала подобные преобразования. Известно, что есть люди, которые, как говорится, больше католики, чем папа римский. Религиозный фанатизм, и фанатизм вообще, мы должны исследовать именно с таких психологических позиций.

## **§ 14. Некоторые другие социально-психологические выражения механизма формирования реакции**

А. Материнский сверхпротекционизм. – Явление материнского сверхпротекционизма (гиперпротекционизм) – хороший пример «эгоцентризма великодушия». Это явление достаточно подробно исследовано в психологии возрастного развития<sup>396</sup>. Мы полагаем (это уже широко принятая точка зрения), что именно с позиций теории психологической защиты и возможно адекватно объяснить появление у некоторых женщин данного явления.

Правда, следует выяснить также участие других психологических механизмов в образовании такого сложного психического комплекса, как материнский сверхпротекционизм.

Б. Супружеская неверность и сверхвнимательность. – Муж, имеющий внебрачные отношения с другими женщинами, может проявлять сверхвнимательность к своей жене, приносить ей подарки, выражать необычную прежде нежность.

Подобное явление, о котором мы уже писали на предыдущих страницах, обычно не бывает изолированным, оно связано со многими другими психическими процессами. Поэтому на основе нового эмпирического материала предстоит исследовать процесс ее формирования и динамику.

В. «Независимость» зависимого человека. – Человек, который вытесняет свою тенденцию быть в зависимости от других, может выражать чрезмерную самостоятельность (self-reliance). Но кажется странным то, что когда такой человек болеет, он становится зависимым, как ребенок.

У автора был аспирант С. Ч., по своему характеру – настоящий раб. Он весь день выполнял поручения разных начальственных лиц, но считал себя независимым. Когда ушел от меня, стал творить гадости. Это его понимание того, как должен вести себя свободный человек. У таких лиц «свобода» может выражаться в виде перехода от одного хозяина к другому. Предатели именно так и поступают.

## **§ 15. Реактивность или атрибуция реактивности**

В конце настоящей главы зададим себе еще один, в основном методологический вопрос: когда мы наблюдаем чрезмерность каких-то форм поведения человека, то вправе утверждать, что у него имело место формирование обратной реакции. Эта идея восходит к психоанализу, и мы ее подробно обсудили.

С другой стороны, из когнитивной социальной психологии известно, что когда социальный наблюдатель замечает необычное поведение какого-либо социального актера, у него не просто начинаются атрибуции, в первую очередь каузальные, но такие атрибуции, которые имеют преимущественно внутренний (диспозициональный) характер. Это означает, что наблюдатель атрибутирует актеру главным образом внутренние причины такого поведения<sup>397</sup>.

Теперь, сопоставляя эти две линии рассмотрения поведения действующего лица, мы можем задать такой вопрос: а не делают ли сами психологи – наподобие простым социальным наблюдателям (психологам – любителям) – причинные атрибуции диспозиционального характера? Учитывали ли психологи, до сих пор изучавшие действие механизма формирова-

---

<sup>396</sup> См. труды Крайг Г. и других специалистов в области возрастной психологии.

<sup>397</sup> См.: Налчаджян А. А. *Атрибуция, диссонанс и социальное познание*. Москва: «Когито-Центр», 2006.

ния обратной реакции и его последствий, реальное влияние объективных социальных ситуаций? Ясно одно: само реактивное поведение варьируется в зависимости от той ситуации, в которой находится и действует человек. Оно в различных ситуациях выражается с различной интенсивностью даже независимо от того, что подобное поведение всегда отличается значительной ригидностью.



## Глава 48. Интроекция

### § 1. Психологическая сущность интроекции

В трудах З. Фрейда интроекция (от лат. Intro – внутрь и jacio – бросаю, кладу), как особый механизм психической активности человека, рассматривается в тесной связи с идентификацией (см. в предыдущем параграфе). З. Фрейд описывает один вид идентификации, при котором Я идентифицируемой личности «берет на себя качества объекта»<sup>398</sup>. Поскольку идентификация возможна как с любимым, так и с нелюбимым объектом, то и интроецироваться могут, соответственно, черты и мотивы таких лиц, к которым субъект формирует самые различные установки. Нередко интроецируется тот объект, который утрачен: эта утрата заменяется интроекцией объекта в свое Я. Зигмунд Фрейд приводит интересный пример, опубликованный в психоаналитическом журнале: «ребенок, чувствовавший себя несчастным вследствие потери котенка, объяснил, недолго думая, что он теперь сам котенок: он ползал соответственно этому на четвереньках, не хотел есть за столом и т. д.»<sup>399</sup>.

З. Фрейд считал также, что *меланхолия* возникает на основе механизма интроекции: она возникает при утрате объекта любви. Субъект начинает жестоко критиковать себя, унижать свое Я, свое человеческое достоинство. Но оказывается, что, поскольку объект интроецирован в структуру Я, эти упреки, эта агрессивность по существу направлены на объект. «Я» человека разделяется на две противоборствующие части, причем одна часть видоизменена интроекцией: в нее встроены утраченный объект. Другая является критической инстанцией Я, ее З. Фрейд называет Я-идеалом. Это образование осуществляет самонаблюдение, а также функции моральной совести, цензуры сновидений и вытеснения<sup>400</sup>.

### § 2. Интроекция и самосознание

Для психологии адаптации и психической зрелости представляет интерес идея З. Фрейда о том, что «размеры отстояния этого «Я»-идеала от актуального «Я» чрезвычайно варьирует для каждого отдельного индивида и что у многих других эта дифференцировка внутри «Я» не идет дальше, чем у ребенка»<sup>401</sup>. Эта мысль важна по крайней мере в двух аспектах: во-первых, она указывает на один из возможных критериев зрелости-незрелости личности; во-вторых, показывает, что наличие такой дистанции, расхождения между актуальным Я и идеальным Я-образом, является состоянием внутреннего конфликта. Она, следовательно, требует последующих адаптивных действий<sup>402</sup>.

Отметим, что в современных исследованиях самосознания расхождению между актуальным (реальным) Я и идеальным Я придается большое значение. Уровнем этого расхождения пытаются объяснить целый ряд характерных особенностей поведения людей<sup>403</sup>.

Анна Фрейд, изучая идентификацию у детей, отметила, что интроецируя психические особенности своих учителей, их мнения и установки, дети накапливают материал для построе-

---

<sup>398</sup> Фрейд З. *Психология масс и анализ человеческого «Я»*. М.: 1925, с. 49.

<sup>399</sup> Фрейд З. *Психология масс и анализ человеческого «Я»*, с. 52–53.

<sup>400</sup> Фрейд З. *Психология масс и анализ человеческого «Я»*, с. 53–54.

<sup>401</sup> Там же, с. 54.

<sup>402</sup> Некоторые свои идеи о подобных адаптивных действиях мы представили в книге «Социально-психическая адаптация личности» (Ереван: Изд-во АН Армении, 1988; его же: *Психологическая адаптация*. Москва: «ЭКМО», 2010.

<sup>403</sup> См.: Берн Р. *Развитие Я-концепции и воспитание*. М.: «Прогресс», 1986.

ния своего Сверх – Я<sup>404</sup>. Эту же идею мы встречаем у Франца Александера, другого известного психоаналитика. Если это так, то ясно, что интроекция, наряду с идентификацией, является одним из механизмов формирования личной морали и самосознания человека.

Итак, интроекция является одним из механизмов построения человеком своего идеального Я. Эту работу, как мы уже сказали, интроекция осуществляет вместе с идентификацией и некоторыми другими механизмами, о которых выше уже было сказано. (Вопрос о психологических «конструкторах» самосознания более подробно нами обсуждается в монографии «Психика, сознание, самосознание»).

### § 3. Интроекция как интернализация

Однако не совсем ясно, чем отличается интроекция от интериоризации и интернализации. Для внесения хоть какой – то ясности и однозначности в использование всех этих терминов мы предполагаем, что интроекция является простейшей формой интернализации, отличающейся тем, что черты и установки другого встраиваются в структуру личности субъекта без психической переработки, т. е. почти в неизменном виде. Такая интроекция, сочетаясь с проекцией, может стать основой глубоких и фиксированных идентификаций, свойственных детям-дошкольникам и, отчасти, подросткам. Отличие же интроекции от интернализации, по нашему мнению, состоит в том, что при ее работе интернализуются такие черты других объектов, *которые включаются в структуру собственной личности субъекта. Использование интроекции (как и идентификации) – это путь построения собственной личности*, а не просто приобретения знаний, как это имеет место при интериоризации и других формах интернализации. Интроекция, таким образом, как психический процесс, мотивирована подсознательным или даже осознанным желанием заполнения каких-то «пустых мест» в структуре собственной личности, наличие которых стало ясно после потери объекта. На основе идентификации с объектом была создана видимость полноты структуры личности.

Итак, понятие интроекции до некоторой степени совпадает с понятием интернализации и означает «впитывание», превращение во внутриспсихические явления запретов и команд, создание образов объектов и моральных подструктур личности ребенка. Это вполне нормальные психические процессы. Когда же индивид фрустрирован, интроекция, как защитный механизм, смягчает или элиминирует связанную с потерей ценного объекта фрустрацию. Индивиду чрезвычайно трудно терпеть потерю объекта и для того, чтобы адаптироваться к новой ситуации, он создает и сохраняет в своей психике его образ.

Механизм интроекции действует подсознательно. Только при самоанализе или необходимости объективации ее результаты становятся осознанными. Объективная проблемная ситуация сохраняется и происходит чисто психологическое преодоление ее фрустрирующего воздействия. В итоге получается, что та доля психической энергии человека, которая раньше была связана с объектом, теперь связывается с интернализированным образом, который стал частью Я-концепции личности. Создается видимость сохранения объекта, чем и предотвращаются серьезные нарушения психики человека.

### § 4. Последствия работы интроекции

Использование интроекции приводит к чисто психологическому преодолению фрустрации. Иначе говоря, здесь мы имеем дело с типичным случаем защитной адаптации с сохранением проблемной ситуации. Однако при использовании интроекции создается видимость свя-

---

<sup>404</sup> Freud A. *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. London: Hogarth, 1946, S.133.

занности внимания индивида и его психических процессов с внешним объектом, поскольку без этого, как предполагают психоаналитики, возникли бы серьезные психические нарушения.

Пример, описываемый К. Абрахамом, хорошо иллюстрирует некоторые аспекты работы этого механизма. В больницу была приведена женщина, у которой наблюдалась меланхолическая депрессия. Она все время обвиняла себя в воровстве, хотя в действительности ничего не воровала. Оказалось, что до недавнего времени она жила с горячо любимым отцом, которого арестовали, обвиняя в воровстве. Это событие глубоко фрустрировало ее, так как лишило ее отца, и не только в физическом, но и в психологическом смысле. Данная фрустрация положила начало ее меланхолии. С помощью работы механизма интроекции пациентка психологически «встроила» в себя воровское качество и перешла к самобичеванию. Исходя именно из такого рода фактов психоаналитики, начиная с З. Фрейда, считают, что самобичевание при меланхолии является на самом деле укором, направленным против любимого человека<sup>405</sup>.

Таким образом, очевидно, что *механизм интроекции начинает работать после глубокой депривации личности, потери любимого, ценного объекта*. Но как происходит процесс интроекции (или интроецирования) и к каким результатам приводит? Обеспечивает ли она здоровую, нормальную адаптацию? Приведенные примеры и исследования психоаналитиков показали, что в итоге работы механизма интроекции возникают новые внутренние конфликты и фрустрации. Прежняя, в целом однозначная, позитивная установка к объекту претерпевает существенные изменения, она становится амбивалентной. Интроекция, таким образом, оказывает влияние на формирование и смену социальных установок и, следовательно, по своей сущности является социально-психологическим механизмом функционирования личности и установления взаимоотношений с другими людьми.

*Интроекция и идентификация с агрессором.* – З. Фрейд понимал интроекцию главным образом как средство защиты от агрессивных импульсов. При этом интроецирующий идентифицирует себя с объектом своей агрессии. Это приводит к тому, что он направляет свою агрессию на самого себя. Это «обращение на собственную личность» тесно связано с идентификацией с агрессором, при котором защищающийся индивид частично отождествляется со своим агрессором. В результате этого страх перед ним уменьшается.

Вторичные фрустрации, как результаты функционирования интроекции, принимают особенно острые формы у невротиков, которым трудно полностью отказаться от потерянных объектов-целей и заменить их новыми. Работа интроекции приводит у них к переживанию более глубокого чувства вины, чем у психически здоровых людей.

## § 5. Интроекция и конформизм

Интроекция, как защитный психологический механизм, как видно из предыдущего обсуждения, в какой-то степени приводит к зависимости человека от чужих мыслей и ценностей, хотя у интроецирующего индивида может создаваться иллюзия добровольного выбора.

Если это так, то интроекцию можно считать механизмом подсознательного формирования конформизма по отношению к определенным лицам и их ценностям.

Замечено, что в периоды ускоренных изменений общества, особенно в годы социальных революций, когда происходит смена лидеров, многие граждане с готовностью отказываются от прежних своих убеждений, целей и идентификаций и, идентифицируясь с новыми лидерами, интроецируют их ценности. Очень быстро они становятся последователями новых лидеров, их конформными и преданными сообщниками и последователями.

Одну из основных психо-логик интроекции можно выразить следующим образом: «Если не можешь побеждать врагов своих, лучше присоединяйся к ним». В этой связи вспоминается

---

<sup>405</sup> Фрейд З. Психология масс и анализ человеческого «Я», с. 53.

совет Николо Макиавелли, звучащий примерно следующим образом: врагов надо либо уничтожить, либо ласкать; половинчатое наказание опасно, поскольку они могут отомстить. Но к каким последствиям приводит применение такого способа адаптации. Какие изменения претерпевает Я-концепция такого интрациатора? Это вопросы, которые достойны исследования.

## § 6. Интроекция в концлагерях и к психо-логике предательства

Очень впечатляющие примеры интроекции приводит В. Беттельхайм, сам бывший узник Бухенвальда. Этот автор описал поведение заключенных двух концлагерей фашистской Германии – Дахау и Бухенвальда. Он показал, что в крайне жестоких условиях жизни предыдущие ценности и идентификации людей разрушаются и возникают новые.

К условиям лагерной жизни лучше всех сумели адаптироваться те из узников, которые так основательно изменяли свою личность, что начинали считать своими те ценности, которыми руководствовались Гестапо. Многие из узников со стажем помогали гестаповцам избавиться от новых и непокорных пленников, в своем поведении руководствуясь ценностями Гестапо<sup>406</sup>.

Здесь мы видим впечатляющие примеры идентификации с агрессором, которая сопровождается с интроекцией их ценностных ориентаций. Здесь мы видим возможность дальнейшего развития созданной нами психологической теории предательства<sup>407</sup>.

Итак, интроекция является одним из тех механизмов, которые участвуют в процессе идентификации одной личности (А) с другой личностью (В), – с агрессором. Индивид А принимает ценности В и сотрудничает с ним.

Подобное поведение традиционно называется *предательством* по отношению к тем индивидам, вместе с которыми до сих пор А боролся против В. Отсюда следует, что вышеназванные механизмы являются одними из основных в формировании личности предателя и ее мотивации предательского поведения. Настоящими замечаниями, как мы надеемся, открываются новые возможности исследования психологических механизмов предательства, его предпосылок в личности и формирования такой личности, а также для классификации типов предателей по типам идентификации и интроекции.

## § 7. Интроекция, претенциозность и атрибуция (новая проблема и гипотеза)

В других своих труда мы уже показали, что каждая претензия одного человека (А) к другому (В) – это, по существу атрибуция<sup>408</sup>.

Но в психологии известно, что *интроекция является механизмом формирования претенциозной личности*. Это человек, у которого нет реальных талантов и других ценных черт, но он представляет себя перед обществом так, как будто обладает подобными чертами и достижениями, требуя вознаграждения.

Но если хотя бы часть претензий человека (и претенциозность как комплекс характера) формируется таким путем, значит можно заключить, что *некоторые из его претенциозных атрибуций в конечном счете обусловлены его интроекциями*. Так, если человек, лишенный значительных интеллектуальных способностей, интроецирует самому себе талант и становится

---

<sup>406</sup> Bettelheim B. *Individual and mass behavior in extreme situations*. – «*Journal of Abnormal and social Psychology*», 1943, 38, pp. 417–452.

<sup>407</sup> Она изложена в книге «Этническая характерология», Ереван, 2001.

<sup>408</sup> См.: Налчаджян А. А. *Социально-психическая адаптация личности*. Ереван: Изд-во АН Армении, 1988; его же: *Агрессивность человека*. СПб., Москва: «Питер», 2007; его же: *Атрибуция, диссонанс и социальное познание*. Москва: «Когито-Центр», 2006.

тираном в семье и среди представителей этой профессии, предъявляя членам этих групп различные претензии, то ясно, что эти его гетероатрибуции обусловлены прежними его самоатрибуциями, которые первоначально имели вид интроекций.

Систематически повторяющиеся интроекции формируют особую самоконцепцию, которая затем порождает предназначенные для предъявления другим претензии. Таким образом, мы утверждаем, что *между интроекциями и гетероатрибуциями личности имеется причинная связь, опосредованная структурой ее самосознания, в частности – ее самооценкой.*

Мы полагаем, что тем самым открывается еще одно интересное направление исследования роли интроекции в формировании личности и характера ее взаимоотношений с другими людьми.

## § 8. Новые проблемы

Завершая рассмотрение интроекции, сформулируем ряд вопросов, которые требуют дальнейших исследований. Такие исследования совершенно необходимы, поскольку глубокое знание интроекции, ее разновидностей и их связей с другими механизмами психики поможет лучше понять многие явления из сферы психологии личности, социальной психологии и патопсихологии. Во-первых, не совсем ясно, как протекает *процесс интроекции*, и с помощью каких более элементарных механизмов. Следует выяснить, у каких психологических типов людей при депривациях чаще всего используется данный механизм психической защиты. Есть ли люди, у которых именно интроекция формирует основные адаптивные стратегии? Какой из процессов первичнее: интроекция или идентификация?<sup>409</sup> Каким образом связана интроекция с проекцией и с другими защитными механизмами? Если интроекция по существу не обеспечивает подлинную адаптацию, поскольку объективная фрустрирующая ситуация сохраняется, возникают новые конфликты и человек переживает вторичные фрустрации, то почему именно она приводится в движение, почему центр личности мобилизует для самозащиты именно данный механизм?

Из собственно социально-психологических проблем, возникающих в связи с исследованием интроекции, значительную важность представляет следующая: какую роль играет интроекция во взаимоотношениях лидера и подчиненных при применении различных стилей управления? Как работает механизм интроекции у подчиненных и последователей после смерти лидера? Можно ли использовать наши знания о разновидностях и функционировании интроекции для объяснения того, почему некоторых великих людей при их жизни ненавидели, а после смерти начинали боготворить? Не является ли этот феномен следствием того, что если при жизни лидера установки и идентификации подчиненных были амбивалентными, то после смерти они становились моновалентными и почти целиком положительными? В целом, раскрытие психо-логики всех подобных форм поведения и лежащих в их основе познавательных процессов мы считаем важной задачей психологии.

Нам представляется также, что *интенсивная работа механизма интроекции таит в себе возможность возникновения мистических представлений, в частности – веры в жизнь индивидуальной души после смерти тела.* Эта возможность особенно велика у лиц, недостаточно просвещенных в науках и в познании людей, в человеческих взаимоотношениях. Поскольку интроецирующий субъект сам жив и не может представить себя умершим, в безжизненном состоянии, то интроецируя в себя образ и качества покойника, он психологически еще сильнее отвергает смерть. Несмотря на то, что утверждения типа «он физически умер, но душой и делами своими с нами» обычно воспринимаются как образные, поэтические выражения, в

---

<sup>409</sup> Принято считать, что первичнее интроекция, однако эту точку зрения мы не считаем окончательно доказанной. См.: *Философский энциклопедический словарь. М., «Советская энциклопедия», 1983, с. 215–216.*

них все же есть мистический элемент, возникший вследствие работы механизмов интроекции и идентификации. (Относительно Ленина было сочинено значительное число подобных изречений, психо-логический анализ которых представляет интерес для психологии лидерства и подчинения).

## Глава 49. Аннулирование действия

### § 1. Общая характеристика и разновидности

А. Общая характеристика аннулирования действия. – Аннулирование или отрицание действия (нем. *ungeschehenmachen*, англ. *undoing*) – это действие или ряд таких действий, целью совершения которых является магическое, символическое уничтожение другого, неприемлемого действия и (или) его последствий. Психологи считают, что этот механизм, как и другие, имеет бессознательную цель. Но само действие и его мотив, как мы думаем, могут и осознаваться.

Символическое аннулирование действия – это механизм отпущения грехов и смягчения чувства вины.

Данный механизм, как нетрудно понимать, включается в работу в том случае, когда человек совершает такие поступки, которые затем фрустрируют его, и он желал бы, чтобы их вовсе и не совершал. Но поскольку они уже совершены, остается один способ избавления от их последствий – символическое объявление их недействительными, психологическое аннулирование. Говоря о таких действиях З. Фрейд отметил их магический характер. Это *негативная магия*, использование двигательного символизма для того, чтобы устранить событие (поступок) и его последствия.

Данный механизм напоминает следующее: человек пишет что-то, но затем берет резинку и стирает написанное, поскольку оно ему не нравится. В вере в то, что подобные символические действия могут оказать воздействие на что-либо, имеются следы инфантильного и архаического чувства всемогущества.

Если человек имеет веру в реальную силу подобных действий, то, совершая их, в определенной мере освобождается от угрызений совести, которые в нем появились в результате осознания того, что в прошлом им были совершены аморальные действия.

Б. Разновидности аннулирования действия и более сложные случаи. – Основные разновидности рассматриваемого механизма – следующие две: 1) человек просит прощения, извиняется за совершенные им действия, раскаивается за содеянное. Частный случай – извинение за то действие, которое он собирается совершить, зная, что оно будет неприятно другому; 2) готовность добровольно понести наказание за совершенные преступления, искупление грехов; 3) покаяние (раскаивание), отлучение (от церкви, политической партии и т. п.).

Каждый из этих видов аннулирования имеет свои многочисленные выражения и разновидности в реальной жизни людей. Данный механизм нередко очень интересным образом появляется даже во взаимоотношениях человека и животных. Например, из трудов этнологов известно, что у некоторых этнических групп наблюдается следующего рода поведение: прежде чем стрелять в зверя во время охоты, охотник просит у него прощения<sup>410</sup>. Это любопытное явление достойно исследования, поскольку оно показывает процесс генезиса защитных механизмов в архаической форме.

Когда мы имеем в виду существование механизма аннулирования действия, некоторые, с первого взгляда парадоксальные, явления становятся более понятными. Так, бывает, что человек неожиданно жертвует значительную сумму денег в пользу какой-то организации, для детей и т. п. Другой пример: неверный мужчина внезапно приносит домой большой и шикарный букет цветов для своей жены. В обоих случаях эти «щедрые» люди символически искупают

---

<sup>410</sup> См.: Леви-Строс К. *Печальные тропики*. Москва: «Мысль», 1984; Линдبلاد Я. *Человек – ты, я и первозданный*. Москва: «Прогресс», 1991 и др.

свою вину. Родитель, который не очень любит своего отпрыска, может пойти на значительные жертвы ради его благополучия, желая показать обществу, как он озабочен его благополучием.

Интересно следующее: приводя подобные примеры, психологи, по-видимому, не заметили, что это не чистые случаи аннулирования действия. *Во многих из них механизм аннулирования сочетается с механизмом формирования обратной реакции.* Мы не отрицаем, что аннулирование действия является самостоятельным защитным механизмом. Однако столь же очевидно, что во многих реальных ситуациях жизни, фрустрируясь из-за собственных реальных или планируемых действий, человек сочетает данный механизм с другими, т. е. пользуется защитными комплексами. Во всяком случае, очень часто ассоциируются механизмы аннулирования действия, формирования обратной реакции и, конечно, вытеснение.

В. Еще две разновидности. – Аннулирование действия – типичный образец механизма, направленного, в первую очередь, против внутренних фрустраторов, хотя он играет также роль защиты против внешних фрустраторов (именно по этой причине и он исследуется в настоящей части нашей книги).

Можно выделить еще два подтипа этого механизма: 1) аннулирование действия для себя, т. е. для символического уничтожения тех действий, которые совершены данным субъектом и вызывают у него тревогу; 2) аннулирование действия для другого, ради интересов другого.

Примером аннулирования для другого может служить следующий: несколько человек находятся в комнате, и один из них начинает хвастать, что у него крепкое здоровье, никогда серьезно не болел и т. п. . . . Находящаяся рядом его жена стучит по деревянному столу и проговаривает: «Тю, тю, чтоб не сглазить». Этим она, согласно существующим верованиям, отгоняет черта, который в подобных случаях приносит несчастья тому человеку, который запомнил его существование. Это одновременно символическое уничтожение действия хвастуна (слово – тоже дело) и предотвращение злонамеренных действий сатаны. Но для кого обычно «стучат по дереву» люди, стремясь обезопасить его от возможных вредных влияний злых существ? Немного поразмыслив, мы понимаем: это делается ради тех, к судьбе которых мы небезразличны, а это означает – для тех, с кем у нас имеется хотя бы слабая, но положительная психологическая идентификация.

Причем у нас создается впечатление, что мы подобные магические действия чаще совершаем ради интересов других, чем для себя лично. Почему? Когда я гордо заявляю, что здоров и никогда серьезно не болел, то никогда не аннулирую символически это действие, а вот другой это делает. Это пусть небольшая, но тоже интересная психологическая проблема. По-видимому, подсознательно чувствуется, что человек не может быть своим собственным колдуном.

Эта форма суеверия используется и в других случаях, например, при большом успехе, или когда мы громко заявляем, что дело, которое мы только что начинаем, завершится большим успехом. В таких случаях присутствующие или сам говорящий высказывает пожелание, чтобы «сатана оглох» и не услышал сказанное.

Г. Ритуалы и аннулирование действия. – Каждый этнос в ходе своей истории выработал целый ряд ритуалов – простых и сложных. Мы полагаем, что в целом все эти ритуалы многофункциональны. Защитная функция – только одна из них, что можно показать на конкретных примерах.

Например, ритуал погребения мертвых предназначен для защиты от их возвращения в виде злых духов. Могильная плита (обязательно тяжелая) – доказательство такого предназначения.

Умывание рук – классическое символическое действие, целью которого является символическое уничтожение каких-то действий, уничтожение следов своего участия в каком-то деле, в котором человек не хотел бы участвовать. И если другие желают совершить такие действия, умыванием рук, или в словесной форме: «Я умываю свои руки» он выражает свой отказ от участия в нем, символически освобождает себя от ответственности.



## § 2. Соображения о генезисе механизма аннулирования действия

Генезис этого механизма представляют следующим образом: когда ребенок совершает что-то плохое, его учат тому, как оправдывать себя или возмещать нанесенные убытки. Когда человек просит прощения и принимает наказание, то тем самым его плохое деяние как бы аннулируется, и он может продолжать действовать с чистой совестью. Признание и наказание (в том числе самонаказание) предотвращают более серьезные наказания.

Под воздействием всего этого у ребенка может образоваться представление, будто некоторые действия имеют способность заглаживать или искупить вину за плохое поведение, или же предотвращать наступление каких-либо неприятных событий. Например, когда ребенок перед сном вокруг своей подушки расставляет в круг игрушки-животные, то у него возникает убеждение, что он своими действиями предотвращает ночные страхи. Возникновение механизма аннулирования действия некоторые психологи связывают с детским чувством всемогущества. Действительно, как у детей и подростков, так и среди дикарей распространено мнение, что с помощью слова можно уничтожить то, что реально сделано и существует материально.

У взрослых есть свои ритуалы, связанные с суевериями. Например, актер перед премьерой носит особую одежду или такое украшение, которое, как он полагает, приносит счастье и успех. Игрок, прежде чем бросать кости, может целовать их, отвешивать им поклон и т. п. Все эти действия ассоциируются с прошлыми успехами, и когда их выполнение прерывается, человек переживает беспокойство, предвидит неудачу и т. п. Считается, что всевозможные действия такого рода – нормальные проявления защитного механизма аннулирования действия.

Вполне понятно, что приобретение описываемых защитных механизмов непосредственно связано с моральным развитием личности и должно быть исследовано с привлечением концепций Ж. Пиаже и Л. Колберга об уровнях и закономерностях морального развития личности. Например, было бы интересно выяснить, на каком уровне и этапе морального развития возник механизм аннулирования действия и те или иные его разновидности. Важно также знать индивидуальные различия этих механизмов и сроков их появления.

Есть основание предположить, что генезис защитных механизмов вообще, и аннулирования действия – в частности, обусловлено теми состояниями *когнитивного диссонанса*, которые возникают уже у подростков в связи с совершением морально осуждаемых, запрещенных родителями поступков. Диссонанс создает мотивацию психологической самозащиты, которая и приводит либо к подражанию защитного поведения других, либо к созданию таковых, т. е. к специфическому виду психологического творчества.

Таким образом, намечается, по крайней мере, несколько направлений исследования генезиса защитного механизма аннулирования действия.

Необходимо отметить, что механизм аннулирования действия – один из самых практических и здоровых, практически полезных механизмов, поскольку позволяет сохранить моральные взаимоотношения людей и самоуважение личности. Когда индивид А позволяет себе аморальный поступок по отношению к В, то извинение позволяет сохранить нормальные взаимоотношения этих двух лиц. Это главная социально-психологическая функция данного механизма. Когда человек извиняется или каким-либо иным способом возмещает причиненный ущерб, то психическое состояние сторон почти полностью возвращается к норме.

Сказанное позволяет заключить, что как обсуждаемые здесь, так и другие защитные механизмы следует более тщательно изучить с социально-психологической точки зрения, считая их такими явлениями, которые играют существенную роль во взаимоотношениях людей и социальных групп. Во всех случаях необходимо иметь в виду также их этнокультурные различия.

### **§ 3. Защитный комплекс с участием механизма аннулирования действия**

При описании разновидностей механизма аннулирования действия мы уже видели, что в некоторых случаях он сочетается с механизмом формирования обратной реакции, благодаря чему образуется весьма эффективно действующий защитный комплекс.

Не менее эффективно и мощно действует защитный комплекс, состоящий из аннулирования действия, рационализации и проекции. Этот комплекс, как заметили психиатры, направлен против чувства вины и весьма полезен, поскольку названное чувство, если у личности оно устойчиво, приводит к формированию комплекса неполноценности<sup>411</sup>. Мы полагаем, что описанный защитный комплекс нуждается в дополнительном исследовании.

### **§ 4. Патологическое развитие**

Как и другие защитные механизмы, аннулирование действия также может патологизироваться – стать чрезмерным и дезадаптивным.

Аннулирование действия принимает патологический характер в том случае, когда используется как замена предосторожности и такого важного механизма нормальной психической жизни, как предвидение последствий своих поступков.

Поведение человека патологично, когда он вновь и вновь совершает одни и те же дезадаптивные, аморальные и преступные действия, и каждый раз, извиняясь, считает себя свободным от чувства вины и ответственности. В таких случаях здоровым адаптивным поведением является устранение подобных действий из репертуара своего социального поведения.

Механизм аннулирования, таким образом, становится патологическим, когда злоупотребляется с целью избежать социальной ответственности. Когда индивид А первый раз обманывает индивида В и извиняется, это еще понятно и В может сохранить прежние отношения. Но когда подобное поведение повторяется второй, третий раз и даже в последующем, то В может вполне обоснованно подумать, что А обманывает его с целью эксплуатации. В таких случаях разрыв отношений неизбежен.

З. Фрейд и другие психоаналитики наблюдали много случаев невроза навязчивых состояний (обсессивные неврозы), в синдроме которого постоянно присутствуют такие повторяющиеся действия, которые имеют сложную мотивацию, но одной из которых является желание символического уничтожения совершенных действий. Говоря обобщенно, совершая подобные действия, индивид пытается объявить несуществующей определенную часть своего прошлого.

Нормальные люди, как мы видели, также часто ощущают потребность каким-то образом устранить последствия своих действий и в определенной мере освободиться от угрызений совести. Лучшим способом является компенсация за причиненный другим вред. Это здоровое стремление. Но невротики поступают не так: они стремятся уничтожить свои мнимые или реальные преступления только с помощью магических действий. (Вспомним турок, которые отрицают совершенные ими преступления против человечества).

Аннулирование действия является защитным механизмом, который чаще всего встречается у больных с навязчиво-компульсивными неврозами, путающих свои агрессивные желания с действиями. Этот механизм связан с компульсивным желанием повторения. Повторение означает исполнение того же действия, но уже свободного от первоначального подсознательного значения или с противоположным подсознательным значением. По-видимому, именно

---

<sup>411</sup> См.: Coleman J.C. *Abnormal Psychology and Modern Life*. Chicago, 1964, p. 101.

по этой причине одним из способов освобождения от навязчивостей является многократное сознательное их повторение<sup>412</sup>.

Поскольку склонность злоупотреблять защитным механизмом аннулирования действия широко распространена, мы должны исследовать ее как можно глубже. Для того, чтобы способствовать этому делу, ниже мы предлагаем ряд идей. Есть основание для предположения, что те индивиды, которые склонны злоупотреблять механизмом аннулирования действия: не переживают состояния когнитивного диссонанса, или же подобные переживания у них бывают слабыми, немучительными; они имеют ниже среднего уровень морального развития; обладают развитым комплексом макиавеллизма. Эти *гипотезы*, конечно, требуют эмпирического обоснования.

Мы уже отметили также необходимость исследования разновидностей механизма аннулирования действия (поступка) и тех нормальных или патологических комплексов, которые они составляют с другими защитными механизмами.

В принципе все разновидности (модусы) этого механизма могут развиваться до крайних и абсурдных форм, до патологического уровня. Если психически здоровый человек стучит по дереву и произносит слова «Тю, тю, чтоб не сглазить» с некоторой иронией, шутливо, то невротик или психотик совершают эти же действия весьма серьезно, а очень часто – даже персеверативно. В результате этого у человека жизненный процесс усложняется, он оказывается в дезадаптивном состоянии: нормальный ход жизни нарушается.

Психиатрам и психотерапевтам хорошо известны патологические ритуалы мытья рук, устройства защиты вокруг кровати перед сном и т. п. У автора этих строк была пациентка, которая, проходя по улице, должна была сдавливать ногами все окурки, брошенные на тротуары. Когда ей препятствовали в этом деле, у нее возникало тревожное состояние, ожидание наступления неприятных событий.

## § 5. Аннулирование действия и механизм символизации

Исследование механизма аннулирования действия приводит нас к «ощупыванию» одного из механизмов возникновения (создания) символов – главным образом индивидуальных, но, по-видимому, также этнических. Ведь вполне понятно, что каждый случай использования этого защитного механизма – это случай использования символа (символического действия) – двигательного или речевого. Например, постукивание по дереву – это символическое магическое действие, которое, по мнению человека, каким-то образом оказывает влияние на ход событий.

Но каким образом создаются такие символические действия? Когда возникает потребность в их создании? Какую роль играют магическое мышление людей и психо-логика такого мышления? Создаются ли символы на основе (или с помощью) научного мышления? Создаются ли подобные символические действия – становясь механизмами психологической защиты – на основе религиозного мышления? Вот вопросы, которые требуют обоснованных ответов.

Итак, мы предлагаем *гипотезу*, состоящую из следующих утверждений: 1) потребность в возникновении защитного механизма в виде аннулирования действия возникает в том случае, когда человека фрустрируют его собственные действия; 2) когда он переживает тревогу, ожидая неприятных последствий; 3) когда эти возможные неприятные последствия (например, неудачи, наказания и т. п.) он приписывает каким-то таинственным силам, например дьяволу, которого, следовательно, следует успокоить и ввести в заблуждение; защитные действия направляются против этих темных сил; 4) мы предполагаем, что стук по дереву – это остаток

---

<sup>412</sup> См.: Eidelberg L. *An Outline of a Comparative Pathology of the Neurosis*. IUP, 1954, p. 112.

веры в то, что деревья имели своих добрых духов: стуками вызывая их, можно с их помощью защищаться от злых духов.

Другие ритуальные защитные действия должны иметь иные объяснения, но для всех этих объяснений, как мы думаем, общим является следующее: с помощью подобных символических действий люди просят помощи у своих духов – защитников (покровителей). В подсознательной сфере даже современных людей остались еще подобные анимистические верования, способствующие процессам создания целого ряда защитных механизмов и символизации. Для обоснования сказанного нетрудно привести примеры из области этнологии.

Вкратце только об одном примере: когда дорогу человека пересекает черная кошка, представители разных этносов защищаются по-разному (т. е. с помощью различных действий); одни возвращаются назад и идут по другой дороге; другие совершают три поворота на месте, вокруг своей оси<sup>413</sup>. Возникает вопрос: почему у разных народов возникают разные символические защитные действия, «аннулирующие» зло.

## § 6. Сублимация механизма аннулирования действия

Считается, что механизм символического отрицания совершенного поступка может сублимироваться. Например, если человек приобрел богатство преступным путем, то он может теперь совершить благотворительность, которая, вполне понятно, является сублимированной формой отрицания или аннулирования, уничтожения совершенных прежде аморальных и преступных деяний.

Когда человек, переживая чувство вины и имея мотив искупления, выбирает соответствующую профессию и, оказывая помощь людям, даже наносит вред собственному здоровью, то перед нами здоровая сублимация, обусловленная названным мотивом.

Отсюда ясно, что защитные механизмы сублимации и аннулирования действия теснейшим образом взаимосвязаны. Эта связь подлежит более подробному исследованию. Сублимации требует отдельного исследования, однако здесь уместно утверждать, что во многих случаях сублимация обусловлена стремлением отрицать собственные уже совершенные поступки, воспоминания о которых на настоящем этапе жизни человека уже являются для него внутренними фрустраторами. Причем человек редко осознает те процессы, которые приводят к сублимации.

## § 7. Вовлечение и отрицание

О вовлечении (commitment) человека мы можем говорить в том случае, когда он уже принимал определенные решения и исполнял ряд соответствующих этому решению поступков, таких, которые уже не позволяют ему возвращаться к первоначальному положению вещей. Иначе говоря, он уже не может отрицать то, что им совершено, не может отказаться от принятого решения, поскольку они уже есть, стали известны другим людям и привели к определенным и заметным последствиям.

Известно, что в подобных случаях, т. е. когда в результате собственных решений и поступков, человек фрустрируется (или его фрустрируют со ссылкой на эти действия), он прибегает к помощи таких защитных механизмов, как отрицание реальности, объявление совершенного действия недействительным, извинение, вытеснение и подавление.

Однако приведут ли названные механизмы к ослаблению и устранению фрустрации, восстановлению первоначального психического состояния, зависит, в частности, от глубины вовлеченности в новую ситуацию или в процесс активности. Именно здесь, при решении этого

---

<sup>413</sup> См.: Менинджер В., Лифт М. *Вы и психоанализ*. М., 1998, с. 525.

вопроса, могут сочетаться возможности, по крайней мере, трех теорий – теории психической защиты, теории вовлечения и теории когнитивного диссонанса.

Так, одно дело, если индивид только один раз в жизни случайно совершил какое-либо преступление, и совершенно другое, когда он уже вовлечен в преступную деятельность и стал членом криминальной группы, перед которой имеет обязанности.

Для дальнейшего развития данного направления исследований предстоит: 1) создать критерии и способы измерения уровня вовлеченности человека в ту или иную форму социально-психологической активности; 2) выяснить, какие специфические защитные механизмы используются на каждом из этих уровней, и в каких условиях их работа наиболее продуктивна; 3) разработать концепцию раскаяния и способов освобождения от такого состояния; 4) разработать практические методы освобождения от нежелательной вовлеченности.

## § 8. Когнитивный диссонанс и аннулирование действия

Мы видели, что данный механизм начинает работать в психике человека во всех тех случаях, когда совершенные им поступки фрустрируют его и он хотел бы, чтобы эти действия им вовсе не были совершены. Известно также (это обстоятельство специально отмечает Л. Фестингер), что когнитивный диссонанс является фрустратором.

Поэтому мы предлагаем *гипотезу*, согласно которой каждый раз, когда диссонанс у личности возникает вследствие того, что он сам совершил действия (либо планирует совершить), которые вызвали у него диссонанс, у него, наряду с другими защитными механизмами, должен работать также механизм символического уничтожения, аннулирования совершенных действий.

Например, когда индивид совершает такие действия, которые несовместимы с его моральными принципами, то, переживая диссонанс, он может стремиться символически уничтожить эти действия. Это помогает предотвратить повторное совершение подобных поступков и переживание неприятного состояния диссонанса.

Примерно такой же защитный механизм используется человеком в том случае, когда у него возникает намерение совершить какие-либо запретные, нежелательные действия. *Намерение тоже вызывает диссонанс*, для устранения которого индивид может попытаться уничтожить свое намерение, объявить, что вовсе и не имел такого намерения. (Диссонанс возникает между суждениями следующего типа: 1) «Я человек моральный»; 2) «Я хочу совершить аморальный поступок х». Под влиянием диссонанса возникает мотив уничтожения намерения, что и нередко удается сделать.

## Глава 50. Перенос (перенесение, трансфер)

### § 1. Перенесение и субституция

А. Общая характеристика перенесения. – Для полного удовлетворения многих своих потребностей человек нуждается в других людях, в сотрудничестве и общении с ними. Таковы наши потребности в агрессии, сексуальном удовлетворении, сотрудничества ради общих целей и т. п. Однако бывают случаи, когда опасно или морально неприемлемо направлять названные желания на соответствующие объекты, или эти объекты просто могут отсутствовать. Тогда человек фрустрируется и в нем возникает потребность в психологической самозащите.

Мы уже знаем, что такая защита действительно имеет место. Используется, например, механизм вытеснения. Но нередко фрустрированные люди выбирают другой путь. Не вытесняя или только частично вытесняя свои импульсы и желания, они выбирают другой, достаточно мощный механизм психологической защиты, который получил название *перенесения* (перенос, трансфер, displacement, Verschiebung). Этот механизм, также открытый Фрейдом, играет важную роль в психоаналитическом процессе и в теории психоанализа. Однако специфика как этого, так и других защитных механизмов заключается в том, что, будучи реальностями нашей жизни, могут исследоваться и вне психоанализа. Они хорошо вписываются и в другие теории личности, в том числе в нашу теорию психологической адаптации.

Б. Субституция (замена). – Сущность переноса (перемещения, перенесения) заключается в том, что человек, сохраняя свое фрустрированное влечение, переносит его на другой, более доступный объект. Иначе говоря, для удовлетворения своего влечения он находит *заменяющий* объект. Этот процесс называют *субституцией*, что попросту означает «замена» одного объекта другим объектом. Каждая потребность человека на каждом этапе его развития привязывается к определенным объектам, с помощью которых она удовлетворяется. Одновременно на каждом этапе развития наблюдается тенденция перехода к новым объектам. Именно данный психический процесс и называется заменой.

При субституции первоначальный объект может быть заменен или другим, но сходным объектом из того же класса объектов, или же представителем из совсем другого класса. Однако этот второй случай встречается очень редко.

Развитие личности, как переход от одного этапа на другой, помимо других включает также процессы перенесения и замены. Замена, по существу, является результатом сложных психических процессов, из которых можно указать на следующие: 1) восприятие и оценка объекта  $O_1$ ; 2) блокада стремления личности к этому объекту, т. е. фрустрация; 3) перенесение вектора потребности на новый объект  $O_2$ ; 4) выбор этого нового объекта ( $O_2$  должен обладать привлекательностью для субъекта).

Фактически замена есть последний этап сложного процесса, исследование которого еще нельзя считать завершенным.

Когда речь идет о переносе или перемещении агрессивных или сексуальных желаний, то следует иметь в виду, что они переносятся в первую очередь на других людей. Причем в качестве заменяющего объекта обычно (и с большей готовностью) выбирается такой объект, к которому у личности до этого не было негативного отношения.

Фактически любая субституция происходит в условиях конфликта и имеет своей целью разрешение этого конфликта. Психическая энергия, связанная с одним объектом, переносится на другой объект, в результате чего интерес к первому объекту исчезает и появляется интерес к новому объекту. Поскольку в принципе первоначальная цель не достигается, то вряд ли можно утверждать, что перенесение и замена полностью снимают фрустрацию личности.

Замещающие действия могут быть спонтанными. Например, человек, встречающий препятствия на своем пути к цели, может совершить первые попавшиеся действия, лишь бы получить разрядку психофизиологической энергии.

Мы считаем также, что перенесение и замещение, как этапы одного процесса, являются общими психологическими механизмами и могут использоваться как в процессах защитной адаптации, так и в незащитных психических процессах.

Перенесение и субституция представляют собой важную проблему психологии и имеют много аспектов. Ниже мы рассматриваем главные из них. Исследование же этих механизмов в психопатологии – особая задача, которая должна стать предметом исследования в области патологической адаптации.

**В. Формы перенесения.** – Перенесение выступает в двух формах: а) как перенесение целей (замена одной цели-объекта другим объектом); б) как перенесение во времени: желание и аффект только позднее выражаются, удовлетворение влечения переносится на более поздний срок).

В психологии в основном обсуждается перенесение на другой объект и замена объекта. Но, например, О. Феничел показал важность перенесения во времени. Так, траур, который длится долго, охраняет «Я» от того потрясения, которое пережил бы человек, если бы совершил ускоренный переход от страдания к наслаждению. Имеет место также явление перенесения во времени страха: в опасных ситуациях человек действует спокойно, и только спустя некоторое время, когда опасность уже миновала, начинает переживать страх. Это и есть явление перенесения или откладывания страха<sup>414</sup>.

Во многих случаях два вида перенесения комбинируются. Мы уже упомянули случай, как служащий, подвергаясь фрустрации в том учреждении, где работает, переносит свою агрессию на членов своей семьи. Но в таком случае он не только переносит агрессию от начальника на свою жену, но и откладывает разрядку агрессивности. Это одновременно и объектное, и временное перенесение.

Перенесение может быть как сознательным, так и подсознательным. Так, работу механизма перенесения мы часто видим в сновидениях, в которых нередко настоящие объекты влечений человека заменяются другими объектами. Это символическая замена.

Итак, для практических целей полезно иметь следующие два определения перенесения: 1) перенесение целей состоит в том, что в качестве объекта влечений и чувств, в отличие от первоначального, выбирается новый объект; 2) при перенесении во времени удовлетворение влечения или выражение аффекта переносится на более позднее время и личность, таким образом, по крайней мере предварительно, защищается.

## **§ 2. Перенесение и психическая энергия (новые идеи)**

Иногда прямые действия по преодолению проблемной (стрессовой и фрустрирующей) ситуации невозможны, так как они привели бы к нежелательным социальным и психологическим последствиям. «Этого можно избежать, – пишет Т. Кокс, – путем перемещения активности преодоления в новое и более приемлемое русло или в другую форму выражения. Перемещение часто наблюдается в контексте агрессии и секса. Многие сведения о перемещении активности мы получили из проводимых современными европейскими этологами исследований конфликтных ситуаций»<sup>415</sup>. Мы уже видели, какие разновидности может иметь перенесение (или перемещение).

---

<sup>414</sup> См.: Fenichel O., op. cit., (1945), S. 162.

<sup>415</sup> Кокс Т. Стресс. М.: «Медицина», 1981, с. 101.

Можно выдвигать следующую идею: мы полагаем, что дальнейшее развитие представлений о переносе и субституции возможно на основе новой теории психической энергии, которая изложена нами в другой книге<sup>416</sup>. *В каждом случае перенесения определенное количество психической энергии, связанное с определенным психическим содержанием (с сексом, агрессией, обвинением, восхвалением другого человека или самого себя и т. п.) переносится на другое содержание.*

Таким образом, *процесс переноса имеет место в подлинном смысле в онтологическом психическом пространстве.*

### § 3. Перенесение агрессивности

Одним из самых распространенных разновидностей работы субституции является перенос агрессии на другие объекты, субституция ее объекта.

А. Перенесение агрессии на других людей. – Первые исследования процесса перенесения агрессии были осуществлены еще основателями теории фрустрации – агрессии Дж. Доллардом и его соавторами (1939 г.). Они исследовали это явление в лабораторных условиях. Когда человека фрустрируют, и он по каким-то причинам не в состоянии разрядить возникшую у себя агрессивность против подлинного фрустратора, он может переносить свою агрессивность на другой объект.

Испытуемых приглашают в лабораторию и говорят, что это необходимо для исследования определенных физиологических функций. Их лишают ночного сна, показывают пищу, но не разрешают есть, запрещают читать, писать и разговаривать. После этих фрустраций испытуемые выражали законную агрессивность по отношению к экспериментаторам. Один из них, например, нарисовал раненых людей, убитых и разделенных на части тела и т. п. Когда его спрашивали, кто эти жертвы, он ответил, что это психологи<sup>417</sup>.

В реальной жизни таких случаев можно наблюдать в великом множестве. Такое перенесение агрессии имеет место в семьях, в организациях, в области политической деятельности и т. п. Причем иногда агрессия, возникшая в одной социальной группе, индивид переносит в другую социальную группу и здесь выбирает новый, замещающий объект агрессии. Например, мужчина, который был фрустрирован в трудовой группе со стороны своего начальника, может перенести свою агрессию в семью и выбрать здесь себе жертву.

В области политики: когда первый руководитель фрустрирует своего заместителя, тот переносит свою накопленную агрессивность на своих подчиненных, те – на своих и т. п. Так агрессия распространяется по всей организации. Каждый ищет и обычно находит для себя «козлов отпущения».

Б. Перенос агрессии на самого себя. – Когда нет других доступных объектов, то в качестве объекта агрессии (жертвы) человек может выбрать самого себя. Самого себя человек может выбрать также в случае перенесения других своих мотивов, так что здесь действует общая закономерность. Например, когда человек не может любить других, он может переносить свое желание любить на самого себя. Так развивается нарциссизм. Нередко мы видим, как за свои фрустрации люди ругают и обвиняют самих себя вместо того, чтобы эту агрессию направлять на других.

Бывают случаи, когда человек фрустрируется, человек-фрустратор присутствует, но его жертва не рискует действовать против него агрессивно и начинает критиковать самого себя,

---

<sup>416</sup> Налчаджян А. А. *Власть, авторитет, лидерство. Рукопись; его же: Психика, сознание, самосознание. Рукопись.*

<sup>417</sup> См.: Dollard J., Doob L. W., Miller N. E., Mowrer O. H., R. R. Sears. *Frustration and aggression. New Haven: Yale Univ. Press, 1939, p. 45.*



издеваться над самим собой и т. п. Он бы охотно все это проделал с подлинным агрессором («с этим подлецом»), но не имеет такой возможности.

Есть люди, которые в присутствии своих агрессоров и мучителей ведут себя карикатурно, и это тоже с психологической точки зрения следует считать самоагрессией. Еще в 40-е годы XX века подобное поведение у негров южных штатов США отметила Гортензия Паудермайер<sup>418</sup>.

Такие странные формы самоагрессии могут наблюдаться также в межэтнических отношениях и у детей. Есть люди, которые, переживая фрустрации, начинают «обезьянничать» и другими комическими способами дискредитировать самих себя.

В. Перенос агрессии и предубеждение. – В упомянутой выше книге Дж. Долларда и соавторов (с. 43–44) рассказывается и о другом эксперименте, проведенном с группой мальчиков в летнем лагере. Идея эксперимента была следующей: что произойдет, если их фрустрировать, а затем предоставлять в их распоряжение мишень, который не имеет абсолютно никакой связи с их фрустрациями? В качестве мишеней были избраны этнические группы.

Детей лишили приятных занятий (например, не дали посетить театр), занимали неинтересными делами (например, экзаменами на случайные темы), после чего неоднократно – до и после экзамена – давали короткие тесты по определению установок. Половина испытуемых должна была оценить японцев (до экзамена) и мексиканцев (после экзамена), а вторая половина – в обратном порядке.

Оказалось, что после фрустрации установки испытуемых по отношению к чужим этно-расовым группам ухудшились (стали еще более отрицательными). Исходя из этого, психологи заключили, что на *социальные предубеждения (prejudice) оказывают влияние не только проекция, но и механизм перенесения*. Это открытие можно применить также в этнопсихологии и этноцидологии.

Если социальные условия таковы, что фрустрируют людей, то они, становясь агрессивными, ищут объекта приложения своей агрессивности. Некоторые обвиняют в своих бедах правительство, другие – чужие этнорасовые группы. Хитрые правители нередко сами направляют недовольство народа на чужаков, тем самым отвлекая их агрессию от самих себя. Так, Адольф Гитлер направил недовольство немцев, которые после Первой мировой войны плохо жили, на евреев. Гитлер обвинил евреев в трудностях, переживаемых Германией, и превратил их в «козлов отпущения». При этом И. Сарнофф, который специально обсуждал данную проблему, очень верно отметил, что Гитлер не смог бы добиваться успеха в этом деле, если бы немецкий народ психологически не был подготовлен для этого. Ряд исследователей (Э. Эрикссон, Э. Фромм и др.) обратили внимание на то, что структура немецкой семьи такова, что производит определенный тип личностей: полная власть отца и подавленное состояние жены и детей. В немецкой семье дети должны с глубоким уважением относиться к отцу, никогда не должны возражать ему в агрессивном тоне и т. п. Это авторитарная семья. У детей, выросших в таких семьях, возникала агрессивность по отношению к отцам, но они ее подавляли. И вот когда национал-социалисты показали объект, на который можно было направить эту агрессию, немцы охотно пошли на это.

«Козлами отпущения» могут стать не только этнические меньшинства внутри страны, но и другие народы, поведение которых не нравится агрессору. Диктаторы нередко начинают войну против других народов, и это помогает им сохранить свою власть. Руководители СССР долгие годы использовали для этой цели такое пугало, как страны капитализма. Идея «империалистического окружения» сослужила им полезную службу. Поиск «козлов отпущения» и был поставлен на научную основу. В целом тема «тоталитаризм и перенесение агрессии» – интересная область исследования того, как работают некоторые из защитных механизмов.

---

<sup>418</sup> См. об этом: Sarnoff, *op. cit.*, p. 243.

## § 4. Перенесение и сублимация

В зависимости от того, какими объектами заменяется первоначальный объект желаний (цель), возникают различные результаты. Перенесение и замена в определенных случаях приводят к *сублимации*, следовательно, являются механизмами этого явления. Это имеет место в том случае, когда человек свои неудачи в различных областях деятельности компенсирует активной научной, художественной или общественной активностью.

Интересным случаем замещения и перенесения можно считать следующий: у невротиков всегда имеются внутренние конфликты, от которых они (даже не осознавая их существования) очень страдают. Однако известны случаи, когда невротики за короткое время, оказавшись в угрожающих их жизни опасных ситуациях, быстро выздоравливались. Так было, например, в годы Великой Отечественной войны. При этом, как мы полагаем, играла роль то обстоятельство, что невротики переключились на деятельность по защите родины, а это является формой сублимированной активности.

## § 5. Перенос любви и ее усиление

Механизм переноса чувств и желаний касается не только агрессии, но и многих других влечений человека. В этом смысле перенос желаний, чувств и установок – механизм универсальный. Каждая устойчивая установка, не найдя прямого выхода к своему предмету, может переключиться на другой предмет, заменить свой объект.

Приведем очень удачный на наш взгляд пример из романа Л. Н. Толстого «Война и мир». Во время своего отпуска Денисов влюбляется в сестру своего подчиненного Ростова – Наташу, делает предложение, но получает отказ. Он очень переживает из-за этого. Когда оба возвращаются в свой полк, казалось бы, отношения их должны были портиться. (Именно так и произошло с другим героем – Долоховым, который, получив отказ от Сони, стал агрессивным и оскорблял Ростова, выиграл у него в игре в карты 43 тысячи рублей). Но тут, в случае с Денисовым, имело место обратное.

«Ростов жил по-прежнему с Денисовым, и дружеская связь их со времени их отпуска стала еще теснее. Денисов никогда не говорил про домашних Ростова, но по нежной дружбе, которую командир оказывал своему офицеру, Ростов чувствовал, что несчастная любовь старого гусара к Наташе участвовала в этом усилении дружбы...»<sup>419</sup>.

Здесь есть ряд психологических обстоятельств, которые заслуживают упоминания. Происходит именно усиление дружбы, а не прямой перенос любви Денисова от сестры Ростова на него самого. Это разные объекты, поэтому любовь, как особая установка, в основном сохранилась у Денисова в прежней форме. Частично она была перенесена на Николая и превратилась в дружбу, тем самым усиливая прежнюю положительную установку. На поведенческом уровне это преобразование выражалось в усилении заботы о молодом Ростове, в стремлении беречь его и т. п. Мужская дружба усиливается в результате переноса определенной доли любви на товарища. Но такое явление может быть также следствием того, что Денисов, по всей видимости, все еще не совсем потерял надежду жениться на Наташе.

Здесь, таким образом, мы видим две противоположные стратегии поведения, избираемые Долоховым и Денисовым. Первый из них выбирает агрессивную, разрушительную стратегию, а второй – стратегию любви – конструктивную и утверждающую. Причем объектом приложения в обоих случаях является один и тот же индивид – Николай Ростов. Однако агрес-

---

<sup>419</sup> Толстой Л. Н. Собрание сочинений в 12 томах, т. 4; М., 1984, с. 132.

сивность Долохова была обусловлена не только его характером. Дело в том, что для него Николай был соперником, а для Денисова – братом своей возлюбленной. Это разные позиции.

Но даже с учетом этого последнего обстоятельства, как мы считаем, выбор той или иной стратегии во многом определяется характером личности, в котором уже заложены и закреплены предпочитаемые стратегии психической адаптации.

## § 6. Перенесение и целеобразование

Перенесение влечения (мотива, чувства и т. п.) на другой объект и замена им первоначального объекта (цели) в определенном смысле есть процесс целеобразования и целеполагания. Это один из возможных случаев выбора новой цели и направления психической активности на ее приобретение.

Такое целеполагание является защитным процессом в том смысле, что мотив (чувство, желание, намерение и т. п.) *как бы спасается и сохраняется*, хотя подобная замена редко приводит к такому же удовлетворению, которое имело бы место при отсутствии фрустрации.

Каким образом происходит выбор новой цели? Случайно ли, или же какие-то нормы и ценности сообщают этому процессу направленность? Мы полагаем, что, по крайней мере, следующие факторы играют роль в выборе новой цели для замены старой, фрустрированной цели.

1) Новая цель должна быть социально приемлемой. Это означает, что ее приобретение и получение удовольствия не должны наказываться с применением социальных санкций.

2) Новая цель должна удовлетворить ту же потребность, которую индивид имел намерение удовлетворить с помощью первоначальной цели.

3) Замена цели сама требует объяснения и даже обоснования и защиты; с этой целью используются рационализация, атрибуция и другие психологические механизмы («психизмы», как иногда говорят). Это уже вторичная защита, наступающая после перенесения и субституции. Это означает, что в ходе всего процесса личность, не вполне осознанно, одновременно или последовательно пользуется механизмами перенесения, замены, рационализации, атрибуции и др. Мы полагаем, что названные механизмы последовательно детерминируют друг друга, каждый предыдущий вызывает активность последующего механизма.

Более того, выступая на арену психической активности вследствие одной и той же фрустрации, разные защитные механизмы могут составлять иерархические системы. В указанном выше случае рационализация выступила для оправдания перенесения. Защитные механизмы включаются друг в друга, надстраиваются друг над другом, как бы естественно и спонтанно приходя на помощь друг другу для создания по возможности более мощного барьера на пути фрустрирующих агентов, для защиты психической целостности и здоровья личности.

Для каждого конкретного случая фрустрации следует выявлять иерархические связи различных защитных механизмов. В принципе ни в одной фрустрации ни одна из защитных реакций не может выступать изолированно от других. Для психологической теории важно знать, какие защитные реакции с большей вероятностью выступают совместно, в какой другой реакции нуждается каждая данная реакция. Если бы можно было обнаружить здесь закономерности, то анализ и понимание конкретных случаев стало бы несравненно легче. Более того, если бы мы смогли связать определенные типические ситуации (с учетом типа личности) с определенными сочетаниями взаимосвязанно выступающих защитных механизмов, то это позволило бы предвидеть поведение людей в определенных ситуациях, что является одной из главных целей каждой психологической теории.

Для удовлетворения своих порочных и запретных влечений люди сами создают или находят подходящие условия, а затем ссылаются в свое оправдание на эти условия, от них якобы не зависящие.

Таким образом, можно сказать, что реальное или воображаемое создание условий, подходящих для удовлетворения фрустрируемого влечения или необходимо вызывающих его, является важным защитным механизмом личности. В созданных таким образом ситуациях всегда можно обнаружить и другие защитные механизмы.

Итак, механизмы перенесения (трансфера) и замены (субституции) позволяют личности заменить недоступную цель новой и более доступной. Если это удастся сделать, она может с той же страстностью преследовать эту новую цель и добиваться успеха.

Как нетрудно видеть, обсуждаемая здесь проблема представляет интерес также для психологии успеха и неудачи.

## **§ 7. Перенос и другие защитные механизмы**

Перенос и замена тесно связаны с другими защитными механизмами, нередко выступая с ними вместе для осуществления сложных защитных процессов. Рассмотрим некоторые из таких связей.

А. Атрибуция и перенесение. – Нетрудно видеть, что очень часто перенос и замена имеют место лишь после того, как на определенные предметы уже совершены атрибуции, чаще всего в виде проекции (проективной атрибуции). В таких случаях атрибуция предвещает вступление в силу перенесения и замены, подготавливает для них психологическую «почву». Примеров такого сочетания названных защитных механизмов очень много. Так, в годы гитлеровской диктатуры в Германии причиной всех своих бед нацисты, да и большинство других немцев, считали евреев и коммунистов. Иначе говоря, нацисты начали с того, что использовали механизм каузальной и других форм атрибуции. На основе такой дискредитации и связанных с ней отрицательных чувств, гнев и недовольство людей были перенесены на названные социальные группы и на их представителей, которыми и были заменены истинные причины бедствий народа.

Евреи и коммунисты стали «козлами отпущения», и многие из них были уничтожены. Но значительной части коммунистов удалось спастись путем вступления в национал-социалистическую партию Гитлера, в то время как для евреев такого пути спасения не существовало и они были уничтожены.

Нельзя, конечно, упрощать реальные психические процессы и считать, что процесс атрибуции завершается, уступая место «чистому» процессу перенесения и т. д. Атрибутивные процессы сохраняются долго и вплетаются в последующие процессы, поскольку для совершения агрессивных действий нужна постоянная психологическая поддержка. Как соответствующие документы, так и художественные произведения свидетельствуют о том, что почти до окончательного разгрома фашизма как их идеологи, так и рядовые члены нацистской партии продолжали атрибутировать своим врагам нечеловеческие, животные черты, таким путем оправдывая свою жестокость.

В ходе этих процессов у каждой личности может образоваться защитный комплекс, состоящий из названных механизмов. Спонтанно и автоматически воспроизводясь, они обеспечивают ее защитную адаптацию.

Б. Перенос и проекция. – Нередко даже психологи путают механизмы переноса и проекции, поэтому целесообразно рассмотреть их различия.

Проекция, как мы уже знаем, это приписывание одним человеком другому своих собственных неприятных мотивов и черт, наличие которых у себя он не хотел бы осознать. Приписывая другому определенный мотив, человек начинает взаимодействовать с ним так, как будто он действительно обладает этим мотивом. Проекция – частный вид (подвид) атрибуции: это проективная атрибуция.

В то же время перенос чувства или мотива на другой объект есть процесс обобщения этого чувства или мотива, его перенесение из прошлого (отношений прошлого) в новые межличностные отношения. Когда мы воспринимаем людей в настоящем, они могут вызвать у нас воспоминания о тех, кто в прошлом оказывал на нас впечатление. Обычно создание таких ассоциаций происходит произвольно и подсознательно<sup>420</sup>.

Отсюда нетрудно видеть, что существует коренное различие между проекцией и переносом: на другого мы переносим не наши мотивы и психические черты, а наши чувства (любовь, ненависть, презрение и т. п.), которые раньше мы питали у другим людям. При перенесении (трансфере) на нового индивида переносятся качества другого (из прошлого) и наши чувства, возникшие в связи с этими качествами.

В. Перенос и вытеснение. – Еще один защитный комплекс формируется в результате того, что в психике человека перенос устойчиво ассоциируется с вытеснением. Это сочетание становится мощным средством защиты Я-концепции. Связь, существующая между этими механизмами, замечена и другими авторами. (Все согласны с тем, что вытеснение и подавление лежат в основе остальных защитных процессов). Но здесь впервые устанавливается тот факт, что комбинация вытеснения и переноса становится устойчивым комплексом и даже порождает соответствующий комплекс характера личности. Когда к такому комплексу присоединяется устойчивая установка на его применение, перед нами уже защитная стратегия.

Г. Перенесение, фиксация и субституция. – Важно исследовать взаимосвязи еще двух психических механизмов – перенесения и фиксации.

В определенном смысле фиксация – это механизм, обратный перенесению-замене. При фиксации личности на определенном объекте она сохраняет связь с угрожающим объектом для того, чтобы предотвратить конфликт, который мог бы возникнуть в случае замены. Например, подчиненный человек является постоянным объектом агрессии своего начальника, фактически – жертвой, но не уходит от него, боясь новых конфликтов, не ищет ему замены.

Подобная фиксация на угрожающем объекте может носить даже характер мазохистической связи с агрессором. Между тем для дальнейшего нормального психического развития и социально-психологического созревания личности перенос и замена совершенно необходимы. Но не все совершают такие защитные действия своевременно, в результате чего их психическое развитие задерживается.

Однако не только фиксация, но и перенесение, в сочетании с заменой, детерминированы прошлым. Это различные виды связи с прошлым психологическим опытом. Подобное свободное развитие возможно только тогда, когда личность как можно чаще пользуется принципом функциональной автономии, впервые сформулированным Гордоном Олпортом.

## § 8. Перенесение, вытеснение и символизация (перенос – механизм символизации)

В психической жизни человека перенос играет разнообразные функции. В частности, в сновидениях он выступает в различных формах: а) определенный элемент латентного содержания сновидения заменяется каким-либо далеким от него образом, и этим путем лишь намечается; б) психический акцент от значимого элемента перемещается на незначительный. Когда речь идет о процессах образования сновидений, то с помощью этих процессов сновидения принимают странный характер. Как отметил Фрейд, создается впечатление, что психика (подсознательное «Я») прилагает усилия для того, чтобы подлинный смысл сновидения оставался непонятным.

---

<sup>420</sup> См.: Sarnoff I. *Personality. Dynamics and development*. New York, London: John Wiley and Sons, 1969, pp. 260–262.

Одно высказывание Фрейда относительно работы механизма перенесения перемещения и результата его работы – замены (субституции), имеет прямое значение для понимания путей образования символов вообще и этнических символов – в частности.

«Нас нисколько не удивляет, например, когда старая дева обращает свое нежное чувство на животных, когда холостяк становится страстным коллекционером, когда солдат кровью своею защищает кусок пестрой материи, называемой знаменем, или когда Отелло приходит в ярость при виде найденного носового платка, – все эти примеры психического передвигания. То что, однако, тем же путем и по тем же законам решается вопрос, что имеет право дойти до нашего сознания и что должно оставаться за его пределами, – это производит на нас впечатление чего-то болезненного: в бодрствующей жизни мы назвали бы это ошибкой в мышлении»<sup>421</sup>. В сновидении перенесение становится механизмом символизации, но такой, задача которой – скрывать символизируемое содержание.

Исходя из этого в процессе символизации психических содержаний следует различить, как уже, по существу, сказано нами выше, два процесса: процесс перенесения или перемещения психологической установки с одного элемента (объекта) на другой, и процесс замены (субституции) первого элемента вторым. Эти процессы сопровождаются вытеснением образа первого объекта, его забывания.

Изложенные выше представления можно использовать при исследовании механизмов генезиса этнических символов. Хотя национальные и другие символы представляются многим простыми объектами исследования, однако их появление связано с весьма интересными и зачастую сложными психическими процессами<sup>422</sup>.

В онтогенезе началом формирования символов следует считать тот «момент», когда один объект (раздражитель) заменяет другого. Например, включение света в комнате сигнализирует появление кормящей матери, хотя ее еще нет, она еще не находится в сфере восприятия ребенка. Другая разновидность: когда часть какой-то ассоциации, целого, стоит *вместо* этого целого, заменяет целое. Затем процессы символизации у развиваемой личности усложняются. Например, обучение языку есть не что иное, как обучение знакам и символам.

Такую же задачу мы можем поставить и при исследовании этногенеза: в тот «момент», когда у группы людей появляется первый символ, характерный именно для этой группы, можно сказать, что группа начала преобразоваться в этнос; каждый своеобразный групповой символ участвует в этногенезе. Поэтому и язык является важным фактором этногенеза и этнопсихологического развития. Задача состоит в том, чтобы на основе археологических, лингвистических и других фактов показать начало и ход этого «символического» аспекта процесса этногенеза разных народов.

Появление первых символов означает начало символического мышления, более быстрого и эффективного, позволяющего решать задачи, даже касающиеся тех явлений, которые в настоящее время отсутствуют.

Следует отметить также, что символизация объектов активнее всего происходит тогда, когда человек или группа людей переживают сильные аффекты – приятные или неприятные. *Интенсивные переживания требуют символов.* Эту закономерность также следует иметь в виду при исследовании этногенеза.

Интенсивные неприятные переживания приводят к появлению в психике индивида отрицательных («плохих») символов, например – образа агрессивного, жестокого отца, в то время как приятные переживания способствуют порождению таких символов, которые связаны с положительными ощущениями (каким является восприятие вида любимой матери).

---

<sup>421</sup> Фрейд З. *Толкование сновидений* СПб., 1913, с. 142.

<sup>422</sup> Свою концепцию этнической символизации мы изложили в книге *«Этнопсихология»*, Москва, СПб.: «Питер», 2004.

В ходе развития появляются различные уровни символического мышления: глубокий уровень (бессознательный), связанный с интенсивными аффектами, и более поверхностный уровень сознательного мышления, символы которых приобретаются в ходе более умеренных переживаний, обычных процессов обучения и социализации.

Исследуя процессы символизации, следует выяснить роль различных видов перенесения, контрперенесения, то обстоятельство, в сочетании с какими другими психическими механизмами перенесение осуществляет эту свою функцию, как оно связано, в частности, с другими защитными механизмами и т. п. Исследование всех этих вопросов позволяет создать новую и перспективную область этнической психологии<sup>423</sup>.

Не только в сновидениях, но и в сознательном состоянии, люди при общении друг с другом пользуются символическим языком. Символический язык общения следует считать важным аспектом групповой динамики.

Можно предположить, что при возникновении проблемных ситуаций и соответствующего усиления мотивации психологической адаптации, люди непроизвольно начинают пользоваться большим числом символов, чем обычно. *Символизация как механизм адаптации* – вот проблема, которая нуждается в доскональном исследовании.

## § 9. Перенесение в процессе психотерапии

А. Открытие механизма перенесения. – Механизм перенесения был открыт З. Фрейдом в процессе психотерапевтической работы.

Как известно, в ходе психоанализа больные нередко оказывают сопротивление осознанию своих конфликтов, хотя именно для избавления от них и пришли к психотерапевту. Дело в том, что когда содержание конфликта приближается к порогу сознания, человек переживает тревогу и вновь вытесняет его. Это означает, что включаются психологические защитные механизмы, которые, как уже сказано, действуют в основном подсознательно. Для преодоления сопротивления терапевты обращают внимание пациентов на это обстоятельство, поскольку предполагается, что, осознав свое сопротивление и его причину, пациент сделает шаг к самоосознанию и осознанию своих конфликтов.

Есть такие формы сопротивления, которые выражаются в действиях (например, в виде забывания назначенного с психотерапевтом свидания). Эту форму сопротивления относительно легко преодолеть. Но в основном сопротивление осуществляется более тонкими способами, например в виде чувств, которые пациент направляет на психотерапевта. Эти чувства могут занимать широкий спектр – начинаясь от нежной любви и завершаясь лютой ненавистью. Несмотря на их различия, все эти эмоции и чувства имеют одну общую черту: они не провоцированы психотерапевтом, его актуальным поведением. Несмотря на это, пациент ведет себя так, как будто психотерапевт является важной персоной и играл роль в своей прошлой жизни.

Такой результат обусловлен тем, что пациенты переносят на психотерапевта такие свои чувства, которые в прошлом пытались к другим людям. Именно это явление Фрейд назвал переносом (трансфером).

Только тогда, когда начинается процесс перенесения, процесс психотерапевтической консультации вступает в свою действенную и драматическую фазу.

Образованные в детстве формы переживания чувств имеют решающее значение в дальнейшей жизни, становятся действенными каждый раз, когда человек устанавливает новые связи с людьми (с учителем, учеником, мастером на производстве, с руководителем, коллегами, с супругом и т. п.). Если у человека в детстве эмоциональная жизнь развивалась без ограниче-

---

<sup>423</sup> Эта задача в определенной мере уже решена нами. См.: Налчаджян А. А. *Основы этнопсихологии*. Ереван: «Огебан», 2003, гл. 4; его же: *Этнопсихология*. СПб, Москва: «Питер», 2004.

ний и широко, то и в дальнейшем в процессе общения у него особых трудностей не возникает. Трудности возникают в том случае, когда в детстве индивид часто переживал разочарования, его чувства фрустрировались, если в ходе общения с людьми присутствовала чрезмерная чувствительность. Эти факторы приводят к развитию у личности тревожности и неадекватных социальных установок. Из-за них в процессе общения человек часто переживает стыд, у него преобладает защитное поведение, и он приобретает склонность предъявлять людям чрезмерные требования.

Однако нельзя во всех отношениях и межличностных переживаниях людей видеть только перенесения. Человек может иметь всевозможные эмоциональные переживания (любовь, презрение, ненависть и т. п.), которые никак не определены его прошлыми переживаниями.

Когда перенесение становится доминирующим фактором во взаимоотношениях психотерапевта и пациента, то воспроизведенное прошлое может искажать в его сознании картину настоящего. Искаженно воспринимается также психолог: искажаются его возраст, цвет глаз, прическа и т. п. Г. С. Салливен, который специально интересовался этим явлением, дал ему название «паратаксическое нарушение». Это примерно то же самое явление, которому А. Адлер дал название *тенденциозной апперцепции*. Самые малозаметные особенности внешности и поведения психолога достаточны для того, чтобы у пациента оживились следы прошлых впечатлений. Любовь с прошлого переносится на психолога, который, однако, является для этого чувства лишь внешним объектом: это чувство не касается его личности.

Б. Признаки того, что перенесение имеет место. – Имеет ли место перенесение в данной психотерапевтической ситуации, можно определить по следующим признакам: 1) в сновидениях пациента появляется образ психолога; 2) объектом внимания и чувств пациента становится, кроме психолога, также ситуация психологической беседы (это выражается также в словесной форме; например, пациент может сказать психологу: «Я думаю так же, как и вы»; 3) когда пациенту нравится эта ситуация, стиль работы психолога; 4) когда пациент старается общаться с психологом также вне сферы лечения: приглашает на вечеринку или на совместное посещение театра, приносит ему подарки и т. д.

В. Две интерпретации. – Для интерпретации антропологического значения перенесения выдвинуты две теории. Автором одной из них является З. Фрейд, автором второй – Ш. Ференци.

Согласно Фрейду, каждый индивид имеет внутренний импульс к повторению, воспроизведению ранних своих состояний. Однако со стороны внутренней динамики такое повторение имеет перспективную тенденцию: это попытка установления новой связи с новым человеком. Она способствует психическому росту личности.

Ференци же считал перенесение исходной точкой для создания общей теории поведения невротика. По его мнению, вытеснение лишает либидо своих приобретений, и оно становится «свободно плавающим либидо». Для того, чтобы связать это либидо и одновременно по возможности больше удалиться от первоначальных объектов, и в поисках перенесения и замены, невротик обращается к другим объектам. Обладание объектом приводит к ослаблению либидо. Поэтому, утверждал Ференци, перенесение является результатом неудачного вытеснения.

В теории Ференци есть одно важное указание. Оно состоит в том, что невротик, по существу, является человеком без связей, а следовательно – таким человеком, который ищет социальные связи. Человек без социальных связей переживает страх. В настоящем у него их нет, а на будущее надеяться нельзя. Тоска по социальным связям оживляет в нем детскую привязанность к жизни. Перенесение смягчает напряженность и способствует психическому росту личности.

Г. Защитные функции перенесения. – Защитные функции перенесения легче всего наблюдать в психотерапевтической ситуации, где она и была открыта Фрейдом. Но исследова-



ния показывают, что это явление широко распространено в обществе, в частности – в политической жизни.

Рассказывая об открытии перенесения (трансфера), Фрейд приводил пример своего коллеги Брейера, пациентка которого влюбилась в него; но он не смог разрешить эту трудность профессионально, поэтому прекратил лечение. Встречаясь еще с некоторыми такими случаями, Брейер вообще прекратил применение психоанализа<sup>424</sup>.

Однако то, что вызвало испуг Брейера, для Фрейда стало стимулом к проведению более углубленных исследований. Имея в виду, что в ходе лечебного сеанса психоаналитик должен делать все, чтобы не вызвать нежных чувств у пациентов, Фрейд сделал следующий вывод: пациентка своего коллеги Брейера эмоционально прореагировала на самого психотерапевта, а не на те качества, которые она подсознательно переносила на него.

Другой вывод Фрейда следующий: перенос совершают не только молодые женщины, но и все остальные пациенты. Но перенесенные чувства у различных пациентов различны – любовь, ненависть, презрение и т. п.

Защитный перенос в психотерапевтической ситуации облегчается еще и тем, что здесь пациент занимает пассивное положение (лежит на диване, расслаблен и т. д.). Поэтому в его психике облегчается активация связи ребенок – родитель. Пациент начинает действовать так, как будто врач действительно является носителем тех качеств, которые имелись у авторитетной личности из его прошлого (у отца, матери и т. д.). Если, например, отец не любил пациента, и он защищался такими способами, как избегание, сарказм, безразличие или слепое повиновение авторитету, то эти же способы он повторяет при общении с психологом. Попросту говоря, пациент общается с врачом так, как будто это его отец.

Если психотерапевт женщина, и если пациент воспринимает ее как мать, и если настоящая мать пациента была очень уступчивой, тогда он начинает рассказывать врачу о ней и о своих страданиях, беспомощности и чувствительности. Он может несколько раз в течение дня, даже в ночное время, звонить терапевту и просить, чтобы он принимал за него решения по самым разным, даже по мелким вопросам.

В чем заключается главная функция описанных процессов перенесения? Она состоит в том, что *актуальная ситуация взаимоотношений с врачом вызывает фрустрацию, и пациент стремится изменить ее, заменив известными ему отношениями*. Если это пациенту удастся, то его и врача такой результат уводит от первоначальной терапевтической цели, а именно: самопознания и преодоления внутреннего конфликта. Если терапевт вовлекается в эту игру, то он лишается возможности реализовать свои профессиональные функции.

Но поскольку трансфер неизбежен, то психотерапевт может попытаться использовать его для продвижения лечебного процесса. Он должен прямо сообщить пациенту о том, что он осуществляет перенос, и о тех чувствах, которые он переносит на врача. Это поможет пациенту узнать свои подлинные чувства и те реальные взаимоотношения, в которых он находился в своей семье, выяснить, какие защитные механизмы там он использовал. Фрейд хорошо знал из своей практики, что пациенты интересуются содержанием своего трансфера, и попытался использовать этот интерес в терапевтических целях<sup>425</sup>.

Д. Контрперенос. – В ходе общения с пациентом происходят изменения и в психике терапевта. Так, если пациент все время выражает в его адрес саркастические замечания, каких он не заслужил, он может возмущаться. В результате у него возникает мотив самозащиты. Если бы его отношения с пациентом были обычными социальными отношениями, он мог бы немедленно прервать их. Но ведь именно к этому сознательно стремится пациент, если он

---

<sup>424</sup> См.: Freud S. *An autobiographical study*. London: Hogarth, 1950; Фрейд З. *Очерк истории психоанализа*. В книге: Фрейд З. *Труды разных лет. Кн.1*, Тбилиси: "Мерани", 1991, с. 15–70.

<sup>425</sup> См. также: Sarnoff I., *op. cit.*, p. 265.

непроизвольно осуществил отрицательный перенос. Пациент, по существу, провоцирует психотерапевта на совершение обычных реакций. Поэтому психотерапевт не должен поддаваться воздействию пациента и должен вернуть его к исходному пункту анализа. Он должен задумываться над вопросом: а почему пациент, собственно, издевается над ним? Это ведь способ сопротивления.

К такой же цели – защиты и избегания лечения – пациент может стремиться и в том случае, когда относится к врачу весьма любезно. Он может выражать восхищение его профессионализмом, задавать вопросы о его мнениях о различных явлениях и вообще стремиться к тому, чтобы во время приема речь шла в основном о психотерапевте. Таким путем пациент стремится уйти от обсуждения своих проблем и конфликтов.

В процессе такого сложного взаимодействия возможно возникновение такой ситуации, когда психотерапевт начинает действовать так, как будто пациент является одним из членов его семьи. Иначе говоря, он осуществляет *контрперенос*, который в психотерапевтической практике так же неуместен, как и перенос. Терапевт должен преодолеть свою тенденцию к контрпереносу. Для того, чтобы приобрести такую способность, психотерапевты до начала собственной практики сами проходят процесс анализа в качестве пациентов.

Трансфер и контртрансфер не всегда выражаются в явном виде, но в целом имеют всепроникающий характер. Так, если родители индивида были очень строги с ним, часто наказывали и выражали в основном негативные чувства, то он может свою установку на родителей перенести на всех взрослых и авторитетных лиц, причем даже в зрелые годы. И если индивид с таким детством имеет сильную склонность к самоизоляции и отрицательному трансферу, то чрезвычайно трудно лечить его психоаналитическим методом. Фрейд даже считал, что таких людей лечить нельзя, однако в последующем некоторыми специалистами было показано, что с такими людьми тоже можно установить психотерапевтические отношения. Но такие больные непрерывно проверяют преданность и добрую волю психотерапевта, жадно ищут у него признаки нетерпеливости и гнева, чтобы иметь основание сказать, что врач такой же плохой человек, как и все остальные.

Если же индивид вырос в такой семье, где его любили, то он перенесет эти отношения в мир взрослых. Для него общение с людьми будет источником наслаждения.

## **§ 10. Роль перенесения в преодолении комплексов Эдипа и Электры**

Фрейд обратил внимание на то обстоятельство, что механизмы перенесения и замены играют значительную роль в процессе возрастного развития личности. Их роль особенно велика в процессе сексуального созревания личности.

Фрейд полагал, что зрелый гетеросексуальный интерес (т. е. интерес к представителям противоположного пола) возникает в том случае, когда развивающейся личности удается в подростковом возрасте направленную на родителя противоположного пола чувство перенести на других зрелых индивидов противоположного пола, на таких лиц, с которыми у него нет кровнородственных связей. Иначе говоря, речь идет о преодолении комплексов Эдипа и Электры с помощью механизмов переноса и замены. Преодоление этих комплексов (а по существу – своеобразных конфликтов) совершенно необходимо для успешного психического развития личности и достижения ею социально-психической зрелости.

## **§ 11. Перенесение и замена в межэтнических отношениях**

Тот факт, что этнические, расовые и религиозные меньшинства в полиэтнических обществах часто становятся объектами дискриминации и агрессии, выбираются в качестве «козлов

отпущения», общеизвестно и исследуется в этносоциологии и этнопсихологии. При этом, с психологической точки зрения, важно то, что в этих межэтнических процессах существенную роль играют механизмы перенесения и замены.

Процесс поиска и выбора т. н. «козлов отпущения» и эксплуатация таких объектов необходимо во всех обществах, как во внутриэтнических, так и в межэтнических отношениях. Данное понятие возвращает нас к одному древнему обычаю Иудеи: каждый год в присутствии большого скопления народа, выбирая безупречного козла, первосвященник символически переносил на него все грехи народа за прошедший год, таким образом, отпуская грехи людей. После этого загруженного такой ношей козла выгоняли в дикие места, где он и погибал от голода или был раздираем дикими зверьями. Этот обычай исходил из религиозных представлений древних евреев. Козел искупил вину людей. (В христианстве эту роль взял на себя сам Христос).

Начиная с древнейших времен, между этносами ведется острая борьба за место под солнцем, за господство и ради других ценностей. В ходе этой борьбы слабые часто становились «козлами отпущения», а нередко просто уничтожались.

Сами евреи вынуждены были в ходе своей истории многократно играть такую незавидную роль: в составе Римской империи, в Испании и Германии и т. д. Данное явление широко распространено и в наше время. Как только в стране ухудшаются социально-экономические условия, представители господствующего этноса начинают поиск виновников и в качестве таковых выбирают представителей этнических, расовых и религиозных меньшинств.

## § 12. Механизм перенесения и девиантное поведение

Механизмы перенесения и замены, способствуя образованию различных символических ассоциаций, могут привести к появлению у личности различных девиантных форм поведения.

Так, принято считать, что ругательства являются формами выражения агрессивности и других эмоциональных состояний. Это так. Но каким образом генерируется такая символическая агрессия? Какие психологические механизмы участвуют в процессе ее появления как в психике отдельной личности, так и в этнической культуре? Например, в ходе игры одной стороне удается «разгромить» противника. Что это значит? Это, без сомнения, символическая победа над противником. Это перенос на символы той агрессии, которая реально направлена на такой подлинный объект агрессии и ненависти, который недоступен для непосредственного агрессивного воздействия.

Агрессивная критика или злостная клевета – это также символические формы выражения чувств, и они появляются благодаря работе механизмов перенесения и замены.

Здесь мы еще раз отмечаем роль перенесения и замены в процессах символизации и возникновения различных видов символов, в том числе этнических. Эти процессы все еще нуждаются в исследовании<sup>426</sup>.

## § 13. Перенесение, замена и генезис фобий

Предполагается, что рассматриваемые защитные механизмы играют определенную роль в развитии у людей фобических страхов.

Можно представить себе следующий процесс: в семье отношения супругов до такой степени обостряются, становясь враждебными, что, например, у жены появляется желание убить своего мужа. Но от такой мысли и ожидаемого наказания ей становится страшно, и она подавляет это свое преступное желание. Через некоторое время у этой женщины появляется фоби-

---

<sup>426</sup> См. в нашей монографии «Основы этнопсихологии» (Ереван, 2003); «Этнопсихология» (СПб., М., 2004).

ческий страх перед всеми острыми предметами, которые могли бы стать орудиями убийства. У разных людей разные предметы могут вызвать такой «беспричинный» страх. Например, иной индивид может переживать страх перед отравляющими веществами. Можно предположить, что в свое время в своих фантазиях он именно с помощью таких веществ хотел бы ликвидировать ненавистного супруга или супругу.

Наблюдаются и более сложные случаи: у одного и того же индивида могут развиваться *комплексные фобии* – одновременный страх перед различными предметами, которые могли бы стать орудиями убийства.

Можно предположить, что страх перед другим человеком и перед возможным наказанием переносится на названные предметы: последние заменяют реальные источники страха. Поскольку сама личность, которая страдает подобными фобиями, не осознает те процессы, которые привели к образованию подобного иррационального страха, эта эмоция представляется ей беспричинной. Только специальный психологический анализ дает возможность выявлять причины развития такой патологии.

Уже это краткое рассмотрение позволяет видеть, что защитные механизмы перенесения и замены не действуют изолированно: они начинают свою работу после того, как индивид вытесняет и подавляет свои агрессивные желания, а также страх перед их возможными последствиями.

Появление фобий – это процесс образования невротического симптома или симптомокомплекса (синдрома). В этом процессе существенную роль играют вытеснение и подавление, перенесение чувств и мотивов, замена (субституция) и символизация.

## § 14. Адаптивность механизмов перенесения и замены

Механизмы перенесения и замены могут способствовать нормальной адаптации личности в проблемных ситуациях только в том случае, когда работают мягко и умеренно, без чрезмерного рвения, без упорствования, когда правильно выбирается объект для замены недоступного первоначального объекта.

Например, во многих случаях для служащего определенного учреждения полезнее не отвечать на фрустрации начальства и перенести свою ответную агрессию и недовольство на другие предметы. Но на кого? Лучше, конечно, выбрать не очень ценные неодушевленные предметы. Следует остерегаться переноса недовольства и злости во внутрисемейные отношения, поскольку это приведет к дезадаптации данной личности в семье.

Здесь мы видим следующее интересное явление: стремление к сохранению нормальных (адаптивных) отношений в одной референтной группе может привести к дезадаптации в другой, не менее значимой, группе. Жизнь различных социальных групп взаимосвязана с помощью тонких психологических «нитей».

## § 15. Перенос и фетишизм

Механизмы перенесения и замены лежат в основе еще одного любопытного явления – фетишизма.

Фетиш – это предмет, который приобретает для личности исключительное значение, поскольку связан с другим человеком. Например, если А влюблен в В, но в настоящее время В находится далеко или уже умер, он может превратить в фетиш подаренный этим человеком предмет. Это процесс символизации подарка с помощью механизмов перенесения и замены.

В литературе по психопатологии описывается много фетишей сексуального характера. Например, для мужчины предметом обожания может стать туфля любимой женщины. Страсть,

вначале направленная на В, индивид А теперь уже направляет на принадлежащий этому лицу предмет.

Фетиши появляются на всех уровнях социального и этнического бытия. При описании этнических символов разных народов полезно обнаружить и описать те из них, которые имеют «статус» фетиша. Это важно по той причине, что *фетишизация выражает основные ценности данного сообщества* (в той мере, в какой фетиш принят всем сообществом, а не является индивидуальным или узко групповым символом).

## § 16. Перенос – механизм обобщения установок

Когда индивид А переносит свою установку и чувства от индивида В на третий (заменяющий) объект, он уже совершает акт обобщения. Вполне возможно, что одним из механизмов появления у людей обобщенных установок является именно механизм перенесения в сочетании с субституцией.

В жизни людей нередко можно наблюдать следующее явление: если А презирает В, то он проявляет склонность распространять это свое чувство и на его близких людей, на его профессию, на страну, представителем которой он является, на принадлежащие ему предметы. Если мы считаем презрение не просто чувством, но установкой или одним из блоков социальной установки, то перед нами процесс обобщения этой установки на основе работы механизмов переноса и замены.

При этом проблематичным становится процесс замены, поскольку заменяющих В предметов становится очень много. *Поэтому можно предположить, что в ходе такого обобщения установки в психике А происходит много частных процессов перенесения и замены. В итоге всех этих психических актов получается особая психо-логика такого обобщения, которую можно выразить в суждениях следующего типа: «Я презираю как В, так и все то, что с ним связано».*

Таким же образом могут обобщаться ненависть, любовь и другие насыщенные чувствами социальные установки.

Субъективность психо-логики такого обобщения состоит, в частности, в том, что не все, что связано с В, заслуживает такого презрения. Но люди часто мыслят именно так и действуют в соответствии с подобной иррациональной психо-логикой.

Подобные иррациональные обобщения сплошь и рядом наблюдаются как в межличностных, так и в межэтнических отношениях. Враждующие народы стремятся дискредитировать все то, что принадлежит противнику. В таких процессах активное участие принимает такой фундаментальный механизм психической жизни человека, как атрибуция. Обычно только приписывая принадлежащему противнику предмету несвойственных ему отрицательных качеств мы сможем попытаться к нему полное презрение. Установку, направленную вначале на одного представителя этноса, обобщают и направляют на весь этнос.

Описанный механизм обобщения социальной или этнической установки играет значительную роль и в области педагогической работы. Каждому известно, что если ученик или студент уважают своего педагога, то они обычно с уважением относятся также к его специальности. Зачастую такая установка оказывает прямое влияние на выбор молодыми людьми своей будущей специальности.

## **§ 17. Еще о некоторых последствиях злоупотребления механизмом перенесения**

Как и все остальные защитные механизмы, перенесение также может патологизироваться, стать чрезмерным и болезненным, персеверативным. Но чрезмерное использование этого механизма приводит, по крайней мере, к двум нежелательным последствиям.

Первое – это появление склонности к поиску «козлов отпущения», что приводит к новым конфликтам, не говоря уже о несправедливых поступках по отношению к невинным людям. Данный вопрос в настоящей главе мы уже вкратце обсудили.

Второе: последовательное использование механизмов перенесения и замены может привести к усилению иррационального конформизма личности по отношению к авторитетным людям, в первую очередь к непосредственным своим руководителям. Такая тенденция может препятствовать развитию у личности независимого характера, а в целом – формированию в социально-психологическом отношении зрелой личности.

Когда же перенесение остается в пределах нормы и используется в умеренных дозах, оно может способствовать разрядке опасных импульсов человека без нанесения существенного вреда его психическому здоровью, а также поддержанию нормальных взаимоотношений с значимыми для себя индивидами (с родителями, пожилыми родственниками, руководителями и т. д.). Это важно потому, что названные люди являются главными социализаторами и, одновременно, фрустраторами личности.

Возникает вопрос, в какие невротические и психотические синдромы чаще всего входят патологические формы перенесения и замены? Ответ можно получить только путем дополнительных исследований.

## **§ 18. Два компенсаторных переноса**

В процессе психического развития личности встречаются случаи такого переноса, который по своей сути является компенсаторным. Нам известны, по крайней мере, два типа таких эмоциональных переносов, которые вкратце рассматриваются ниже.

1) Когда мальчик или девочка в референтной группе сверстников имеет низкий социометрический статус, он или она проявляет тенденцию к преимущественному общению с девочками (девочки – с мальчиками), т. е. с представителями другого пола. Этот факт установлен в ходе социометрических исследований.

2) Когда мальчик (девочка) в общении со сверстниками встречается с трудностями, у него может наблюдаться компенсаторный перенос эмоциональной привязанности на более младших<sup>427</sup>.

Очевидно, что в любом возрасте можно наблюдать случаи таких эмоциональных переносов, если человек фрустрируется в своих социальных группах, т. е. не получает возможности свободно и полноценно удовлетворять свои потребности в эмоциональном общении и сопереживании, в самоутверждении через общение и идентификацию как с эталонными группами, так и со значимыми лицами. Это универсальный адаптивный механизм.

---

<sup>427</sup> См.: Кон И. С. Психология юношеского возраста. М.: «Просвещение», 1979, с. 115.

## § 19. Перенесение и принцип функциональной автономии Гордона Олпорта

Для того, чтобы попытаться раскрыть соотношение перенесения и сформулированного Олпортом *принципа функциональной автономии* (как мы полагаем – вполне реального принципа или закономерности психической жизни человека), еще раз посмотрим, как возникает у человека тенденция перенесения.

Первые социальные связи человека в течение детства и подростничества превращаются в относительно устойчивые социальные установки. Причем особенностью последних является то, что у них эмоциональный блок выражен весьма интенсивно, недаром им нередко (в психоанализе) дают название «чувственных установок» (*Gefülseinstellungen*). Считается, что именно эти первые и устойчивые социальные установки во многом определяют стиль и содержание будущих социальных связей индивида. Это образцы поведения, которые в той или иной мере оставляют свой отпечаток на поведении общающегося с другими людьми человека.

Исходя из этого, психоаналитики считают, что опыт ранних лет жизни, в определенном смысле, становится *судьбой человека*. Названные эмоциональные установки спонтанно переносятся во все новые социальные ситуации, определяя стиль и характер отношений человека с новыми людьми.

Если бы в психике человека преобладала только тенденция перенесения, то опыт детских лет социального общения действительно можно было бы считать фатальным.

Но мы знаем, что в последующей жизни, даже у взрослого и психически зрелого человека, обладающего устойчивыми взглядами на жизнь и людей, возникают новые социальные установки, связи с другими людьми, новые формы поведения. Часть из них, как сказал бы Гордон Олпорт, отличается функциональной автономией от прошлого опыта человека. Можно даже утверждать, что у людей (по крайней мере, у некоторой их части) имеется *тенденция к функциональной независимости*, освобождения поведения настоящего и будущего от опыта прошлого. Вполне возможно, что немало людей осознают неблагоприятную, сдерживающую роль прошлого опыта и стремятся освободиться от его влияния, действовать раскованно. Так что между указанными двумя тенденциями личности может существовать противоречие, даже конфликт.

Другое возможное их взаимоотношение – это положительное взаимодействие.

В настоящее время у индивида А могут возникать новые и подлинные чувства – любовь, ненависть, презрение и т. п., которые не являются дериватами чувств прошлого. Это причинно и функционально независимые чувства.

Кстати, Олпорт говорил только о функциональной автономии. Мы считаем, что более важной является проблема *причинной (каузальной) автономии* новых чувств, мыслей и мотивов личности. Эта проблема, насколько нам известно, здесь ставится впервые.

## § 20. Перенесение в сновидениях и защитная адаптация

Перенесение и замена не просто играют видную роль в сновидениях: они являются одними из тех психических механизмов, которые участвуют в конструировании сновидений.

Более конкретные выражения перенесения в сновидениях различны. Так, этот механизм приводит к изменению акцента в образах сновидений. Второстепенная идея нередко подчеркивается, а важная идея или важное чувство выражается слабо, завуалированно, с уменьшенной интенсивностью. Исходя из этого, З. Фрейд предупреждал, что нельзя считать в сновидении самым важным то, что выражено ярче всего остального и занимает на сновидческой сцене

центральное место. Сердцевина латентных мыслей может быть выражена посредством мимолетных, тривиальных, периферических деталей.

Целью перемещения, согласно Фрейду, является обход цензуры путем маскировки тех идей, которым запрещено явное выражение.

Приведем примеры перенесения в сновидениях: 1) идеи о собственной личности сновидца переносятся на другие персонажи и образы сновидения; мы полагаем, что в этом процессе может участвовать также проекция; 2) фобии обычно являются последствиями работы механизма перенесения: латентный страх маскируется под вид явной фобической тревоги, направленной на другой (ассоциативно связанный) объект<sup>428</sup>.

3) Одна из самых распространенных форм перенесения достигается через *реверсию* (превращение в свою противоположность). Так, в сновидениях или в грезах гомосексуальность может быть представлена с помощью явных гетеросексуальных тем: злость – через доброту, активное желание – через изображение себя в качестве пассивного и уступчивого человека<sup>429</sup>. Однако нетрудно заметить, что все описанные – это случаи работы механизма превращения психического явления в свою противоположность. Во всех этих случаях превращение имеет место вследствие фрустрации, поэтому имеет защитно-адаптивный характер.

Кроме того, следует продолжить исследование взаимосвязи механизма перенесения с механизмом превращения в свою противоположность. Такая работа, насколько нам известно, не выполнена ни Фрейдом, ни другими психологами (в том числе М. Горовицем).

## § 21. Перенос в повседневных отношениях

Механизм перенесения в значительной степени искажает образы тех людей, с которыми имеет дело человек. Поэтому в жизни людей, пользующихся этим механизмом, возникают дополнительные трудности<sup>430</sup>.

1) Под воздействием переноса человек может избегать общения с другими людьми или социальными группами, которые в целом положительно относятся к нему. Это имеет место при отрицательных переносах. (Отметим, что, с нашей точки зрения, отрицательный перенос может сочетаться с атрибуцией отрицательных черт и мотивов).

2) Когда интенсивно используется положительный перенос, человек может не замечать в других людях наличие злых намерений. Так он может стать жертвой обмана и разочаровываться в других людях. (Отметим, что, с нашей точки зрения, положительное перенесение может сочетаться с положительными атрибутами).

3) Кроме этих двух главных, «мега»-последствий, использование трансфера может иметь множество частных проявлений, например следующие: а) выбор друзей или партнеров может осуществляться под воздействием переноса на людей качеств отца, брата и т. п. Но поскольку чужие люди не являются таковыми, лицо, использующее подобные перенесения, часто фрустрируется. (Здесь можно выдвинуть следующий вопрос: какие механизмы активизируются для самозащиты, когда трансфер – тоже защитный механизм – приводит к фрустрациям?); б) возможны случаи, когда общающиеся индивиды А и В, осуществляя трансфер, хорошо удовлетворяют взаимные ожидания; в) выбор супруга или супруги также может находиться под влиянием механизма перенесения. Например, мужчина может выбрать такую невесту, которая внешне и по характеру напоминает его мать. Женщину же могут привлекать такие мужчины, которые похожи на ее отца своим внешним видом, манерами поведения и т. д.

---

<sup>428</sup> См.: Horowitz M. J. *Image Formation and Cognition*. New York, 1978, p. 111.

<sup>429</sup> Horowitz M.J., *op. cit.*, p. 111.

<sup>430</sup> См. об этом: Sarnoff, *op. cit.*, pp. 267–268). Перечислим некоторые из них.



Но чаще всего эти ожидания не оправдываются, наступает разочарование и даже возникает проблема развода. Для того, чтобы первоначальные переносы сохранились и укрепляли супружеские связи, поведение партнеров должно хотя бы до некоторой степени отвечать тем ожиданиям, которые формировались под влиянием работы механизма перенесения. Например, если мужчина ждет, что жена будет доброй, ухаживать за ним по-матерински, в то время как жена, напротив, холодная и депрессивная, то трансфер не может сохраниться, и конфликт неизбежен.

В свете обсуждаемых вопросов особый интерес вызывают те мужчины и женщины, которые несколько раз женятся и разводятся. Эти лица могут искать повторения родительских образов в других людях. Вариантом является случай, когда человека привлекают такие особи, которые похожи на первого супруга (супругу). Кстати, эта проблема специально исследуется в психологии семьи<sup>431</sup>.

4) *Влияние перенесения на исполнение социальных ролей.* – Поскольку роли многообразны, следует рассмотреть ряд случаев: а) играя роль подчиненного в организации, молодой человек в определенной мере может воспринимать вышестоящего как отца; такие «семейные» отношения могут облегчить общение и исполнение ролей, хотя все зависит от характера переноса: положительная она или отрицательная, или принадлежит среднему, смешанному типу. Например, есть люди, которые не терпят авторитетов над собой, поскольку их отцы были жестокими людьми и подавляли своего ребенка. Такие люди питают устойчивое недоверие к таким людям, которые занимают высокий социальный статус; б) в школе дети переносят свои чувства на учителей и учительниц, персонифицируя их в качестве отцов и матерей; в) в вузах также наблюдается сходное явление. Студент может, сам не понимая почему, оказать сопротивление преподавателю, его методам обучения. Во время занятий он дремлет, производит различные неуместные звуки и т. п. Все подобные действия Сарноф считает проявлениями отрицательного переноса.

Таким образом, механизм перенесения имеет широкий спектр проявлений в реальной жизни. Однако следует иметь в виду, что во многих случаях он не может быть единственным механизмом поведения. Поведение имеет более сложную структуру и детерминацию.

Следующим шагом в исследовании трансфера должно быть изучение его связей с другими защитными механизмами.

## § 22. Трансфер в различных областях жизни

А. Трансфер в религии. – Бог, как образ Отца, в христианской религии играет центральную роль. Он великий, всемогущий, мудрейший, справедливый и т. п. Из всех направлений христианской религии католицизм превосходил все остальные в восхвалении Бога-отца. В ней подчеркивается также роль Марии – Богородицы, т. е. в какой-то степени создается образ священной семьи.

В церкви же роль отца в какой-то мере играет священник (святой отец). Но женщин, служащих культу, называют сестрами.

Раввины, отрастив длинные бороды, стремились стать похожими на Бога (Яхве или праотца евреев – Абраама).

Б. Трансфер в политике. – В области политической деятельности механизм перенесения имеет разнообразные выражения.

Слово «патриотизм» – от слова «патер» (отец). Когда людей призывают идти на подвиг за родину, то подспудно имеется в виду, что они должны сражаться за лидера-отца. Патриотические призывы активизируют подсознательные тенденции к отождествлению родины с отцом.

---

<sup>431</sup> См., например: Эйдемиллер Э., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. СПб.: "Питер", 2007.

Но у разных народов наблюдаются различия, которые требуют еще психологического исследования. Есть народы, у которых родина изображается в образе матери («Родина-мать»). Эти гендерные различия интересны и требуют историко-психологического исследования.

Тоталитарные правители широко пользуются механизмом переноса любви к родителям на государство и его вождей. Таких сверхдеспотов и садистов, как Сталин, Гитлер, Муссолини, Салазар и другие, называли *отцами своих народов*, создавая как бы образы сверх-родителей. Этим лицам изображали в качестве сверхсильных, мудрых и недоступных. Миллионы людей боготворили их, и в этом процессе перенос образа отца играл существенную роль. (Правда, истоки и процесс образования культа личности более сложны и требуют психологического исследования. Но трансфер в них может играть существенную роль). При этом следует помнить, что восхваление вождей сопровождалось с унижением и даже уничтожением реальных отцов общества, причем нередко с помощью самих сыновей этих людей. Представляет интерес вопрос: какие отношения сложились между вождем и теми гражданами, отцов и матерей которых он репрессировал.

Культ личности вождя – это культ символического отца<sup>432</sup>.

---

<sup>432</sup> Все сказанное выше можно присоединить к ранее выдвинутой нами концепции культа личности. См.: Налчаджян А. А. *Господство и подчинение. Рукопись.*

## Часть четвертая. Комплексные защитные процессы и характер

### Глава 51. Взаимодействие и последствия защитных процессов

Защитные процессы оставляют глубокий след в характере личности. Можно утверждать, что защитные механизмы являются также психологическими средствами построения характера людей и этносов. В настоящей части нашей монографии мы рассмотрим некоторые аспекты этой чрезвычайно широкой и сложной проблемы.

#### § 1. Рационализация и проекция

А. Рационализация через проекцию. – Рационализация и проекция часто объединяются, составляя *защитный комплекс* личности. Интересно, что народная психология заметила это явление, выражая его в образных формах: «Плохой плотник в своих неудачах винит инструменты»; у англичан: «It is a poore carpenter who blames his tools».

В тех многочисленных случаях, которые обобщены в подобных пословицах, имеет место проекция человеком на инструменты и другие объекты собственных недостатков, после чего, с помощью полученного проективного суждения, потерпевший неудачу человек пытается оправдываться. Иначе говоря, рационализация осуществляется с помощью проективной атрибуции. А это уже защитный комплекс.

Во всех подобных случаях мы должны искать ответ на вопрос: насколько устойчивы подобные комплексы, и к каким *характерологическим последствиям* они приводят? Под характерологическими последствиями мы здесь и в дальнейшем понимаем, по крайней мере, две вещи: 1) появление в структуре характера личности новых черт; 2) изменение характера вследствие систематического использования определенного защитного комплекса. Например, относительно упомянутого комплекса (проекция + рационализация в виде самооправдания) можно предположить, что его систематическое использование может привести к формированию такой личности, которая не склонна взять на себя ответственность за свои поступки и предпочитает искать других виновных в своих неудачах.

Б. Рационализация проекций. – Когда человек пользуется механизмом проекции и создает для себя различные представления о людях, божествах и т. п., то эти психические образования для него, по-видимому, не становятся настолько убедительными, чтобы не вызвать сомнения в своей реальности. Эти сомнения вызывают мотивацию оправдания данных проективных (мы бы сказали, более широко, – атрибутивных) представлений, т. е. защитные процессы второго порядка (или вторичные защитные процессы). Чаще всего начинается рождение новых рационализаций, в результате чего происходит объединение в одном защитном комплексе проективных атрибуций и рационализаций.

1) Если, например, индивид А считает, что Б – подлый человек, то он затем начнет оправдывать и доказывать это свое представление. Поскольку посылка «Б – подлец» может быть неистинным суждением, то все доводы, приводимые в его пользу, являются рационализациями.

2) Если индивид А приписывает Богу целый ряд качеств, то у него затем возникнет потребность в рационализациях для подтверждения своей точки зрения (которая, быть может, основана на галлюцинациях). По такому поводу когда-то хорошо высказался Ф. Перлз: «Для

многих людей практически невозможно представить себе даже тот факт, что, к примеру, идея Бога является проекцией, обычной галлюцинацией»<sup>433</sup>.

## § 2. Ложные атрибуции и рационализации (проблема)

Ложная атрибуция – это приписывание человеком причины своего эмоционального состояния (раздражения) таким лицам и обстоятельствам, которые к нему не имеют никакого отношения. Например, в ходе экспериментов Стэнли Шахтера оказалось, что люди нередко именно так и поступают: они сочиняют ложные атрибуции, приписывая правдоподобному источнику способность вызвать такое состояние<sup>434</sup>.

Другой пример: мужчина назначает свидание женщине, но не приходит на встречу. Женщина начинает изобретать причины такого поведения мужчины и, чтобы не возмущаться, изобретает такие причины, которые не вызывают в ней отрицательных эмоций. Она приписывает причины подобного поведения мужчины объективным, не зависящим от него обстоятельствам.

Исходя из подобных фактов (а их – великое множество), можно задать себе следующий вопрос: не лежит ли в основе защитного механизма рационализации механизм атрибуции? Не составляют ли они защитно-адаптивный комплекс, который помогает людям осуществить психическую самозащиту в сложных, в том числе оскорбительных ситуациях жизни? Если это удастся доказать, то мы сможем лучше понять психологические основы (и возможности) смятения человеком своей агрессивности, которая возникает в результате фрустраций. Такое знание важно не только само по себе, но и практически: зная внутриспсихические механизмы смятения враждебности и других отрицательных и возникающих спонтанно чувств, можно создать методы их сознательного использования.

Для получения необходимого эмпирического материала следует организовать эксперименты типа опытов Шехтера и Зингера, после чего провести беседу с испытуемыми<sup>435</sup>.

Однако не всегда легко создать для себя ложные атрибуции или помочь другим в их создании. Например, нелегко убедить рассерженного, фрустрированного человека, что он спокоен или будто его рассердил не сам (подлинный) фрустратор, а кто-то другой. Например, индивид А оскорбил Б, но вы пытаетесь убедить его в том, что его рассердил и оскорбил не А, а третий индивид – С, или природные условия – жара, холод, шум ветра и т. п. Это трудное дело. Самому фрустрированному человеку иногда легче это делать: создать рационализации на основе ложных атрибуций.

## § 3. Атрибуция, рационализация и фатализм

Почему Бог проявляет долготерпение к злым людям, почему он их вовремя не наказывает?

Религиозные рационализации играют существенную роль в христианской идеологии. Так, отвечая на только что сформулированный вопрос, апостол Петр ответил так: потому что он не хотел бы, чтобы кто-нибудь неподготовленный был застигнут смертью, а чтобы всякий пришел к покаянию. (2 Петр; 3.9). Но если какой-то злой человек злоупотребляет терпением Бога, то он повелевает того взять.

Рационализация используется и в том случае, когда умирают ребенок или юноша: Бог призывает некоторых отсюда еще в раннем возрасте, когда видит их уже подготовленными,

---

<sup>433</sup> Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. М.: «Смысл», 2000, с. 313.

<sup>434</sup> См.: Берковиц Л. Агрессия. СПб., М.: 2001, с. 122.

<sup>435</sup> См.: Schachter S., Singer J. E. *Cognitive, Social and Physiological determinants of emotional states.* – *Psychological Review*, 1962, 69(5), pp. 379–399; Изард К. *Психология эмоций.* СПб.: «Питер». 2003. с. 51–52.

как, например, Еноха. (Бытие 5, 23, Притча 4, 14). Это тоже настоящая рационализация, целью которой является оправдание деяний Бога и оправдание своей веры в Бога и в его справедливость.

В этих рационализациях важную роль играют атрибуции определенных высоких качеств Богу, а также атрибуции подросткам, таким как Енох, ранней мудрости. Вполне очевидно, что перед нами – образцы иррационального мышления и психологической самозащиты религиозных фаталистов. С характерологической точки зрения важно то, что все подобные защитные процессы еще больше углубляют фаталистический комплекс характера людей.

#### **§ 4. Подражание, идентификация и атрибуция**

Считается, что подражание является результатом идентификации подражающего (А) с тем индивидом (Б), которого он подражает. И это верно: подражание является поведенческим выражением идентификации. Однако сама идентификация является очень сложным психическим процессом, о структуре которой можно предложить следующую *гипотезу: идентификация А с Б осуществляется, в частности, на основе целого ряда гетероатрибуций и самоатрибуций, а также интроекций*. Наблюдая за поведением Б, индивид А приписывает ему определенные черты, качества и мотивы (гетероатрибуции), затем эти же качества и ряд других (реальных качеств Б) приписывает себе (самоатрибуция или интроекция), и начинает действовать так, как будто сам очень похож на Б или же является этим человеком.

Эта концепция получает косвенное подтверждение в экспериментах Шехтера и Зингера, которые хотели выяснить, каким образом возбужденный человек определяет, какую эмоцию переживает в данной ситуации. Они показали, что у такого человека категоризация собственного переживания происходит благодаря подражанию помощнику экспериментатора, который выражал недовольство и гнев<sup>436</sup>.

Но эти авторы психологические основы подражания не рассматривают. Их выводы служили для автора настоящих строк только намеком, под влиянием которого была выдвинута вышеизложенная концепция.

Однако Шехтер показывает также, что возбужденные люди, не сумевшие определить характер своих чувств, становятся очень *внушаемыми*. Они наблюдают за другими и если замечают, что в данной ситуации и, по какой-либо сходной причине, кто-то возмущается, думают: «Если он возмущен из-за этого, то и я должен возмущаться». С помощью такой психо-логики они превращают внушение в самовнушение, приходят к определенному убеждению и переживают гнев, как и тот человек, которого они наблюдают.

Поэтому мы считаем, что внушение также основывается на атрибуциях, как и подражание. Если это так, то теория внушения получает научную основу «в лице» теории атрибуции. Мы полагаем, что здесь открываются новые пути исследования внушения и различных форм социального влияния. При этом следует исходить из следующей реальности: возбужденные и неинформированные люди весьма доступны для различных внушений. Очень важно определить, каковы в данной ситуации объекты идентификации, атрибуции и подражания и что им внушить, какую мотивацию у них создать.

#### **§ 5. Интроспекция и психологические защитные механизмы**

Каждому нетрудно констатировать, что напряженная и последовательная интроспекция разрушает актуализированные защитные механизмы. Мы предполагаем, что такое влияние

---

<sup>436</sup> См.: Берковиц Л., указ. соч., с. 120; Schachter S. *The interaction of cognitive and psychological determinants of emotional state.* – In: L. Berkowitz (Ed.). *Advances in experimental social psychology.* Vol. 1. New York: Academic Press, 1964, pp. 49–80.

интроспекции на защитные механизмы осуществляется в два этапа: 1) первый этап: разрушение защитных комплексов и стратегии на их составляющие; 2) второй этап: разрушение отдельных защитных механизмов.

Но возникает новая проблема: всегда ли интроспекция оказывает разрушающее влияние на систему самозащиты личности? Не может ли иметь место обратное, т. е. усиление уже существующей системы самозащиты или ее преобразование в новую и даже более эффективную систему? Те же самые вопросы мы можем задать относительно влияния рефлексии на защитную систему личности.

Для того, чтобы постановка этих проблем стала более четкой, добавим несколько соображений о том, как следует подойти к их решению. Согласно нашей теории интроспекции, интроспекция есть актуализация и взаимодействие Я-образов личности в сфере сознания и на уровне ближайшего подсознательного<sup>437</sup>. Защитные механизмы принадлежат «Я» и служат его целям. Следовательно, когда в структуре Я-концепции происходят динамические изменения, то не могут оставаться неизменными также защитные механизмы, процессы их выбора, активизации и взаимодействия с другими психическими явлениями.

Разрушение защитных механизмов и их комплексов под влиянием интроспекции, или какие-то другие их изменения, важные явления психической жизни человека и должны стать предметом пристальных исследований.

## **§ 6. Взаимные превращения и взаимозаменяемость защитных механизмов**

А. Проблема взаимных превращений. – Мы видели, что в процессе психологической защиты личности отдельные механизмы могут сочетаться и даже образовать устойчивые комплексы и защитно-адаптивные стратегии.

Но есть еще один и не менее интересный процесс, который достоин самого пристального внимания психологов. Речь идет о возможности преобразования одного защитного механизма в другой защитный механизм.

Это явление мы наблюдаем, например, в связи с перемещением агрессии на новый объект (замещение), при котором агрессор вынужден смягчить свою злость. Тогда начинается создание рационализаций, служащие для самооправдания, причем эти защитные суждения и умозаключения насыщены агрессивностью. Мы считаем, что в таких случаях индивид *маскирует* свою агрессию с помощью рационализаций. *Агрессия частично превращается в рационализацию*. Этот и другие случаи маскировки человеком своего подлинного психического состояния также подлежат исследованию.

Итак, возможность превращения агрессии в рационализацию и сублимационные формы активности не вызывает сомнений. Но необходимо исследовать превращения также других защитных механизмов.

Здесь можно выдвинуть несколько новых проблем: 1) Могут ли иметь место обратные превращения? 2) могут ли трансформироваться друг в друга неагрессивные защитные механизмы? (Например, может ли проекция превратиться в рационализацию и обратно?).

Мы предлагаем *гипотезу*, согласно которой *один защитный механизм, возникнув, может стать предпосылкой для возникновения других защитных механизмов*. В случае вытеснения и подавления это ясно и даже, можно сказать, известно. Но данное направление исследований следует углубить<sup>438</sup>.

---

<sup>437</sup> См.: Налчаджян А. А. *Личность, психическая адаптация и творчество*. Ереван: Изд-во «Луйс», 1980, гл.1; его же: *Психика, сознание, самосознание*. Ереван, 2011.

<sup>438</sup> Эту задачу мы попытаемся решить в упомянутой монографии, которая посвящена генезису защитных механизмов

Мы полагаем, что рационализация и символизация агрессии и других адаптивных механизмов содержат в себе преобразования одних защитных механизмов в другие.

Б. Проблема взаимозаменяемости защитных механизмов. – В монографии «Агрессивность человека» (в главе «Агрессия и другие защитные механизмы») мы показали, что подавление агрессии приводит к возникновению рационализаций, т. е. агрессия заменяется рационализациями.

Теперь можно выдвинуть более общую *проблему взаимозаменяемости защитных механизмов*. В теории психологической защиты данную проблему необходимо исследовать со всей тщательностью, поскольку открытие механизмов и типичных случаев взаимозаменяемости защитных механизмов позволит лучше понять многие динамические аспекты психической жизни человека.

*Генезис и взаимозаменяемость защитных механизмов* – вот одна из главных проблем этой области психологии.

## **§ 7. Случай комплексной самозащиты: защитный механизм плюс жест**

Наша гипотеза относительно рассматриваемой разновидности комплексной психологической защиты состоит из следующих утверждений:

1) С каждой разновидностью защитных механизмов связаны определенные жесты (положения рук и пальцев, выражение лица, поза);

2) Рассказывая о своих неудачах (фрустрациях), люди непроизвольно пользуются соответствующими жестами и выражениями своего лица.

Эту гипотезу, конечно, следует проверить эмпирическим путем. Мы полагаем, что в итоге можно даже создать рисунки с надписями: «Человек, который в данный момент пользуется механизмом проекции», или «Человек, использующий вербальную агрессию», «Рационализирующая личность» и т. п.

Для этой цели можно использовать те труды, в которых описываются способы невербальной коммуникации (труды А. Пиза и других)<sup>439</sup>.

---

и включена в настоящую книгу в качестве третьей части. См.: Налчаджян А. А. Генезис защитных механизмов. Рукопись.

<sup>439</sup> См.: Аронсон Э., Уилсон Т., Эйкерт Р. Социальная психология. Психологические законы поведения человека в социуме. СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002, Гл. 4; Вердербер Р., Вердербер К. Общение. СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003, Гл. 4; Пиз А. Язык телодвижений. Москва: «ЭКМО» и др..

## Глава 52. Защитные комплексы и характер

В нескольких параграфах настоящей главы мы предлагаем вниманию читателя краткие очерки, в которых изложены представления автора о том, каким образом защитные процессы, особенно комплексные, приводят к формированию самосознания, а также черт или комплексов характера личности.

### § 1. Самосознание и формирование характера

В структуру самосознания (Я-концепции) личности входят представления человека о себе в целом, о своих чертах и способностях, самооценка и актуальное состояние само-осознания. Когда Я-концепция личности уже существует, пусть даже еще в зачаточном состоянии, она оказывает направляющее влияние не только на поведение, но и на процесс формирования ее характера. Я-концепция постепенно становится высшей инстанцией личности, и различные психические функции начинают реализовываться только под ее контролем или «проходя» через нее.

Хотя проблемы формирования этнического характера мы обсуждаем отдельно, тем не менее здесь уместно сказать, что Я-концепция оказывает влияние на процесс формирования характера не только индивидов, но и этнических групп. Поэтому развитие этнического самосознания – одна из важнейших задач для тех этносов, лидеры которых хотели бы, чтобы их народы приобрели желательные черты характера.

Современная психология доказывает, что одним из механизмов формирования Я-концепции личности является работа защитных механизмов<sup>440</sup>. Здесь важно отметить, что, согласно нашей концепции, в составе уже сформировавшейся Я-концепции продолжают работать различные защитные механизмы (проекция, интроекция, идентификация и др.), которые участвуют в формировании уровней психики – бессознательного, подсознательного и сознания. Высшая сфера (уровень) психики, возникнув, принимает участие в дальнейшем формировании личности, в том числе ее характера. Этническое самосознание также участвует в формировании этнического характера, а также характеров этнофоров.

### § 2. Фрустрация, стресс и черты личности

А. Фрустрация и самооценка. – Преодоление фрустрирующих ситуаций лучше удастся человеку, если он сохраняет веру в свои силы и высокую самооценку. Высокая положительная самооценка мобилизует силы человека, позволяет более или менее четко спланировать и осуществлять требуемые в угрожающей ситуации действия.

Для психологии важен вопрос, какими способами возможно сохранить высокую самооценку. Исследования показывают (И. Дженис и др.), что одним из надежных путей является опора на референтную или эталонную группу, актуализация в сфере сознания тех ожиданий, которые группа предъявляет к своим членам, а также идентификация с этой группой или со значимыми лицами. Мы полагаем, что уже на данном этапе возможно использование защитных механизмов, в частности – рационализаций.

Б. Фрустрация и эгоизм. – Когда человек оказывается в фрустрирующих или стрессовых ситуациях, его непосредственные реакции бывают такими, как будто он один подвергается фрустрации. Иначе говоря, его реакции и планируемые действия эгоцентричны. Только постепенно он начинает беспокоиться о других людях, в первую очередь, конечно, о своих близ-

---

<sup>440</sup> Эту идею мы подробно обсудили в книге «Психика, сознание, самосознание».



ких. Это обстоятельство всегда следует иметь в виду при исследовании временной динамики защитных действий фрустрированной личности.

Спонтанное усиление эгоизма в период сохранения опасной ситуации или при наличии высоко значимых целей можно считать закономерным явлением. Но когда фрустрируется социальная группа, то перед ее членами возникает важная задача: каким образом преодолеть эгоизм ее членов?

### **§ 3. Психическая самозащита и формирование социальных установок**

Защитные процессы, очень сложные и многообразные, приводят к различным психологическим и поведенческим последствиям. Одно из них – формирование у личности новой социальной установки или изменение прежних установок личности. Поскольку такой результат обычно получается вследствие когнитивного диссонанса и его преодоления, то при обсуждении интересующей нас здесь проблемы следует иметь в виду то, что известно о диссонансе<sup>441</sup>.

Проблема диссонанса обсуждается также в настоящей книге, поскольку автор принимает точку зрения Фестингера, согласно которому когнитивный диссонанс является фрустратором.

Когда человек ведет себя наперекор своим убеждениям или без определенного убеждения, но добровольно, у него возникает то специфическое психическое состояние, которому Фестингер дал такое название.

Когнитивный диссонанс вызывает у человека недовольство собой, тревогу, злость, снижает его самооценку, т. е. фрустрирует его. У него возникает мотив самозащиты хотя бы для того, чтобы повысить уровень своей самооценки и самоуважения. Каким образом осуществляется такая самозащита? Исследования, да и повседневные наблюдения, показывают, что основным средством является самооправдание, в ходе которого человеком используются рационализации. С их помощью человек стремится убеждать себя и других в том, что его действия исходили из его убеждений. Но на самом деле он фактически создает эти убеждения в процессе самозащиты, а вокруг этого когнитивного блока – социальную установку как систему, состоящую из когнитивного, эмоционального и поведенческого блоков. Создание соответствия между убеждением, чувствами и поведением, в свою очередь, восстанавливает у личности чувство собственного достоинства.

Когда же в виде психологической защиты оправдывается такой поступок, который несовместим с уже готовой установкой, происходит изменение этой установки, ее преобразование: она приводится в соответствие с поступком, который невозможно изменить и аннулировать, например, с помощью извинения). Если поступок был совершен публично, описанные процессы самозащиты становятся еще более активными. Под поступками следует понимать как ряд физических действий, так и высказывания об определенных явлениях. Если они совершены добровольно и публично и противоречат убеждениям человека, тогда они вызывают в нем когнитивный диссонанс, а отсюда – сильный мотив самооправдания, приведения убеждений (установки в целом) в соответствие с поведением. Подобные процессы оказывают влияние также на формирование или изменение характера личности.

### **§ 4. Вытеснение, подавление и характер**

А. Последствия подавления. – Подавление нежелательных мыслей и желаний может привести не только к освобождению от них сферы сознания, но и к отрицательным последствиям:

---

<sup>441</sup> См.: Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. СПб.: «Речь», 2000; эта теория рассматривается во многих современных социально-психологических трудах. См., например: Майерс Д. Социальная психология, гл. 4.

1) к появлению симптомов; 2) к депрессии и другим патологиям; 3) к ослаблению организма, в частности – иммунной системы<sup>442</sup>.

Возникает проблема: вытеснение каких желаний приводит к развитию депрессии? Известно, что подавление и вытеснение агрессии приводят к депрессии, но приводит ли к такому же результату также вытеснение других желаний? Известно также, что одним из механизмов развития депрессии является самоатрибуция беспомощности. В таком случае, каким образом взаимодействуют подавление, вытеснение и атрибуция?

Б. «Депрессивный реализм» (полезны ли фрустрации). – Депрессия, как известно, является одним из результатов длительных, повторяющихся фрустраций и стрессов человека. Глубокая депрессия, конечно, патологический результат фрустраций. Однако при легких депрессиях обнаружен интересный феномен, получивший название «депрессивный реализм». Ознакомление с ним позволяет нам еще раз утвердиться в мысли, что определенная доза фрустрации действительно полезна.

Феномен «депрессивного реализма» обнаружен в целом ряде исследований. Обобщив полученные результаты, Д. Майерс пишет:

*«Нормальные люди преувеличивают то, насколько они компетентны и хорошо выглядят, а люди в состоянии депрессии – нет. Нормальные люди вспоминают свое прошлое в розовом свете. Люди в депрессии (если только она не тяжелая) более беспристрастно вспоминают свои успехи и неудачи. Нормальные люди описывают себя в основном позитивно. Люди в депрессии описывают свои и положительные, и отрицательные качества. Нормальные люди принимают похвалу за успешный результат и имеют тенденцию не брать на себя ответственность за неудачу. Люди в депрессии принимают на себя ответственность за неудачу. Люди в депрессии принимают на себя ответственность и за успех, и за неудачу. Нормальные люди преувеличивают контроль над тем, что происходит вокруг них. Люди в депрессии менее уязвимы к иллюзии контроля. Нормальные люди невероятно верят в то, что будущее преподнесет много хорошего и мало плохого. Люди в депрессии более реалистичны в восприятии будущего. Фактически, в отличие от нормальных людей, люди в депрессии всегда свободны от предубеждений преувеличенного самоуважения, иллюзии контроля и нереалистического видения будущего. Оказывается, высказывание «печальный, но мудрый» действительно применимо к депрессии»<sup>443</sup>.*

Но больны ли люди с легкой депрессией? Если у так называемых нормальных людей бывают иллюзии, а у депрессивных нет, то можно даже утверждать, что люди с легкой депрессией в психологическом отношении более здоровы и зрелы, чем так называемые «здоровые» люди, которых здесь описывает Майерс.

После описания этого явления попытаемся раскрыть защитные механизмы и комплексы людей, обладающих депрессивным реализмом, или, как говорят, «печальных, но мудрых» людей. Необходимо исследовать проекции и атрибуции этих лиц, характер их агрессивности и т. п.

Каждая разновидность агрессии вызывает соответствующие мысли. Можно говорить о депрессивной агрессивности и о соответствующем типе депрессивного мышления. И можно говорить об агрессивности здорового человека, которая порождает другого рода мысли и атрибуции.

---

<sup>442</sup> См. в книге: Чалдини Р., Кендрик Д., Нейберг С. Социальная психология, с. 59.

<sup>443</sup> Майерс Д. Социальная психология, с. 206.

В. Защитная гордость. – Очень часто, когда человека критикуют, угрожают и когда таких врагов и недоброжелателей у него много, он принимает гордый вид, показывая, что все эти признаки враждебности для него не имеют значения.

Во всех подобных случаях психологически защищающийся человек всем своим видом и поведением стремится показать, что стоит выше других; он показывает, что гордится своей личностью и достижениями, и считает их превосходящими по сравнению с успехами других.

Искусственной такая гордость и тот Я-образ, который при этом выставляется, являются в той мере, в какой человек не уверен в истинности и правильности того, что говорит и делает. Он знает, что критика других задевает его (наносит оскорбление, психическую рану), что эти люди в определенной мере правы, имеют право и основание вести себя по отношению к нему враждебно.

Но мы полагаем, что в таком психическом комплексе, в составе которого выставляется гордость, сочетаются: 1) искусственная гордость; 2) искренняя гордость (ее элементы), и 3) объективные, неискаженные данные о себе. Последние фрустрируют человека, а первые два блока играют роль средств и способов психологической самозащиты.

У человека с подобным комплексом всегда присутствует желание самооправдания. А самооправдание всегда связано с ответственностью.

Г. Защитный комплекс подавления и атрибуции. – Мы видели, что имеется целая группа защитных механизмов, работа которых направлена против внутренних фрустраторов. Таким фрустратором может быть собственная агрессивность человека, его тенденция совершить насильственные действия. Каким образом защищаться против собственных агрессивных тенденций?

Мы полагаем, что для этой цели используются следующие механизмы: подавление агрессии и атрибуция агрессору таких черт и мотивов, которые делают нецелесообразной ответную агрессивную реакцию. Например, когда жертва агрессии считает, что агрессор действовал непреднамеренно и даже вопреки своему желанию, тогда ее ответная агрессия будет подавлена.

Отсюда ясно, что *подавление и атрибуция образуют защитный комплекс*. В него входят как каузальная, так и другие виды атрибуции<sup>444</sup>.

Мы полагаем, что примеры, свидетельствующие о реальности такого комплекса, можно найти как в повседневной жизни, так и в сфере политики, у исторических деятелей и т. п.

## § 5. Изоляция, оценка и две психо-логики

А. Изоляция как отказ давать оценку. – Изоляция, как мы уже знаем, – это процесс, с помощью которого человек разделяет свои действия, восприятия и мысли от тех эмоций, которые в связи с ними возникают или могли бы возникнуть. Наличие эмоций говорит об оценке. Поэтому для того, чтобы не переживать неприятные эмоции, т. е. не фрустрироваться, человек отказывается давать оценку своим действиям.

Речь может идти, например, о моральной оценке собственных действий. Так, допустим, человек совершил преступление. Если бы он стал думать о нем свободно, то переживал бы чувство вины, осудил бы себя. Для того, чтобы избежать этого, он может оторвать и изолировать эти действия от всей своей остальной жизни и от личной морали. Он знает и признается, что совершил эти действия, но отказывается давать им моральную оценку. Вокруг угрожающей мысли и представления образуется как бы капсул, и он как бы отрывается от «Я»<sup>445</sup>.

Б. Изоляция и две несовместимые психо-логики. – При определенных условиях человеческая психика способна содержать две несовместимые (диаметрально противоположные)

---

<sup>444</sup> О роли атрибуции в усилении или подавлении агрессии см. в книге: Берковиц Л. Агрессия. М. – СПб, 2001, с. 62–64.

<sup>445</sup> См.: Jourard S.M. *Personal Adjustment*, pp. 213–214.

логические системы, не осознавая их несовместимость. Это разновидность изоляции, механизма, с помощью которого, как мы видели, одна часть психических содержаний изолируется от другой части и, таким образом, конфликт между ними как-нибудь разрешается. Эти подсистемы психических содержаний живут как бы сами по себе, между ними взаимодействия исключаются. Американские социальные психологи Креч, Крачфильд и Ливсон приводят интересный пример: один господин пишет письмо психологу по поводу того, что тот описал свои эксперименты с кошками, которые подвергались электрическим ударам. Эксперимент был организован с целью выработки методики для оказания помощи алкоголикам. (Повтор) Этот гражданин осуждал жестокость по отношению к животным, считал себя врагом жестокости, но одновременно потребовал жестоко обращаться с алкоголиками, вплоть до мысли о целесообразности их ликвидации. Он не осознавал противоречивость своих убеждений. Этому способствовала внутренняя изоляция этих двух систем представлений<sup>446</sup>. Таких примеров много.

Фактически перед нами любопытное явление: *наличие в одной психике двух несовместимых психо-логических систем*. В психике появляются изолированные друг от друга секторы. В соответствии с ними разделяются также области деятельности человека, создаются не связанные друг с другом сферы активности, причем появляются такие формы активности, которые, будучи оторваны от Я-концепции личности, как будто не ею осуществляются.

В. Патологические случаи. – Хотя патологическим последствиям систематического использования защитных механизмов мы посвящаем отдельную главу, уже здесь целесообразно вкратце описать те патологические последствия, к которым ведет изоляция.

Крайними, патологическими случаями являются различные выражения феномена множественной личности. В одном индивиде образуется две или больше личностей («Я» и Я-концепций) со своими именами, причем некоторые из них могут не знать о существовании других. В течение времени индивид непроизвольно совершает переход, так сказать, от одного личностного состояния к другому, происходит смена имен и личностных структур. (Более подробно явление множественной личности нами описывается в книге «Психика, сознание, самосознание»).

Г. Предпосылки появления механизма изоляции. – Предпосылками появления механизма изоляции можно считать противоречивые требования к человеку и его поведению со стороны различных социальных групп и значимых лиц; требование играть различные социальные роли, которые соответствуют различным статусам человека в обществе, в его различных группах и организациях. Развитию этого механизма способствуют многочисленные конфликты, которые часто разрешаются путем изоляции конфликтующих мотивов и ролей и их исполнения в различных социальных сферах и ситуациях.

Развитию механизма изоляции способствует также противоречивость тех мотивов, которые приобретает человек в течение своей жизни. В различных ситуациях возникает необходимость подавлять одни из них и реализовать другие, т. е. фактически изолировать эти противоречивые мотивы друг от друга.

Мы полагаем, что есть роли, которые требуют от человека более частого и последовательного использования механизма внутренней изоляции психических содержаний (ролей, мотивов, когнитивного и эмоционального блоков прежде единого психического содержания и т. д.). Например, политическим деятелям часто приходится пользоваться этим защитным механизмом. У политических лидеров способность изоляции друг от друга своих ролей и других видов поведения должна развиваться в высокой степени, иначе они не смогут эффективно исполнять свои несовместимые роли.

Считается, что бизнесмены четко разделяют, по крайней мере, две сферы деятельности: бизнес и остальные отношения, в которых они стремятся быть моральными людьми. Такой

---

<sup>446</sup> См.: Kretch, Crutchfield and Livson. *Elements of Psychology*. 2nd Ed., New York, 1969, p. 766.

человек может ходить в церковь, молиться, даже заниматься благотворительностью, но в сфере бизнеса быть агрессивным и беспощадным соперником, использовать приемы обмана и т. п.

Д. Связь с рационализацией. – Нередко изоляция и рационализация выступают вместе, взаимосвязанно. Взаимодействие этих механизмов можно наблюдать, например, в области социальных предубеждений. И. Сарноф иллюстрирует эту взаимосвязь примером того, как относились немецкие фашисты к представителям других народов. Они подразделили их на разные категории – начиная от самых близких к арийцам (например, скандинавские народы) до самых далеких, “животноподобных нелюдей”, (в эту группу включили славян, евреев и цыган).

Имея эти категории, они уже по-разному обращались с ними как на свободе, так и в концлагерях. В них для представителей этих разных категорий людей разными были пища, одежда, даже способы наказания и ликвидации<sup>447</sup>.

## § 6. Парадоксальная самозащита и характер

А. Общее представление. – То, что в литературе или в разговорной речи называют «духом противоречия», на языке психологии можно назвать *активным негативизмом*. Есть такие люди, у которых эта комплексная черта характера (а не «дух») так сильно развита, что они никак не могут спокойно относиться к мнениям и убеждениям других, и отвергают их мнения «с порога», даже не пытаясь понять, о чем идет речь. Активный негативист говорит «нет» другому человеку, даже не дожидаясь того, чтобы он высказался.

Негативизм заряжен агрессивностью и даже жестокостью. Негативист закрыт для педагогических воздействий, его невозможно убеждать в справедливости каких-то идей. У него также ниже нормального уровня внушаемость.

Обычно негативисты – это индивиды, поэтому психологи и психиатры до сих пор интересовались главным образом индивидуальным негативизмом. Однако, вполне возможны социальные группы с чертами негативизма; даже этносы могут быть негативистами. Это возможно в том случае, когда в социальной группе много негативистов, и именно они определяют менталитет, ценности и цели этноса. Например, религия и ее представители могут сообщить негативизм всей общине верующих. Он выражается в том, что отвергаются все те идеи, которые исходят из других источников. Нетерпимость (нетолерантность) – один из важных черт индивидуальных или групповых негативистов.

Правда, мы еще должны выяснить, какие характерные черты получает негативизм на уровне групп и этносов, в каких групповых формах поступков выражается это качество.

Б. Дух противоречия как парадокс. – Дух противоречия, как парадоксальная форма самозащиты, привлекало внимание не только психологов, но и философов и писателей. Так, Эдгар По посвятил этому явлению рассказ. Он считал его «мотивом без мотива», т. е. побуждением, причем фундаментальным и без цели<sup>448</sup>.

Но это беспричинное побуждение могущественно. Мы делаем то, что, казалось бы, не должны были совершить. «Определенные натуры в определенных обстоятельствах вообще неспособны ей противостоять. Сознание не позволенности или ошибочности какого-то поступка очень часто превращается в неодолимую силу, и она, одна она, понуждает нас его совершить – в этом я убежден так же, как в том, что я дышу. И это всепобеждающее стремление поступать не так, как надо, только ради самого поступка, не поддается никакому анализу, никакому разложению на составные элементы. Это коренной, первозданный импульс – элементарный и первичный»<sup>449</sup>.

---

<sup>447</sup> См.: Sarnoff I., *op. cit.*, p. 234). Сарноф приводит показания свидетелей этой практики.

<sup>448</sup> См.: По Э. *Бес противоречия*. Рассказы. Пер. с англ., М.: «Худ. лит.», 1980, с. 321.

<sup>449</sup> По Э., *указ. соч.*, с. 321–322.

Писатель отмечает парадоксальный характер духа противоречия, заключающийся в том, что он противоречит желанию жить в благополучии: «... склонность к противоречию, как я ее называю, не только не сопровождается желанием пребывать в благополучии, но и связана с прямо противоположным чувством»<sup>450</sup>.

Дух противоречия выражается по-разному. Эдгар По приводит ряд примеров, показывающих многообразие его проявлений. Во-первых, часто человек делает противоположное тому, что ждут от него другие – собеседники, члены семьи и другие. Например, чтобы подразнить их, человек излишне подробно и обстоятельно излагает свою мысль. Используя ненужные объяснения и отклонения, он вызывает гнев собеседника.

Для описания второго варианта проявления духа противоречия, а именно – противоречия с самим собой, дадим слово самому писателю:

*«Нам нужно как можно скорее выполнить какую-то работу. Мы знаем, что любая отсрочка окажется губельной. Важнейший кризис нашей жизни, как боевая труба, призывает нас к немедленным действиям. Мы полны рвения, мы жаждем скорее приступить к выполнению задачи, предвкушая длительные результаты, мысль о которых преисполняет нас восторгом. Это нужно. Это необходимо сделать именно сегодня, и тем не менее мы откладываем все на завтра. А почему? Ответ один: из духа противоречия, хотя мы и не осведомлены о принципе, кроющемся за этим словом. Наступает новый день и приносит с собой еще более нетерпеливое желание поскорее выполнить возложенный на нас долг, но, усиливаясь, наше нетерпение приносит с собой, кроме того, безмянную, пугающую своей необъятностью жажду мешкать. ... Приближается последний срок, когда еще можно что-то сделать. Мы содрогаемся от ярости происходящей в нашей душе борьбы определенного с неопределенным, материального с тенью. Но если уж борьба зашла так далеко, победа останется за тенью – сопротивление наше тщетно. Бьют часы – это отходная нашему благополучию. Но это же и петушинный крик, спугивающий призрака, столь долго порабоцевавшего нас. Он бежит, он исчезает. Мы свободны. Былая энергия возвращается к нам. Теперь мы готовы трудиться. Увы, уже поздно»<sup>451</sup>.*

Если перевести это на язык современной психологии, можно сказать, что дух противоречия идет против здоровых адаптивных тенденций личности. Этот дух приводит ее к дезадаптации. Поэтому негативизм достоин досконального исследования в рамках теории фрустрации и психологической защиты. Однако нужно лучше знать генезис, структуру и функции этого явления, его психо-логику и то обстоятельство, какие новые характерологические черты и комплексы формируются под его влиянием.

## **§ 7. Комплекс неполноценности, фрустрация и сексуальная жизнь**

Известно, что во многих фрустрирующих ситуациях, не имея возможности устранения фрустраторов, человек (в зависимости от своих личностных черт, установок и ориентаций) начинает дискредитировать себя перед самим собой и перед другими. Причем в этой дискредитации могут наблюдаться патологические «нюансы». Со временем такая психическая активность может привести человека к образованию в его психике устойчивого комплекса неполно-

---

<sup>450</sup> По Э., указ. соч., с. 322.

<sup>451</sup> По Э., указ. соч., с. 323.

ценности. Наличие такого психического образования выражается в том, что человек начинает считать себя ниже и хуже других если не во всем, то в определенных аспектах; считает себя неспособным к достижению определенных целей и т. д.

Важно подчеркнуть, что комплекс неполноценности во всех своих разновидностях является итогом длительных и систематических фрустраций в виде лишений, оскорбления достоинства, отрицательных внушений, подчеркивания непривлекательности человека и наличия у него физических недостатков и т. п. Особенно глубокое отрицательное влияние оказывают на человека неудачи в половой активности. Комплекс неполноценности до некоторой степени характеризует личность и определяет ее тип.

По-видимому, большинство людей имеет такой комплекс, хотя он у разных людей бывает различным как по содержанию, так и по уровню развития и устойчивости. Реакции людей на такой комплекс также различны.

1) У некоторых наличие комплекса неполноценности четко осознается, что приводит к усиленной компенсаторной активности. Для того, чтобы избавиться от такого комплекса и неприятных переживаний, которые связаны с ним, выдвигает перед собой новые цели и стремится энергично претворять их в жизнь. Поэтому для определенных типов людей комплекс неполноценности служит стимулом самосовершенствования и решения полезных для общества задач.

2) Другие, имея комплекс неполноценности, становятся менее дееспособными, отрицают возможность и целесообразность активной жизни, считают все суетой. У таких людей патологические последствия формирования комплекса неполноценности могут быть весьма серьезными (мутизм, мысли о самоубийстве, признаки шизофрении и т. п.). Это чаще всего интровертированные люди. Если у них комплекс неполноценности поверхностен и слаб, то, при занятии серьезными научными исследованиями, искусством или литературой, они могут добиться ценных результатов.

Важно иметь в виду, что наличие комплекса неполноценности, относительно независимо от типа личности, выражается в характерных формах активности, в типичных поведенческих «реакциях». Например, если комплекс неполноценности преимущественно связан с половой жизнью, то такой человек с низким уровнем собственного достоинства будет склонен, с целью удовлетворения своих половых влечений, обратиться к услугам проституток. Субъективно такие люди свою склонность к ним переживают как «родство душ», причем к услугам проституток часто прибегают также люди с высокими социальными статусами. Комплекс неполноценности в сфере сексуальной жизни не всегда прямо связан с социальным статусом личности. Иногда именно высокий социальный статус, налагая определенные ограничения на формы и пути изживания полового влечения, приводит к образованию комплекса неполноценности в сфере сексуальной жизни, в то время как чувство собственного достоинства в других сферах активности может не пострадать сколько нибудь заметно.

«Родство душ», о котором нередко рассуждают люди, склонные общаться с проститутками, уголовниками и другими девиантными членами общества, психологически состоит в том, что и у первых, и у вторых об определенных предметах, культурных ценностях и других явлениях имеются сходные оценки, которые, в результате интенсивного общения, могут еще больше конвергировать. Об этом имеются многочисленные примеры в художественной литературе всех времен, в том числе XX века – Ремарк, Хемингуэй и др.). В свете современных социально-психологических концепций можно предположить, что в основе этого явления лежит образование сходных социальных установок, появление у них одинаковых референтных групп, в результате чего у них формируются одинаковые картины мира. Люди с высокими статусами становятся способными принимать роли девиантных лиц, в результате чего у них возникает симпатия к этим категориям людей (а иногда – амбивалентное отношение). Принятие роли приводит к пониманию другого, в результате чего этот другой становится значимой личностью.

При психологическом анализе данной группы проблем следует принимать во внимание тот факт, что между статусом и ролью личности возникают противоречия. Роль как конкретная форма выражения статуса, как его деятельная сторона, всегда до некоторой степени противоречит статусу (как совокупности экспектаций), однако в рассматриваемом нами случае, когда комплекс неполноценности роковым образом толкает человека к общению с представителями казалось бы совсем чуждых девиантных групп, это противоречие настолько углубляется, что может привести к потере достигнутого статуса. В то время как статус личности содержит совокупность экспектаций до сих пор референтной для нее социальной группы, ее ролевое поведение начинает больше отвечать экспектациям совсем других групп. В таких случаях возникает целый ряд проблем: необходимость усовершенствования «морального кодекса» референтной группы, пересмотра социальных санкций, которые обычно применяются к личности в подобных ситуациях исследования социального положения девиантных и других групп с низким статусом с целью улучшения их идеологий и морали и т. д.

## **§ 8. Механизмы психологической защиты в процессе социологического и социально-психологического интервьюирования (пример комплексной самозащиты)**

Механизмы психологической самозащиты играют роль во всех процессах общения людей. Рассмотрим один специфический случай.

Проведение интервью также является процессом общения. Специалисты заметили, что для правильной оценки поведения испытуемых лиц и полученных от них результатов следует учесть ту роль, которую защитные механизмы играют в их поведении<sup>452</sup>. Как и в процессе всякого другого общения, во время интервью также люди стараются использовать определенную стратегию защиты от чужого влияния, против соблазна и привязанности, а также против других возможных нежелательных воздействий другого или других лиц. Если обе общающиеся стороны такими способами защищаются друг против друга, то достижение взаимопонимания между ними становится затрудненным или даже невозможным.

Защитные процессы начинаются главным образом по той причине, что как интервьюер, так и респондент озабочены тем, что о них думает другой (каков их Я-образ в психике другого). Самозащитные тенденции особенно заметны у респондента, который с самого начала должен решить: принимать или не принимать участие в интервью. Если беседа проводится не по инициативе респондента, то, как справедливо замечают Пэнто и Гравитц, его противодействие может выражаться белее четко.

Какие психические механизмы самозащиты используются респондентом в условиях интервью? К сожалению, названные авторы не приводят описание конкретных случаев защитного поведения респондентов. Они лишь вкратце описывают некоторые из классических защитных механизмов и стратегии. Это *бегство*, уход из ситуации: прямо или косвенно, используя отговорки, они отказываются отвечать на вопросы интервьюера. Активно используются *рационализация* (оправдывают свою позицию с помощью неверных суждений, в истинность которых они верят). *Проекция* выражается в том, что другим людям приписываются собственные установки. *Интроекция* выражается в подчиненности чужим взглядам, причем субъекту кажется, будто совершил добровольный выбор.

Значительную роль в психологической защите респондентов играет *идентификация*: они стремятся быть такими, какими, по их мнению, они кажутся анкетеру. Но это, конечно, не идентификация в собственном смысле слова, поскольку респондент идентифицируется не с

---

<sup>452</sup> См.: Пэнто Р., Гравитц М. *Методы социальных наук*. М.: «Прогресс», 1972, с. 417.



интервьюером, а со своим воображаемым и желаемым Я-образом, обладание которым он приписывает интервьюеру. Поэтому здесь имеют место более сложные процессы: сначала имеет место атрибуция этого Я-образа интервьюеру, после чего происходит идентификация с этим образом. В то же время в сознании интервьюера может быть совсем другой образ респондента. В любом случае подобная идентификация вредна для исследования, поскольку искажает психологические факты.

Представляет ценность верная мысль авторов о том, что проекция, интроекция и идентификация «могут возникать поочередно или одновременно в отношениях интервьюера и респондента»<sup>453</sup>.

Респонденты могут *вытеснить* из своего сознания такие мотивы, образы и мысли, которые вызывают у них чувство вины, но представляют важность для социолога или психолога. «Вся сложность заключается в обнаружении настоящей мотивации респондента, по существу неизвестной ему самому, ибо она является подсознательной»<sup>454</sup>.

Роль *инверсии* объясняется следующим образом: респондент, который желает избавиться от интервьюера, будет предупредительно вежлив. Это правильно. Однако возможны случаи, когда имеет место обратное, а именно: желание общаться внешне превращается в отказ от общения, однако сохраняется на подсознательном уровне. Это конфликтное, амбивалентное состояние часто встречается у влюбленных женщин, когда с нетерпением ждут момента объяснения в любви, но когда он наступает, отвечают резким отказом. Исследование разновидностей инверсии (превращения в свою противоположность) представляет значительный практический интерес.

В ходе интервьюирования, по-видимому, специфический характер принимает забывание. Оно здесь близко к вытеснению, но может касаться фактов, а не желаний. Тенденция такова, что респондент преимущественно забывает то, что ему неприятно. Но мы думаем, что подобное забывание является частным случаем вытеснения, а не самостоятельным защитным механизмом.

Однако, как отмечают Пэнто и Гравитц, в процессе интервьюирования имеются также положительные факторы, которые побуждают респондента с готовностью отвечать на вопросы. Это вежливость, желание своими ответами оказать влияние на какие-то социальные явления. Это, наконец, потребность общения и выражения своих точек зрения, потребность найти понимание у другого человека. Сила этой потребности респондента в значительной степени зависит от поведения интервьюера.

Исследование ситуации интервью с позиций теории фрустрации и психологической защиты представляет ценность по той причине, что в реальной жизни во многих ситуациях общения людей происходят сходные и, как мы видели, весьма сложные процессы. Это процессы комплексной самозащиты сторон, причем в будущем при их исследовании следует использовать теорию власти, поскольку тот, кто задает вопросы, тем самым обладает властью над тем, кто должен или обязался отвечать на его вопросы. В реальной жизни роли могут меняться.

---

<sup>453</sup> Пэнто, Гравитц, указ. соч., с. 418.

<sup>454</sup> Пэнто, Гравитц, указ. соч., с. 418.

## Глава 53. Патологическая самозащита и характер

### § 1. Патологическая самозащита и акцентуация черт характера

А. Общий подход. – Мы уже знаем, что теория психологической самозащиты имеет фундаментальное значение для развития научной психологии. Здесь мы покажем, что наша концепция патологизации защитных механизмов оказывает существенную помощь не только правильному описанию акцентуированных черт характера, но и раскрытию процессов генезиса таких черт.

Проблема *генезиса* акцентуированных черт характера весьма сложна. Недаром Карл Леонгард, один из ведущих специалистов этой области, фактически отказался от ее исследования. Вот что он писал об этом: «Я должен оговориться, что вопрос происхождения акцентуированных черт личности не является в данной работе предметом особого внимания: эти черты занимают нас лишь в том виде, в каком мы непосредственно наблюдаем их у обследуемых лиц»<sup>455</sup>. Однако тем самым Леонгард закрыл себе путь в интересную область исследования: он просто не знал, как исследовать эту область. Мы полагаем, что наши представления о генезисе защитных механизмов и их патологизации дают ключ к разрешению этой проблемы. Во всяком случае, наше утверждение верно в отношении акцентуированных черт характера. Что же касается темперамента, то его черты имеют свои корни в наследственности, и к ним подход должен быть несколько иным.

Б. Что такое акцентуация черт характера? – Выраженную черту характера еще нельзя считать акцентуированной. У каждого человека в определенной мере имеется и демонстративность, и пунктуальность, и экстраверсия, и интроверсия, и застреваемость, и возбудимость, и циклоидность, и т. п.

Поэтому прав один из специалистов, когда пишет следующее: «Об акцентуации можно говорить лишь тогда, когда какая-либо черта темперамента или характера начинает приобретать чрезмерно большую выраженность, делая личность необычной»<sup>456</sup>.

Предложенные в литературе определения акцентуации нам представляются внешними и поверхностными. Мы предлагаем новую концепцию акцентуации, состоящую из следующих утверждений: 1) Поскольку черты характера являются адаптивными ответами на требования среды, а часть из них носит защитно-адаптивный характер, то именно исходя из теории психологической самозащиты и следует определить явление акцентуации; 2) каждая акцентуированная черта является патологизированной реакцией, в том числе психозащитной, на проблемы и конфликты,privation и депривации, налагаемые средой; 3) у личности формируются также патологизированные комплексы черт, которые составляют уже подтипы личностей; 4) предстоит показать, к каким акцентуированным чертам характера приводит патологизация отдельных защитных механизмов, а также защитных комплексов; 5) у акцентуированных людей патологизированные механизмы и их комплексы, приобретая (присоединяя к себе) устойчивую установку на воспроизведение исходящих из этих черт форм поведения, превращаются в устойчивые адаптивные стратегии.

Мы полагаем, что эти идеи применимы в психологии характера, в том числе в этнической психологии.

В. Плодотворность нашего подхода. – Мы считаем, что знание защитных механизмов и существования процессов их патологизации действительно позволяет перевести описание

---

<sup>455</sup> Леонгард К. *Акцентуированные личности*. Ростов н/Д: «Феникс», 1997, с. 34.

<sup>456</sup> Литвак М. Е. *Предисловие к книге: Леонгард К. Акцентуированные личности*. Ростов н/Д: «Феникс», 1997, с. 6.

акцентуированных черт на более точный язык теории защитных механизмов и адаптации и показать, что эти черты – результат патологизации соответствующих защитных механизмов. Но чтобы доказать эти утверждения, начнем с описания Леонгардом крайне честолюбивого человека. Это застревающий тип, отличающийся твердолобым, слепым карьеризмом.

«Кроме того, – отмечает К. Леонгард, – застревание никогда не проявляется одним только честолюбием, к нему присоединяются повышенная чувствительность к обидам и сильно выраженная злопамятность»<sup>457</sup>.

Какие патологические защитные механизмы мы видим в этом коротком описании? Вот они: 1) *честолюбие*, если перевести его на язык защитно-адаптивных механизмов, есть болезненное выражение самоутверждения фрустрированной личности, ее стремление к компенсации. Ясно, что «слепой карьеризм» таких людей содержит значительную дозу различных форм агрессии; 2) из присоединившихся к карьеризму черт можно отметить следующие: а) повышенную чувствительность к обидам, что является признаком снижения порога толерантности к фрустраторам и стрессорам, и готовность к защитному реагированию; б) «сильно выраженная злопамятность» есть не что иное, как подавленная агрессивность и готовность отомстить обидчиков, причем в патологически несоразмерных формах. Эти черты были характерны, например, Сталину. Такую же черту можно видеть у этнических и религиозных групп.

Предложенный небольшой анализ показывает, что обычно мы имеем дело не с одной изолированной чертой, а с комплексом черт, которые являются «осадками» частого применения соответствующих защитных механизмов. Данная идея содержит новую *гипотезу* о том, что *акцентуированные черты характера возникают на основе защитных реакций, имевших место еще в годы детства, а становятся чрезмерными, когда эти механизмы используются слишком часто, поскольку получают положительное подкрепление*. И еще одна идея: *каждый защитный механизм порождает не одну черту личности, а несколько черт* (в вышеприведенном примере – агрессивное честолюбие, злопамятство и др.).

Что касается защитных комплексов и стратегий, то они, естественно, порождают сложные комплексы (подструктуры) характера. Данный подход можно расширить путем «защитно-адаптивного анализа» различных ананкастов (застревающих людей).

## § 2. Фиксация, регрессия и развитие патологических черт характера

Фиксации, как мы помним, это локальные образования, пункты приостановки развития личности. Они связаны с инстинктивными желаниями и с ранними фазами психического развития личности. Психоналитики считают, что фиксации приводят к патологии, в том числе в характере индивида.

Так, при меланхолической депрессии имеет место, согласно психоанализу, инстинктивная фиксация на оральном уровне.

Ранние фазы развития могут сосуществовать бок о бок с более поздними и проявляться в симптомах, чертах характера и установках. Пункты инстинктивной фиксации создают у индивида склонность (преддиспозицию) к различным типам неврозов. Когда в дальнейшей жизни индивид встречается с трудностями, то, имея в своей психике фиксации, он проявляет склонность регрессировать к этим «пунктам»; поэтому фиксации, наряду с регрессией, некоторые психологи считают защитными механизмами. Более правильно утверждать следующее: защитным механизмом является регрессия, а фиксации облегчают регрессию фрустрированной личности и приводят ее к воспроизведению этих фиксированных форм поведения и переживания.

---

<sup>457</sup> Леонгард К., указ. соч., с. 38.

Фиксации являются условиями, благоприятствующим регрессии, сообщаящим ей направленность.

Наблюдаются также фиксации на конфликтах прошлого. В таких случаях фрустрированная личность регрессирует с помощью магического мышления и магических ритуалов, примитивных (архаических) форм защиты.

Возможно, что эти две формы фиксации – инстинктивная и эго-фиксация – взаимосвязаны сложным образом. В одной из своих последних работ (1939 г.) Фрейд писал, что каждый невротический феномен имеет как свои положительные, так и отрицательные стороны. Положительный аспект стремится привести в сферу сознания травму и избавиться от нее, предотвратив повторение травмирующего события. Негативный аспект приводит к полному вытеснению инфантильного переживания. Этот отрицательный аспект присутствует в различных защитных механизмах (в том числе в избегании, фобиях и т. д.).

Вполне понятно, что все негативные реакции также приводят к образованию черт характера. Невротические черты характера отличаются значительной устойчивостью и ригидностью, в результате чего внешняя реальность оказывает на них незначительное влияние. Они плохо поддаются контролю. Но если они не являются превалирующими в структуре личности, то приводят лишь к неврозам. Когда же превалируют, то у личности развивается психоз.

### **§ 3. Одно из условий патогенной социализации личности**

Здесь речь пойдет о типичной социальной фрустрирующей ситуации, которая порождает шизофренический характер.

Те ситуации, в которых к личности предъявляются противоречивые требования, всегда в той или иной степени являются фрустрирующими, причем уровень фрустрации зависит от важности ситуации для личности.

Это положение американский психолог Бейтсон и его коллеги поставили в основу предложенной ими теории шизофрении. Они утверждают, что в основе шизофрении лежат искажения в процессах общения. Когда то или иное лицо, связанное с другим человеком, получает два типа сообщений, которые противоречат друг другу, и не может понять, каков источник искажения (или расхождения), то создаются условия для развития у него шизофрении.

Чаще всего источниками такой «двойственной связи» бывают те матери, которые не допускают установления теплых отношений с ребенком, и в то же самое время не примиряются с таким положением дел.

Особенно опасными подобными отношения становятся в тех случаях, когда в семье нет сильного и авторитетного отца, который мог бы своевременно познать и разрушить эти патогенные связи матери и ребенка.

Лжевзаимность в семье, в которой нет настоящих теплых отношений, также является патогенным, поскольку ребенок чувствует ложность сложившихся отношений, их противоречивость<sup>458</sup>.

### **§ 4. Почему невротики не желают лечиться?**

Из практики психотерапии известно, что многие невротики не желают лечиться. В чем причина этого, с первого взгляда странного, поведения?

Мы предполагаем следующее: 1) эти люди привыкли к своему положению; 2) у них образовались защитные и компенсаторные механизмы, комплексы и стратегии, устранить которые

---

<sup>458</sup> См.: Bateson G. a.o. *Towards a Theory of Schizophrenia*. – «Behav. Science», 1, 1956, pp. 351–264.

очень сложно, да больные и не желают от них избавиться; 3) больные получают какую-то пользу или привилегию от своего положения.

При исследовании этих явлений следует исходить из того, что у каждого невроза свой ведущий защитный механизм; эти механизмы близки к патологическим, вследствие чего у невротиков появляются акцентуированные черты характера.

Но какую пользу получают невротики от своих защитных механизмов и симптомов? По-видимому прав Р. Мэй, который обнаружил, что защитные механизмы и симптомы заменяют тревогу фрустрированной личности, человек освобождается от тревоги и по этой причине не желает избавиться от симптомов и защитных механизмов. Мэй, по-видимому, прав, поскольку, действительно, устранение симптомов и ослабление защитных механизмов приводит у возобновлению тревоги. Порою это цена лечения<sup>459</sup>.

## **§ 5. Доминантность защитного механизма и патология**

Нередко можно наблюдать такое явление: каким бы фрустрирующим воздействиям ни подвергался индивид, он отвечает одним и тем же защитным механизмом или комплексом защитных механизмов. Такие механизмы или комплексы можно назвать доминантными для данной личности.

Известно также наблюдение психоаналитиков, которые заметили, что если психически нормальные люди гибко используют различные защитные механизмы с учетом изменений ситуаций, то для переживаний и поведения невротиков и психотиков характерно преимущественное использование того или иного предпочитаемого механизма. Для кататонической шизофрении он один, для истерии – другой и т. п. Поэтому можно сказать, что доминантность, т. е. сильное преобладание того или иного защитного механизма в жизни данной личности, является признаком патологической защитной адаптации.

## **§ 6. Бред как форма психологической самозащиты**

Бред распространен и применяется шире, чем предполагается. Он нередко играет психозащитную роль в жизни того человека, который им пользуется. Приведем примеры.

1) А. А. – психолог, женщина среднего возраста. Когда в Германии был переведен и опубликован труд одного из ее коллег, она начала утверждать и распространять слухи о том, будто тот лично поехал в Германию и «устроил» выпуск своей книги, иначе кто бы взялся опубликовать эту книгу!

Это чистой воды бред, утверждаемый А. А. в тонах, не терпящих возражения. Она сама поверила в то, что сочинила. Психозащитная роль такого патологического когнитивного образования заключается в том, что А. А. утверждает: автор книги не лучше меня. Ясно видно, что сравнение фрустрировало ее и у нее возникла защитная мотивация. Более того, в основе ее бреда, как мы полагаем, лежит неосознаваемая проекция собственных отрицательных личностных качеств на автора книги, собственной неспособности создать что-либо ценное. Мы полагаем также, что при этом играет роль атрибуция своей этнической Я-концепции на автора книги, так разозлившей нашего психолога женского пола. Психологика такова: «Я принадлежу к народу Б и не способна на такое достижение. Почему же автор, принадлежащий к тому же народу, должен быть более способным? Это невозможно. Это случайная или «организованная» удача, ничего больше». (Примерно так можно выразить общую схему психологической завистников. Эти предположения автору измышлений (бреда) представляются весьма правдоподобными).

---

<sup>459</sup> См.: Мэй Р. Проблема тревоги. Москва: «ЭКМО», 2001.

Ясно, что в таких случаях перед нами – выражение не просто зависти в патологической форме, но и этнического комплекса неполноценности в индивидуальном варианте этого психолога женского пола.

2) В качестве обобщенного примера использования бреда в целях психологической самозащиты отметим следующее: в среде недоброжелательных и ограниченных людей широко распространена склонность, без всякого обоснования, утверждать, будто кто-то чего-то не способен делать. Если говорящий имеет глубокую веру в то, что утверждает, то это бред. В его основе – неблагоприятное для себя социальное сравнение и комплекс неполноценности.

## **§ 7. «Самопроизвольное» лечение неврозов и проблема психической адаптации**

Из клинической практики известно, что неврозы часто спонтанно исчезают. Имеет место, как говорят клиницисты, ремиссия невроза. Такие данные приводятся во многих трудах психиатров. Данный вопрос специально исследовал также Ганс Айзенк. Он обратил внимание на то, что нередко психиатры подобные случаи самопроизвольного улучшения состояния больных приписывают своим терапевтическим усилиям, в то время как это не соответствует действительности, поскольку данное явление наблюдается также у тех больных, которые не проходят курс лечения.

Но каким образом происходит такое спонтанное лечение или улучшение? Без труда можно предположить, что самопроизвольное лечение, ремиссия, является сложным психическим процессом и вполне естественно поставить вопрос о тех психических механизмах, которые ее обеспечивают.

С другой стороны лечение, оздоровление означает, по крайней мере, с социально-психологической точки зрения, улучшение социально-психологической адаптированности личности. А это позволяет сказать, что лечение обеспечивается благодаря спонтанной активности определенных защитно-адаптивных механизмов.

Поэтому вполне понятно, что исследование случаев спонтанного исчезновения невротических симптомов позволит раскрыть особенности работы защитно-адаптивных механизмов и их комплексов, накапливать большой эмпирический материал. Важно найти адекватные методы исследования подобных личностных, преимущественно внутриспсихических, процессов.

## **§ 8. Патологические роли – свидетельства провала психологической защиты**

В психологии семьи исследователями обнаружено явление патологизирующей роли: это такая роль члена семьи, которая патологизирует как его самого, так и других членов семьи. Например, если в семье кто-то берет на себя роль больного и заставляет других брать на себя роли врача, медсестры и т. п., то последние также патологизируются, а семейная ролевая структура претерпевает патологические изменения.

В научной литературе, в первую очередь Г. Рихтером, уже описан целый ряд патогенных ролей<sup>460</sup>. открытие этих ролей мы считаем серьезным прорывом в исследовании семьи. Однако исследователи очень верно отмечают, что концепция патологизирующих ролей, выдвинутая в первую очередь немецким исследователем Рихтером, имеет ряд недостатков, главными из которых являются следующие: описательность; отсутствие понимания причин того, почему в одних семьях они возникают, а в других, когда у них имеются сходные проблемы, такие роли

---

<sup>460</sup> См.: Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. Психология и психотерапия семьи (4-е изд.). СПб.: «Питер», 2008, с. 235–245.

не появляются<sup>461</sup>. Исследования показывают, что подобные роли возникают лишь около 23–25 процентов обследованных семей. В чем причина этого?

Можно предложить следующую гипотезу: 1) когда в семье появляются такие факторы (больной, алкоголик, агрессивная авторитарная личность), или когда извне оказывают влияние подобные патогенные факторы, то у здоровых членов семьи начинаются процессы психологической самозащиты; 2) патогенные социальные роли появляются в тех семьях, в которых как индивидуальные, так и групповые защитные процессы заканчиваются провалом или же сами эти процессы патологизируются, вызывая неврозы и психозы. Процесс патологизации психологической защиты также можно считать видом провала здоровых защитных процессов. В этом случае защитные механизмы также, такие как проекция, атрибуция, агрессия, интроекция и другие, становятся патологическими.

Эта гипотеза, в свою очередь, вызывает новые вопросы: из-за каких особенностей семьи в ней психическая защита не приводит к успеху, вследствие чего появляются патогенные роли, и какие особенности семьи предотвращают патологизацию? В каких условиях, и у каких индивидов, происходит добровольная патологизация роли и личности? и т. п. Здесь, конечно, вспоминается проблема толерантности к стрессам и фрустрациям. У одних семей психологическая защита сильна и надежна, порог толерантности высок, у других – наоборот. Но эти различия предстоит исследовать конкретно, используя, в частности, сравнительный метод.

У вышеупомянутых исследователей возник вопрос: что из себя представляет патологическая роль? Не является ли она новым видом защитного механизма? Разработанные нами концепции позволяют утверждать, что патологическая роль – это патологический и патогенный защитный комплекс. Что касается соотношения между этим комплексом и известными защитными механизмами, то мы полагаем, что в патологической роли участвуют некоторые из известных защитных механизмов, но в своих патологизированных вариантах. Предстоит также исследовать процесс патологизации исполняющих такие роли индивидов, а также те результаты (неврозы, психозы и другие до сих пор неизвестные состояния и синдромы), к которым этот процесс приводит. Перед нами интересная область психологических и психопатологических исследований.

---

<sup>461</sup> Эйдмиллер Э. Г., Юстицкис В., указ. соч., с. 243.

## Часть пятая. Стратегии психологической самозащиты

### Глава 54. Стратегии и типы психологической самозащиты

#### § 1. Адаптивные стратегии

А. Что такое адаптивная стратегия? – Адаптивной стратегией можно назвать такую совокупность защитных механизмов, которые систематически используются личностью с целью преодоления серьезных и типичных проблемных ситуаций, т. е. для решения крупных адаптивных задач. В структурном отношении адаптивная стратегия налично тогда, когда один защитный механизм или комплекс нескольких механизмов сочетается с устойчивой установкой на их применение с целью адаптации к типичной проблемной ситуации.

Например, если индивид А, оказываясь в проблемных фрустрирующих ситуациях, немедленно актуализирует механизмы атрибуции и реализации ее стремления с их помощью разрешить (ликвидировать, преодолеть и т. п.) ситуацию стресса и фрустрации, то мы можем сказать, что у него имеется защитно-адаптивная стратегия, состоящая из двух названных механизмов (их комплекса или ассоциации) и установки на ее применение.

У каждого человека в течение жизни, в ходе преодоления трудностей и накопления жизненного опыта, формируется целый ряд адаптивных стратегий, не говоря уже о множестве защитных механизмов и их комплексов. Но существуют *универсальные адаптивные стратегии*, которые возникают у всех людей независимо от их этнической и расовой принадлежности. Все остальные можно считать подтипами и дериватами этих фундаментальных защитно-адаптивных стратегий. Поэтому следует в первую очередь получить представление об универсальных стратегиях.

Б. Универсальные адаптивные стратегии. – Универсальных и самых главных адаптивных стратегий, по-видимому, всего три:

1) *Активное стремление изменить ситуацию*; образно говоря, это *стратегия нападения* на проблемную ситуацию и на фрустратор.

2) *Уход, отступление или бегство*. При использовании этой стратегии человек как можно быстрее покидает проблемную ситуацию, которая представляет опасность для его благополучия или даже для жизни.

3) *Компромиссная стратегия*: человек остается – вынужденно или добровольно – в стресс-фрустрационной ситуации, поскольку это ему необходимо для достижения определенных целей, или по той причине, что уход просто невозможен. Оставаясь в такой ситуации, человек вынужден идти на компромиссы, на определенные уступки. Нередко эти уступки принимают вид изменения самой личности, ее взглядов, установок и поведения. Эту стратегию можно назвать также *приспособлением в собственном смысле слова*. Подтипом такой стратегии можно считать конформизм.

Итак, из трех универсальных и ведущих стратегий адаптации одна является приспособлением человека к внешней ситуации. Это то, что в англоязычной психологической литературе называют *adjustment* личности. Это самая сложная, а для психологии – самая интересная стратегия адаптации личности, которая имеет целый ряд подтипов.

Несколько слов о подтипах адаптивных стратегий.

Фрустрирующих и стрессовых ситуаций очень много, и можно предположить, что каждая из описанных выше адаптивных стратегий должна быть гибко приспособлена к подтипам и



вариантам фрустрирующих проблемных ситуаций. Отсюда и наше предположение о том, что у каждой из трех главных стратегий должны образоваться подтипы.

То обстоятельство, что такие подтипы реально существуют, ясно также из того, что уход (бегство) или нападение возможны с помощью самих различных сочетаний защитных механизмов. Мы предполагаем, что особенно много подтипов должна иметь стратегия компромисса (приспособления в собственном смысле слова).

## **§ 2. Защитные механизмы в составе стратегий (и возможность их новой классификации)**

Защитные механизмы, которые подробно описаны в настоящей книге, могут использоваться как отдельно друг от друга, так и в составе комплексов и стратегий. Мы полагаем, что для психической жизни взрослых людей, у которых есть уже почти весь набор защитных механизмов и которые решают сложные жизненные проблемы, более обычным является функционирование защитных механизмов в составе защитно-адаптивных стратегий, в блоке с другими защитными механизмами и установками.

Поскольку защитные механизмы входят в состав названных выше стратегий, то вполне понятно, что и они могут использоваться тремя способами: наступательно, для ухода (отступления) из опасной ситуации, и с целью приспособления. Приведем примеры. 1) Человек может защищать свое «Я» путем дискредитации других людей, осуществляя на них агрессивное психологическое нападение, обвиняя их за совершение таких ошибок, которые на самом деле совершены им самим. В этом стиле могут использоваться такие механизмы, как проекция и атрибуция, дискредитация жертвы и другие (но не все защитные механизмы).

2) В психологическом смысле уходом, бегством из неприятной ситуации является, например, вытеснение образа ситуации из сферы своего сознания или отрицание реальности. Использование этих психологических механизмов ухода или отступления может сочетаться с физическим уходом из ситуации.

3) Примером компромиссного использования защитных механизмов может служить следующий: человек позволяет, чтобы фрустратор осознал себя, однако в таком искаженном виде, чтобы не переживать тревоги или страха перед ним.

В предыдущих главах мы видели, что обнаруженные до сих пор психологические защитные механизмы можно классифицировать на основе различных критериев. В настоящей книге принята и развита та классификация (А. Фрейд), согласно которой имеются три группы защитных механизмов: а) механизмы внешней защиты, б) механизмы внутренней защиты и в) механизмы внутренне-внешней психической защиты, активность которых может направляться как против внешних, так и против внутренних фрустраторов.

Однако исходя из того факта, что существуют три главные стратегии адаптации, а защитные механизмы у взрослых людей используются в их составе, можно предложить еще одну классификацию. Мы считаем, что все защитные механизмы можно подразделить на три группы: а) те механизмы, которые используются при нападении на фрустратор и активном его устранении или поражении; б) те механизмы, которые используются при уходе; в) наконец, группа таких защитных механизмов, которые используются в том случае, когда человек вынужден остаться в фрустрирующей ситуации и стремится к компромиссам. Остается конкретно выделить эти три группы и исследовать их в этом аспекте.

### § 3. Ожидание фрустрации, предварительная самозащита и роль атрибуции

Предварительная психологическая самозащита, которая имеет место на основе предвидения наступления фрустрирующей ситуации, играет положительную роль в жизни личности: она подготавливает свои «защитные бастионы» и переживает фрустрацию менее интенсивно.

Одним из вариантов такой подготовки к встрече с фрустратором является следующий: индивид А является подчиненным у В – своего непосредственного руководителя. Когда утром он приходит на работу, сослуживец сообщает ему, что В находится в дурном настроении из-за каких-то проблем, и надо быть готовым к тому, что он может обращаться с подчиненными грубо. И вот появляется В и начинает ругать А за то, что будто тот поздно явился на работу и вообще халатно относится к своим служебным обязанностям. Эти несправедливые слова сильно задевают А, фрустрируют его, но он уже заранее был предупрежден о настроении В, поэтому переживает слабую фрустрацию. Его агрессивная реакция также меняется по сравнению с тем случаем, когда он заранее не получал предупреждения о возможной фрустрации со стороны начальника. Каждый может описать сходные ситуации из своей жизни.

Почему в таких случаях агрессивный ответ «жертвы» смягчается? Причина состоит в том, что А, используя внешние атрибуции, относит злость В за счет внешних обстоятельств (ситуативных факторов), а не своей личности. Такие исследования действительно были проведены Давидом Зиллманом и факт смягчения предварительной фрустрации был доказан<sup>462</sup>.

Как мы видим, в качестве механизма предварительной психической самозащиты для А выступает атрибуция. Оправдывая В, наш А уже переживает более мягкую обиду и злость. Но мы знаем, что оправдания и самооправдания очень часто не что иное, как процессы рационализации. Это означает, что атрибуции используются А в качестве основы для оправдания индивида В и для самооправдания (поскольку собственная мягкая реакция на агрессию руководителя также нуждается в обосновании и оправдании). А может даже сказать самому себе: «В таких обстоятельствах я бы тоже поступил как В». Это рационализация в пользу другого.

А теперь рассмотрим следующий обобщенный пример из жизни: молодого человека призывают в армию, а его отец дает ему советы о том, как вести себя во время службы. Допустим, что он говорит сыну следующее: «Не терпи никаких обид, давай отпор каждому, кто бы тебя ни обижал – будь он офицер или солдат». Прав ли он? Не было бы мудрее говорить сыну следующее: «Армейская служба тяжела. Иногда офицеры вынуждены быть сверхстрогими и даже грубыми для того, чтобы заставлять подчиненных выполнять свои поручения. Будь терпеливым, постарайся понимать их положение и т. п.». Не думаете ли вы, читатель, что второй совет лучше помогает молодому солдату психологически подготовиться к службе, подготовить соответствующие атрибуции и другие защитные механизмы? Мы полагаем, что дело обстоит именно так. Предварительная психологическая защита может оказаться очень полезной для адаптации в будущих проблемных ситуациях.

Отметим, что уже проведены некоторые исследования ответов на предвидимый (антиципированный) стресс. Результаты этих исследований можно использовать для расширения предложенной выше концепции<sup>463</sup>.

---

<sup>462</sup> См.: Берковиц Л. *Агрессия*. СПб. – М.: 2001, с. 126–128; Zillman D. *Hostility and aggression*. Hillsdale (N.J.): Erlbaum, 1979.

<sup>463</sup> См.: Мэй Р. *Проблема тревоги*. Москва: «ЭКМО», 2001; Кокс Т. *Стресс; Гришберг Дж. Управление стрессом*. Москва, СПб.: «Питер», 2002.

## § 4. Последствия нарушения личного пространства

Для теории фрустрации и психологической самозащиты представляет интерес вопрос о том, к каким последствиям приводит нарушение личной дистанции (пространства вокруг тела). Нарушение межличностной дистанции является сигналом того, что нарушитель хотел бы установить более интимные отношения с другим человеком. В неконтактных культурах (США, ряд европейских стран) приемлемой дистанцией для беседы считается интервал 15–46 см. Если оба собеседника считают, что их отношения достаточно дружественны, то на таком расстоянии чувствуют себя нормально и могут даже уменьшить его, вплоть до телесных контактов.

Но когда одна сторона думает иначе, она будет проявлять тенденцию увеличения межличностной физической дистанции. Если же это невозможно, он будет пользоваться другими средствами уменьшения уровня интимности. При этом используются такие неречевые сигналы, как обмен взглядами, выражение лица. Могут использоваться также слова. Различные способы ухода от интимности наблюдаются тогда, когда люди оказываются в составе толпы, в лифтах, вагонах метро, участвуют в митингах и собраниях. Во многих ситуациях, когда люди вынуждены находиться в физически близких расстояниях друг от друга, они подсознательно стремятся как-то компенсировать это неудобство.

Можно сказать, что вторжение другого человека в наше физическое и психическое пространство является сильным стресс-фрустратором, поскольку лишает нас определенной доли нашей личной свободы и потребности быть одному. Это нарушение границ Я-концепции личности. Вот почему ее поведение в подобной стресс-фрустрационной ситуации можно считать попыткой защитной адаптации, которая сопровождается переживанием различных эмоций (гнева, презрения и т. д.) и когнитивными процессами. Когнитивные же процессы сочетаются с внутренней речью. Например, попытки ухода от «вторжения» можно считать разновидностью стратегии бегства, которая, однако, не обеспечивает полной адаптации. Отвод взгляда от стоящего вплотную человека также можно считать способом бегства, но уже почти полностью психологического. «Замкнутое лицо», выражение безразличия – это тоже попытка психологической самозащиты. Более грубой формой ухода является обращение спиной к нежелательному человеку, который вторгся в личное психофизическое пространство.

Одной из самых грубых, вульгарных форм вторжения в личное пространство другого человека является нарушение той границы этого пространства, которая невидимо существует вокруг головы. Эту часть своего психического пространства люди защищают особенно бережно и внимательно; поэтому когда в полном автобусе кто-то цепляется за перекладину над нашей головой, мы ощущаем сильное неудобство и стараемся уйти от такого малочувствительного субъекта. Когда над нашей головой находится какой-то предмет, у нас появляется тревога в сочетании со злостью.

Интересно, что почти каждый, оказавшись в одной из описанных только что ситуаций, переживает неприятные эмоции и старается уйти, но не каждый понимает, что в подобных ситуациях неприятен другим. Это, по-видимому, является выражением недостаточной психической зрелости и признаком эгоцентризма, неспособности воспринимать ситуацию, позицию другого человека. Способность принятия роли другого и сопереживания у разных лиц развивается в неодинаковой степени, не говоря уже о возрастных различиях. Есть, таким образом, как индивидуальные (внутриэтнические), так и межэтнические различия проксемического (пространственного) поведения людей.

## § 5. Парадоксальная психозащита (новая концепция)

Парадоксальной мы называем такую форму психологической защиты, которая не только не смягчает тревогу фрустрированного человека, но и, наоборот, реально еще больше усиливает ее или может усилить. Данное явление впервые описано психологом Прасадом после землетрясения 1934 года. Оно привлекло внимание Фестингера и послужило ему в качестве одного из исходных фактов при создании теории когнитивного диссонанса<sup>464</sup>. Сходное явление автор настоящих строк наблюдал после Спитакского землетрясения 1988 года в Армении.

Явление, которое мы называем парадоксальной психологической защитой, состоит в том, что после землетрясения люди активно и широко распространяют слухи о том, что в скором времени должны наступать еще более ужасные бедствия, в том числе – еще более мощные землетрясения. Но ведь такие слухи способны усилить беспокойство, тревогу и страдания людей. Для чего они сочиняются и распространяются?

Фестингер пришел к выводу, что *подобная информация (слухи) служат для оправдания того состояния, в котором люди уже находились*. Оправдание своего беспокойства – вот функция такой парадоксальной защиты или анти-защиты. Такое же явление наблюдается в том случае, когда обостряются внутривнутриполитические и межгосударственные, межэтнические отношения. Оно выражается не только в виде распространения все новых слухов, но и в преувеличении масштабов того бедствия, которое уже случилось. Автор настоящих строк наблюдал, например, следующие явления: а) тенденцию к преувеличению масштабов разрушений после землетрясения; б) тенденцию преувеличения числа жертв стихийного бедствия или конфликтов; если это землетрясение, то погибло не 25 тысяч человек (как сообщается официальными властями), а 40 тысяч; если имели место столкновения полиции с демонстрантами, то арестовано не 20, а 120 человек, и т. п. Есть у людей общая тенденция к преувеличению масштабов и последствий всяких неприятных событий.

Итак, парадоксальная психологическая защита выражается в первую очередь в виде слухов, в которых: 1) преувеличиваются масштабы бедствия; 2) делаются прогнозы о новых, еще более страшных бедствиях в будущем. Таким путем люди оправдывают то, что переживают сильную тревогу и страх, а это есть признак того, что перед нами действительно психозащитные процессы.

Фестингер связывал подобные процессы с переживанием людьми особого психического состояния – когнитивного диссонанса, хотя на самом деле имеют место более сложные эмоционально-когнитивные переживания внутреннего конфликта и фрустрации. (*Психология* таких переживаний, по нашему мнению, следующая: «Если положение не такое страшное, то почему я переживаю такой сильный страх?». И следующее суждение: «Если я переживаю такую сильную тревогу и страх, то ожидается еще более страшное бедствие»). Мы полагаем, что нельзя свести все переживания фрустрированной личности к противоречию двух или большего числа суждений («когниций» – как сказал бы Фестингер).

Итак, можно прийти к следующему общему выводу: *поиск людьми такой информации, которая соответствует их психическому состоянию, является защитным психическим процессом в том смысле, что оправдывает подобное психическое состояние*. Но он является парадоксальным и даже иррациональным процессом психологической защиты, поскольку может еще больше усилить тревогу (вообще фрустрацию) людей, порождая иррациональные действия, например уход из ситуации, номадизм и т. д. Отсюда следует вывод, что многие из тех, кто покинул свою страну – это жертвы самообмана. Такие люди, оказавшись на чужбине, очень

---

<sup>464</sup> См.: Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. СПб.: «Речь», 2000, с. 12–13 и др..

быстро разочаровываются и сожалеют о том, что принимали поспешное решение об эмиграции.

Фактически мы имеем дело со стремлением людей к диссонансу и конфликту, а не избегания от них, хотя до сих пор нормальным считается уход от подобных ситуаций и состояний. В теории фрустрации и психологической защиты также принята точка зрения, согласно которой когда у человека возникают тревога и страх (а это признаки его фрустрированности), у него начинаются защитные процессы. Защитные механизмы личности активизируются с целью уменьшения тревоги и страха. Если исходить из той общей идеи, что у человека преобладают гедонистические тенденции, то нельзя не считать естественным то, что он всячески избегает неприятностей и страданий.

Но всегда ли так? Мы видели, что хотя бы в некоторых ситуациях люди стремятся к усилению своего страха и тревоги. В таких ситуациях человек делает все, чтобы сохранить и даже усилить свою тревогу. Мы назвали это явление парадоксальной психологической самозащитой. Еще более точно данному явлению можно дать название *психологической анти-защиты*. Это парадоксальное явление в том смысле, что нарушает основную нормальную логику психической жизни и адаптации человека, психо-логику гедонизма, которая требует избегания неприятностей и страданий. Но в описанных случаях эта психо-логика нарушается. В таких ситуациях *мотив освобождения от диссонанса оказывается сильнее мотива освобождения от страха*, в результате чего человек активно ищет такой информации, которая оправдала бы его страх. Он ищет соответствующей информации в газетах и книгах, посещает лекции специалистов и т. п. Он добровольно усиливает свою фрустрацию из-за ожидания новых опасных событий. Поэтому можно предположить, что *когнитивный диссонанс причиняет человеку больше беспокойства, чем фрустрация, вызванная ожиданием опасных ситуаций*. Каковы поведенческие и личностные последствия таких противоречивых процессов – еще предстоит исследовать.

Эту концепцию можно плодотворно использовать, в частности, в этноцидологии, особенно при исследовании последствий этноцидов.

## **§ 6. Искусственно создаваемый внешний локус контроля как защитная стратегия**

А. Проблема и гипотеза. – Человек очень часто вынужден терпеть такие внешние ситуации, которые в его жизни возникают независимо от его воли. Иначе говоря, человек не имеет контроля над многими ситуациями. Многие из этих ситуаций неприятны для него или опасны, и он может с тревогой ждать нового их появления. В таких случаях возникает предварительная, насыщенная тревогой фрустрация.

Каким образом защищаться от воздействия таких ситуаций? Как организовать психологическую самозащиту, какие механизмы с этой целью использовать? Вполне понятно, что в условиях предвидения фрустрации могут использоваться различные механизмы и стратегии. Но среди последних есть одна, которая используется достаточно часто и, по нашему мнению, носит «налет» патологичности. Речь идет о следующей стратегии: человек, опасаясь наступления неприятных ситуаций, сам спешит создать сходные ситуации и, вместо ожидания и предвидения, непосредственно переживать актуальную фрустрацию.

Но какая польза от такой защитной стратегии? Мы полагаем, что польза от нее состоит в следующем: создавая такие ситуации или способствуя ускорению их наступления, человек создает для себя представление, как будто осуществляет контроль над такой ситуацией. *Защита фактически состоит в превращении внешнего локуса контроля во внутренний*. Это очень интересная форма психологической самозащиты, до сих пор, насколько нам известно, никем не замеченная.

*Итак, превращение (пусть только субъективное) внешнего локуса контроля во внутренний является защитным процессом личности.* Теоретически защитным можно считать также обратный процесс, т. е. то, когда человек реально контролирует над ситуацией своей жизнедеятельности, но это его фрустрирует и поэтому он стремится избавиться от такого контроля. Мы считаем, что в таких случаях речь идет скорее о субъективном изменении локуса контроля.

Таким образом, перед нами две *новые защитные стратегии*, которые получаются путем субъективного изменения человеком своего локуса контроля: 1) самозащита путем превращения внутреннего локуса контроля во внешний локус контроля; 2) самозащита путем превращения внешнего локуса контроля в локус контроля внутреннего типа. (Возможно, что предпочтительно говорить не о *превращении*, а о *смене* двух видов локуса контроля). Теперь, для того чтобы можно было конкретизировать и расширить предложенную концепцию, нам придется собирать две – соответствующие этим стратегиям – группы фактов. Здесь мы приведем отдельные примеры для объяснения сути открытых нами стратегий.

1) Муж часто приходит домой и устраивает скандалы, разумеется, весьма неприятные для жены. В какой-то момент у жены появляется мысль: а что, если сегодня начну я сама, пусть он понимает, как это неприятно. И устраивает скандал, чувствуя себя хозяином положения. Муж удивлен, отступает, делает шаги с целью примирения. Мы видим, что изменение локуса контроля действительно играет роль как способ психологической самозащиты. Таких примеров можно привести много как из семейной жизни, так и из сферы управления людьми, взаимоотношений социальных групп и даже этносов.

2) Вторая стратегия – превращение внутреннего локуса контроля во внешний вид, как нам кажется, имеет место тогда, когда человек утомлен постоянными неприятностями, которые связаны с ответственностью и необходимостью управления людьми. И он отказывается от руководства или лидерства. Он либо вовсе уходит из подобных ситуаций (руководитель – подчиненные), либо переходит на статус подчиненного, таким образом избавляясь от более широкой ответственности. Мы полагаем, что *конформизм содержит именно такой отказ от внутреннего контроля и ответственности и переход к стратегии внешнего локуса контроля.*

3) Мы считаем также, что сходные явления имеют место как в межэтнических, так и в межгосударственных отношениях. Слабый этнос ведет долгую и безуспешную борьбу за независимость, т. е. по существу (в более глубоком психологическом смысле) за то, чтобы в своей жизнедеятельности преобладал внутренний локус контроля. Но наступает «момент», когда он предпочитает независимости нахождение сильного покровителя и полностью или частично отказывается от идеи независимости. Например, такие народы, как армяне и грузины, сами напросились на вхождение в состав Российской Империи. Перед нами стратегия этнической самозащиты, в которой психологически главным является диаметрально изменение локуса контроля.

Анализ таких исторических фактов с позиций представленной только что концепции позволяет лучше понять мотивацию деятельности лидеров этносов и государств. Поэтому мы считаем, что данный подход обогатит такие области нашей науки, как психоистория и этнопсихология.

В конце XX века у тех же армян и грузин начались процессы обратного характера: превращения внешнего локуса контроля во внутренний. На уровне политологического мышления этот процесс начался с требования государственной независимости.

Б. Локус контроля и направленность защиты. – Ниже предлагается ряд идей о взаимосвязи локусов контроля с направленностью процессов самозащиты.

1) Если у человека преобладает внутренний локус контроля, то при фрустрациях и разочарованиях у него мобилизуется главным образом та группа защитных механизмов, которая предназначена для защиты личности против внутренних фрустраторов.

2) Когда у человека преобладает внешний локус контроля, то при фрустрациях активизируются преимущественно те его защитные процессы, которые направлены для внешней защиты.

3) При среднем или смешанном локусе контроля в равной мере активизируются как те, так и другие защитные механизмы. В этом случае избирательное воспроизведение защитных механизмов в большей степени обусловлено характеристиками фрустратора или стресс-фрустратора. Но мы считаем, что в этом случае наиболее активны те защитные механизмы, которые имеют двойную защитную функцию и могут использоваться как для внешней, так и для внутренней психологической самозащиты.

Мы надеемся, что проверка этих гипотез приведет к полезным результатам.

## § 7. Защитные функции эмпатии и альтруизма

А. Эмпатия и альтруизм. – *Эмпатия* (от греческого *empathia* – сопереживание) – это способность человека сопереживать с другим человеком, как бы сделать своими его переживания и проблемы. Это сложное психическое явление как в динамике (как процесс), так и в качестве характерологического комплекса личности. Эмпатия лежит в основе такого социально-психологического явления, как альтруизм<sup>465</sup>.

Воспринимая речь другого человека, мы повторяем ее и интернализуем, вследствие чего начинается новый ход нашей внутренней речи. Поэтому наша внутренняя речь является средством понимания психических состояний и мотивов поведения другого человека, а отсюда – средством сопереживания. Данный аспект проблемы эмпатии совсем не изучен, а между тем его раскрытие открывает новые перспективы применения достижений психолингвистики в области психологии эмпатии.

*Альтруизм* (от лат. *alter* – другой) – это подчинение личностью собственных интересов интересам других. Детский эгоизм превращается в альтруизм с помощью механизмов идентификации и подавления агрессии.

В «альтруистической капитуляции» Анна Фрейд усмотрела черты мазохизма, подчеркивая защитное значение такого образа жизни. С помощью идентификации и проекции альтруист приписывает свои желания другим и поддерживает их при попытках удовлетворения этих желаний. Таким образом, основа альтруизма эгоистична, но явное поведение объективно оказывается помощью другим людям.

Б. Защитно-адаптивный альтруизм. – Защитное поведение, как мы уже знаем, нередко является ответом не на актуальную, а на предвидимую фрустрацию. Оно как бы предвдвряет фрустрацию и имеет целью ее предупреждение.

Разновидностью такого защитного процесса можно считать явление, которому мы считаем целесообразным дать название *защитно-адаптивного альтруизма*. Данный феномен появляется тогда, когда симпатия или любовь к другому человеку по существу являются эгоистическими, исходящими от эгоистически-прагматического мотива полезности). Однако зная, что такая мотивация и основанные на нее отношения осуждаются во многих социальных группах, человек представляет их в качестве альтруистических. Данный вопрос уже затрагивался в социальной психологии<sup>466</sup>. Однако недостаточно сказать, что по этой причине «идентифицировать отношения по признаку полезности или альтруистичности нелегко». Следует выяснить, какими психологическими средствами и механизмами эгоистическая установка (например, собственническая любовь) психологически преобразуется в «альтруистическую» так, что

---

<sup>465</sup> См.: *Краткий психологический словарь. Составитель Л. А. Карпенко. Москва: "Политиздат", 1985, с. 409–410.*

<sup>466</sup> См.: *Шибутани Т. Социальная психология. М.: «Прогресс», 1969, с. 281–282; Китов А. И. Психология управления. М., 1979, с. 160, и др.*

не только объект установки, но и сама несущая ее личность начинают оценивать свою установку как альтруистическую? Это важная психологическая задача, поскольку данное явление широко распространено и играет роль очень серьезного барьера на пути изменения эгоистических установок способами воспитания и самовоспитания.

Процесс психологического преобразования подлинной эгоистической установки в *феноменально-альтруистическую* (на уровне сознания личности) в целом является защитным процессом и приводит к формированию защитного образования (именно: замещающей альтруистической защитно-адаптивной установки на уровне сознания). Однако этот процесс сам по себе очень сложен. Он осуществляется с помощью целого ряда познавательных процессов личности и, что важнее всего для теории личности, с использованием частных защитно-адаптивных механизмов. Мы полагаем, что для преобразования эгоистической установки в альтруистическую, предвидящая возможную фрустрацию личность использует комплекс защитно-адаптивных механизмов. Работа этого адаптивного комплекса приводит к образованию защитно-адаптивной подструктуры личности, а именно: феноменальной замещающей альтруистической установки.

Именно с этих позиций целесообразно изучить типичные конкретные случаи. Наш подход позволит создать отдельную концепцию в составе общей теории социально-психологической адаптации личности.

## § 8. Самоограничение как защитная стратегия

Самоограничение (саморестрикция, *self-restriction*) личности можно считать одной из разновидностей стратегии ухода личности из неприятной ситуации. Именно в таком качестве мы его рассматриваем его в настоящей главе.

А. Сущность самоограничения. – Самоограничение – это разновидность стратегии ухода из травмирующей ситуации. В определенном смысле оно является противоположностью стратегии агрессивного нападения, обусловленного желанием изменить ситуацию. Человек уходит от трудностей, создает дистанцию между собой и теми лицами и условиями, которые его фрустрируют. В результате таких шагов ограничивается сфера его контактов с людьми и с внешней реальностью вообще.

Самоограничение, как адаптивная стратегия, принимает формы отказа, отречения, в целом – того, что принято называть *ресигнацией*.

Саморестрикция – это сложный психический процесс. В нем важнейшее место занимает уступчивость. Уступая другим одну позицию за другой, человек защищается от новых фрустраций. На данном этапе самоконтроль личности еще сохраняется. Такая адаптивная стратегия, если она является ведущей в жизни данного человека, создает у него определенный стиль жизни, сама является ядром этого стиля.

Среди выдающихся мыслителей было несколько таких индивидов (например, Ницше, Комитас и др.), психологическое исследование жизненного пути которых представляет особый интерес для психологии самозащиты.

Б. Иррадиация стратегии самоограничения. – Когда индивид только что начинает применение данной стратегии, она обычно связывается с одной типичной ситуацией или с одной областью деятельности. Но при последовательном применении данной стратегии она постепенно распространяется и на другие ситуации и сферы активности личности. Это явление можно назвать *иррадиацией стратегии самоограничения*. Это процесс обобщения данной стратегии.

В результате расширения круга явлений и ролей, на которые распространяется ресигнация личности, у нее претерпевают изменения сферы мотивации, эмоций и чувств. Перед лицом требований и ожиданий окружающего мира появляется общее равнодушие и неуверенность в



своих силах и возможностях. Человек становится инертным. Он не доверяет миру, он глубоко разочарован.

У такого человека, который в какой-то мере находится в социальной и сенсорной изоляции и депривации, активизируются процессы воображения. Он уходит в мистический мир одиночества. Но апатия и усталость многим из таких лиц не позволяют превращать этот процесс в творческий и плодотворный.

В. Подчинение как выражение самоограничения. – Одним из вариантов стратегии самоограничения можно считать стратегию подчинения. В таком случае человек в качестве главных целей своей жизни выбирает не власть и силу, а роль подчиненного. Такой выбор имеет защитный характер.

Это путь снижения ценности собственной личности, путь уступок и подчинения чужой воле. Это добровольный выбор зависимого состояния.

Эрих Фромм, который занимался исследованием вопросов власти и подчинения, указал на то, что эта форма бегства от неприятной реальности является попыткой преодоления собственной слабости и изолированности. Но означает ли это, что подчинение является новой защитной стратегией, направленной против самоограничения? Мы полагаем, что в определенной степени это именно так. Но следует отметить также, что стратегия подчинения содержит также самоограничение в виде отказа от власти, определенных ресурсов и ответственности. Поэтому перед нами сложное сочетание двух защитных стратегий – попыток приостановки самоограничения и продолжение этого процесса путем отказа от власти и ответственности.

Опасно, когда такой человек все-таки получает власть в свои руки. Он будет подавлять своих подчиненных, потому что для него победа над другими становится чуть ли не единственным средством самоутешения.

Г. Патологические последствия саморестрикции. – Когда стратегия самоограничения применяется систематически, сильно сужается круг общения и деятельности человека, и у него могут наблюдаться патологические изменения личности, в частности – обеднение эмоциональной жизни и апатия. Уход от всего того, что представляет угрозу и возмущает, фрустрирует личность, может привести к дереализации и деперсонализации личности.

Считается, что обобщение и иррадиация данной стратегии защитной адаптации приводит к психозам. При диагностике личности требуется выяснить степень иррадиированности ее стратегии самоограничения.

Мы предполагаем, что иррадиация рестрикции сопровождается и обуславливается ослаблением толерантности личности к фрустраторам все новых и новых категорий. Если в одной области уход и самоограничение применяются постоянно и последовательно, вызывая развитие у личности определенного стиля жизни, то данный стиль затем будет распространяться и на другие сферы социальных отношений и деятельности личности, поскольку происходит снижение порога ее толерантности.

Как сказано выше, когда процесс самоограничения продолжается и углубляется, у личности появляются такие патологические черты, как апатия и абулия (отсутствие стремления и способности принимать самостоятельные решения). У нее теряется способность выдвигания перед собой целей. Вся его жизнь превращается в бесцельное блуждание. У человека появляется состояние «нежелания быть», которое хорошо описано в трудах экзистенциалиста Сёрена Кьеркегора. Это состояние безнадежности и психологического умирания.

Важной особенностью данной патологии является разрушение собственного «Я», самосознания личности. Потеря собственного личностного центра наступает постепенно, и этот процесс невозможно остановить.

Обеднение чувств выражается также в безразличии к судьбе других людей и живых существ вообще. У человека исчезает способность сочувствовать и сопереживать. У многих

таких людей могут развиваться анархистические и садистические черты. Как заметил один из психиатров, *такой человек не прощает другим их счастье.*

## § 9. Этапы комплексной адаптации и различия их психо-логик

А. Этапы адаптивного процесса (по Р. Лазарусу). – Ричард Лазарус в своих трудах подробно описывает этапы и средства преодоления стрессовой ситуации, «в то время как человеку не совсем ясно, что нужно делать»<sup>467</sup>.

Весь процесс преодоления стрессогенной ситуации Лазарус делит на два этапа: а) этап непосредственных двигательных реакций и б) этап временного облегчения. Теперь, когда мы знаем характер почти всех непосредственных ответов на фрустрацию и на стресс, полезно посмотреть, как они используются в двух выделяемых Лазарусом этапах.

Этап первый. – Непосредственная двигательная реакция имеет несколько форм: подготовка к защите от вредных воздействий, агрессия и избегание (пассивность). Как видно из сказанного, Лазарус фактически называет основные адаптивные стратегии, называя их реакциями. Подготовительные действия в ожидании опасности уменьшают реальную опасность, если они выбраны верно и эффективны. Такие подготовительные действия укрепляют ресурсы человека в борьбе с реальной опасностью<sup>468</sup>. Данный этап иллюстрируется, например, подготовкой студентов к экзамену, когда они предвосхищают стрессовую и фрустрирующую ситуацию и заранее предпринимают защитно-адаптивные действия. Этот пример мы в другой главе уже рассмотрели. Вначале студент усердно занимается, но по мере приближения дня экзамена в его поведении замечаются изменения. Появляются слухи о сложности экзамена и о строгости экзаменаторов. Студент их принимает. Нередко он начинает отрицать важность экзамена, а этому немедленно последует уменьшение значимости неудачи и наказания за нее. Студент начинает искать единомышленников по этим вопросам и избегать общества реалистически настроенных студентов. (Это можно истолковать как поиск людей с одинаковой с ним психологией и избегание тех, чья психо-логика другая). Когда все эти защитные средства не помогают, наблюдается бегство в болезнь и желание госпитализироваться. Если это удастся, он освобождает себя от *ответственности*, обвиняя во всем болезнь.

Б. Подэтапы адаптивного процесса (расширение концепции Лазаруса). – Приведенный пример показывает, что в развернутых во времени случаях система подготовительных действий разворачивается поэтапно. Можно выделить следующие подэтапы данного процесса: а) подэтап незащитно-адаптивных действий: студенты нормально занимаются, учебная деятельность является средством предварительной адаптации; б) подэтап смешанных защитно-незащитных действий: учебная деятельность продолжается, но чувство угрозы усиливается, усиливается также тревога, что и вызывает к жизни, параллельно с незащитными, также защитные формы поведения (поиск информации о преподавателях и их строгости и т. п.); в) далее наступает этап почти исключительно защитного поведения, сопровождаемого искажением реальности: отрицается важность экзамена; проводится поиск социальной поддержки (выбор компании подходящих лиц; г) подэтап бегства в болезнь и психосоматической защиты, уход от фрустраторов (избавление от экзамена). На данном подэтапе приводятся в активное состояние и другие защитные механизмы. Например, в приведенном выше примере студенты начинали проецировать вину и ответственность на врача и на болезнь.

Когда фрустрирующие ситуации наступают внезапно и от момента ожидания угрозы (т. е. предвидения фрустрации) до наступления актуальной фрустрации проходит очень короткий промежуток времени, вышеописанные подэтапы периода предварительных адаптивных

---

<sup>467</sup> Кокс Т., указ. соч., с. 96.

<sup>468</sup> См.: Кокс Т., указ. соч., с. 97.

действий сокращаются, некоторые из них выпадают. Процесс протекает свернуто. При этом наблюдаются индивидуальные различия.

На подэтапе непосредственной ответной реакции используются также различные формы агрессии, которые могут ассоциироваться с гневом.

В. Пассивность, надежда и безнадежность. – Лазарус описывает также *пассивность* как ответ на психологический стресс. Другие авторы эту реакцию называют *замиранием*. Мы полагаем, что когда речь идет о фрустрации и стрессе людей, лучше говорить о пассивности как определенном аспекте стратегии ухода от неприятной реальности. Она может принимать различные формы, в том числе форму замирания.

Хронические стрессы и фрустрации приводят к депрессии и безнадежности, а в поведении – к внешней пассивности. Следует добавить, что эти итоги приводят к общей рестрикции активности личности. В литературе верно отмечается, что крайняя пассивность может быть результатом того, что человек воспринимает ситуацию в качестве безвыходной, а какие-либо действия по ее преодолению – бесперспективными<sup>469</sup>.

Правда, как отмечает Кокс, понятие «безнадежность» определено не совсем четко. «Такие ситуации, в которых человек полностью покоряется своей судьбе, очень редки, и их трудно понять. Такие ситуации редки потому, что нормальные люди обладают достаточным воображением, чтобы создать себе основу для надежды, как бы мала или неустойчива она ни была. Людям свойственно хвататься за соломинку. К тому же еще не разрешен спор о том, что же такое безнадежность – отсутствие возможности преодоления, как утверждалось выше, или одна из форм преодоления, параллельная реакции замирания или, возможно, симуляции смерти»<sup>470</sup>.

В связи со сказанным представляет интерес концепция «приобретенной беспомощности» М. Зелигмана, которая уже была упомянута в настоящей книге. О ней пишет также Кокс, который считает, что она является результатом дальнейшего развития концепции безнадежности. Зелигман, согласно Коксу, проводя свои исследования на животных, пришел к выводу, что «... жизненные явления действуют сильнее всего в тех случаях, когда индивидуум лишен возможности их контролировать. Если он своими действиями не может повлиять на ситуацию, у него развивается чувство безнадежности в сочетании с поведенческой пассивностью. Эта реакция может стать генерализованной и, в конечном счете, привести к развитию клинических форм депрессии и беспокойства»<sup>471</sup>.

Безнадежность и беспомощность развиваются в результате того, что действия человека по преодолению стресса (и фрустрации) и по обладанию реальностью, оказываются неэффективными. Иначе говоря, неэффективными оказываются защитные и другие адаптивные механизмы и поступки индивида, вследствие чего возникают психопатологические изменения личности и ее поведения. Развивается состояние дезадаптации. Только своевременная помощь, показ путей преодоления трудностей (т. е. в какой-то мере обучения адаптивным формам поведения), установления контроля над ситуацией, позволяют предотвратить патологическое развитие личности.

Г. Этап второй: временное облегчение. – Другим процессом преодоления (coping) стрессовой и фрустрационной ситуации, описанным Ричардом Лазарусом, является временное облегчение, т. е. смягчение страдания, связанного со стрессом, и в уменьшении психофизиологических воздействий. Лазарус различает два способа временного облегчения: симптоматический и интрапсихический.

---

<sup>469</sup> См.: Кокс Т. Стресс, с. 99; Lazarus R. S. *Patterns of Adjustment*. New York: McGraw-Hill, 1976.

<sup>470</sup> Кокс Т., указ. соч., с. 99 – 100.

<sup>471</sup> Кокс Т., указ. соч., с. 100; см. также: Seligman M. F. P. *Helplessness: On Depression, Development and Death*. San Francisco: Freeman and Co., 1975.

1) Симптоматический способ «включает употребление алкоголя, транквилизаторов и седативных препаратов, тренировку мышечной релаксации и применение других методов, направленных на улучшение физического состояния человека»<sup>472</sup>.

2) Интрапсихический способ включает методы «когнитивной защиты». Речь идет о защитных механизмах, которые описаны Фрейдом. С их помощью человек может ввести себя в заблуждение относительно присутствия внешней угрозы или опасности. Смысл этой защиты заключается не в устранении самой угрозы, а в психологическом уменьшении ее значимости. Поскольку работу и функции этих механизмов нами рассмотрены со всей подробностью, мы здесь повторяться не будем. Отметим только, что *в реальных ситуациях жизни имеет место комплексная и, как правило, многоэтапная защитная адаптация личности*.

---

<sup>472</sup> Кокс Т., указ. соч., с. 100.

## Глава 55. Самовоспрепятствование, успех, неудача

### § 1. Самовоспрепятствование как адаптивная стратегия

А. Общий подход. – Психологи обратили внимание еще на один психологический механизм защиты, которому дали название *самовоспрепятствование* (self-handicapping). Это с виду парадоксальное явление заключается в следующем: человек выполняет целенаправленную деятельность, стремится к успеху, но одновременно сам создает препятствия на собственном пути к успеху. Для чего это делается?

Оказывается, мотивом такого поведения является стремление заранее подготовить для себя аргументы самооправдания, если вдруг деятельность завершится неудачно. Если подобное самовоспрепятствование считать механизмом психологической защиты, то его главная функция именно в этом и состоит. По-существу, самовоспрепятствование – это ряд действий по созданию препятствий перед собственной целенаправленной деятельностью. Это скорее целая стратегия поведения, вполне возможно – *сочетание подтипа механизма бегства и механизма приспособления к ситуации без ухода из нее* (приспособление в собственном смысле слова, adjustment). Сочетание этих двух стратегий или некоторых их аспектов, по-видимому, дает новую стратегию самовоспрепятствования.

Можно предположить, что мотив таких действий в основном осознается. Об этих мотивах подробнее будет сказано позже.

Б. Виды самовоспрепятствования. – В повседневной активности людей мы видим целый ряд разновидностей этого механизма. Вкратце рассмотрим некоторые примеры из жизни.

1) Артист или певец перед важным выступлением отказывается от репетиций или напиивается. (Правда, здесь действуют и другие защитные механизмы и стратегии: стратегия бегства (отступления) «вклинивается» в стратегию нападения. активного преобразования ситуации).

Алкоголизм часто развивается из-за страха перед будущими неудачами. Даже такие люди, которые уже добились значительных успехов, могут побояться будущих неудач. Неуверенные в новых успехах, они начинают употреблять спиртные напитки, тем самым препятствуя собственной деятельности. В дальнейшем алкоголизм используется в качестве защитного аргумента – средства оправдания своих неудач. (С этой точки зрения можно проводить многообещающие исследования таких известных деятелей литературы и кино, как Эдгар По и др.).

2) Студенты в канун важного экзамена всю ночь бодрствуют, делают вид, что занимаются, а на самом деле зря теряют время, лишая себя отдыха. Некоторые из них теряют лекционные тетради и пособия, не следят за своим здоровьем и болеют. Во время экзамена они оправдываются именно этими «причинами». В таких случаях, кроме использования различных способов самовоспрепятствования, мы видим также стратегию «бегства в болезнь» и пользование внешними, ситуативными атрибутами.

Такая тактика имеет два варианта: а) человек действительно болеет; б) у человека появляется мнимая болезнь. Но это различные случаи. Мы полагаем, что различны также те механизмы, работа которых приводит к появлению симптомов болезни. Если в случае мнимой болезни главную роль играет самовнушение, то в случае реальной соматической болезни это протекающие в организме реальные же патофизиологические процессы.

Обсуждаемая проблема имеет и другой аспект. Каким образом осуществляется выбор той болезни, с помощью которой индивид собирается оправдать свою неудачу или недостаточный уровень успеха? Данная проблема, насколько нам известно, здесь ставится впервые.

Разновидностей подобных действий и поступков много, и они уже стали предметом психологических исследований.

3) Проблемы из области психологии управления. – Стремление создать искусственные препятствия и трудности для последующего оправдания собственной недееспособности встречается также в области политического руководства организациями и государствами.

Например, руководитель страны может создать искусственные трудности и затем с их помощью оправдывать то, что какие – то важные цели не были достигнуты. Например, вызывая локальные войны, некоторые политики оправдывают развал экономики страны. Другой пример: политические руководители специально ухудшают отношения с соседними государствами, после чего этими плохими отношениями оправдывают трудности в экономике и социальной жизни. Другой руководитель может делать все, чтобы в его организации не осталось талантливых людей с независимым характером, а после ухода таких лиц сетует на то, что нет способных сотрудников, которые могли бы решать крупные проблемы. Иррационально? Безусловно. Но в реальной жизни часто именно это и имеет место. Во всех подобных случаях активно используются внешние (ситуационные) атрибуции, психо-логика которых такова: виноват не я, виноваты и несут ответственность другие люди и объективные обстоятельства. Так оправдывали свой разбой организаторы финансовых пирамид.

В. Основные функции стратегии самовоспрепятствования. – Основной функцией данной стратегии, как видно из вышеизложенного, является создание предпосылок и средств для самооправдания в случае неудачи целенаправленной деятельности. Поэтому перед нами не простой защитный механизм, а целая стратегия самооправдания и самопрезентации. В нем с переменным успехом используются различные виды *атрибуций*. Как показывают исследования, когда человек терпит неудачу в условиях наличия на его пути серьезных препятствий, то атрибуция слабых способностей исключается: неудача (недостаточный успех или провал) приписывается этим препятствиям.

Такие серьезные проблемы, как алкоголизм, могут стать основой для оправдания неудач. (Недаром среди поэтов, писателей, людей искусства так много алкоголиков: это люди, которые боятся неудач и создают для себя аргументы самооправдания, своеобразное психологическое алиби.

Самовоспрепятствование служит главным образом в качестве механизма или стратегии *предварительной психологической самозащиты*. Предвидя возможную неудачу в будущем, индивид заранее создает предпосылки и аргументы для внешнего (ситуационного) атрибутирования и самооправдания.

Однако самовоспрепятствование может использоваться личностью и в том случае, когда неудача уже наступила. Как это можно себе представить? Мы полагаем, что такая актуальная самозащита осуществляется в том случае, когда в будущем ожидается повторение такой же неудачи.

Еще одна функция стратегии самовоспрепятствования раскрывается в том случае, когда человек, несмотря на все, добивается успеха, когда цель достигнута. В этом случае те препятствия, которые он создал на собственном пути, позволяют ему преувеличенно представить размеры и значение своего успеха. Он стремится показать, будто его успех более велик, чем может быть, думают другие. Он дает понять, что другой бы при наличии таких препятствий и трудностей не смог бы добиваться подобных успехов.

Как нетрудно видеть из сказанного, самовоспрепятствование является также средством повышения уровня положительной самооценки.

## **§ 2. Измышление воображаемых трудностей (стратегия воображаемых препятствий)**

Если читатель имел случай пригласить ремесленников для ремонта бытовой техники или квартиры, то он безусловно заметил следующую стратегию поведения большинства этих

людей: они стараются представить самое простое дело как сложное и трудоемкое, для выполнения которого им придется преодолеть большие трудности. Человек воображает, измышляет несуществующие трудности для повышения ценности своего труда и получения большего вознаграждения, чем заслуживает. Это средство хитрости и обмана.

Подобная стратегия создания *воображаемых препятствий* встречается в реальной жизни не менее часто, чем стратегия реального самовоспрепятствования, с которой мы уже знакомы. Но она, насколько нам известно, здесь впервые описывается в качестве предмета психологического исследования.

Расписывая предстоящие «трудности», которые ему будто предстоит преодолеть, ремесленник затем уже приступает к выполнению работы, в ходе которой он действительно может создать некоторые из описываемых трудностей, но самые легкие, для того, чтобы заказчик признал, что «мастер» выполняет трудную работу и заслуживает того вознаграждения, о котором стороны договорились. Если он этого не будет делать, то может быть обличен в обмане доверия, который везде порицается как аморальный поступок или даже как преступление.

Стратегия воображаемых препятствий используется не только ремесленниками. Коррупцированный чиновник нередко получает взятку за «устройство» таких дел, которые по существу не требуют от него нарушения закона. Но он представляет просителю дело так, как будто идет на большой риск, а за риск надо платить.

Торговцы в условиях дефицита также перед покупателем рисуют сложный путь «добывания» требуемого товара, таким образом поднимая его «цену». Немало людей, поверив таким заверениям, идут на уступки и платят требуемую цену.

Еще один вариант этой стратегии: торговцы распространяют слух о том, будто цена на товар X в скором времени поднимется (это воображаемая трудность), поэтому покупателям будто выгоднее сейчас купить его и даже запастись некоторым его количеством. Немало покупателей попадает и в эту ловушку.

### **§ 3. Самовоспрепятствование и другие защитные механизмы**

Какие защитные механизмы и комплексы используются в том случае, когда индивид, вольно или невольно, начинает использовать стратегию самовоспрепятствования? Рассмотрим некоторые из них.

Роль атрибуций мы уже видели. Как защитная стратегия, состоящая из последовательности определенных действий, рассматриваемая стратегия может пользоваться все новыми и новыми авто – и гетероатрибуциями.

Рационализации также широко используются в ходе реализации стратегии самовоспрепятствования, поскольку речь идет о самооправдании личности в случае неудачи или достижения успеха ниже того уровня, который ожидался.

Мы выдвигаем *гипотезу*, согласно которой в процессе оправдания неудачи или неполного (неудовлетворительного) успеха используются те атрибуции, которые предварительно были созданы индивидом.

Важно также отметить, что при выборе стратегии самовоспрепятствования в первую очередь защищается структура Я-концепции. А это подсказывает нам, что должны быть приведены в активное состояние и другие защитные механизмы. Поэтому поиски в этом направлении следует продолжить.

## **§ 4. Самостимулирование – противоположная самовоспрепятствованию стратегия**

Наблюдая за повседневной активностью людей, особенно тех, кто играет заметную роль в развитии науки, культуры и различных областей производства, мы убеждаемся, что не менее широко, чем стратегия самовоспрепятствования, распространена стратегия самостимулирования (самовспомоществования) и устранения препятствий с пути, ведущей к желательной цели.

Данная стратегия может принимать различные конкретные формы: 1) устранение внешних помех – источников шума, отказ от решения второстепенных задач, требующих значительного времени и сил и т. п.; это рациональная стратегия; 2) употребление стимуляторов: а) например, работники умственного труда очень часто прибегают к помощи такого стимулятора, как кофе. Исторических примеров этого также очень много. Например, Бальзак, по свидетельству А. Моруа, пил очень много кофе и, как считают его биографы, этим путем испортил свое здоровье. Зато под воздействием кофеина он работал весьма продуктивно. б) Употребление допинга спортсменами – весьма распространенное явление. Эту практику обычно осуждают, провинившихся спортсменов наказывают. Однако в психологическом отношении вопрос не так прост. Мы считаем, что те, кто употребляет активизирующие мускульную работу вещества – это такие люди, которые настроены на высокий уровень успеха, т. е. имеют высокий уровень притязаний; это люди, которые, как мы предполагаем, не склонны или менее склонны пользоваться стратегией самовоспрепятствования.

Необходимо исследовать также вопрос, могут ли эти две стратегии сочетаться у одной и той же личности? На этот вопрос можно дать ответ только путем организации конкретных исследований.

Сформулируем одну проблему и выдвинем гипотезу, которая поможет начать ее исследование. 1) *Проблема*: человек в одно и то же время может иметь цели и притязания в двух или большем числе сфер человеческой активности. Какую стратегию защитной адаптации он выбирает в этом случае? 2) *Гипотеза*: мы предполагаем, что в одной области он может использовать стратегию самостимулирования и самовспомоществования, а в другой – стратегию самовоспрепятствования и самоограничения. 3) Такое сложное поведение зависит от уровней притязаний в этих областях деятельности, а также от того, что в одной области уровень уверенности человека бывает выше, чем в другой. Соответственно и выбираются адаптивные стратегии.

## **§ 5. Самовоспрепятствование – средство искажения Я-концепции (два направления самозащиты)**

Стратегия самовоспрепятствования предназначена не только для того, чтобы оказать влияние на других людей. Эта стратегия выбирается также для самого себя. В этом случае она связана с самоатрибуциями.

Оказывается, совершая самоатрибуции, человек не склонен объективно относиться к ним. Например, индивид приписывает себе выдающиеся способности, что не соответствует действительности. Он фрустрирован, осознает недостаточность своих умственных способностей и осуществляет самозащиту путем создания подобных самоатрибуций. Но поскольку неуверенность сохраняется (не всегда легко поверить полностью в истинность лжи), человек организует вторую линию самозащиты. но теперь уже с помощью стратегии самовоспрепятствования. Использование этой стратегии не позволяет ему осознать реальную слабость своих способностей.

Итак, стратегия самовоспрепятствования может иметь два направления применения: 1) она может предназначаться для внешнего социального мира, для самопрезентации перед этим



миром; 2) второе направление – это применение к собственной личности. В этом случае, препятствуя самому себе в достижении целей, человек защищается от таких представлений и информации о собственной личности, которые для него являются фрустраторами<sup>473</sup>.

Рассмотрим еще несколько вопросов для каждого из указанных двух основных случаев.

Стратегия самовоспрепятствования, как показали Р. Бомайстер и соавторы, чаще всего используется в том случае, когда другие люди, имея в виду наши прежние успехи, ждут от нас новых успехов. Когда человек осознает, что к нему предъявляются подобные ожидания, он начинает создавать на своем пути различные препятствия, при этом стремясь, чтобы о них узнали те, кто к нему предъявляет подобные ожидания. Если же они не могут узнать о них, то способы самовоспрепятствования используются значительно реже (с меньшей вероятностью)<sup>474</sup>.

Это очень интересный результат. На его основе в принципе возможно создание методов предотвращения алкоголизма и использование других вредных средств самовоспрепятствования. Идея состоит в том, что следует уменьшить публичный интерес к этим явлениям.

Что касается внутренней направленности стратегии самовоспрепятствования, то поскольку она оказывает прямое и косвенное воздействие на Я-концепцию личности, то возникают по крайней мере следующие вопросы: 1) на какие подструктуры Я-концепции в первую очередь оказывает влияние стратегия самовоспрепятствования (на реальное Я, идеальное Я и др.)? 2) В какой мере эта стратегия принимает участие в конструировании Я-концепции? (Например, это может иметь место путем защиты и сохранения нереалистических самооатрибуций). Это очень интересная и перспективная проблема для исследования. 3) Сходные вопросы вполне законно задавать также относительно стратегии самостимулирования и устранения препятствий, которые возникают на пути, ведущей к цели.

## § 6. Личностные детерминанты выбора стратегии самовоспрепятствования

А. Уверенность в себе и выбор стратегии. – Какие типы людей чаще всего выбирают защитно-адаптивную стратегию самовоспрепятствования? Какие личностные черты и комплексы создают постоянную склонность к выбору такой стратегии?

Оказывается, стратегию самовоспрепятствования чаще всего выбирают те, кто не уверен в своих силах и способностях. Такие лишенные самоуверенности люди часто переживают тревогу и страх перед возможной неудачей. Под влиянием подобных эмоциональных состояний они спонтанно выбирают данную стратегию и начинают собирать такие факты и аргументы, с помощью которых смогли бы оправдать ожидаемую неудачу.

Во время одного эксперимента испытуемых разделили на две группы. Первой группе поручили решить легкие задачи. Они без труда решили эти задачи, и психологи сказали им, что они добились успеха. Испытуемым второй группы поручили решать трудные задачи. Они плохо справились с ними, но психологи им тоже сказали, будто успешно решали свои задачи. Получилась следующая ситуация: испытуемые первой группы успешно решали задачи и были уверены в том, что добились успеха. Испытуемые же второй группы хотя и получили хвалебный отзыв психологов, тем не менее, не были уверены в успехе, на этот счет у них остались сомнения.

На следующем этапе, до того, как приступить к решению новых задач, всем испытуемым предлагалось из двух видов пилюль выбрать один. Было сказано, что один вид активизирует

---

<sup>473</sup> См.: Baumeister R.E. and Hutton L.G. A self presentational perspective on group processes. – In: B.Mullen and G.R. Goethals (Eds.). *Theories of group behavior*. New York: Springer-Verlag, 1986; Baumeister R.F. *Public self and private self*. New York: Springer-Verlag, 1986.

<sup>474</sup> См.: Kolditz T.A. and Arkin R.M. An impression management interpretation of the self-handicapping strategy. – *Journal of Personality and Social Psychology*\*, 1982, 43, pp. 492–505.

организм и может способствовать улучшению процесса решения задач; относительно второго вида пилуль было сказано, что он вызывает слабость и пассивность.

Оказалось, что те испытуемые, которые уверены в своих силах, выбирают активизирующие пилули, в то время как неуверенные предпочитают выбрать те пилули, которые вызывают вялость организма и мышления. В чем причина такого различия между испытуемыми? Дело в том, что вызывающие пассивность лекарства есть не что иное, как препятствие на пути к успеху. Выбирая его, человек создает для себя аргумент на случай будущей неудачи, который станет для него средством самооправдания<sup>475</sup>.

Данный эксперимент представляет интерес, одновременно вызывая ряд вопросов. Дело в том, что следует различать ситуативную уверенность – неуверенность, с одной стороны, и уверенность – неуверенность как устойчивую черту (комплекс или, как иногда говорят, измерение) личности, ее характера. Мы полагаем, что авторы вышеописанного исследования имели в виду ситуативную уверенность и неуверенность, которые были вызваны у испытуемых самими психологами.

Итак, люди склонны создать самим себе препятствия в том случае, когда не уверены, что свои способности достаточны для достижения успеха. В то же время те, кто уверен в своих силах, стремятся освободиться от препятствий, устранять их, тем самым обеспечивая себе успех или большой успех.

Проблема состоит в следующем: данное направление исследований необходимо расширить для того, чтобы связать не только отдельные черты, но и типы личности со склонностью выбирать стратегию самовоспрепятствования или избегать такого выбора.

Б. Вновь о стереотипах. – Проведенные на спортсменах исследования показали, что те из них, у кого уже имеется склонность часто пользоваться стратегией самовоспрепятствования, чаще всего пользуются ею перед ответственными соревнованиями. В таких случаях она у них принимает вид симуляции болезни, алкоголизма и т. п. (Полезно подробно исследовать все модификации данной стратегии). Это такие индивиды, у которых имеется недоверие к своим силам.

В тех случаях, когда ожидаемые соревнования не очень ответственны, не наблюдается существенной разницы между теми, у кого имеется сильная тенденция к использованию этой стратегии, и теми, у кого эта тенденция слабо выражена.

Но одно существенное различие все же выявлено. Оно состоит в том, что те, кто имеет слабую склонность к данной стратегии, перед соревнованием больше тренируются, чем спортсмены противоположного типа<sup>476</sup>.

## **§ 7. Психология ответственности и стратегия самовоспрепятствования**

В свете приведенного выше обсуждения возникает новая и важная проблема, на которую, насколько нам известно, до сих пор никто не обратил внимания. Речь идет о том, что обсуждаемые здесь стратегии защитной адаптации связаны с явлением *ответственности*. Следовательно, эти исследования представляют интерес и для психологии ответственности.

В частности, можно задать вопрос: у какого типа людей более развито чувство ответственности – у тех, кто имеет сильную склонность использовать стратегию самовоспрепятствования, или же у противоположного типа?

---

<sup>475</sup> См.: Jones E.E. and Berglas S. Control of attributions about the self through self – handicapping strategies: The appeal of alcohol and the role of underachievement. – «Personality and Social Psychology Bulletin», 1978, 4(2), pp. 200–206.

<sup>476</sup> См.: Goethals R.G. Understanding Social Psychology. Fourth Ed., Chicago (Ill.): The Dorsey Press, 1988, pp. 166–168.

Для того, чтобы начать исследование этой важной проблемы, мы предлагаем следующую *гипотезу*: те индивиды, которые менее склонны использовать стратегию самовоспрепятствования, обладают более развитым чувством ответственности, чем те, у которых эта склонность сильно развита.

Эту гипотезу можно считать близкой к истине исходя, в частности, из того, что спортсмены с менее развитой склонностью к данной стратегии, перед соревнованием более интенсивно тренируются (это мы считаем признаком высокого развития чувства ответственности), чем те, кто в большей мере склонен к использованию средств самовоспрепятствования.

Исходя из этого, можно предложить еще одну гипотезу: мы считаем, что склонность к использованию стратегии самовоспрепятствования является признаком слабой развитости у личности чувства ответственности. Иначе говоря, эти два блока структуры личности обратно пропорциональны. Они, вполне возможно, взаимосвязаны в соответствии с отрицательным вариантом нашего закона сопряженного возникновения и развития психических явлений.

Это означает, что каждый способ самовоспрепятствования является не только средством для самооправдания, но и способом уйти от ответственности в случае неуспеха. (Эти концепции целесообразно расширить на основе анализа дополнительного эмпирического материала).

## **§ 8. Личностные комплексы и различия стратегии самовоспрепятствования**

Альфред Адлер создал представление о двух важных сопряженных явлениях психической жизни человека – о комплексе неполноценности (КН) и комплексе превосходства (КП). Он считал, что оба эти образования формируются на основе прирожденного чувства неполноценности, свойственного всем людям. Эти комплексы характерны невротикам и являются неадаптивными способами преодоления базального чувства неполноценности.

1) *Невротик с чувством неполноценности*, вместо того, чтобы реально преодолевать трудности путем развития своих способностей и навыков, действует иначе: он убеждает себя и других в своей несостоятельности и неспособности, и таким путем уходит от необходимости преодоления трудностей. Подобная стратегия бегства от трудностей, фрустраций и стрессов делает таких людей пассивными, вялыми и униженными.

Все сказанное хорошо известно психологам и психиатрам. Но мы не убеждены, что так можно объяснить все поведение невротиков. Мы предлагаем следующую *гипотезу*: невротики с комплексом неполноценности, кроме стратегии ухода (бегства, отступления) берут на вооружение также адаптивную стратегию самовоспрепятствования, а это дает им дополнительные возможности ухода от ответственности и самооправдания.

2) *Невротик с комплексом превосходства* действует иначе. Он постоянно убеждает себя и других в том, что превосходит других людей, что он – более высокое существо, и ему «не к лицу» заниматься мелкими вопросами жизни, что эти мелочи недостойны его внимания и т. п.<sup>477</sup> Считается, что под комплексом превосходства также скрывается первичное чувство неполноценности.

Итак, мы видим, что данный тип невротика также с целью адаптации выбирает стратегию ухода из трудных ситуаций.

Но и в этом случае не все поведение этим объясняется, поэтому мы выдвигаем следующую *гипотезу*: невротик с чувством превосходства также пользуется стратегией самовоспрепятствования, хотя конкретные способы, какими эта стратегия реализуется, могут быть не такими, как у невротиков с комплексом неполноценности.

---

<sup>477</sup> См.: Психологический словарь. Под ред. В. В. Давыдова и др., М.: «Педагогика», 1983, с. 155.

Данный аспект невротизма, как мы полагаем, все еще не исследован с учетом теории фрустрации и защитных механизмов.

Важно то, что в обоих описанных выше случаях перед нами сочетание двух адаптивных стратегий – ухода и самовоспрепятствования. Взаимосвязанная работа этих двух стратегий требует специального исследования.

Есть еще одна важная проблема: утверждают, что понятия КН и КП – это сопряженные понятия в теории Адлера. Но более интересен вопрос: *а сами эти комплексы, не возникают ли сопряженно в психике личности?* Мы считаем возможным выдвинуть еще одну гипотезу, которая состоит из следующих утверждений: 1) как только в психике человека начинает формироваться комплекс неполноценности (его элементы), одновременно начинается параллельный процесс формирования соответствующих (сопряженных) элементов комплекса превосходства. 2) Если же у личности вначале возникает комплекс превосходства, то в соответствии с законом сопряжения начинают появляться также элементы комплекса неполноценности. К этому могут привести неудачи и фрустрации личности. 3) Все названные процессы протекают в соответствии с законом сопряженного возникновения и развития психических явлений. 4) Поэтому будет ошибочно думать, будто под чувством превосходства лежит лишь базальное чувство неполноценности. *У каждой личности имеется сочетание КН – КП, но в различных соотношениях.*

## § 9. Стратегия самовоспрепятствования и оценка успеха

Психологам удалось выяснить, что стратегия самовоспрепятствования не только позволяет оправдываться в случае неудачи; она позволяет также, в случае успеха, поднимать оценку этого успеха. Успех, достигнутый каким-либо индивидом, оказывает более сильное впечатление на людей в том случае, когда он добился его путем преодоления трудностей. Тот же самый успех получает более низкую оценку в том случае, когда он достигнут в условиях отсутствия препятствий и трудностей.

Какие новые проблемы возникают в области психологии успеха в связи с приведенными результатами исследования стратегии самовоспрепятствования? В другой работе, целиком посвященной психологии успеха, мы предложили объективную шкалу оценки успеха и неудачи; мы исходили из того, в какой мере человек в результате целенаправленной активности достиг (или нет) той цели (или притязаний), достижение которой было его первоначальным желанием. Если взять лишь ту часть спектра успех-неудача, на которой отмечены уровни успеха, то они таковы:

успех	большой успех	очень большой успех
1000	1500	4000

Если целью индивида было получить за свой труд 1000 рублей, то получение точно такой суммы – это успех; получение 1500 рублей – это уже большой успех, а вот получение целых 4000 рублей – очень большой успех. Так упрощенно можно представить шкалу объективной оценки уровней успеха.

Но в этих оценках не учтена субъективная сторона дела, субъективная психо-логика оценки уровня успеха. Оценка каждого из этих уровней как самим действующим лицом (социальным актером), так и социальными наблюдателями, зависит от целого ряда психологических факторов, в том числе от того, какие препятствия пришлось преодолеть человеку для достижения данного результата.

Причем мы должны выделить две группы трудностей: 1) трудности, которые возникали независимо от субъекта, внешними обстоятельствами (другими людьми, ситуациями и т. п.); 2) те трудности, которые он сам создавал на протяжении всего своего пути к цели, применяя стратегию самовоспрепятствования. Это в психологическом смысле принципиально разные препятствия, и их различия должны учитываться при оценке успеха как самим действующим лицом, так и внешними наблюдателями. Это сложная задача, поскольку субъект деятельности обычно создает трудности, так сказать, не на пустом месте: нередко человек усиливает, делает более труднопреодолимыми те трудности, которые объективно уже существуют; тем самым он создает двойную основу для самооправдания в случае неудачи. Например, если его мешает поднимаемый другими людьми шум, он может добавлять к нему собственный шум (включить радио или телевизор и т. п.); если у него легкое недомогание, он может прикидываться серьезно больным, прекращая свою работу («отдыхая»); если его мешают товарищи, которые то и дело отрывают его от работы, тогда он сам их приглашает к себе и организует вечеринку и т. д.

И еще одну закономерность нам удалось заметить: создавая препятствия или преувеличивая объективно существующие трудности, социальный актер обычно атрибутирует их внешним силам. Он может утверждать, что не он сам, а другие люди создавали препятствия на его пути. Ведь не может же он признаваться в том, что ведет себя так иррационально и парадоксально. От такого признания пострадала бы его самооценка, а ведь он именно эту самооценку и желает повысить путем самовоспрепятствования.

## **§ 10. Этнические различия стратегий самовоспрепятствования и самостимулирования (новое направление исследований)**

Уже только учет некоторых бросающихся в глаза фактов вызывает предположение о том, что между этносами должны существовать различия в выборе названных двух стратегий.

Так, известно, что алкоголизм в различных странах распространен в различной степени. Если алкоголизм – это средство самооправдания для тех людей, которые не уверены в себе и боятся неудач, то ясно, что мы вплотную подошли к вопросам, которые касаются характеров и адаптивных стратегий этносов.

Для этнического алкоголизма поиск физиологических и биохимических причин, возможно, имеет некоторый смысл, но не может стать главным направлением исследований. Более перспективным следует считать психологический подход, основанный на знании таких адаптивных стратегий, как самовоспрепятствование и самостимулирование.

Мы предлагаем следующие две гипотезы. 1) *Первая гипотеза*: в тех странах, в которых алкоголизм широко распространен и систематически используется в качестве средства самооправдания при неудачах, люди менее уверены в себе и не имеют веры в успех своей целенаправленной деятельности. – 2) *Вторая гипотеза*: перечисленные качества людей могут исходить из более фундаментального психического качества людей – из *фатализма*.

Отсюда мы выходим в область общих проблем культуры, религии и характера народов. Вполне возможно, что сама культура, особенно религиозная, создает предпосылки для выбора той или иной из рассмотренных выше стратегий защитной адаптации.

Выдвинем еще одну проблему: вполне возможно, что психологические причины и предпосылки алкоголизма разных народов неодинаковы. Например, алкоголизм русских и алкоголизм американцев могут иметь существенные психологические различия.

Алкоголизм индивидуалиста и алкоголизм человека коллективистического типа – это не одно и то же явление. Поэтому в обществах И – и К-типов вообще способы самовоспрепятствования не могут быть одинаковыми. Переживая тревогу и «чувство» потери самоконтроля, представители разных этносов (и культур) выбирают различные способы самовоспрепятствования, разные конкретные механизмы реализации этих стратегий.

## Глава 56. Самосознание, психическая защита и характер

В психологии еще со времен Зигмунда и Анны Фрейд принято, что психическая защита – это процесс защиты «Я» от воздействия различных фрустраторов – приваций, деприваций, конфликтов и т. д. И мы в настоящей книге исходили из того, что защищаются от фрустраторов центр личности – «Я» и его Я-концепция, т. е. самосознание личности в целом<sup>478</sup>.

Однако многие вопросы, касающиеся того, каким образом взаимосвязаны различные аспекты самосознания, фрустрация и активизация тех или иных защитных механизмов, еще нуждается в исследовании. Говоря конкретно, задача заключается в выяснении того, каким образом тот или иной аспект самосознания оказывает влияние на ранимость личности (доступность и чувствительность к фрустрациям) и на выбор ею защитных механизмов.

В настоящей главе мы вкратце рассматриваем именно ряд таких конкретных вопросов теории фрустрации и психологической защиты. Мы рассматриваем также вопросы воздействия защитных процессов на структуру и содержание Я-концепции.

### § 1. Уверенность в себе и фрустрация

Причиной фрустрации может быть даже такой в целом положительный аспект Я-концепции, как уверенность в себе.

Так, Мартин Зелигман заметил, что в американской культуре принято, что человек должен опираться на собственные силы и добиваться успехов. Эти тенденции выражаются в лозунге: «Ты можешь сделать это!». Такая установка опасна тем, что когда человек терпит неудачу, он не может обвинять других. Он, наоборот, обвиняет себя и впадает в депрессивное состояние, занимается самобичеванием<sup>479</sup>.

Иначе говоря, описанная только что особенность Я-концепции делает человека более уязвимым для фрустраторов. Такова судьба индивидуалистов в индивидуалистическом обществе. Именно поэтому, по мнению специалистов, устрашающе увеличилось число людей, страдающих депрессией.

Отмечается также, что существуют этнокультурные различия: в тех обществах, в которых нормой являются тесные взаимоотношения людей и их сотрудничество, «... тяжелая форма депрессии не столь распространена и менее связана с виной и обвинением себя в сознаваемой неудаче»<sup>480</sup>.

### § 2. Разрыв между реальным Я и идеальным Я – источник стыда и вины

В сложной структуре каждой взрослой личности важное место занимают два образования: ее реальное Я (то, каким она себя представляет в настоящее время как реализованная сущность) и ее идеальное Я – то, каким она хотела бы стать в будущем, если бы условия благоприятствовали ее развитию и деятельности.

Между этими двумя подструктурами Я-концепции могут существовать различные отношения. Важное значение для самочувствия и активности личности имеет уровень разрыва

---

<sup>478</sup> Наши представления о структуре самосознания более полно представлены в следующих трудах: «Социально-психическая адаптация личности» (1988); «Психологическая адаптация» (2010) и «Психика, сознание, самосознание»; рукопись.

<sup>479</sup> См.: Seligman M., *Helplessness: On depression development and death*. San Francisco: W.H. Freeman, 1975.

<sup>480</sup> Майерс Д. *Социальная психология*, с. 210.

между ними, то есть то, в какой мере реальное Я близко к идеальному Я. Данная проблема уже много лет обсуждается в научной литературе<sup>481</sup>.

Мы полагаем, что большой разрыв между реальным Я и идеальным Я личности фрустрирует ее и, следовательно, вызывает активность защитных механизмов. Такой разрыв вызывает чувства стыда и вины, т. е. такие переживания, которые обычно являются спутниками фрустрации.

Данный вопрос нами обсуждается и в предыдущих трудах<sup>482</sup>.

### § 3. Социальная рефлексия, Я-образ и его защитное искажение

Явление рефлексии стало предметом пристального внимания в социальной психологии<sup>483</sup>. В конце XIX века Дж. Холмс следующим образом описал процесс общения двух лиц – воображаемых Джона и Генри, отмечая, что в данной ситуации в действительности участвуют как минимум шесть лиц: Джон, каков он есть на самом деле (“каким его сотворил Господь Бог”); Джон, каким он видит самого себя; Джон, каким его видит Генри. Со стороны Генри участвуют в общении соответствующие три образа. Позднее были добавлены еще два психологических участника общения: Джон, каким ему представляется его образ в сознании Генри, и соответствующий образ у Генри. Дальнейшее символическое обозначение этих лиц и образов со стороны Гибша и Форверга ничего по сути не меняет, идея ясна и интересна<sup>484</sup>. Обозначая партнеров по общению буквами А и Б, Холмс обозначил соответствующие психические образы символами А', А'', А''' и соответственно Б', Б'', Б'''. А' есть представление А о себе, А'' – представление Б об А, Б' – представление Б о себе, Б'' – представление А о Б, А''' – представление А о том, как он представлен в сознании Б, и соответственно Б''' – представление Б о том, каков его образ в психике А. Между этими двумя лицами и их образами рефлексивная коммуникация (взаимодействие) происходит следующим образом: А в качестве А' обращается к Б, а Б реагирует на А'' в качестве Б'. При этом ни А, ни Б не знают, что существуют не совпадающие с реальностью А', Б' и А'' и Б''. Следует также иметь в виду, что между А и А'', а также между Б и Б'' нет каналов коммуникации. Коммуникация (общение) будет наиболее плодотворным в том случае, когда разрывы в следующих двух линиях будут минимальными: А – А' – А'' и Б – Б' – Б''. Это означает, что полезно иметь реалистическое представление как о себе, так и о партнере, а также о том, что думает партнер о тебе. Но из реальной жизни известно, что эти представления очень часто бывают искаженными. Руководитель является определенной личностью, но он имеет искаженное представление как о себе, так и о своих подчиненных; в свою очередь подчиненные имеют искаженное представление как о себе, так и об руководителе. Вполне понятно, что в такой ситуации общение и ролевое взаимодействие не могут быть продуктивными. Более того, велика вероятность того, что во взаимоотношениях таких психологически нечувствительных людей могут быть конфликтными. Добавим, что картина взаимодействия усложняется также из-за участия в нем идеальных Я-образов участников.

Возникает ряд новых вопросов, которые ниже рассматриваются весьма кратко.

1) Личность А имеет о себе представление А', которое в значительной мере искажает А. Почему? Какую роль в этом деле играют защитные процессы? Мы полагаем, что в таком искажении активно участвуют атрибуция, проекция, рационализация и интроекция. Но какова мотивация искажения? При поиске ответа на данный вопрос следует иметь в виду всю сложность структуры Я-концепции, наличие в ней не только ситуативных, но и сравнительно устой-

<sup>481</sup> См., например: Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. Москва: «Прогресс», 1986.

<sup>482</sup> См. также: Налчаджян А. А. Психика, сознание, самосознание. Ереван, 2011.

<sup>483</sup> См., например: Андреева Г. М. Социальная психология. М.: Изд-во МГУ, 1999, с. 122–123; Гибш Г., Форверг М. Социальная психология; Кон И. С. Открытие «Я». М.: «Политиздат», 1978, с. 110 и др..

<sup>484</sup> См.: Андреева Г. М., указ. соч., с. 123.

чивых Я-образов. Как ситуативные, так и другие Я-образы (например, идеальное Я, представляемые Я и др.) в принципе всегда искажены в положительную или отрицательную сторону, и эти искажения и сдвиги, а также их мотивацию и разновидности предстоит исследовать, поскольку они оказывают существенное влияние на поведение личности в социальных ситуациях.

2) Следует учесть, что хотя А выступает в социальных отношениях на сознательном уровне как А' (сознательный Я-образ), в процессах социального взаимодействия на подсознательном уровне участвуют все реальные особенности личности (т. е. А). Поэтому в социальных процессах между А и А' (в определенном смысле между сознательно контролируемым и спонтанно-подсознательным поведением личности) могут возникать конфликты. Отсюда – достаточно часто наблюдаемая непоследовательность в поведении людей. Следует специально выделять и описать специфические формы непоследовательностей в поведении, обусловленных именно конфликтами между А и А' (в частности, между неосознанными и осознанными мотивами).

Названные выше и другие защитные механизмы приводят к искажению не только образа той личности, у которой они имеют место: они искажают также образы тех людей, с которыми данная личность взаимодействует. Искажаются также образы «обобщенных других». В результате взаимопонимание существенно затрудняется.

#### **§ 4. «Противофобическая» защита и структура самосознания**

Материал настоящего параграфа можно было бы включить также в главу о патологической защите. Однако имея в виду то, что в нем затрагивается вопрос самосознания, мы решили обсудить его здесь.

Понятие «противофобическая защита» использовал Эрик Эриксон. На примере анализа психической жизни трехлетнего мальчика Сэма он показал, что этот мальчик в опасных ситуациях использовал «противофобические» защитные механизмы: переживая внезапный испуг, он нападал; получая знания, которые для других были бы огорчительными, он с тревожным упорством задавал вопросы.

Эти формы поведения Эриксон считает защитными, поскольку подобные процессы способствуют организации опыта ребенка в структуре индивидуального «Я». Эти центральные процессы охраняют согласованность и индивидуальность опыта, приводя в движение индивидуальные механизмы, охраняющие личность против ударов среды и внезапных порывов организма. Они позволяют также предвидеть внутренние и внешние опасности, интегрировать способности и средовые возможности. Эти процессы создают чувство непротиворечивой индивидуации и тождества (обладание собственным «Я», положительными чертами, вступление на путь, ведущий к тому, чтобы стать приемлемой для других людей личностью).

Однако если результаты индивидуации с помощью названных защитных процессов оказываются ненужными или неподходящими в социальной среде, тогда защитные системы оказываются в неисправности (out of commission): там, где «противофобик» не может атаковать, он чувствует себя беззащитным против атак и даже провоцирует такую атаку.

Эриксон придает важное значение социальным – групповым и другим – воздействиям на личность и считает, что каждый индивидуальной случай тревоги отражает те латентные заботы и проблемы, которые существуют в социальных группах индивида. Эриксон напоминает, что личность имеет три вида процессов: соматические, эго-процессы и социальные процессы, которые традиционно относятся к трем областям науки: биологии, психологии и социальным наукам. Между тем они – три стороны единого жизненного процесса человеческой жизни. В частности, тревога выражается в напряжении тела, в индивидуальной тревожности и в групповой панике, то есть тремя способами, которые изучаются различными методами. Кли-



ническое изучение личности должно охватить все три ее стороны, которые взаимосвязаны и взаимодействуют. Эти три стороны (и три процесса) личности нередко конвергируют и создают синтетические результаты (например, патологическое изменение поведения). Знание данных процессов, согласно Эриксону, еще не означает, что мы открыли причины полученного общего результата, поскольку мы не знаем, какими были предшествующие процессы личности. Но знание названных конвергирующих процессов создает хотя бы континуум, который позволяет понять условия патологического развития.

Вполне понятно, что требуется дальнейшее исследование т. н. «противофобических реакций» личности.

## **§ 5. Социальная маска и психофизиологическое переживание его срыва с лица (о механизмах выбора адаптивных стратегий)**

Когда у человека «срывают маску», он как бы непосредственно ощущает, что его лицо было оголено. При этом он переживает стыд, смущение, обострение восприятия Я-образов, которые представляют его реальное Я и другие процессы.

Сказанное означает следующее: 1) когда человек «надевает» на себе социальную маску, то у него физически меняется лицо; 2) следовательно, социальные Я-образы связаны с физическим Я индивида. Во всяком случае, эти образования, как подструктуры Я-концепции, взаимодействуют. Социальная маска как бы актуализирует ту часть схемы тела человека, которая является отражением его головы, особенно его лица; 3) когда у человека «срывают маску» и он переживает стыд, ему, для того чтобы оставаться в данной социальной ситуации, следует надеть новый социальный образ, новую маску – в соответствии с изменившейся ситуацией. Это адаптация путем изменения «Я», актуализации новых частей Я-концепции. Если это индивиду не удастся, он должен выбрать стратегию ухода или бегства из ситуации.

Некоторые писатели очень близко подошли к осознанию существования подобных явлений. Так, Альберто Моравиа в романе «Я и он», описывая неприятную ситуацию, в которую попал его герой Рико, его устами передает следующее:

«Сидящие в зале хлопают Маурицио одновременно и в строго определенном ритме: два хлопка – пауза; два хлопка – пауза. Они хлопают Маурицио за то, что он «сорвал с меня маску», а я и вправду чувствую себя «без маски», то есть с обиженным, беззащитным лицом, так, словно до сей поры защищал и прятал его под некой маской»<sup>485</sup>.

Итак, смена масок есть психофизиологический процесс, происходящий под влиянием и контролем Я-концепции. (Но возможна также потеря такого контроля).

Отсюда можно прийти к еще одному, фундаментальному на наш взгляд, выводу: *выбор стратегии и механизмов адаптации личности зависит от того, какие образы «Я» человека и подструктуры Я-концепции справляются со ситуацией; удастся ли актуализировать подходящий социальный Я-образ («маска»)*. Фактически от выбора «маски» (социального Я-образа) зависят дальнейшие действия человека: уход, нападение или же приспособление к ситуации без ухода из нее и без ее существенного изменения.

Эти выводы в значительной мере уточняют механизмы выбора личностью адаптивной стратегии в определенной ситуации и в процессе ее изменения. Это динамический подход, который способен отражать реальную психическую динамику адаптирующейся личности.

Путем более подробного исследования разновидностей человеческих масок можно расширить настоящий раздел психологии самосознания, которая, как нетрудно видеть, имеет существенное значение для теории фрустрации и психологической защиты.

---

<sup>485</sup> Моравиа А. Я и он. – «Иностранная литература», № 4, 1994, с. 185–186.

## § 6. Q-метод, «защитные классификации» и фрустрация личности

Используя Q-метод Стефенсона, Карл Роджерс и его сотрудники установили любопытный факт, который дает основу для углубления одного аспекта теории фрустрации.

Как известно, названный метод исследования личности состоит в том, что предлагают ей ряд предложений о качествах человека и о его отношении к собственной личности, и просят экспериментируемого распределить их, начиная от самых приятных (или приемлемых) для него до самых неприятных. Неприемлемыми считаются те из качеств, которые совсем не совпадают с его отношением к собственной личности. Классификации подлежат предложения следующего типа: «Я приятный человек», «Я талантлив», «Я быстро подчиняюсь чужой воле», «Я – осторожный человек» и т. д.

Оказалось, что даже если испытуемые вполне искренни, они нередко (но до некоторой степени все и всегда) создают искаженный образ своей личности, «защитную классификацию». С первого взгляда может показаться, что личность хорошо приспособлена, в то время как в действительности это не так.

В одном исследовании сотрудники Роджерса, Батлер и Хэй, у одного индивида получили очень высокую корреляцию между актуальным и идеальным Я-образами. Высокая корреляция в таких исследованиях обычно означает высокую степень самопринятия и самоуважения. А между тем данная личность была явно патологической<sup>486</sup>. Составленный при Q – классификации Я-образ для него имел явно защитное значение.

Причиной этого феномена, по-видимому, можно считать то, что чем больше тревога, чем больше патологического в глубинных структурах самосознания личности, тем острее внутренние конфликты и, вследствие этого, тем сильнее тенденция к психологической защите и образованию искаженных Я-образов и Я-концепций.

На основе анализа подобных случаев можно также выдвинуть предположение, что у каждой личности есть одна «подлинная» (преимущественно подсознательная и труднодоступная для осознания) Я-концепция, и другая – «защитная» Я-концепция, которую он актуализирует, особенно в групповых ситуациях, с большей легкостью и готовностью. Именно это имеет место, например, у такой личности, которая свой глубокий и вытесненный в подсознательное комплекс неполноценности маскирует вторичными психическими образованиями, защитным «слоем» – комплексом сверхценности и превосходства собственной личности.

В проблемных ситуациях это защитное образование легко актуализируется, в результате чего осознанные Я-образы дают человеку и его окружающим искаженное представление о структуре собственной личности. Механизм защитного вытеснения действует выборочно, избирательно, что проявляется также в избирательности восприятия. Человек легче и выборочно воспринимает то, что, по его мнению, соответствует его актуализируемому Я-образу, а остальное, например критику в свой адрес, отсеивает. Хотя в литературе немало клинических и других эмпирических данных, которые подтверждают предложенные выше гипотезы, но было бы желательно обосновать их экспериментальным путем.

Как известно, одним из основных методов исследования личности у Роджерса был анализ самоотчетов пациентов. Вполне естественно, что вопрос психологической защиты привлек внимание Роджерса и его сотрудников, поскольку его волновал ряд вопросов о валидности самоотчетов. Правильно ли, что когда личность утверждает, что доволен собой, он действительно доволен? Дает ли внутренняя система соотношения (т. е. оценка собственных интроспективных данных на основе своих же личностных критериев) точный образ личности? Хэй

---

<sup>486</sup> См.: Hall Calvin S. and Gardner Lindzey. *Theories of personality*. New York – London, 1957, pp. 494–495.

(Haigh) проводил специальные исследования защитного поведения и обнаружил, что оно имеет несколько разновидностей: отрицание (*denial*), удаление (изъятие, *withdrawal*), самооправдание, рационализацию, проекцию и враждебность. Во время центрированной на клиента терапии у некоторых клиентов отмечается ослабление защитной тенденции, а у других эта тенденция в определенной степени усиливается. Однако Хэй попытался минимизировать важность защитного поведения. Он полагал, что многие формы защитного поведения сводятся к сознательному и преднамеренному обману, к которому клиент прибегает с целью спасения своего лица<sup>487</sup>.

Однако мы считаем, что и сознательная защита также является подлинной психологической защитой. Ведь оно есть результативное выражение тех процессов, которые протекают в глубине психики на основе интимных и не вполне осознанных личностных проблем, исходят от них. Вопрос о дифференциации защитных механизмов по степени осознанности процесса их образования подлежит специальному рассмотрению. Но это не задача настоящей книги.

Точка зрения Хэя очевидно противоречит психоаналитической теории защитных механизмов, согласно которой они действуют бессознательно. Наша же точка зрения состоит в том, что процесс образования этих механизмов протекает преимущественно бессознательно, но сами механизмы в процессе своего функционирования – пусть не в качестве средств психологической защиты, – могут и осознаваться. И эта проблема еще требует дополнительных исследований.

Исследование, предпринятое другим сотрудником Роджерса – Фридманом – пролило дополнительный свет на проблему о тенденциях личности к защитному поведению. Три группы белых мужчин, квалифицированных в качестве нормальных, а также психоневротические и параноидные шизофреники, осуществляли *self – Q* и *ideal – Q* – квалификации. Средняя корреляция для шестнадцати нормальных испытуемых была 63, для 16 невротиков она равнялась 03, а для психопатов была равна 43. Другими словами, психопатические индивиды показали значительно больше самоуважения, чем невротики, и несколько меньше, чем нормальные субъекты. Фридман заключил, что «... если использовать высокую корреляцию между реальной Я-концепцией и идеальным Я в качестве единственного критерия приспособления (адаптации, *adjustment*), то это приведет к тому, что многие плохо приспособленные люди, в частности параноидальные шизофреники, должны быть включены в категорию адаптированных»<sup>488</sup>.

В других исследованиях школы Роджерса (Chodorkoff) исследовалась мера тенденции к защите, которая коррелируется с Я-установками и оценками, даваемыми личности внешними наблюдателями. В целом была подтверждена та истина, что лучше приспособленные люди проявляют меньше защитных тенденций. Иначе говоря, к психологической самозащите прибегают только фрустрированные люди.

Эти исследования показывают, что защитная тенденция, “защитность” (*defensiveness*, дифенсивность) является важной переменной в суждениях людей о самих себе, и самоотчеты не могут служить основанием для такой же характеристики личности, какую дают объективные наблюдатели (судьи). Для исследования личности Роджерс, его сотрудники и последователи пользуются целой группой других методов: тестом Роршаха, ТАТ, Миннесотским многофазовым личностным тестом и др.

---

<sup>487</sup> См.: Haigh G. *Defensive behavior in client – centered therapy*. – *Journal of Consult. Psychol.*, 1949, 13, pp. 181–189.

<sup>488</sup> Friedman I. *Phenomenal, ideal and projected conceptions of self*. – *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 1955, 51, p. 73.

## § 7. Психологическая самозащита, ответственность и личность

А. Извинение и ответственность. – Извинение имеет, как нам уже известно из теории защитных механизмов, значение ликвидации, отрицания поступка. Это механизм психической защиты человека, который допустил ошибку или оплошность и хотел бы, чтобы этого не было сделано. Он раскаивается за свой поступок.

Но в теории фрустрации и защитных механизмов, насколько нам известно, игнорируется другой важный аспект извинения, учет которого может способствовать углублению понимания психологического значения как этого, так и других защитных механизмов. Речь идет о следующем: *извиняясь за что-то, человек тем самым принимает на себя ответственность за свой поступок.*

Мы полагаем, что с каждым из защитных механизмов связана определенная доля ответственности, ее принятие (признание) или отказ от нее, ее отрицание. Например, с этой точки зрения вытеснение можно считать попыткой отрицания своей ответственности.

Причем можно выдвинуть еще одну гипотезу: исходя из того, что все защитные механизмы еще Анна Фрейд подразделила на три группы – направленные против внешних фрустраторов, направленные против внутренних фрустраторов и внешне-внутренние – мы выдвигаем идею, согласно которой с первой группой преимущественно связана внешняя ответственность, со второй – внутренняя (т. е. ответственность перед самим собой), а с третьей – оба вида ответственности. Мы полагаем, что продолжение данной линии исследования может обогатить психологию ответственности. При этом следует иметь в виду, что существуют разные виды ответственности – моральная, юридическая и комплексная.

Б. Ответственность и оправдание. – К. Муздыбаев, вкратце рассмотрев историю появления слова «ответственность» и производных от него слов в разных языках, мельком заметил, что «... только в немецком и русском языках термин «ответственность» имеет значение «оправдание», чего мы не отмечаем во французском и английском языках»<sup>489</sup>. Но отмеченное – это очень важное различие! Мотив оправдания у человека возникает в том случае, когда, во-первых, он фрустрирован, и, во-вторых, сам является (и в определенной мере чувствует себя) виновным в своей неудаче. Следовательно, у немцев и русских ответственность связана с виной и мотивом осуществления психологической самозащиты. Это важное межэтническое различие психической жизни. Возможно, что условия появления гражданской ответственности у разных народов были неодинаковыми. Есть ли у современных немцев и русских эта связь ответственности с чувством вины, в отличие от других народов? Это надо исследовать.

Более конкретно. Немцы говорят antworten – отвечать, и beantworten – тоже отвечать, но, по-видимому, с оттенком самооправдания. (На немецком языке Verantwortung – ответственность, Verantwortlichkeit – состояние ответственности).

## § 8. Защитные механизмы и интроспекция (новая концепция)

В психологии установлено, что защитные процессы протекают в основном на подсознательном уровне. Мы считаем, что многие из них все же (особенно вербализованные защитные процессы) могут осознаваться. Например, человек просит прощения за совершенный проступок (т. е. пытается аннулировать его) и, конечно, осознает этот свой защитный процесс. Осознаются также некоторые результаты защитных процессов (например, устойчивые защитные стратегии и комплексы, некоторые соответствующие черты характера).

---

<sup>489</sup> Муздыбаев К. Психология ответственности. Ленинград: «Наука», 1983, с. 7.

Возникает вопрос: что же происходит, когда человек пытается осуществить интроспектирование этих защитных процессов? Происходит ли нарушение защитных процессов, таких, например, как рационализация и словесно выраженная атрибуция? Теряют ли при этом защитные механизмы свои функции? Или, может быть, они вытесняются из сферы сознания и продолжают свою работу на подсознательном уровне?

Эти вопросы, которых мы уже касались на предыдущих страницах настоящей книги, должны стать предметом специальных исследований.

В чем причина того, что когда человек осознает свои защитные механизмы и процесс их функционирования, они в значительной степени теряют свою эффективность в качестве средств психологической самозащиты?

При обсуждении этих вопросов следует широко использовать современные представления об уровнях психической активности человека, о сознании, самосознании и о психологических механизмах интроспекции<sup>490</sup>.

Можно предположить, что в ходе интроспекции в сфере сознания появляются не только Я-образы, но и моральные принципы и нормы личности, на основе которых некоторые из защитных процессов (например, рационализация в виде самообмана) оцениваются как аморальные и подвергаются разрушению или вытеснению.

Мы полагаем также, что в ходе интроспекции в сфере *сознания воспроизводятся критерии истины и логической безупречности*, с позиций которых также *психо-логика многих защитных процессов* не выдерживает критики. Переживая стыд и смущение из-за подобного субъективизма, человек может отказаться от использования защитных механизмов. Когда человек терпит неудачу в каком-либо деле и невольно начинает использовать защитные механизмы (ситуационную атрибуцию, проекцию, рационализацию и т. п.), то, начав интроспекцию, он может осознать иррациональный характер своей самозащиты и, по этой причине, вновь фрустрироваться. В результате у него могут начинаться новые защитные процессы. Это вторичная фрустрация и вторичные процессы психологической самозащиты.

Начало вторичных защитных процессов означает, что первая защитная линия не привела личность в состояние психологического комфорта. В ее психике возникла новая фрустрация, против которой мобилизуются новые защитные механизмы. Они направляются как против первого, так и против второго фрустратора. Осознание первичных защитных процессов может оказать влияние на Я-концепцию личности и способствовать развитию комплекса неполноценности. Это означает, что *вторичная защита может быть эффективной только в том случае, когда полностью подсознательна*.

Эта новая концепция об *эшелонированной защите* личности позволяет объяснить много психологических феноменов.

---

<sup>490</sup> См.: Налчаджян А. А. *Личность, психическая адаптация и творчество*. Ереван: «Луйс», 1980, гл.1; его же: *Психика, сознание, самосознание*. Ереван, 2011.

## Часть шестая. Толерантность и незащитная конструктивная адаптация

### Глава 57. Толерантность к фрустрациям

#### § 1. Толерантность и резистентность личности

Проблемы толерантности (терпимости) личности к фрустрациям, резистентности (способности оказать сопротивление) стрессовым воздействиям – одни из важнейших проблем теории фрустрации, психического стресса и защитной адаптации. Но психологи все еще, насколько нам известно, далеки от исчерпывающего знания этих явлений. Рассмотрим ряд аспектов этих проблем. Мы исследуем главным образом явление толерантности к фрустрациям.

А. Толерантность к фрустрациям и ее порог. – Человек может выдержать значительные фрустрации без признаков дезорганизации поведения и психических процессов. Он может успешно идти к своей цели, а при блокировании целенаправленной деятельности какими-либо фрустраторами найти новые пути и средства достижения своих целей, либо осуществить успешную их замену, осуществить реалистический выбор и, в целом, успешно адаптироваться с помощью незащитных адаптивных механизмов.

Исходя из этого, следующую главу мы посвящаем исследованию незащитных адаптивных механизмов и их комплексов, которые до сих пор сравнительно слабо изучены, чем психозащитные механизмы. Примером незащитного адаптивного комплекса может служить, например, сочетание нового определения ситуации (как адаптивного механизма) с другим механизмом – с заменой (субституцией) цели. А вот сублимация и выбор новой пути достижения первоначальной цели, по нашему мнению, не могут сочетаться.

Очевидно, однако, что должен существовать предел, определенный уровень интенсивности фрустратора или городившегося им психического напряжения, достижение которого вызывает резкое изменение поведения человека в ответ на воздействие фрустратора. Например, человек долгое время терпит лишения, но наступает день и он «взрывается», совершая импульсивные агрессивные действия.

Этот предел называют *порогом толерантности* к фрустрациям. Когда напряжение увеличивается, т. е. фрустрация начинает превосходить порог толерантности данной личности, ее деятельность дезорганизуется, он начинает переживать сильные эмоции, беспокойство и тревогу. Все это мы видим в комплексе непосредственных ответов на фрустрацию.

Толерантность определяет резистентность (сопротивляемость) индивида в типичных фрустрирующих ситуациях. Идея толерантности в имплицитной (неявной) форме всегда присутствовала в рассуждениях психиатров. Но ее четкое осознание и исследование может оказать значительную пользу как психологам, так и психотерапевтам и психиатрам. *Толерантность – это способность индивида противостоять данной фрустрирующей ситуации без искажения объективных особенностей ситуации.* Вполне понятно, что у одной и той же личности толерантность определенной потребности не находится постоянно на одном и том же уровне. Следовательно, гипотетически можно постулировать *существование зон низкой и высокой толерантности.* Толерантность различна не только для различных потребностей одной и той же личности, она различна также у различных типов личностей. Если взять нормальных, невротиков и психотиков, то можно сказать следующее: а) нормальные индивиды везде и при фрустра-

ции всех потребностей и мотивов имеют относительно высокий порог толерантности; б) психотики всегда имеют низкий порог толерантности; в) у невротиков низкий порог толерантности обнаруживается не во всех, а в определенных типах фрустрирующих ситуаций. Это связано с тем, что у них имеются психические комплексы, связанные с определенными потребностями и фрустрациями.

Процесс социализации в определенном аспекте представляет собой процесс формирования у личности толерантности к фрустраторам и стрессорам. Толерантность воспитывается с помощью «малых фрустраций», которым подвергаются дети, подростки и юноши. Такие ситуации могут оказать положительное влияние на развитие толерантности, если не расстраивают восприятие ситуации и деятельность, которую индивид в ней выполняет. Подобные *оптимальные дозы фрустрации* необходимы во всех процессах обучения, поскольку они становятся положительными побудителями процесса учения и развития. Если в первые годы жизни индивида сила фрустрации остается ниже оптимального уровня, то у него может образоваться низкий уровень толерантности. Такие личности в психологическом отношении остаются недостаточно зрелыми. В обиходной речи их называют избалованными и испорченными.

Когда же у ребенка фрустрации постоянно превышают оптимальный уровень, то у него могут образоваться зоны низкой толерантности (комплексы) и, следовательно, создается почва для появления нарушений психической активности и поведения. Психоналитики знали некоторые из подобных фактов, поэтому и смогли описать переходы от первичных ко вторичным функциям или, иначе, от принципа удовольствия к принципу реальности. Однако предпочтительнее использовать понятие «толерантность к фрустрациям», поскольку оно скорее носит количественный, а не дихотомический характер и создает определенные возможности для организации экспериментальных исследований. Иначе говоря, понятие «толерантность к фрустрациям» является более операциональным, тем те, которыми его можно было бы заменить. Психологи надеются, что в один прекрасный день мы сможем измерять коэффициент толерантности точно так же, как измеряем коэффициент интеллекта (IQ).

Процессы перевоспитания личности и психотерапии также в определенном аспекте можно считать такими, главной целью которых является формирование у личности толерантности. Пациенту или воспитаннику позволяется переживать маленькие дозы фрустрации до тех пор, пока сопротивляемость (резистентность) возрастает настолько, что зоны низкой толерантности исчезают.

Б. Два уровня фрустрации. – Здесь возникает следующая проблема: переживает ли человек состояние фрустрации до достижения фрустратором порога толерантности данного человека? Наш ответ положительный. Но, вместе с тем, мы считаем, что существуют количественные и качественные различия между фрустрацией личности *до* достижения силы фрустратора порогового уровня, и *после* перехода (превышения) этого порога. По-существу, мы имеем два уровня фрустрации, которые можно назвать, соответственно, *допороговым* и *послепороговым* уровнями. Условно допороговые фрустрации можно назвать *нормальными*, а послепороговые – *патологическими (аномальными)*.

Поскольку между этими уровнями существуют различия по интенсивности фрустрации, по ее значимости для личности, по характеру и видам ее ответов, можно предположить, что ее защитные ответные реакции на допороговые фрустраторы должны отличаться от тех, которыми она отвечает на послепороговые (постпороговые) фрустраторы. Об одном из этих различий мы уже говорили при определении порога толерантности: после перехода интенсивности фрустратора через этот порог психическая активность человека дезорганизуется.

По-видимому можно утверждать, что истинная фрустрация личности, вызывающая активность защитных мотивов и механизмов, начинается именно после перехода через порог толерантности. Приближаясь к этому порогу, человек думает: «Этого я больше терпеть не

могу». Подобное суждение мы бы назвали *психо-логикой порогового состояния* или *психо-логикой перехода через порог толерантности*.

Приближение порога толерантности переживается как невозможность далее терпеть воздействие фрустратора и особенно дальнейшее усиление его интенсивности. Но поскольку люди нередко продолжают терпеть и после этого, то можно выдвинуть следующие предположения: 1) порог толерантности – вероятно – динамическое явление, он меняется в процессе фрустрации; человек становится более или менее толерантным в самом процессе фрустрирования; 2) субъективное ощущение «невозможности больше терпеть» не совсем соответствует объективной толерантности личности (или группы лиц). (Вспомним в этой связи те сотни и тысячи предупреждений руководства Китая в адрес американцев, то и дело нарушавших воздушное пространство Китая в 50-е годы XX века. «Если это можно терпеть, то чего больше нельзя терпеть?», – нередко вопрошали китайцы, продолжая терпеть новые оскорбительные действия американцев).

Отсюда ясно, что субъективная психо-логика ощущения порога толерантности не совпадает (или не всегда совпадает) с объективной логикой поведения фрустрируемых лиц.

Одним из основных различий поведения человека в указанных двух этапах (или уровнях) фрустрации, по нашему мнению, заключается в том, что *после перехода интенсивности фрустратора через порог толерантности незащитные адаптивные механизмы становятся почти полностью неэффективными*. Более того, *начинается патологизация обычных защитных механизмов*. Эта гипотеза нам представляется очень важной, и ее следует обосновать эмпирическими фактами и новыми исследованиями. Область психопатологии предоставляет нам огромное количество фактов, которые могут служить подтверждению нашей концепции. Можно предположить, что человек становится психически больным тогда, когда воздействующие на него внешние и внутренние фрустраторы: а) хронически превышают уровень его толерантности, и он отвечает на них дезорганизованным поведением и патологическими защитными механизмами; б) когда эти фрустраторы и даже собственные ответы находятся вне его контроля.

В. Изменения порога толерантности. – В литературе отмечается, и мы тоже отметили, что порог толерантности не является фиксированной величиной: это переменная, зависящая как от личности, так и от ситуации. Одна и та же сила какого-либо фрустратора для одной личности в одной и той же ситуации может быть ниже порога толерантности, а для другой – выше. Или один и тот же человек в одной ситуации демонстрирует высокий уровень толерантности, а в другой – очень низкий.

В литературе говорится также о том, что уровень порога толерантности человека зависит как от прошлого опыта нахождения в сходных ситуациях, так и от того, какие события он предвидит в будущем. Когда сила фрустрации превосходит порог толерантности, появляются такие реакции, как бегство и агрессия (нападение). Эти формы поведения мы назвали двумя *адаптивными стратегиями* человека.

Значимость фрустратора, который всегда (в определенном аспекте) является информацией или ее носителем, также оказывает существенное влияние на величину порога толерантности. Многие годы тому назад психиатр А. М. Свядоц высказал мысль, что имеет значение не столько количество информации, полученное индивидом в данной ситуации, сколько ее семантическая сторона. «Поэтому, – написал он, – известие об измене мужа или насмешка по поводу внешности может явиться тяжелой психической травмой для одного, но не для другого»<sup>491</sup>. Значимым этот автор называет ту информацию, которая влияет на вероятность удовлетворения потребностей.

---

<sup>491</sup> Свядоц А. М. *Неврозы и их лечение*. М.: «Медицина», 1971, с. 7.



По аналогии с этим можно сказать, что *фрустрирующей является та информация, получаемая личностью в социальной ситуации, которая уменьшает вероятность удовлетворения потребностей*. Ясно также, что уменьшение вероятности и сила фрустрации зависят как от интенсивности потребностей и мотивов, так и от наличия в психике человека прочих потребностей, особенно таких, которые равноценны для личности. Таким образом, вероятностный подход также может быть полезным для понимания сущности фрустраторов, фрустрирующих ситуаций и порога толерантности личности.

Г. Экспериментальное определение порога толерантности. – Определение порога толерантности имеет сходство с определением порога чувствительности органов восприятия.

Порог терпения к фрустраторам и другим неприятностям (например, к электрическим ударам) в экспериментальных условиях определяется следующим образом: человека постепенно подвергают все более и более сильным болевым воздействиям, например – электрическим ударам. Вначале выбирают очень слабое воздействие (силу электрического напряжения), так что она едва ощущается человеком (т. е. совпадает с абсолютным порогом чувствительности); затем интенсивность воздействия постепенно увеличивается. При каждом воздействии испытуемого спрашивают о его ощущениях. Та сила раздражителя, при которой испытуемый сообщает, что ему очень неприятно, и он не может больше терпеть ее, считают его индивидуальным порогом терпения (толерантности).

Поскольку человек в различных ситуациях (в различных психических, эмоциональных состояниях, в условиях присутствия или отсутствия людей и т. д.) в разной степени терпим к неприятным, в том числе болезненным воздействиям, то его порог толерантности лежит в определенном интервале. (По-видимому, следует использовать понятия *объективной* и *субъективной шкал* раздражения и ощущений).

Следовательно, порог толерантности является не абсолютной, а статистической величиной. При воздействии различных фрустраторов или стрессоров и в различных объективных и субъективных условиях порог толерантности занимает ту или иную позицию (точку) на определенном (вероятностном) интервале.

## **§ 2. Низкая толерантность к фрустраторам: внутриличностные предпосылки**

Низкая толерантность может быть определена как сокращение допорогового периода (этапа) фрустрации, вследствие чего уже слабые фрустраторы приводят человека в интенсивно фрустрированное, послепороговое состояние.

Исходя из этой концепции рассмотрим несколько точек зрения на поведение человека с низким порогом толерантности, и те внутрипсихические условия, которыми это состояние обуславливается.

Зигмунд Фрейд и Анна Фрейд считали низкую толерантность равносильной готовности к панике и были убеждены, что она обусловлена тремя факторами: 1) признаками (сигналами) надвигающейся опасности, которую человек не в состоянии предотвратить; 2) отсутствием возможности действовать, когда опасность уже налицо; 3) потерей эмоциональных связей с любимыми людьми, уважаемыми лидерами или членами первичной группы (вследствие их смерти, отчуждения и т. п.), т. е. потерей людей, с которыми личность имела положительную идентификацию<sup>492</sup>.

Если налицо эти три условия, человек будет переживать состояние беспомощности. Он станет восприимчивым к мыслям людей, склонных к получению телесных повреждений.

---

<sup>492</sup> См.: Freud S. *Group psychology and the analysis of the ego*. London, 1957; Freud A. *The ego and the mechanisms of defense*. London, 1937, p. 66.

Создается впечатление, что у него есть склонность к смерти. Иначе говоря, он переживает состояние и процесс *психологического умирания*. Даже на слабые неблагоприятные воздействия такие люди отвечают неадекватно сильной реакцией, панически.

Вероятность панических реакций, таким образом, увеличивается тогда, когда человек в опасной ситуации лишен возможности действовать, находится далеко от своей семьи и других близких людей, или психологически отчужден от них. Очевидно, что устранение этих условий является способом предотвращения фрустрации, потери самоконтроля и панического поведения.

Общими условиями, облегчающими фрустрацию, являются: потеря личностью чувства безопасности и веры в свои силы, легкая ранимость. К такому устойчивому психическому состоянию человека могут привести систематические лишения и другие формы повторяющихся фрустраций. Если попытаться выразить эту мысль сжато, можно сказать: *систематические фрустрации и чувство беспомощности снижают уровень порога толерантности личности*.

Мы считаем, что толерантность личности к фрустраторам и фрустрациям заметнее всего уменьшается тогда, когда фрустратор блокирует активность, обусловленную психобиологическими и психологическими ритмами. Поскольку по этим ритмам между индивидами существуют заметные различия, то они по-разному чувствительны к одним и тем же фрустраторам ритмичной активности (например, смене сна и бодрствования и нарушениям этой обычной для человека периодичности).

### **§ 3. Механизмы толерантности (новая концепция)**

Толерантность или терпимость к фрустрациям – сложное психическое качество личности. На чем она основывается и каковы механизмы ее возникновения? Для исследования этого явления следует различать чувствительность (сензитивность) и толерантность.

Что касается чувствительности, то следует выделить, по крайней мере, три вида этого качества личности: 1) чувствительность органов восприятия (зрения, слуха и т. п.); 2) эмоциональная чувствительность личности; 3) чувствительность «Я» к разного рода отрицательным и положительным воздействиям.

Следовательно, можно выделить соответствующие виды толерантности личности: 1) перцептивная толерантность; 2) эмоциональная толерантность; 3) толерантность «Я» (и его Я-концепции).

Можно выдвинуть следующую *гипотезу*: для каждого из этих трех случаев уровень толерантности тем выше, чем выше соответствующий порог чувствительности.

Следует сказать, что когда на человека воздействуют сложные фрустраторы, все три вида чувствительности и соответствующие три вида толерантности выступают вместе. Так, если на человека воздействует шум и кто-то это делает нарочно, то появляется именно сложный психологический ответ. Фрустратор воздействует и на органы чувств, и на «Я», и вызывает эмоции.

Существуют и другие концепции толерантности кроме тех, которые изложены здесь.

### **§ 4. Воля как интегратор личности и основа толерантности**

Воля является интегратором характера личности. Кроме того, активность тех или иных черт характера зависит от того, на что направлена воля человека в настоящее время. Иначе говоря, воля активизирует те мотивы и черты характера, которые необходимы личности для осуществления целенаправленной деятельности.

Можно считать, что данная характеристика воли (раскрытие его основной функции, ее функциональная характеристика) позволяет раскрыть суть воли и ее связи с другими психическими явлениями.

Такое понимание воли в зачаточном виде было налицо у Аристотеля, который писал, что «... характер – это то, в чем обнаруживается направление воли; поэтому не изображают характера те из речей, в которых не ясно, что кто-либо предпочитает или чего избегает...». (Аристотель).

Безволие – это неспособность активации тех черт и мотивов, которые необходимы для целенаправленной деятельности.

Проблема воли и ее функций тесно связана с проблемой толерантности личности. Мы полагаем, что порог толерантности личности к фрустрациям зависит от состояния воли.

Кроме того, воля связана с *локусом контроля*. Мы полагаем (это наша *гипотеза*), что сильная воля характерна людям с преобладающим внутренним локусом контроля. Люди этого типа имеют мощную внутреннюю мотивацию и склонны опираться на собственные силы. Воля у них интегрирует эти мотивы, а также черты характера, сосредоточивая в одном направлении огромные количества психофизиологической энергии. Люди же с преобладающим внешним локусом контроля отличаются более слабыми волевыми качествами. У этих двух типов людей одноименные волевые черты имеют существенные психологические различия.

Что касается связи порога толерантности с волей, то мы полагаем, что наиболее высокий порог характерен людям с внутренним локусом контроля и сильной волей, с преобладающей внутренней мотивацией психической активности<sup>493</sup>.

Обсуждаемая в настоящем параграфе проблема важна также для этнической характеристики, поскольку уже получены данные о том, что этносы различаются по локусу контроля. Это означает, что выдвинутая выше гипотеза относится также к этническому характеру. Открываются интересные направления новых исследований.

## **§ 5. Далекая (долгосрочная) и короткая (краткосрочная) мотивация, и уровень фрустрируемости – толерантности личности**

Под «мотивацией далекой» понимают такие мотивы и цели человека, которые относятся к отдаленному будущему и являются источниками творческого отношения к выполняемой работе, дают человеку силы для борьбы с трудностями. А под «мотивацией короткой» понимают такие мотивы деятельности, которые ограничены только ближайшим будущим, не включаются в систему широких, принципиальных задач. При этом справедливо отмечается, что «короткие мотивы» создают такое «... отношение к деятельности, которое характеризуется отсутствием перспективы, узостью горизонта и пассивностью; малейшая неудача в этом случае может привести к разочарованию в работе и желанию ее сменить»<sup>494</sup>.

Говоря в терминах теории фрустрации и защитной адаптации, далекая мотивация, связанная с *идеальным Я*, делает человека более толерантным, защищенным перед возможными фрустрациями, в то время как «короткая мотивация» – (если она не сочетается с далекой мотивацией) – наоборот. Кстати, почти все индивиды, особенно в молодом возрасте, имеют как далекую, так и близкую мотивацию. Поэтому они могут быть менее толерантными в одном отношении (когда фрустрируются их «короткие мотивы») и более толерантными (когда фруст-

---

<sup>493</sup> Эту концепцию воли следует соединить с той теорией этого явления, которая предложена нами в книге «Психика, сознание, самосознание».

<sup>494</sup> Ломов Б. Ф. (соавтор). *Правовые и социально-психологические аспекты управления*. М., 1972, с. 142.

рируемые мотивы являются лишь частными аспектами далеких мотивов, или же к последним не имеют непосредственного отношения).

Таким образом, толерантность (и обратное качество личности – легкая фрустрируемость, ранимость) – явления избирательные. Одна и та же личность может быть толерантной к одним фрустрирующим воздействиям и чувствительной – к другим. Правда, мы вправе говорить также об общей толерантности личности.

Еще одной причиной такой избирательности является локализация притязаний в различных областях деятельности, выбор целей из различных сфер ценностей.

Таким образом, проблему избирательности восприимчивости к различным фрустраторам следует разработать с учетом классификаций мотивов, целей, ценностей и притязаний личности.

## **§ 6. Толерантность к фрустрациям и адаптированность**

Одна и та же ситуация может быть фрустрирующей для двух лиц, однако их реакции на нее могут быть существенно различными. Причина этих различий в значительной мере заключается в различной их толерантности. Есть люди с высокой степенью толерантности к фрустрациям, у других же, как мы знаем, порог толерантности очень низкий.

Как показали экспериментальные исследования, различия в толерантности к фрустрациям обнаруживаются уже у детей, причем они соотносятся с хорошей или плохой адаптированностью. В одном эксперименте детям предлагали тест интеллекта Стэнфорда-Бине. В этом тесте обычно вначале даются легкие задачи, но постепенно предлагаемые для решения задачи усложняются. Дети обычно без труда решают первые задачи, но трудные задачи им не удается решать.

Была выдвинута гипотеза, согласно которой для плохо адаптированных детей такое постепенное усложнение задачи является фрустрирующим фактором, и поэтому они должны собрать меньше баллов, чем в других (нефрустрирующих) условиях. Поэтому детей разделили на две группы – хорошо и плохо адаптированных. Половине членов каждой группы тест был предложен в обычной «фрустрирующей» форме, другой половине – трудные и легкие задачи давались смешанно. Вследствие этого после каждой неудачи дети могли решить легкую задачу и добиваться успеха.

В среднем хорошо адаптированные дети получили почти одинаковые результаты независимо от того, в какой форме давался тест, тогда как результаты плохо адаптированных резко различались в этих двух случаях: результаты были высокие при «нефрустрирующей» форме теста и значительно более низкие – при обычной «фрустрирующей» форме. Предполагается, что низкие результаты плохо адаптированных детей при «фрустрирующем» тесте обусловлены низким уровнем порога их толерантности<sup>495</sup>.

Специальными методами можно повысить порог толерантности детей. В одном эксперименте были выбраны 10 детей, которые вначале подверглись тестированию по шкале зрелости. Эти 10 испытуемых были выбраны по тому признаку, что у них уровень зрелости был ниже среднего и они в трудных ситуациях чаще и глубже фрустрировались, чем дети со средним или высоким уровнем зрелости.

После тренировки эти дети выполняли различные действия значительно лучше и даже лучше, чем зрелые, т. е. испытуемые показали более высокий уровень зрелости. Тренировка состояла в том, что экспериментаторы поощряли выполнение детьми простых заданий, упор-

---

<sup>495</sup> См.: Kagan J. and Havemann E. *Psychology: An Introduction*. New York a.o., 1976, p. 343.

ство в выполнении более трудных задач, внушали ожидание успехов, показывали, каким образом конструктивно и без помощи старших решать задачи<sup>496</sup>.

Различия порога толерантности у взрослых можно наблюдать и в повседневной жизни. Ценные сведения можно получить у заключенных концентрационных лагерей, участников войн и трудных экспедиций и т. п.

Истоки того или иного уровня толерантности к фрустрациям, как и истоки других важнейших свойств личности, следует искать в социально-психологических взаимоотношениях детских лет. Представляет интерес вывод американского психолога Д. Леви, который на основе анализа многочисленных случаев пришел к выводу, что материнская сверхпротекционизм по отношению к своему ребенку приводит у последнего к формированию низкого уровня толерантности к фрустрациям, а отсюда – и к патологичности переживаний<sup>497</sup>.

## § 7. Толерантность и фатализм (новые идеи и проблемы)

Проблема толерантности и ее порога имеют прямое отношение к проблеме фатализма личности. Однако, для того, чтобы указать на эту связь, вначале выделим два вида терпимости (толерантности) человека. Мы полагаем, что можно выделить, наряду с другими, следующие виды этого свойства личности.

1) *Пассивной толерантностью* мы называем то поведение человека, когда он пассивно ждет, чтобы условия его существования улучшились сами по себе или с помощью других, без приложения собственных усилий.

2) Под *активной толерантностью* мы понимаем следующее: человек выносит трудности и мучения, но одновременно активно работает для того, чтобы поскорее избавиться от воздействия стрессоров и фрустраторов.

Используя эти представления, рассмотрим соотношение толерантности и фатализма. Наша идея состоит в следующем: можно предположить, что *пассивное терпение и пассивная терпимость (как черта характера) являются выражениями фатализма*. Человек уверен, что от него ничего не зависит, и поэтому нет никакого смысла предпринимать какие-либо шаги для изменения существующего положения вещей.

Терпимость же противоположного типа личности (нефаталиста) имеет иной характер: это временное терпение, сочетаемое с активными усилиями по изменению ситуации. Это другой вид активности: нефаталистической, творческой и инициативной (проактивной, а не реактивной). Именно для этого случая можно сказать, *что терпеть – это не значит мириться с неприятной реальностью*. Тот, кто мирится со своим неприятным положением, теряет перспективу активной и самостоятельной деятельности. Нефаталист может временно терпеть лишения, но смирение, т. е. выражение готовности непрерывно и до конца терпеть такое положение вещей – это уже признак фаталистической слабости личности<sup>498</sup>.

## § 8. Порог толерантности при неврозах

В целом у невротиков более низкий уровень порога толерантности к фрустрациям и стрессам, чем у нормальных людей.

Р. Кэттел и Дж. Шайер исследовали данный вопрос на 201 невротиках и открыли отмеченную закономерность. Главными причинами низкой толерантности невротиков они считают «плохую структуру личности» и ненормальную эмоциональность. В то же время, имея чувство

---

<sup>496</sup> Kagan J. and Havemann E., *op. cit.*, p. 344.

<sup>497</sup> Levy D. *Maternal overprotection*. New York, 1943.

<sup>498</sup> Автор настоящих строк разработал психологическую теорию фатализма, которая изложена в еще не опубликованной монографии «Психология и логика фатализма».

неадекватности собственной личности, невротики воспринимают многие ситуации жизни в качестве угрожающих для себя; в то же время нормальные люди воспринимают сходные ситуации не так<sup>499</sup>.

У невротиков – очень высокий уровень ранимости по отношению к угрозам. Очень часто это выражается в том, что они боятся соперничества с другими людьми. Но когда все-таки они идут на соперничество, то, побеждая, излишне воодушевляются, а при поражении легко отчаиваются.

## § 9. Толерантная личность

Кого следует считать толерантной личностью, и какими способами усилить толерантность человека к фрустрациям и стрессам? Об этом многое уже сказано в предыдущих параграфах настоящей главы, но здесь мы решили предложить более систематизированно то, что об этом известно психологам.

Толерантными можно считать тех лиц, которые: 1) без труда находят пути преодоления или обхождения трудностей (блокад); 2) толерантны те, кто, фрустрируясь, без труда выдвигают перед собой новые, заменяющие цели (субституция). Именно обучая этим способам и можно усилить толерантность человека; 3) толерантен тот, кто умеет откладывать удовлетворение своих потребностей, когда на пути к осуществлению его целей возникают непреодолимые трудности и преграды (или такие, которые представляются ему таковыми).

В ходе дальнейших исследований необходимо углубленно исследовать каждый из названных пунктов и раскрыть те специфические механизмы, с помощью которых обеспечивается толерантность. Например, толерантные люди имеют высокий уровень самоконтроля. Однако самоконтроль – очень сложное явление, поэтому следует подвергнуть анализу ее структуру и выяснить, чем она обусловлена; это позволит углубить наше представление о природе толерантности.

То же самое относится к способности откладывать удовлетворение потребностей, которая является результатом длительного развития и созревания личности.

Есть еще один важный вопрос, который требует специального исследования. Вопрос этот следующий: кто легче фрустрируется: тот, у кого имеются сильные и плодотворные мотивы, или же тот, у кого слабые мотивы? И если фрустрация все же возникает, то у кого из них бывает более интенсивной и вызывающей ярко выраженные защитные действия?

Мы считаем, что толерантность к фрустрациям является одним из признаков психической зрелости личности. Она, безусловно, является сложным критерием.

## § 10. Об условиях снижения порога толерантности к фрустрациям

Когда человек подвергается сильным и повторяющимся фрустрациям, то порог его толерантности к сходным фрустраторам или их отдельным аспектам снижается. Например, если человек фрустрировался в кабине лифта, то после этого у него может образоваться фобия перед лифтами (или перед узкими пространствами вообще – это уже обобщение фобического страха). В более мягких случаях у такого человека в сходных ситуациях наблюдается ожидание неприятностей и тревога. Кажется, что в подобных случаях нарушается закон привыкания (габитации) к сходным ситуациям.

---

<sup>499</sup> См.: Cattel R. B. and Scheier J. H. *The meaning and measurements of neuroticism and anxiety*. New York: Ronald, 1961.

Такое беспокойство и предвидение новых фрустраций могут выражаться в изменениях голоса или в произвольных движениях. К подобным реакциям могут привести многие такие предметы и знаки, которые раньше были нейтральными.

Усиление чувствительности к определенным фрустраторам (что то же самое, что и снижение порога чувствительности) подлежит тщательному исследованию, поскольку, как мы полагаем, именно с этого изменения и начинаются более глубокие изменения личности, во многих случаях завершающиеся образованием различных патологических черт и комплексов. Для проведения подобных исследований некоторые психологи предлагают использовать тест словесных ассоциаций, причем слова-раздражители должны быть взяты из множества тех слов, которые имеют отношение к прежним фрустрациям личности<sup>500</sup>.

Нередко применяется другой вариант теста: испытуемому предлагается большой набор слов, с помощью которых пытаются обнаружить те сферы жизни, к которым он относится с беспокойством и с предосторожностью, или в связи с ними уже имеет фобии или комплексы. При этом можно получить также данные о тех защитных механизмах, которыми он пользуется при встрече с такими ситуациями (даже при предвидении таковых, прослушивая о них рассказы других людей и т. п.). С успехом можно применить также Тест тематической апперцепции (ТАТ) и другие проективные методы.

Обнаружено, что усиление чувствительности к определенным фрустраторам может способствовать принятию более правильных, часто также предварительных, решений. Но если тревога личности интенсивна, то психическая работа, в том числе когнитивная, может нарушаться. В частности, недееспособными могут оказаться те защитные механизмы, которые имеются в поведенческом репертуаре данной личности.

Одним из поведенческих признаков того, что человек фрустрирован или ожидает наступления фрустрации, является его усиленное стремление к общению с людьми вообще, но в особенности с такими людьми, которые, по его мнению, оказались в сходной ситуации. Вообще если фрустрация еще не успела дезорганизовать поведение человека, она может активизировать адаптивные механизмы, в том числе избирательное восприятие и процесс принятия решений. Интенсификации этих механизмов в значительной мере может способствовать получение по возможности более точной информации об ожидаемой ситуации. Это позволяет мобилизовать и подготовить нужные решения или способы преодоления фрустрации с использованием прежнего опыта и смягчает силу отрицательных эмоций. Об этом интересные данные получил американский психолог Р. Лазарус<sup>501</sup>. Данный вопрос требует новых исследований.

## § 11. Гедонизм и этапы развития толерантности

Если считать, что гедонизм человека сохраняется всю жизнь, то мы можем предположить существование этапов его возрастного изменения и развития. Нельзя думать, что гедонизм ребенка и гедонизм взрослого человека – это во всех отношениях одно и то же явление. Их психологическое ядро одно – стремление получить удовольствие и наслаждение, однако в процессе индивидуального развития меняются: а) объекты, выбираемые для получения удовольствия, б) виды удовольствия: начиная от чувственного наслаждения и до того тонкого удовольствия, которое человек получает от выполнения интеллектуального труда, творчества или оказания бескорыстной помощи другим людям.

Исходя из некоторых идей психоанализа можно выделить два этапа развития гедонизма и два соответствующих этапа развития толерантности к фрустрациям.

---

<sup>500</sup> См.: Janis I. L. a.o. *Personality. Dynamics, development, and assessment*. New York, 1968, p. 76.

<sup>501</sup> См.: Lazarus R. S. *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill, 1966; см. также: Janis J. L. *Personality. Dynamics, development, assessment, Chapter 6*.





таких фактов позволяет нам сделать вывод, что их причина – не столько внутренняя криминальная мотивация и воздействие неприятных внешних факторов (последние чаще выступают для них в роли поводов), сколько – снижение порога толерантности, которое наблюдается у определенной части стареющих людей. Приведенные ниже примеры взяты из еженедельника «Аргументы и факты», но для нас здесь важно не столько подробное и профессиональное описание фактов, сколько само явление.

1) *В Ленинском районе Подмосковья 74-летний старик убил своего 42-летнего сына. Оперативники установили, что между мужчинами часто вспыхивали ссоры. Отца не устраивал образ жизни сына: отпрыск не работал несколько месяцев подряд и беззастенчиво жил на пенсию родителя. Когда началась очередная перебранка, старик ударил сына кухонным ножом в живот. Мужчина скончался в больнице».*

2) *«В начале года в Подольском районе 59-летний пенсионер зарубил топором своего 44-летнего знакомого. Ссора произошла, как принято говорить, на бытовой почве, после совместного распития спиртных напитков. По этой же причине в начале мая в Серпухове 73-летний пенсионер зарезал 76-летнего друга, с которым общался не один десяток лет. Наутро убийца так и не смог рассказать оперативникам, что же именно побудило его взяться за нож...».*

3) *«Недавно в даче в Можайском районе 66-летняя москвичка зарубила топором своего мужа. После чарочки 72-летний мужчина потребовал от своей благоверной любви и ласки. Супруга отказала. Рассвирепев, отвергнутый муж схватился за топор. Пенсионерка сумела его опередить...»<sup>502</sup>.*

Б. Два варианта развития личности в старости. – Комментируя эти и другие примеры, Зураб Кекелидзе указал на два варианта развития личности в процессе старения: 1) у одной группы снижаются процессы торможения, у них меняется оценка степени опасности. «Из-за этого многие страдают излишней доверчивостью и превращаются в потенциальных жертв мошенников». 2) Второй вариант: в эту вторую условную группу включаются те лица преклонного возраста, которые становятся болезненно подозрительными и тревожными. Поэтому «Любое замечание они воспринимают как критику, любое резкое высказывание – как угрозу». Особенно болезненно воспринимают они любое покушение на их собственность – квартиру, пенсию и т. п. Поэтому все они очень часто переживают «обиды», что является признаком фрустрированности. На обиду же некоторые из них отвечают внезапными и неожиданными для других людей агрессивными действиями. А это означает, что порог толерантности у этих людей с возрастом снизился.

Подобные данные представляют интерес как для теории фрустрации и защитной адаптации, так и для юридической психологии. Последнее обстоятельство обусловлено тем, что изучение преступлений, совершаемых людьми преклонного возраста, убедительно показывает, что среди предпосылок и причин преступлений определенную роль играют внутриличностные факторы. Сами же такие лица обычно осуществляют ситуационные атрибуции и обвиняют других (например, жертву, которая провоцировала их).

---

<sup>502</sup> «Аргументы и факты» № 34, 2006 (Международное издание), очерк М. Медведевой «Старики-разбойники».

## Глава 58. Незащитная конструктивная адаптация

### § 1. Постановка вопроса

Как нетрудно видеть, в ходе жизнедеятельности индивидов и групп возникают многие проблемные ситуации, которые их не фрустрируют заметным образом и не вызывают стрессового состояния, но требуют выделения задач и их решения, т. е. адаптивных действий. В таких случаях защитные механизмы личности просто не активизируются, так как воздействующие факторы находятся в интервале интенсивности, занимающего допороговую часть толерантности. При обсуждении проблемы толерантности личности к фрустраторам и стрессорам мы уже указали на то, что в интервале допороговых интенсивностей (и значимостей) внешние и внутренние воздействия (и ситуации) требуют от личности *незащитного адаптивного поведения*. Это означает, что проблемная ситуация не требует от личности защиты и оправдания своего «Я», аргументации причин неудачи (которой еще нет), атрибуции вины внешним силам, регрессии и ухода от ситуации (так как она не стала фрустрирующей или стрессогенной) и т. п. От личности требуются конструктивные способы решения возникших проблем, часть которых вызвала к жизни она сама, по своему желанию.

Проблема незащитных адаптивных реакций и действий почти не разработана в указанном аспекте. Поэтому наше рассмотрение будет первым подходом к этой проблеме. Вместе с тем мы увидим, что так называемые «незащитные» (конструктивные) адаптивные механизмы под другими названиями уже изучались в различных разделах психологии. Вначале мы рассмотрим ряд научных проблем незащитной адаптации, после чего приведем целый ряд практических методов и рекомендаций, помогающих людям в таком (самом плодотворном) виде адаптации.

### § 2. Механизмы незащитной адаптации

Вкратце рассмотрим несколько индивидуально-психологических и социально-психологических явлений, которые, на наш взгляд, играют роль механизмов незащитной адаптации личности.

А. Уход из ситуации и адаптация. – Хотя очень часто говорят, что личность адаптируется в определенных ситуациях или к каким-либо условиям, однако всегда следует иметь в виду следующее обстоятельство: если у личности имеются такие цели, осуществление которых возможно в различных ситуациях, в различной степени благоприятствующих его целенаправленной активности, тогда, встречаясь с препятствиями в одной ситуации, она может просто уйти из этой неблагоприятной ситуации. Она может найти такую, в которой сможет успешно реализовать свои намерения. Это разумный, конструктивный уход без защитных процессов, тем более – патологизированных или персеверативных. Говоря проще, если в одной ситуации дела идут плохо, то вряд ли разумно остаться в ней и упорно продолжать свои бесперспективные попытки ее преодоления: если имеется другой выбор, им надо воспользоваться.

В проблемных ситуациях, скорее всего, можно говорить о внутренней адаптации личности, чем об адаптации к внешней реальности: поиск удобной внешней среды для конструктивной деятельности, адаптация среды к своим целям – это конструктивные способы адаптации, очень часто используемые как индивидами, так и социальными группами.

В свете этих замечаний можно лучше понять, например, механизм перемещения целых народов и более мелких субэтнических групп, например – русской колонизации без указаний правительства, которая привела к созданию Российской империи<sup>503</sup>.

О важности этой разновидности адаптации в психоаналитических понятиях писал также Г. Гартманн<sup>504</sup>.

Б. Ролевая незащитная адаптация. – Поскольку социальные проблемные ситуации обычно весьма сложны, одна и та же ситуация может вызвать как защитные, так и незащитные реакции и адаптивные действия. Для превращения защитной адаптации в незащитную (конструктивную) одним из эффективных средств является обучение человека таким ролям, которые снимают фрустрацию и способствуют сотрудничеству с другими людьми. Этот путь адаптации можно назвать *ролевой адаптацией*, и она играет значительную роль в обществе, поскольку предотвращает патологические и антисоциальные пути адаптации (и дезадаптации), предотвращает опасную психологическую регрессию и другие неблагоприятные линии изменения личности.

Не вызывает сомнения то, что выбор человеком механизмов защитной адаптации часто обусловлен не столько глубиной его фрустрированности, сколько незнанием способов ролевой незащитной адаптации. Обучение способам конструктивной адаптации – один из важнейших путей оздоровления личности и межличностных отношений. Научение и обучение социально адекватному поведению является средством адаптивного изменения поведения, хотя научение может привести также к неадаптивным изменениям поведения (когда человека обучают дезадаптивным формам поведения).

В. Изменение самооценки как адаптивный процесс. – Изменения самосознания – один из результатов успеха или неудачи в деле адаптации. Одни из этих изменений могут быть защитными, другие – противоположного характера. Для того, чтобы убедиться в этом, можно представить себе следующую (очень часто наблюдаемую) ситуацию: человек добился своей цели, т. е. успеха или большого успеха, к чему стремился давно. Это состояние диаметрально противоположно состоянию фрустрированности. Происходят ли у него адаптивные процессы в ответ на возникшую новую ситуацию жизни?

Ответ, безусловно, должен быть утвердительным. Ведь он должен привести свою самооценку в соответствие со своим новым статусом, приспособить к нему. И это есть типичный незащитный адаптивный процесс. Правда, при большом успехе человек переживает эвстресс, но вследствие этого у него должна активизироваться адаптивная реакция биологического характера (общий адаптационный синдром, ОАС), он, как правило, не нуждается в психологической самозащите (например, в рационализации, регрессии и т. п.), которая является ответом на лишения и блокаду деятельности. Правда, иногда возникает необходимость или потребность объяснения и даже оправдания большого успеха, и в таких случаях могут использоваться рационализации.

Г. Когнитивные незащитные адаптивные механизмы. – Хотя в уже описанных адаптивных процессах участвуют познавательные механизмы человека, все же целесообразно выделить ряд собственно когнитивных незащитных адаптивных механизмов. Многие из них описаны в трудах авторов, которые исследуют психический стресс и его последствия.

В трудах таких авторов, как Р. Лазарус, С. Коулмен и другие они описываются под названием механизмов овладения или преодоления (*coping mechanisms*). Обычно имеются в виду следующие механизмы:

1) *Логический и объективный анализ ситуации*. – Ситуация подробно анализируется для ее объяснения или разрешения. Проявляется объективность и «холодный» расчет. Примером

---

<sup>503</sup> См.: Лурье С. В. *Историческая этнология*. Москва: «Аспект Пресс», 1997, гл. XI.

<sup>504</sup> См.: Hartmann H., *op. cit.*, p. 200.

может служить случай, когда человек на своей машине едет на важное собрание, которое должен открыть сам, но попадает в «пробку», нервничает и т. п. Но он принимает верное решение: оставляет машину около дороги с запиской на ветровом стекле, что вернется через два часа, затем пешком идет некоторое расстояние, берет такси и вовремя успевает на свое мероприятие.

2) *Временное откладывание (putting aside) беспокоящих мыслей и чувств* и сосредоточение внимания на самой задаче.

3) *Исследование проблемы для нахождения или создания альтернативной ситуации.* – Иногда первое решение, принимаемое под впечатлением эмоций, бывает не самым лучшим. В таких случаях следует подавить свои эмоции и найти новое решение, создать новую ситуацию.

В целом принятие рационального решения без переживания фрустрации можно считать механизмом незащитной адаптации. Решения принимаются в проблемных ситуациях. Принятие решения, как адаптивный процесс, может быть двух видов: а) незащитное решение, рациональное, направленное на преобразование и снятие реальной проблемной ситуации без использования защитных механизмов; б) защитное (вернее – самозащитное) решение, направленное на сохранение ситуации, но с одновременным изменением ее восприятия, а также своего «Я». Фактически выбор одного из трех основных видов или стратегий адаптации есть процесс принятия решения.

4) *Обращение за помощью к другим.* – В необходимых случаях, когда решать возникшие проблемы только собственными силами невозможно, можно обращаться к помощи других людей: за советом; ради того, чтобы внимательно слушали и сочувствовали; с просьбой оказать помощь при решении определенной части задач, или оказать помощь в составлении плана действий. Поиск социальной поддержки – так можно назвать данный «механизм».

5) *Выражение собственных эмоций и осознание эмоций других.* – Нередко для адаптации целесообразно осознать собственные переживания и позволить другим, чтобы и они поняли их подлинный характер. Полезно сообщить другим, что мы переживаем из-за их действий. Полезно также сказать другим о том, как мы понимаем их чувства.

6) *Вера в то, что мы контролируем как свое поведение, так и наше окружение.* – Если у человека нет такой уверенности, он становится чувствительным к стрессу, тревоге и фрустрациям (т. е. порог толерантности снижается). Такая уверенность и предпринимаемые действия, направленные на реализацию своих целей, смягчает силу стресса и тревоги.

Очень помогает человеку в незащитной адаптации развитие и усиление внутреннего локуса контроля. То обстоятельство, что это помогает, можно проиллюстрировать следующим примером: те беременные женщины, которые обладают точными медицинскими сведениями о рождении ребенка, менее тревожны, чем незнающие и предубежденные женщины<sup>505</sup>.

Авторы, исследующие описанные выше способы адаптации, отмечают следующее важное обстоятельство: *в реальных жизненных ситуациях механизмы преодоления и защиты выступают совместно*; это особенно заметно в сложных ситуациях: во время острых дискуссий, природных катастроф и т. п. Они отмечают также, что во многих случаях, говоря о механизмах регрессии, отрицании, поиска альтернатив, логическом анализе ситуации и т. п., мы только даем названия весьма сложным явлениям, без их объяснения. Поэтому мы не получаем возможности предвидеть будущее поведение людей. Использование названий – штампов нередко препятствует подлинному пониманию волнующих людей проблем.

О когнитивных аспектах незащитной адаптации людей можно найти полезные сведения в трудах по когнитивной психологии, хотя их авторы обычно адаптивный аспект познавательных процессов не рассматривают<sup>506</sup>.

---

<sup>505</sup> См. об этих способах адаптации: Lazarus R. *op. cit.*; Grasha A.F. and Kirshenbaum D.S. *Psychology of Adjustment and Competence*. Cambridge (Mass.): Winthrop Publishers, 1980, pp. 260–262, и др.

<sup>506</sup> См.: Тихомиров О. К. *Психология мышления*. М.: Изд-во МГУ, 1984; Нейссер У. *Познание и реальность*, с. 118–119 и др.; Солсо Р. *Когнитивная психология*. СПб.: «Питер», 2002, и др.

### § 3. Другие способы незащитной адаптации

Перечисленные в предыдущем параграфе способы и механизмы незащитной адаптации вовсе не исчерпывают все богатство тех средств, которыми люди пользуются в реальной жизни, при преодолении проблемных ситуаций без переживания фрустрации.

Известно, что фрустрация имеет не только отрицательное, но и положительное влияние на психическую активность человека. Фрустрация и психическое напряжение приводят к тому, что внимание человек все больше и больше сосредоточивается на своем психическом состоянии, на своей мотивации. В результате этого фрустрированный мотив становится для человека еще более заметным и осознанным, в то время как остальные (конкурирующие) мотивы теряют свою силу. Второстепенные отвлекающие особенности ситуации отходят на периферию сферы сознания. В результате всех этих процессов привлекательность фрустрируемой цели усиливается. Появляется феномен, который образно выражают в изречении: «Трава зеленее по ту сторону забора»<sup>507</sup>.

Это общее следствие фрустрации является, по нашему мнению, в целом адаптивным, хотя все сказанное верно для случаев умеренной фрустрации. Но оно выражается в ряде специфических форм, которые являются незащитными адаптивными механизмами личности. Эти специфические формы поведения описаны в указанной литературе и ниже мы приводим их краткие описания. Но вначале напомним об общих когнитивных процессах, которые обеспечивают незащитную адаптацию личности.

1) *Выдвижение гипотез, принятие решений и адаптация.* – В теории адаптации следует развивать также следующий аспект: когда человек оказывается в проблемной ситуации, у него возникают гипотезы о возможных путях ее преодоления. Вычленение задач сочетается с выдвижением гипотез и, наряду с ними, с антиципацией возможных результатов. Протекает процесс принятия решений, включающий все упомянутые частные процессы: выявление и концептуализация проблемных ситуаций и задач, выдвижение альтернативных гипотез, их оценка и выбор наиболее оптимальной из них. (Я считаю, что оптимальность может иметь уровни). Т. о., в теории адаптации следует шире использовать достижения когнитивной психологии и психологии творчества.

2) *Усиление стремления.* – В определенных пределах усиление фрустрации (в виде блокады или конфликта) усиливает мотивацию и стремление человека к достижению своей цели. При этом мобилизуются резервы личности. Когда же нет блокады и фрустрации, деятельность выполняется индивидом спокойно, ее мотивация носит «периферический» характер. Усиление стремления к цели может носить характер *компенсации*. Это интересная проблема. Дело в том, что как только активность личности принимает компенсаторный характер, она начинает приобретать также защитный характер. Происходит переход от незащитной адаптации к защитной.

Усиление стремления и интенсификация активности человека нередко позволяют ему преодолеть блокаду или конфликты, силу фрустраторов вообще. Но если барьер слишком сильный и компенсаторные действия не приводят к успеху, должны задействоваться другие адаптивные способы и действия, что и наблюдается в реальной жизни.

3) *Изменение средств достижения цели.* – Если цель не достигается даже при условии описанного выше феномена усиления мотивации, то индивид может призадуматься над тем, были ли его прежние действия самыми целесообразными с точки зрения задачи достижения именно этой цели. При усилении мотивации и поиска новых путей достижения цели он может заметить такие особенности ситуации, которые не были им замечены в условиях умеренной мотивации. Исследования показали, что умеренное усиление напряжения всегда позволяет

---

<sup>507</sup> См.: Krech D., Crutchfield R. S. and N. Livson. *Elements of Psychology*. 2nd ed., New York: Alfred A. Knopf, 1969, p. 756.

найти новые пути, ведущие к цели. Но уровень напряжения не должен быть очень высоким. Именно в связи с этим можно говорить об оптимальной фрустрированности личности.

4) *Замена целей.* – Если даже усиленная мотивация не позволяет достигнуть поставленной цели и человек фрустрирован (одновременно переживая стресс), тогда у него остается другой выход: отказаться от прежней цели и заменить ее новой. В создавшейся ситуации это один из вероятных выходов, поскольку, как отмечается Д. Кречом и соавторами, усиленная мотивация делает для человека привлекательными даже такие объекты, с помощью которых он мог бы удовлетворить свою потребность, хотя при слабой мотивации они для него не обладают привлекательностью.

Примером может служить сексуальная мотивация. Если человек влюблен и стремится к обладанию очень привлекательной особи противоположного пола, то другие объекты для него могут стать неинтересными и непривлекательными. Однако фрустрация и усиление сексуальной мотивации приводят к тому, что для него объективно менее красивые представители противоположного пола могут стать привлекательными. *Усиление мотивации создает условия для замены (субституции) цели.*

Однако новая цель никогда не может быть идентичной прежней по своим качествам и уровню привлекательности. Поэтому полной замены никогда не бывает и всегда сохраняется некоторое напряжение. (Это, как понимает читатель, уже область когнитивного диссонанса и его последствий).

Явление субституции экспериментально исследовано Куртом Левиным и его последователями, а позднее – и представителями других психологических направлений<sup>508</sup>. Проблема ставилась следующим образом: если определенная активность личности блокируется, то какая другая деятельность может стать лучшей заменой? В школе Левина экспериментально показано, что когда определенная деятельность, например процесс решения задачи, остается незавершенным, у человека появляется *тенденция ее завершения*, как только возникают благоприятные для этого условия. Речь идет об известном эффекте Зейгарник.

Заменяющую ценность новой активности (the substitute value of a task) экспериментально проверила Мария Хенле (Mary Henle) с помощью простых опытов. Она предлагала испытуемому для решения четыре задачи по прохождению через лабиринт. При решении четвертой задачи она прервала испытуемого, после чего предлагала ему пятую задачу, которую испытуемый решал беспрепятственно. После этого она наблюдала: возвращается ли испытуемый к прерванной задаче с целью завершения ее решения. После проведения подобных опытов со многими людьми Хенле пришла к некоторым выводам. Вот они: 1) тенденция возврата наблюдается; 2) к прерванной задаче после решения пятой (дополнительной) задачи возвращалось тем больше испытуемых, чем менее сходными были прерванная и дополнительная (заменяющая) задачи (около 64 % испытуемых). При большом сходстве прерванной и дополнительной задач значительно меньше испытуемых высказало желание вернуться к прерванной задаче и завершить ее решение (около 25 % испытуемых); таким образом, «субституирующая» сила различных задач неодинакова; 3) субституирующая сила задачи тем больше, чем меньше временной интервал между моментом приостановки процесса решения задачи и моментом предъявления заменяющей задачи. Запоздываемая субституция очень мало влияет на силу тенденции возвращения к незавершенной задаче с целью завершения ее решения<sup>509</sup>.

Эти исследования позволяют расширить представления о видах незащитных адаптивных механизмов и о тех пределах (рамках), в которых они применимы для эффективной адаптации.

---

<sup>508</sup> См.: Lewin K. *A Dynamic Theory of Personality*. New York: McGraw-Hill, 1935.

<sup>509</sup> См.: Henle M. *An Experimental Investigation of Dynamic and Structural Determinants of Substitution*. – «Contributions in psychol. theory», 1942, 2, No. 3.

5) *Новое определение ситуации*. – Когда усиленная мотивация, изменение средств или замена целей не приводят к успешному разрешению конфликта и преодолению фрустрации, тогда в ситуации могут произойти более серьезные изменения. А именно: личность может дать ситуации новое определение, новую интерпретацию. Это новое определение может привести к тому, что те явления и факторы, которые, в данной ситуации были разрозненными или противоположными, теперь уже представляются совместимыми. Д. Креч и соавторы иллюстрируют это положение следующим примером: такие отдельные и конфликтующие желания человека, как самоутверждение и желание сохранить любовь к себе других людей, могут быть соединены в его усилении стать лидером группы, что приведет к удовлетворению обеих желаний<sup>510</sup>.

При таких переопределениях в ситуацию привносятся новые элементы, или же контекст воспринимаемой ситуации расширяется. Переинтерпретация может произойти либо очень быстро, в результате инсайта, либо постепенно, под воздействием повторяющихся фрустраций. Создаются альтернативные определения ситуации, и человек получает возможность выбора. Осуществление выбора в фрустрирующей ситуации является адаптивным действием.

Когда все эти конструктивные или, как мы считаем более правильным назвать, незащитные адаптивные механизмы, не устраняют фрустрацию, тогда напряжение усиливается. В такой ситуации применение таких механизмов уже приводит к обратным результатам: они еще больше нарушают целенаправленную деятельность личности. Например, еще большее усиление мотивации может привести к сосредоточению таких количеств энергии, которые не нужны для достижения данной цели, излишни. Чрезмерная мотивация и сверхсильные усилия нарушают координированность действий, из которых складывается деятельность. Эти факторы могут привести также к такому явлению, которое называют «когнитивной узостью». Оно состоит в том, что человек полностью сосредоточивает свое внимание на заблокированный путь или на недостижимую цель, поэтому теряет способность видеть другие пути или другие, заменяющие цели. Сверхсильная мотивация создает также интенсивные эмоции, которые нарушают рациональные психические процессы и разумный выбор, личность теряет контроль над собой и над ситуацией.

б) *Труд и творческая незащитная адаптация личности*. – По-видимому, следует считать, что наилучшим «механизмом» незащитной, здоровой и конструктивной адаптации личности в социальной среде является свободный, внутренне мотивированный труд. Это не новая идея, она встречается у многих мыслителей.

Из современных психологов касательно этой проблемы интересные мысли высказал Абраам Маслоу, один из видных представителей гуманистической психологии. Он писал о том, что только труд может быть средством полной актуализации личности, однако не всякий труд. «Индивид должен не только понимать необходимость дела, которому он служит, – избранное занятие должно личностью приниматься как способ приобщения к определенным ценностям и переживаться как часть своего «Я». Лишь сливаясь со своим трудом и в то же время забывая себя в нем, индивид развивает все свои потенциальные возможности, обретает умение противостоять неудачам и начинает функционировать на высшем уровне человеческого существования»<sup>511</sup>.

Здесь следует особо отметить мысль о том, что такой внутренне мотивированный труд помогает личности «противостоять неудачам», иначе говоря – усиливает ее толерантность к фрустрациям.

---

<sup>510</sup> Указ. соч., с. 757.

<sup>511</sup> Цит. по книге: Анцыферова Л. И. *Материалистические идеи в зарубежной психологии*. М., 1974, с. 343; см. также: Маслоу А. *Мотивация и личность*. Москва, Санкт-Петербург: «Питер», 2008.

## § 4. Социальные ценности, целеобразование и адаптация

Важным аспектом социализации личности является усвоение норм и ценностей общества. Человек выбирает свои цели из множества, иерархии усвоенных им ценностей и соответствующим образом организует свою деятельность. Целеобразование как процесс можно и следует исследовать и в его адаптивном аспекте: оно, как мы предполагаем, является преимущественно процессом конструктивной, незащитной адаптации.

Для понимания психологической природы процесса целеобразования необходимо знать природу ценностных ориентаций вообще, а также ценностных ориентаций конкретных лиц.

*Ценностная ориентация* определяется как устойчивое избирательное отношение личности к определенным социальным благам и идеалам социальных групп или общества в целом. У каждой личности, тем более у социальнопсихологически зрелого индивида, имеются свои определенные ценностные ориентации. (Кстати, природа этих ориентаций может стать одним из критериев социально-психологической зрелости или незрелости личности).

Можно предположить, что каждая личность с большой вероятностью выбирает свои цели из тех областей благ и идеалов, которые охватываются ее ценностными ориентациями. Поэтому, для того, чтобы воздействовать на процесс целеобразования, эффективнее всего изменять в нужном направлении ценностные ориентации личности.

Следует добавить, что ценностные ориентации можно считать *особыми типами установок*, а именно: такими установками, которые содержат не только известные компоненты (когнитивный, эмоциональный и конативный блоки), но и указывают на возможные цели личности. Можно дать им название *целевых установок*, поскольку они задают вероятные цели личности, спектр тех «ценностных полей», из которых личность с большой вероятностью выбирает свои цели.

Знание ценностных полей, целевых установок и осуществляющихся на их основе процессов целеобразования крайне важно для развития теории незащитной адаптации (как части общей теории социально-психологической адаптации личности и социальных групп)<sup>512</sup>.

Объекты (ценности), на которые ориентируется личность, вызывают интерес (как сознательный мотив), возбуждают различные потребности и даже создают новые (социогенные) потребности. Если считать ценностные ориентации особого типа установками, то их можно считать также сложными и наиболее устойчивыми мотивами-установками личности.

## § 5. Об одном принципиальном отличии незащитной адаптации от адаптации защитного характера

Незащитная адаптация отличается тем, что человек, оказавшись в проблемной и даже фрустрирующей ситуации, принимает решение о поступке (например, о том, как разрешить конфликт) и оказывается в ситуации когнитивного диссонанса. В такой ситуации он нередко готов признать и действительно признает свои ошибки и недостатки, то обстоятельство, что совершил неправильный выбор, что сам является виновником своей фрустрации и т. п. Он готов снизить уровень своей самооценки, так сказать, «испортить свой социальный Я-образ». Это конструктивный подход к возникшей ситуации. Он позволяет трезво пересмотреть собственное решение, а если возможно – отказаться от уже совершенного выбора и осуществить новый выбор цели, способов деятельности, мотива и т. п.

---

<sup>512</sup> Эти теории изложены, хотя и не так подробно как здесь, в следующих наших уже опубликованных книгах: Налчаджян А. А. *Социально-психическая адаптация личности*. Ереван: Изд-во АН Арм. ССР, 1988; его же: *Психологическая адаптация*. Москва: «ЭКСМО», 2010.



Человек, осуществляющий незащитную адаптацию, в конфликтных и диссонансных ситуациях часто реализует такие стратегии, как раскаяние, пересмотр прежнего выбора и новый выбор, ужесточение своей позиции (настаивание на правильности своего выбора). Даже смятение – более конструктивное психическое состояние, чем применение многих защитных механизмов.

При защитной адаптации личность стремится, во что бы то ни стало, сохранить свою положительную самооценку (старается не испортить свой социальный Я-образ, «сохранить лицо») и искажает объективную реальность. Она применяет такие защитные механизмы, как самообман, дискредитацию различных вариантов, вытеснение, подавление и т. п.

Поэтому без существенного упрощения положения дел можно сказать, что *незащитная адаптация имеет место тогда, когда защита своей Я-концепции не является основной целью личности; она преследует конструктивные цели, в то время как при защитной адаптации главная ее забота – это защита Я-концепции и таких ее подструктур, как социальный Я-образ, самооценка и т. п.*

При этом есть основание для утверждения, что незащитная адаптация, как психический процесс, регулируется в первую очередь и преимущественно со стороны идеальной Я-концепции личности. В этом смысле заслуживает внимания следующее замечание Столина: «При первом типе самосознания (когда человек осознает и признает свои поступки. – А. Н.) личность с помощью поступков, реализующих признаваемую ею мотивационную структуру (идеальное «Я»), старается заслужить у самой себя позитивное отношение к себе»<sup>513</sup>.

Наличие четко структурированного идеального «Я» является, таким образом, одним из условий преимущественного выбора – даже в острых конфликтных ситуациях – таких мотивов, целей, действий, ролей и т. п., осуществление которых позволяет реализовать идеальное Я, т. е. сблизить реальный и идеальный Я-концепции личности: не просто защита реальной Я-концепции, а его сближение с идеальной Я-концепцией с помощью конструктивных решений и продуктивных действий.

Такой же вопрос можно поставить и относительно защитной адаптации: какой Я-образ или какая Я-концепция личности преимущественно регулирует защитно-адаптивное поведение личности? Мы полагаем, что регуляция такого поведения осуществляется с помощью реального Я (при условии слабо развитой идеальной Я-концепции).

Эти идеи, при условии их эмпирического подкрепления, могут не только значительно углубить теорию социально-психической адаптации личности; они могут стать базой для создания новой типологии личностей. Предварительно можно выделить два общих типа: 1) такие личности, у которых преобладает незащитное адаптивное поведение; 2) такие личности, в психической активности которых преобладают защитные процессы.

## **§ 6. Изменение уровня притязаний – адаптивный процесс**

В классическом определении фрустрации отмечается основная характеристика этого явления: фрустрация – это блокада целенаправленной деятельности личности. Если, таким образом, фрустраторы направлены против целей личности и тех действий, с помощью которых она стремится к их достижению, тогда очевидно, что проблема фрустрации и адаптации имеет непосредственное отношение к *уровню притязаний личности*. Эта черта личности определяется тем, какие цели ставит она перед собой, какие трудности ей предстоит преодолеть на пути их достижения.

Из исследований уровня притязаний известно, что успех или неудача в деле достижения целей оказывает влияние на уровень притязаний личности. Общая закономерность сводится

---

<sup>513</sup> Столин В. В. *Самосознание личности*. Москва, 1983, с. 123.

к тому, что успех приводит к повышению уровня притязаний, а неудача, наоборот, к его снижению<sup>514</sup>.

Здесь мы не намерены более подробно исследовать проблему уровня притязаний, тем более, что этой проблеме посвящено немало новых исследований<sup>515</sup>. Наша идея выражена уже в заголовке настоящего параграфа: *изменение уровня притязаний личности является процессом незащитной адаптации*. Личность, подвергая изменениям данный аспект структуры своей личности и мотивации, адаптируется к внешним условиям и к своим собственным адаптивным способностям, поскольку ее успех или неудача зависят не только от внешних факторов. Неудача есть одновременно и новый фрустратор, и новый стрессор (сама являясь результатом фрустрации), и требует адаптивного поведения. Последнее может быть как защитным, так и вполне конструктивным процессом.

Мы считаем, что адаптивные функции присущи все трем основным вариантам выбора и изменения уровня притязаний, которые со временем могут приобретать характер устойчивых механизмов и даже стратегий адаптации. Речь идет о следующих вариантах: 1) снижение уровня притязаний делает выдвигаемые цели легко доступными и предотвращает новые фрустрации; это не только актуальная, но и превентивная защитная адаптация; 2) повышение уровня притязаний, его чрезмерность также имеет защитную функцию, поскольку неудача в достижении высокой цели является вполне естественным и ожидаемым результатом, она не унижает человека, такой неуспех легко оправдать. При этом латентно или явно личность пользуется механизмом социального сравнения; 3) выбор среднего уровня притязаний в меньшей степени играет роль защитного механизма; это скорее всего незащитный, вполне разумный, конструктивный механизм адаптации личности.

Ясно, что данный аспект теории адаптации можно расширить на основе более обширных эмпирических данных.

## § 7. Превентивные незащитные адаптивные механизмы

Незащитные (конструктивные) адаптивные механизмы, как и следовало ожидать, используются не только для адаптации при уже наступившей проблемной стресс-фрустрирующей ситуации, но и в тех случаях, когда наступление такой ситуации только предвидится. Человек или группа готовятся к встрече с такой ситуацией и совершают целый ряд превентивных действий: увеличивают свои ресурсы и способности адаптации; приобретают новые знания, навыки, умения социального общения и т. п. Примером может служить подготовка человека к войне<sup>516</sup>.

Автор настоящих строк еще многие годы назад высказал мысль о существовании предварительных защитно-адаптивных процессов. Здесь нам бы хотелось выдвинуть следующую новую проблему: предвосхищающие и превентивные ответы на стресс, фрустрацию и стресс-фрустрацию могут иметь различия, которые предстоит исследовать.

Индивид или группа, предпринимая превентивные меры, планируя свои будущие действия, могут не только готовиться к преодолению проблемной ситуации: в некоторых случаях удается даже предотвратить наступление стресс-фрустрационных факторов и ситуаций. Фактически с момента начала предвидения будущего стресса или фрустрации до реального их наступления происходит активное взаимодействие индивида (или группы) и среды. Поэтому

---

<sup>514</sup> См.: Мейли Р. Структура личности. – В кн.: Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. Вып. V. М.: «Прогресс», 1975, гл. XVII, § 4.

<sup>515</sup> См., например: Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Т. 1, Москва: «Педагогика», 1986, с. 227–229.

<sup>516</sup> См.: McGrath J. Social and Psychological Factors in Stress, p. 25; Lazarus R.S. Psychological stress and coping process. New York: McGraw – Hill, 1966.

прав Дж. Мак Грат. когда утверждает, что для понимания стресса и его преодоления необходимо исследовать динамику взаимодействия субъекта со средой<sup>517</sup>.

Но процессы адаптации, которые Лазарус назвал преодолением (coping), имеют место *не только до и во время наступления стрессогенной ситуации, но и после этого*. С помощью таких действий индивид или группа стремятся устранить как стрессор (и фрустратор), так и последствия их воздействия.

При исследовании этих явлений в социальных ситуациях, например, в организациях, трудовых коллективах, семьях и т. п. нетрудно видеть, как много делается людьми для *предотвращения* конфликтов, т. е. потенциальных стрессоров и фрустраторов. Здесь и распределение пространства между членами группы, и распределение объектов, имеющих функциональное значение, распределение прав и обязанностей, социальных ролей, власти и полномочий и т. п. Те, кто выработал для себя альтернативные методы разрешения конфликтов еще до их наступления, и знают, как надо действовать во время конфликтов, при наступлении таких ситуаций переживают лишь слабый стресс и фрустрацию.

Когда мы говорим о защитно-адаптивных комплексах и стратегиях, то имеем в виду именно это<sup>518</sup>. Здесь мы можем добавить еще одно утверждение (гипотезу), а именно: степень вооруженности личности определенными адаптивными механизмами, комплексами и стратегиями и составляет то, что можно назвать *адаптивными способностями* (или адаптивным потенциалом) личности. Некоторые идеи об этом мы уже выдвинули в только что упомянутых монографиях, но эту гипотезу в дальнейшем можно разработать более подробно, поскольку она конкретизирует проблему адаптивных способностей и потенциалов, создавая предпосылки для их исследования эмпирическими методами.

Отметим одно существенное различие, замеченное МакГратом. Он предлагает разделить две разновидности поведения по предварительному преодолению стресса: а) *предвосхищенное преодоление* (anticipatory coping): это подготовительные действия, необходимые для предотвращения нежелательных последствий будущей стрессовой ситуации. (Например, человек не может предотвратить землетрясение, но может принимать определенные предварительные меры: сейсмостойкое строительство, обучение населения способам самозащиты и т. д. для уменьшения его разрушительных последствий); б) *превентивное преодоление* (preventive coping): целью таких действий является предотвращение появления самих стрессоров (стрессогенных обстоятельств). Например, если бы человек мог, совершая определенные действия, предотвратить землетрясение, его действия были бы превентивными (предотвращающими). Тот, кто считает, что молитва поможет предотвратить катастрофу, по существу предпринимает превентивные действия. Если взять более реалистические случаи, то примером может служить следующий: в изолированных группах территориальное поведение служит для предотвращения межличностных конфликтов.

Идеи о территориальном поведении, как средства избегания стрессогенных ситуаций, следует развивать. При этом следует иметь в виду следующее замечание МакГрата: территориальное поведение служит также цели уменьшения межиндивидуальных контактов в ответ на уже возникший конфликт. В таких случаях различные проявления территориальности представляют собой скорее не бегством (escape), а избеганием (avoidance)<sup>519</sup>.

---

<sup>517</sup> McGrath J., *op. cit.*, p. 25.

<sup>518</sup> См.: Налчаджян А. А. Социально-психическая адаптация личности. Ереван: Изд-во АН Армении, 1988; его же: Психологическая адаптация. Москва: «ЭКМО», 2010.

<sup>519</sup> См.: McGrath J., *op. cit.*, p. 35.

## Часть седьмая. Этническая самозащита и характер

### Глава 59. Архаическая самозащита

#### § 1. Архаические защитные механизмы

А. Архаичность защитных механизмов. – Как и все остальные элементы и блоки культуры каждого народа, так и его психологическая культура, а в составе последней – культура психологической самозащиты, является историческим образованием. Она возникает еще в начале антропогенеза и этногенеза и меняется в ходе дальнейшей истории этноса. На различных этапах развития национальной культуры существовали различные системы психологических защитных механизмов, состоящие как из общечеловеческих, так и из этнически специфических защитных механизмов и их комплексов.

Поэтому, в соответствии с этапами истории каждого народа, можно выделить соответствующие системы защитных механизмов – архаических (в начале антропогенеза, расогенеза и этногенеза) – среднеархаичные – новые и новейшие. Во всяком случае есть такие защитные механизмы, которые возникли очень давно и использовались еще древнейшими людьми. Система защитных механизмов прогрессировала вместе с развитием интеллектуальной и эмоциональной жизни этноса. Появлялись новые механизмы, от некоторых архаичных механизмов приходилось отказываться, хотя бы на сознательном уровне и при публичной самозащите, и т. д.

Если это так, то у современного человека вполне возможна психическая регрессия к архаическим формам психологической самозащиты. Иначе говоря, существует (возможна) специфическая психическая и временная регрессия, в результате которой в психике человека актуализируются архаические защитные механизмы. Это специфическая *психозащитная регрессия*. Мы полагаем, что эта возможность очень часто реализуется у современных людей.

Поскольку до наших дней еще сохранились как действительно архаичные этносы, так и т. н. реликтовые этносы (термин Л. Гумилева), которые завершили полный цикл своего развития, то у нас все еще есть возможность исследования архаических защитных механизмов путем регистрации защитных процессов таких народов.

Кроме того, архаические формы психологической самозащиты латентно продолжают существовать в бессознательной и подсознательной сферах психики и в культуре современных цивилизованных народов, а в некоторых стратах общества – в явном виде, в повседневной психической жизни и поступках.

Б. О каких архаических защитных механизмах идет речь? – Что это за архаические защитные механизмы? Что мы знаем сегодня о них? Поскольку собственно психологическое исследование этих явлений находится еще в начале пути, то мы знаем о них немного. Так, мы считаем, что архаичными являются: а) чувство собственного всемогущества и те действия и поступки, которые от него исходят; б) мания величия и др.<sup>520</sup>

Но архаическими защитными механизмами являются также идущие еще из древнейших времен ритуалы (например, ритуалы уничтожения), целью которых было освобождение людей от параноидальных страхов.

---

<sup>520</sup> О них говорят, например, психоисторики; см.: ДеМоз Л. *Психоистория*. Ростов н/Д: «Феникс», 2000, с. 361; см. также в трудах этнологов: Тайлор Э. *Первобытная культура*; Фрэзер Дж. Дж. *Золотая ветвь*, и др.

Этнологи описали наличие подобных архаических защитных механизмов у аборигенов Австралии и у других этносов, живущих (при первой встрече с ними) как бы в каменном веке.

## § 2. Новые проблемы

В связи со сказанным можно выдвигать ряд новых проблем, которые предстоит исследовать в данном разделе науки о психологической самозащите.

1) Необходимо выяснить, когда возникали и какими были у древних людей такие защитные механизмы, как проекция, регрессия, агрессия, атрибуция, рационализация и другие. Исследование этой проблемы на основе анализа соответствующих культурологических, этнологических, исторических и других фактов может привести к созданию новой и важной области *палеопсихологии*.

2) Другая задача (и направление исследований) – это сравнительное исследование архаических защитных механизмов с теми защитными механизмами, которые возникают у детей в первые годы их онтогенетического психического развития. Не повторяет ли и в этом случае онтогенез (в сжатом виде) то, что имело место в раннем антропогенезе и на начальных этапах расогенеза и этногенеза? Нельзя ли сформулировать – по аналогии с известным *биогенетическим законом* – также *психогенетический закон*?

3) Третья проблема – это необходимость раскрытия архаических психологических механизмов, в том числе механизмов психологической защиты, в сновидениях, в которых психологи уже заметили магические и сказочные формы познания и переживания.

4) Наконец, еще одна проблема: регрессия этнической самозащиты у тех народов, которые переживали сильнейшие фрустрации и стрессы. Речь идет, например, о регрессивной (архаической) этнической самозащите у тех народов, которые пережили этноцид.

## § 3. Беспомощность и воспроизведение архаических защитных механизмов

Здесь мы считаем возможным предложить два утверждения, которые подлежат дальнейшему исследованию.

1) В каждом защитном процессе личности, социальной группы или этноса наблюдаются определенные архаические черты.

2) В состоянии беспомощности архаические защитные механизмы воспроизводятся с особой легкостью. Иначе говоря, состояние беспомощности создает психологическую готовность воспроизведения тех архаических механизмов, которые латентно хранятся в психике людей или в культуре народа.

3) Особенно много архаики в патологических синдромах и психических процессах психотиков и невротиков. Это, конечно, следует демонстрировать на клинических случаях)<sup>521</sup>.

---

<sup>521</sup> Вопросы этнической психологической самозащиты нами изложены в отдельной монографии. См.: Налчаджян А. А. *Этнопсихологическая самозащита и агрессия*. Ереван: «Огебан», 2000.

## Сводная библиография (для томов 1–2)

- Андреева Г. М. Социальная психология. Москва: “Аспект Пресс”, 1999.
- Анциферова Л. И. Материалистические идеи в зарубежной психологии. М., 1974.
- Аронсон Э. Общественное животное. Введение в социальную психологию. М., «Аспект Пресс», 1998.
- Аронсон Э., Уилсон Т., Эйкерт Р. Социальная психология. Психологические законы поведения человека в социуме. СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002.
- Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. Москва, 2000.
- Банищikov В. М., Невзорова Т. А. Психиатрия. М., 1969.
- Банищikov В. М., Короленко Ц. П., Давыдов И. В. Общая психопатология. М., 1971.
- Бассин Ф. В. Проблема бессознательного. М., 1968.
- Бассин Ф. В., Рожнов В. Е., Рожнова М. А. Психическая травма (к современному пониманию ее природы и общих принципов ее психотерапии). В кн.: Руководство по психотерапии. 2-е изд.; Ташкент: Изд-во «Медицина» Уз. ССР, 1979.
- Беккер Г., Босков А. Современная социологическая теория. М., 1961.
- Берковиц Л. Агрессия. СПб., «Прайм – ЕВРОЗНАК», М., «Олма – Пресс», 2001.
- Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: «Прогресс», 1986.
- Бессознательное. Природа, функции, методы исследования. Т. 1–3, Тбилиси, «Мецниереба», 1978–1979.
- Брюно П. Психоанализ и антропология. Проблемы теории личности. – В кн.: Клеман К. Б., Брюно П., Сэв Л., Марксистская критика психоанализа. М., 1976.
- Буль П. И. Гипноз в клинике внутренних болезней. Л., 1968.
- Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб.: «Питер», 1997.
- Вердербер Р., Вердербер К. Общение. СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.
- Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений. М., 1976.
- Вольперт И. Е. Сновидения в обычном сне и гипнозе. Л., 1966.
- Гибш Г., Форверг М. Введение в марксистскую социальную психологию. Москва: «Прогресс», 1972.
- Гришина Н. В. Психология конфликта. Санкт-Петербург: «Питер», 2000.
- Кон И. С. Открытие «Я». М.: «Политиздат», 1978.
- Гилл М. Гипноз как измененное и регрессированное состояние сознания. – В сб.: Бессознательное. Природа, функции, методы исследования. Т. 2. Тбилиси, «Мецниереба», 1978, с. 152–161.
- Грановская Р. М. Элементы практической психологии. Ленинград, 1984.
- Гринберг Дж. Управление стрессом. Москва, СПб.: «Питер», 2002.
- Гумилев Л. Н. Древняя Русь и Великая Степь. М.: «Мысль», 1989.
- Додонов Б. И. Эмоция как ценность. М.: «Политиздат», 1978.
- Захаров А. И. Психологические особенности восприятия детьми роли родителей. – «Вопросы психологии», 1982, № 1.
- Зимбардо Ф., Ляйтне М. Социальное влияние. СПб., «Питер», 2000.
- Изард К. Эмоции человека. М.: Изд-во МГУ, 1980.
- Изард К. Психология эмоций. СПб.: “Питер”, 2003.
- Ильин Е. П. Эмоции и чувства. СПб.: “Питер”, 2007.
- Инкельс А. Личность и социальная структура. – В сб.: Социология сегодня. М., 1965, с. 271–301.
- Каган М. С. Человеческая деятельность (опыт системного анализа). М.: «Политиздат», 1974.

- Кант И.* Собрание сочинений в шести томах. Т.6, М.: «Мысль», 1966.
- Касаткин В. Н.* Теория сновидений. Ленинград: «Медицина», 1982.
- Китаев-Смык Л. А.* Психология стресса. М.: «Наука», 1983.
- Китов А. И.* Психология управления. М., 1979.
- Кокс Т.* Стресс. Москва: «Медицина», 1986.
- Кокс Т.* Стресс. М.: «Медицина», 1981.
- Коломинский Я. Л.* Психология детского коллектива. Минск: «Народна асвета», 1984.
- Кон И. С.* Психология юношеского возраста. М.: «Просвещение», 1979.
- Конфликтология. *Под ред. А. С. Кармина.* СПб.: Изд-во «Лань», 1999.
- Костандов Э. А.* Функциональная асимметрия полушарий мозга и неосознаваемое восприятие. М., 1983.
- Костандов Э. А.* Восприятие и эмоции. М., 1977.
- Крайг Г.*, Психология развития. СПб., «Питер», 2001.
- Крэйн У.* Теории развития. Секреты формирования личности. СПб., «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002.
- Краткий психологический словарь. *Составитель Л. А. Карпенко.* Под общей редакцией А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1985.
- Краткий психологический словарь. Под общей редакцией А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского. М., 1985.
- Кузнецов О. Н., Лебедев В. И.* Психология и психопатология одиночества. Москва: «Медицина», 1972.
- Курицин И. Т.* Критика фрейдизма в медицине и физиологии. М. – Л.: «Медицина», 1965.
- Лабиринты одиночества. Пер. с англ., Составитель Н. Е. Покровский. Москва: «Прогресс», 1989.
- Левин-Строс К.* Печальные тропики. Москва: «Мысль», 1984.
- Левитов Н. Д.* О психических состояниях человека.
- Левитов Н. Д.* Психические состояния как предмет исследования в социальной психологии. – В сб.: «Проблемы социальной психологии». Материалы Всесоюзного совещания 2–4 декабря 1969 г. М., 1976, с. 35–43.
- Леонгард К.* Акцентуированные личности. Ростов-на-Дону: «Феникс», 1997.
- Леонтьев А. Н.* Психологические основы дошкольной игры. – «Сов. педагогика», 1944, № 7–8.
- Линдبلاد Я.* Человек – ты, я и первозданный. Москва: «Прогресс», 1991.
- Литвак М. Е.* Предисловие к книге: Леонгард К. Акцентуированные личности. Ростов н/Д: «Феникс», 1997.
- Лурье С. В.* Историческая этнология. Москва: «Аспект Пресс», 1997, гл. XI.
- Лук А. Н.* Эмоции и личность. М., 1982.
- Лурия А. Р.* Маленькая книга о большой памяти (Ум мнемониста). М.: Изд-во МГУ, 1968.
- Майерс Д.* Социальная психология. СПб.: «Питер», 1997.
- Макклелланд Д.* Мотивация человека. Москва, СПб.: «Питер», 2007.
- Маслоу А.* Самоактуализация. – В сб.: Психология личности. Тексты. Москва: Изд-во МГУ, 1982, с. 108–117.
- Маслоу А.* Мотивация и личность. Москва, Санкт-Петербург: «Питер», 2008.
- Меграбян А.* Общая психопатология. Москва: «Медицина», 1972.
- Меграбян А.* Деперсонализация. Ереван «Айастан», 1962.
- Мейли Р.* Структура личности. – В кн.: Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. Вып. V. М.: «Прогресс», 1975, гл. XVII, § 4.
- Менинджер В., Лифт М.* Вы и психоанализ. М., 1998.

- Менинджер В., М.Лифт.* Психические механизмы. – В сб.: Самосознание и защитные механизмы личности... Под ред. Д.Я.Райгородского. Самара: «Бахрах – М», 2000, с. 525–526.
- Милграм С.* Эксперимент в социальной психологии. СПб., «Питер», 2000.
- Моравиа А.* Я и он. – «Иностранная литература», № 4, 1994, с. 185–186.
- Муздыбаев К.* Психология ответственности. Ленинград: «Наука», 1983.
- Мэй Р.* Проблема тревоги. Москва: “ЭКСМО-ПРЕСС”, 2001.
- Налчаджян А. А.* Некоторые психологические и философские проблемы интуитивного познания. М.: «Мысль», 1972.
- Налчаджян А. А.* Социально-психическая адаптация личности. Ереван: Изд-во АН Армении, 1988.
- Налчаджян А. А.* Личность, психическая адаптация и творчество. Ереван: «Луйс», 1980.
- Налчаджян А. А.* Этнопсихологическая самозащита и агрессия. Ереван: “Огебан”, 2000.
- Налчаджян А. А.* Этнопсихология. СПб., М.: «Питер», 2004.
- Налчаджян А. А.* Ночная жизнь. Психология сна и сновидений. М., СПб., «Питер», 2004.
- Налчаджян А. А.* Загадка смерти. Очерки психологической танатологии. СПб.: «Питер», 2004.
- Налчаджян А. А.* Атрибуция, диссонанс и социальное познание. Москва: «Когито-Центр», 2006.
- Налчаджян А. А.* Психология успеха с основами хитрологии. Рукопись.
- Налчаджян А. А.* Этническая педагогика. Рукопись.
- Налчаджян А. А.* Агрессивность человека. М., СПб., «Питер», 2007.
- Налчаджян А. А.* Психологическая адаптация. Москва: “ЭКСМО”, 2009.
- Налчаджян А. А.* Генезис защитных механизмов. Рукопись.
- Налчаджян А. А.* Господство и подчинение. (Монография, рукопись).
- Налчаджян А. А.* Этническая виктимология и опыт психоистории этноцида. Ереван, 2011.
- Налчаджян А. А.* Психика, сознание, самосознание. Ереван, 2011.
- Налчаджян А. А.* Этническая характерология, т. 2 (рукопись). *Налчаджян А. А.* Когнитивная этнопсихология (монография, рукопись).
- Налчаджян А. А.* Власть, авторитет, лидерство (монография, рукопись).
- Нейссер У.* Познание и реальность. Москва: «Прогресс», 1981. *Нюттен Ж.* Мотивация. – В книге: *Фресс П., Пиаже Ж.* Экспериментальная психология. Вып. 5, с. 82–84.
- Обуховский К.* Психология влечений человека. Москва: “Прогресс”, 1972.
- Овчаренко В. И.* Психоаналитический глоссарий. Минск, 1994.
- Пейперт А.* Особенности деятельности мозга ребенка. М.: «Медгиз», 1962.
- Перлз Ф.* Эго, голод и агрессия. М., СПб.: «Смысл», 2000.
- Пиз А.* Язык телодвижений. Москва: «ЭКСМО», 2000.
- По Э.* Бес противоречия. – в сб.: Рассказы. Пер. с англ., М.: «Худ. лит.», 1980.
- Поринев Б. Ф.* Социальная психология и история. 2-е изд., Москва: “Наука”, 1979.
- Проективная психология. *Редакторы-составители М. Хьюстон и др.*, Москва: «Апрель Пресс», «ЭКСМО», 2000.
- Пресняков А. Е.* Лекции по русской истории. Т. 1, М., 1938; Т. 2, 1939.
- Психологические исследования творческой деятельности. *Под ред. О.К.Тихомирова.* М., 1975.
- Пушкин А. С.* Сочинения в трех томах. Т. 3. М.: «Художественная литература», 1986.
- Психоанализ. Популярная энциклопедия. *Сост. и научный редактор П. С. Гуревич.* Москва, 1998.
- Психотерапевтическая энциклопедия. *Под ред. Б. Д. Карвасарского.* СПб., 1999.



- Психологический словарь. *Под ред. В. В. Давыдова и др.*, М.: «Педагогика», 1983.
- Пушкин А. С. Сочинения в трех томах. Т.3. Москва: «Худ. литература», 1986.
- Пэнто Р., Гравитц М. Методы социальных наук. М.: «Прогресс», 1972.
- Райков В.Л., Тихомиров О.К. Гипноз как метод исследования бессознательного. – В сб. Бессознательное. Т.3, Тбилиси, «Мецниереба», 1978, с. 586–597.
- Розов А. И. Фантазия и творчество (к постановке вопроса). – «Вопросы философии», 1966, № 9.
- Руководство практического психолога. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы». Под ред. И. В. Дубровиной. М., 1997.
- Савенко Ю. С. Проблема психологических компенсаторных механизмов и их типология. – В кн.: Проблемы клиники и патогенеза психических заболеваний. Труды Московского НИИ психиатрии. Т. 68. Отв. редактор А. А. Портнов. М., 1974.
- Святоц А. М. Неврозы и их лечение. М. «Медицина», 1966.
- Селье Г. Стресс без дистресса. М., «Прогресс», 1979.
- Солсо Р. Когнитивная психология. СПб.: «Питер», 2002.
- Спрингер С., Дейч Г. Левый мозг, правый мозг. Москва: «Мир», 1983.
- Столин В. В. Самосознание личности. М., 1983.
- Терентьев Е. И. Бред ревности. Москва: «Медицина», 1991.
- Тихомиров О. К. Психология мышления. М.: Изд-во МГУ, 1984.
- Толстой Л. Н. Собр. соч. в 12 томах, т. 4, Москва, 1984.
- Толстой Л. Н. Собрание сочинений в 12 томах. Т. 3, Москва: Изд-во «Правда», 1984.
- Фейгенберг И. М. Мозг, психика, здоровье. М.: «Наука», 1972.
- Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. СПб. «Речь», 2000.
- Философский энциклопедический словарь. М., «Советская энциклопедия», 1983.
- Форчун Д. Психическая самозащита. Киев, 1995.
- Франкл В. Поиск смысла жизни в логотерапии. – В сб.: Психология личности. Тексты. Москва: Изд-во МГУ, 1982, с. 118–126.
- Фрейд А. Эго и механизмы защиты. – В кн.: Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа. Пер. с англ., Москва: «Апрель Пресс», «ЭКМО», 1999, с. 115–244).
- Фрейд З. Страх. М., 1927.
- Фрейд З. Толкование сновидений. СПб., 1913.
- Фрейд З. Психопатология обыденной жизни. М., 1925.
- Фрейд З. Психология масс и анализ человеческого «Я». М.: 1925.
- Фрейд З. Толкование сновидений. М., 1913.
- Фрейд З. Труды разных лет. Кн. 1. Тбилиси: «Мерани», 1991.
- Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. М. – Пг. Госиздат (без года); «Психологическая и психоаналитическая библиотека», Вып. VIII, с. 136.
- Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. М., 1989.
- Фрейд З. Очерк истории психоанализа. В книге: Фрейд З. Труды разных лет. Кн. 1, Тбилиси: «Мерани», 1991, с. 15–70.
- Фрейдджер Р., Фейдимен Дж. Личность. Теория, эксперименты, упражнения. СПб.: Прайм-Еврознак, 2001.
- Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М., «АСТ», 1998.
- Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Т. 1–2, Москва: «Педагогика», 1986.
- Хорни К. Невротическая личность нашего времени. – Собр. соч. в трех томах, Т.1. Москва: «Смысл», 1997, с. 272–488.
- Хорни К. Новые пути в психоанализе. – Собр. соч. в трех томах, Т. 2. Москва: «Смысл», 1997.
- Хьелл Л. и Зиглер Д., Теории личности. СПб.: «Питер», 1997.

- Чалдини Р., Кендрик Д., Нейберг С.* Социальная психология. СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002.
- Черток Л.* Гипноз (проблемы теории и практики, техника). М., 1972.
- Черток Л.* Непознанное в психике человека. М., «Прогресс», 1982.
- Шибутани Т.* Социальная психология. М.: «Прогресс», 1969.
- Шингаров Г. Х.* Эмоции и чувства как формы отражения действительности. Эзоп. Басни. Москва: «ЭКСМО», 2003.
- Эйдемиллер Э., Юстицкис В.* Психология и психотерапия семьи. СПб.: «Питер», 2007.
- Эккерман И. П.* Разговоры с Гете. Ереван: «Айастан», 1988.
- Эмоциональный стресс. Ленинград: «Медицина», 1970.
- Эмоциональный стресс и пограничные нервно-психические расстройства. Под ред. Г. К. Ушакова и Б. Д. Карвасарского. Ленинград, 1977.
- Эриксон Э.* Детство и общество. СПб.: «Речь», 2002.
- Юнг К. Г.* Проблемы души нашего времени. М., 1993.
- Abelson R. P. and J. C. Miller.* Negative persuasion via personal insult. – «Journal of exper. Social Psychology», 1967, 3, pp. 321–333.
- Adler A.* Heilen und Bilden. München, 1922.
- Adorno T. a. o.,* The Authoritarian Personality. Abridged ed., 1983.
- Alexander F.* Psychosomatic Medicine. Its Principles and Applications. New York, 1950.
- Alexander F.* The medical value of psychoanalysis. New York, 1932.
- Allport G.* Patterns and growth in personality. New York: Harcourt, Brace and World, 1961.
- Appley M. H. and Trumbull R.* Psychological Stress. New York: Appleton, 1967.
- Argyle M.* The Psychology of Interpersonal Behavior. London: Penguin Books, 1967.
- Atkinson J. W. and McClelland D. C.* The projective expression of needs. II. The effect of different intensities of the hunger drive on thematic apperception. – «Journal of exper. Psychology», 1948.
- Audi, Robert.* The Structure of justification. Cambridge Univ. Press, 1993.
- Barker R.G., Dembo T., Lewin K.,* Frustration and Aggression. An experiment with young children. Univ. Of Iowa Studies in Child Welfare, 1941, 18, No. 386.
- Barnette H.G.* Innovation. New York: MacGraw – Hill. 1953.
- Baron R., Byrn D.* Social Psychology. Understanding Human Interaction. 2nd Ed., Boston, 1977.
- Baron R. A., Byrn D. and H. Kantowitz,* Psychology: Understanding Behavior. Philadelphia, London, Toronto. 1977.
- Berelson B. and Steiner G. A.* Human Behavior. New York, Chicago. Harcourt, Brace and World, 1964.
- Bateson G. a. o.* Towards a Theory of Schizophrenia. – «Behavioral Science», 1, 1956.
- Baumeister R. F.* Public self and private self. New York: Springer-Verlag, 1986.
- Baumeister R. E. and Hutton L. G.* A self presentational perspective on group processes. – In: B. Mullen and G. R. Goethals (Eds.). Theories of group behavior. New York: Springer-Verlag, 1986.
- Berkowitz L.* Aggression. A Social Psychological Analysis. New York, 1962.
- Berkowitz L.* The judgmental process in personality functioning. – «Psychological Review», 1960, 67, pp. 130–142.
- Bettelheim B.* Individual and mass behavior in extreme situations. – «Journal of Abnormal and social Psychology», 1943, 38, pp. 417–452.
- Bindra D.* Motivation: A Systematic Reinterpretation. New York, 1959.
- Blum G. S.* Perceptual defense revisited. – «Journal of Abnormal and Social Psychology», 1955, 51, pp. 24–29.

- Blum G. S.* An experimental reunion of psychoanalytic theory with perceptual vigilance and defense. – «Journal of Abnormal and Social Psychology», 1954, 49, pp. 94–98.
- Bronfenbrenner U.* Freudian theories of identification and their derivatives. – «Child Development», 1960, 31, pp. 15–40.
- Brown R. and R. Herrenstein.* Psychology. London, 1975.
- Brown R.* Social Psychology. New York, 1966.
- Brown R.* Social Psychology. New York, 1986 (2nd ed.).
- Butcher H.J.* Human Intelligence.
- Buytendijk F. J. J.* The Phenomenological Approach to the Problem of Feeling and Emotions. – In: «Theories of Psychopathology. Essays and Critiques». Ed. by Th. Millon. Philadelphia and London, 1967.
- Cameron N.* Personality Development and Psychopathology. Bombay, 1969.
- Cattell R. B. and Child D.* Motivation and dynamic structure. New York: Halsted Press, 1975.
- Cattell R. B.* Principles of design in «projective» or misperceptive tests of personality. – In: H. H. Anderson and G. L. Anderson (eds.) A introduction to projective techniques. Englewood Cliffs (N.J.), 1951.
- Coché, E. H. E.* Psychologische Abwehrmechanismen und Gruppendynamische Prozesse. Bonn, 1968.
- Coleman J. C.* Abnormal Psychology and Modern Life. Chicago, 1964.
- Coping with Stress of Work.* Ed. by J. Marshall and G. L. Cooper. Aldershof: Hants, 1981.
- Danziger K.* Socialization. New York, 1978.
- Deci E. L.* Intrinsic Motivation. New York, 1975.
- Dunbar F.* Emotions and Bodily Changes. 4th Ed., New York, 1954.
- Dollard J. and Miller N. E.* Personality and Psychotherapy. New York: McGraw, 1950.
- Dollard J., Miller N., Doob L., Mowrer O. and R. Sears.* Frustration and Aggression. New Haven: Yale Univ. Press, 1964.
- Durkheim E.* Suicide. New York: Free Press, 1951.
- Eidelson L.* An Outline of a Comparative Pathology of the Neurosis. IUP, 1954.
- Eidelson L.* Studies in Psychoanalysis. IUP, 1948.
- Erikson E. H.* Childhood and Society. 2nd ed., New York, 1963.
- Eysenck H.* Facts and Fictions in Psychology.
- Farber L. H. and Ch. Fischer* An Experimental Approach to Dream Psychology through the Use of Hypnosis. – In: «Dreams and Dreaming». Ed. by S. C. Lee and A. R. Mayes. Harmondsworth (Mx.), 1973, pp. 132–143.
- Fenichel O.* The Psychoanalytic Theory of Neurosis. New York, 1945.
- Festinger L.* A theory of cognitive dissonance. Stanford (Calif.): Stanford Univ. Press, 1957.
- Freud S.* Gesammelte Werke, XIX.
- Freud S.* Three Essays on the Theory of Sexuality. SE, 7, 1953 (1905).
- Freud A.* The Ego and the Mechanisms of Defense. IUP, 1946.
- Freud A.* Das Ich und die Abwehrmechanismen. London, 1946
- Freud S.* On Narcissism: An Introduction». SE, 14, 1957.
- Freud S.* Repression. SE, 14, 1957 (1915).
- Freud S.* Instincts and Their Vicissitudes. SE, 14, 1957 (1915).
- Freud S.* The Ego and the Id. SE, 19; 42. 1961 (1923).
- Freud S.* Negation. SE, 19; 235–242, 1961 (1925).
- Freud S.* Inhibitions, Symptoms and Anxiety. SE, 20, 1959 (1926).
- Freud S.* Psycho – Analytic Notes on an Autobiographical Account of a Case of Paranoia (Dementia Paranoides)». SE, 12; 66; 1958.

- Freud S.* The Metapsychology of Instincts, Repression and the Unconscious. – In: «Theories of Psychopathology. Essays and Critiques». Ed. by Th. Millon. Phil. and London, 1967, pp. 145–149.
- Freud S.* Standard Edition of Freud's Works. T. XIX. London: Hogarth, 1957.
- Freud S.* Standard Edition of Freud's Works. T. XX. London: Hogarth, 1959.
- Freud S.* The Relation of the Poet to Day-Dreaming. – In: «On Creativity and the Unconscious. Papers on the Psychology of Art, Literature, Love, Religion», by Sigmund Freud. Ed. by Benjamin Nelson. New York, 1965.
- Freud S.* An autobiographical study. London: Hogarth, 1950.
- Friedman I.* Phenomenal, ideal and projected conceptions of self. – «Journal of Abnormal and Social Psychology», 1955, 51.
- Fromm E.* Escape from Freedom. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1941.
- Fromm E.* The Anatomy of Human Destructiveness. New York: Henry Holt and Co., 1992.
- Glueck S. and Glueck E.* Unraveling Juvenile Delinquency. Commonwealth Fund, 1950.
- Goethals R.G.* Understanding Social Psychology. Fourth Ed., Chicago (Ill.): The Dorsey Press, 1988.
- Grasha A.F. and Kirshenbaum D.S.* Psychology of Adjustment and Competence. Cambridge (Mass.): Winthrop Publishers, 1980.
- Hackett T.P. and Cassem N.H.* Psychological reactions to life – threatening illness: Acute myocardial infarction. – In: *H.S. Abram (Ed.)*, Psychological aspects of stress. Springfield (Ill.), 1970.
- Haigh G.* Defensive behavior in client – centered therapy. – «Journal of Consult. Psychol.», 1949, 13, pp. 181–189.
- Hall Calvin S. and Gardner Lindzey* Theories of personality. New York – London, 1957, pp. 494–495.
- Hartmann H.* Essays on Ego Psychology. IUP, 1964.
- Hartmann H.* Ego Psychology and the Problem of Adaptation. New York, 1958.
- Hendrick J.* Facts and Theories of Psychoanalysis. New York, 1966.
- Henle M.* An Experimental Investigation of Dynamic and Structural Determinants of Substitution. – «Contributions in psychol. theory», 1942, 2, No. 3.
- Henri A.F. and Short J.F.* Suicide and Homicide: Some economic, sociological, and psychological aspects of aggression. New York: Free Press of Glencoe, 1954.
- Holmes D.* Dimensions of projection. – «Psychol. Bull.», 1968, Vol. 69.
- Janis I. L.* Psychological Stress. New York: Wiley, 1958.
- Janis I. L., Mahl G. F., Kagan J. and Holt R.R.* Personality Dynamics, Development, and Assessment. Harcourt, New York: Brace and World, 1969.
- Jones E.* Rationalization in everyday life. – «Journal of Abnormal Psychology», 1908, 3, pp. 161–169.
- Jones E. E. and Berglas S.* Control of attributions about the self through self – handicapping strategies: The appeal of alcohol and the role of underachievement. – «Personality and Social Psychology Bulletin», 1978, 4(2), pp. 200–206.
- Jourard, Sidney M.* Personal Adjustment. An approach through the study of healthy personality. 2nd ed., New York, London: Collier – Macmillan, 1963.
- Hilgard E.R. a.o.*, Introduction to Psychology. New York, 1975.
- Horowitz M. J.* Image Formation and Cognition. New York, 1978.
- Hull C. L.* Principles of behavior. New York, 1943.
- Hymen H. H.* The Psychology of Status. – «Archives of Psychology», 1942, 38, No. 269.
- Kagan J.* The concept of identification. – «Psychological Review», 1958, 65, pp. 296–305.
- Kagan J. and Havemann E.* Psychology: An Introduction. New York a.o., 1976.
- Kanzer M.* Image Formation during free association. – «Psychoanal. Quartely», 27, 1958.
- Kelly G.A.* The Psychology of Personal Constructs. New York: Norton, 1955.

- Kernberg O.* Aggression in personality disorders and perversions. New Haven and London: Yale University Press, 1992.
- Kessler R. C. and Price R. H.* Social Factors in Psychopathology. – In: «Annual Review of Psychology», Vol. 36, 1985, pp. 531–572.
- Klein M.* The Psycho-Analysis of Children. HPI, 1949.
- Klein M.* Contributions to psychoanalysis, 1921–1945 (London, 1948).
- Klein M.* Notes on some Shizoid Mechanisms/ – «Int. Journal of Psychoanalysis», 1946. pp. 103 104.
- Kolditz T. A. and Arkin R. M.* An impression management interpretation of the self-handicapping strategy. – “Journal of Personality and Social Psychology”, 1982, 43, pp. 492–505.
- Krech D., Crutchfield R. S. and N. Livson.* Elements of Psychology. 2nd ed., New York: Alfred A. Knopf, 1969.
- Kübler-Ross E. and Magno J. B.* Hospice. Santa Fe (N.M.), 1983.
- Kübler-Ross E.* On death and dying. New York: Macmillan, 1969.
- Lawson R.* Frustration. The Development of Scientific Concept. New York: Collier-Macmillan Ltd., London, 1965.
- Lazarus R. S.* Psychological Stress and the coping process. New York: McGraw-Hill, 1966.
- Lazarus R. S.* Patterns of Adjustment. New York: McGraw-Hill, 1976.
- Lewin K.* Die Lösung Soziale Konflikte. Bad Nauheim, 1953.
- Lewin K.* A dynamic theory of personality. Selected Papers. New York, 1935.
- Lückert H. R.* Konflikt – Psychologie. Einführung und Grundlegung. München, 1957.
- Maier N. R. F.* Frustration: The Study of Behavior Without a Goal. N. Y.: McGraw – Hill, 1949.
- Mackal K. P.* Psychological theories of Aggression. Amsterdam, New York, Oxford. 1979.
- Madison P.* Freud's Concept of Repression and Defense, it's Theoretical and Observational Language. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1961.
- Mandler G.* Mind and emotions. New York: Wiley, 1975.
- Mandler G.* The interruption of behavior. – In D. Levine (Ed.), Nebraska symposium on motivation. Lincoln: University of Nebraska Press, 1975.
- Masserman J. H.* Principles of dynamic psychiatry. Philadelphia, Saunders, 1946.
- May R.* Meaning of Anxiety. New York: W. W. Norton, 1977.
- McGrath J.E. (Ed.).* Social and Psychological Factors in Stress. New York a.o., 1970.
- Merton R. K. and A. S. Kitt.* Contributions to the theory of reference group behavior. – In: R.K.Merton and P.F.Lazarsfeld (Eds.). Continuities in social research: Studies in the scope and method of the American soldier. Glencoe (Ill.): Free Press, 1950.
- Milgram S.* Obedience to authority. New York, 1974.
- Miller N. E.* Frustration – Aggression Hypothesis. In: *Lawson R.*, Frustration, pp. 72–76.
- Miller Neal.* The Frustration – Aggression Hypothesis. – «The Psychological Review», 1941, 48, pp. 337–342.
- Mourer O. H.* Identification: a link between learning theory and psychotherapy. In: *Mourer O. H.* Learning theory and personality dynamics. New York, 1950.
- Murray H. A.* Studies of stressful interpersonal disputations. – «American Psychologist», 1963, 18, 28–36.
- Murray H.* Thematic apperception test. Manual. Cambridge, 1943.
- Murstein B.J. and Pryer R.S.* The concept of projection: a review». – «Psychol. Bulletin», 1959, 56, pp. 353–374.
- Oswald I.* Sleeping and Waking. Amsterdam, New York, 1962.
- Parsons T. and Schils E.* Toward a general Theory of Action.
- Penrose L.* Some Psychoanalytical Notes on Negation». Int. Psa, 8, 1927.

- Plutchik R.* The Emotions. Facts, Theories, and a New Model. New York: Random House, 1962.
- Quarantelli E. and Dynes R.* When disaster strikes. – «Psychology Today», 1972, 5(9), pp. 66–70.
- Reich W.* Character Analysis. New York: Oregon Institute Press, 1949.
- Robinson J. H.* The mind in making. New York: Harper, 1921.
- Rosenzweig S. A.* General Outline Of Frustration. – In: «Character and Personality», 1938, 7, pp. 151–160.
- Ryan W.* Blaming the victim. New York: Pantheon, 1971.
- Sampson E. E.* Social Psychology and Contemporary Society. New York, 1971.
- Sarnoff I.* Personality. Dynamics and development/ New York, John Wiley and Sons, 1969.
- Schachter S. S.* The interaction of cognitive and physiological determinants of emotional state. – n: L. Berkowitz (Ed.). Advances in experimental psychology, Vol. 1. New York: Academic Press, 1964, pp. 48–81.
- Schachter S., Singer J. E.* Cognitive, Social and Physiological determinants of emotional states. – Psychological Review, 1962, 69(5), pp. 379–399.
- Seligman M.* Helplessness: On depression development and death. San Francisco: W. H. Freeman, 1975.
- Selye H.* Stress in health and disease. Boston – London: Butterworths, 1976.
- Shaffer L. F., Shoben E. J.* The Psychology of Adjustment. Boston, 1956.
- Sommer R.* Personal space. Englewood Cliffs (N. J.): Prentice – Hall, 1969.
- Spitz R. A.* Some Early Prototypes of Ego Defenses. IAPA, 9, 1961.
- Steinbeck J.* The Winter of our Discontent. Moscow: «Vissaja Skola», 1985.
- Strassman H., Thaler M. and E. Shein.* A prisoner of war syndrome: Apathy as a reaction to severe stress. – «The American Journal of Psychiatry», 1956, 112, pp. 998 – 1003.
- Sullivan H. S.* Conceptions of Modern Psychiatry. New York, 1947.
- Tart Ch. T.* Altered States of Consciousness: A Book of Readings. New York: Wiley, 1969.
- Thigpen C. H., Thigpen H., Cleckly H. M.* The three faces of the Eve. New York, 1957.
- Toynbee A. T.* A Study of History. Abridgment of Volumes I–VI by D.C.Sommervell. New York, Toronto, 1946.
- Wait R. G.* The Psychopathic God: Adolf Hitler. Da Capo Press. New York, 1993.
- Weiss E.* Psychic Defence and the Technic of Its Analysis. – «Intern. Journal of Psychoanalysis», 23.60.80, 1942.
- Worchel S.* The effect of three types of arbitrary thwarting on the instigation to aggression. – «Journal of Personality», 1974, 42, pp. 301–318.
- Yates A. J.* Frustration and conflict. New York, 1962 Yates A. J. Frustration and conflict. New York, 1962.
- Zanna M. P. and G.Loewenstein* Male reference groups and discontent among female professionals. – In: B.A. Guten and L.Larwood (Eds.), Women's career development. Newberry Park (Ca.): Sage, 1987.
- Zillman D.* Hostility and aggression. Hillsdale (N.J.): Erlbaum, 1979.
- Zimbardo Ph. G.* The Pathology of imprisonment. – In: Doing unto Others. Ed. by Z. Zubin. New York, 1975; Кон И. С. Открытие «Я», с. 95–105.
- Zuckerman M. a. o.* Stress and hallucinatory effects of perceptual isolation and confinement. – «Psychol. Monogr.», 76 (30); 1, 1962.