

Елена Ивановна Николаева

**Кто виноват и что делать?
Размышления психолога о природе
вины россиянина**



Воистину каждый за всех и за все виноват.
Ф. М. ДОСТОЕВСКИЙ. «Братья Карамазовы»

Но с Россией всегда так... —
и любишь и плачешь,
а присмотришься к тому,
чем любишь,
так и вырвать может.

В. ПЕЛЕВИН. «Чапаев и Пустота»

В культуре страны есть преходящие проблемы, характеризующие тот или иной этап ее становления, но есть и такие, которые общество регулярно поднимает из века в век, что предполагает особый механизм их поддержания. Таким механизмом может быть передача отдельных идей от родителей к детям, что формирует круг похожих вопросов в разных поколениях. Этот механизм может быть также связан с какими-то общественными отношениями, которые стабильно присутствуют в обществе и поднимают перед ним одни и те же проблемы.

Есть два «вечных» вопроса: «Кто виноват?» и «Что делать?», с которыми неоднократно на протяжении жизни сталкивается любой человек, проживающий в России. Характерно то, что они всплывают вне зависимости от политической ситуации: при царизме, в Советском Союзе и в процессе становления демократии. К ним обращаются в трудные периоды как политические лидеры, так и рядовые граждане, их задают и родители, и дети. Когда первый вопрос ставится государственным деятелем, то в ответе на него обычно говорят о «некоторых», чьи имена знают все, но не называет никто. Когда же произносятся конкретные фамилии, то их носители более напоминают «козлов отпущения», чем истинных виновников, имена которых также известны всем, но к ответственности их так никто и не привлекает. Вопрос «Что делать?» поэтому практически всегда остается риторическим.

Чтобы придать процессу безответственности некоторый легитимный характер, наказание таких случайно выбранных жертв превращается в грандиозный спектакль торжества справедливости, как, например, процесс об «оборотнях в погонах». Несколько высших милицейских чинов непосредственно перед выборами в Государственную думу берут с поличным. Телевидение демонстрирует их огромные особняки, построенные якобы на государственную зарплату, найденные безумные деньги в разной валюте. Ошеломленный зритель

удовлетворен видом преступников, которых перед ним лицом в грязь уложил спецназ. Поэтому никто не задает вопросы, почему это заметили только сейчас, кому принадлежат соседние дома, которые так стыдливо обходит камера, пытаюсь предъявить взору только нужный, кем-то специально подобранный и отрецензированный сюжет.

О торжестве справедливости, наверное, можно было бы говорить, если провести государственную оценку стоимости всех подмосковных домов (можно и других) и сопоставить с зарплатой проживающих в них лиц. Но когда это делается в отношении одних и не делается в отношении других, само собой возникает подозрение.

Слово «ошеломить» – древнерусское. Означает: хорошо ударить по шелому (шлему), т. е. голове. Крепко и многократно ударяемый по этому месту россиянин на время предвыборных кампаний утрачивает способность рассуждать и действует согласно тексту сценариста. Все это сопровождается непременным обсуждением вопроса о том, готов ли народ России к демократии? Кучка умудренных опытом и знаниями людей, наделивших себя правом ставить диагноз народу, озабоченно всматривается в страну. Подобно тому, как консилиум врачей, склоняясь над умирающим, свидетельствует: «Нет, не жилец», наши «эскулапы» также однозначно заключают: «Нет, не готов». Одинокие пламенные речи романтиков в защиту народа не кажутся серьезными на фоне многозначительности их выводов, подтверждаемых печалью во взорах.

При этом никто не ставит вопрос о тех, кто представляет идею демократии. По факту принадлежности к партии с таким названием они незапятнанны, честны и открыты, а главное, имеют лицензию на постановку диагноза. «Жена Цезаря вне подозрений». Подозрения ложатся на тех, кто должен их избирать. Но и демократы, и члены консилиума созданы из того же материала, что и весь остальной народ, то есть они слеплены

«из того, что было...». Однако не все избиратели готовы это полюбить.

Никто не ставит вопрос и о тех, кто уже внедряет эту демократию, находясь у руля власти. Предыдущий министр труда на телевизионном шоу может сказать, что все профессора берут взятки, лидер демократической партии, баллотирующийся на выборах, может обвинить всех граждан в национализме и беспробудном пьянстве, и т. д. Навязывание чувства вины подкрепляется мифом о связи этого чувства с русским характером. Следом всплывает идея покаяния, согласно которой все граждане должны разделить вину за те или иные проблемы в обществе (например, «у нас все пьют» или «у нас все воруют») и соответственно безвозмездно участвовать в устранении психологического или материального ущерба.

Воспринимая безнаказанность одних и поголовную вину остальных не как особенность конкретной ситуации, а как феномен культуры, человек не стремится изменить что-то вокруг себя и искоренить ее причину, а напротив, поэтизирует и даже начинает гордиться этим (благо, великие русские поэты разделяли чувство вины вместе со всеми гражданами), вовремя припоминая Тютчева:

Умом Россию не понять,
Аршином общим не измерить.
У ней особенная стать —
В Россию можно только верить.

Так и живут россияне в среде, навязывающей им безысходные предпосылки неотвратимости «трудного счастья».

Однако даже поверхностный анализ такого рода высказываний свидетельствует не столько об их незыблемости, сколько о том, что говорящий их человек принимает существующее положение вещей и по тем или иным причинам предпочитает мириться с ним. Более того, это стремление сохранить все в неизменном

виде навязывается остальным как фатальная неотвратимость движения России свойственным только ей трудным путем. Этот психологический аспект, скрывающий причину нежелания активно двигаться вперед, обнаруживается в той особой горделивости, которая сопровождает высказывания типа: «В России так всегда...». С другой стороны, за этим горделивым пренебрежением к иноязычному чувствуется потребность в том, чтобы слушатель согласился и дал положительную оценку подобной уникальности.

Если у России действительно особый путь, то зачем нужно это подтверждение своей необычности и одобрение тех, от кого на словах так нужно отъединиться? Ситуация похожа на ту, когда науку критикуют люди с нетрадиционным подходом к анализу объективной реальности (астрологи и парапсихологи). С одной стороны, они ругают науку за узость взглядов, с другой – непременно хотят быть принятыми именно научным сообществом. Им недостаточно того, что они уверены в своих «открытиях», необходимо признание их гениальности исследователями, узость взглядов и ограниченность которых они с таким пылом доказывают.

Встает дополнительный вопрос: что важнее для поборников особого пути России: доказательство этого тезиса или потребность в признании особых достоинств за теми, кто идет этой неторной тропой? Эмоциональность, с которой этот вопрос постоянно возникал в российской истории, скорее свидетельствует о втором. Кроме того, за весь период существования проблемы не было обнаружено фактических и теоретических доказательств необходимости такого пути для страны. Однако создается ощущение, что за этим тезисом стоит желание снять ответственность с тех, кто берет ее на себя, получает за это определенные дивиденды, а потом перекладывает ее на плечи всех, вызывая у них предварительно чувство вины, чтобы объяснить, почему дивиденды получают одни, а работают другие.

Суть вины заключается в том, что при совершении тех или иных ошибок и сам человек, и окружающие оценивают не конкретный его поступок, а личность в целом. Оступился, наделал ошибок – значит, плох как личность. Когда об этом твердят с детства, когда на данном постулате построена вся система воспитания и образования, любой в конце концов искренне начинает верить, что ошибаться действительно плохо, стыдно и недостойно хорошего, порядочного человека. При этом другая сторона подобного воспитания ограничивает человека в его оценке своих поступков и себя самого: каждый может лишь критиковать себя, а добрые слова о нем говорить могут только другие. Подобный стиль воспитания формирует уникальный механизм самоуважения с двойным дном. С одной стороны, на осознанном уровне возникает интенсивная эмоция переживания собственной «плохости». С другой, на неосознанном уровне, она воспринимается как перевертыш (поскольку бессознательное должно находить хоть что-то полезное в своем носителе) – инвертированная эмоция самоутверждения: «Я повинился, значит, я хороший!» Именно это подспудное переживание является причиной длительного и страстного самобичевания, в основе которого лежит извращенное самоподбадривание для тех людей, которым запрещено осознанно говорить себе: «Я хороший и достойный человек». И чем эмоциональнее винит себя человек, тем сильнее в нем этот второй пласт. При этом приятность чувства вины состоит в том, что оно не требует исправления ошибок, действия, направленного на восстановление ущерба. Оно лишь вызывает эмоцию.

Состояние ответственности предполагает иную последовательность эмоциональных переживаний, когда совершается проступок. Осознав ошибку, ответственный человек отделяет себя как личность от поступка. Он ощущает себя хорошим и достойным при любых обстоятельствах, но действия свои оценивает по результату. Именно поэтому, совершив ошибку, он не занимается самобичеванием, а решает, что нужно

сделать для скорейшего ее исправления и компенсации ущерба, а также для того, чтобы эта ситуация вновь никогда не повторилась. Человек сохраняет чувство собственного достоинства и отвечает за свои действия.

С психологической точки зрения, есть существенная разница между людьми ответственными и виноватыми. Первые самостоятельны, вторые легкоуправляемы. Это объясняется тем, что первым не нужна внешняя оценка для признания собственной значимости, тогда как вторые прямо зависят от нее. Манипулируя оценкой, легко управлять людьми. Государство, в котором нет культуры отстаивания человеческого достоинства, предпочитает людей второго типа.

Таким образом, традиционная вина – не национальная русская черта, а отражение манипуляции на всех уровнях общественного сознания, позволяющей многим людям не отвечать за результаты собственной деятельности. Чувство ответственности и вина не наследуются, а очень рано воспитываются в семье. Вина потому и передается в России из поколения в поколение с незапамятных времен до современности, что она удобна не только в такой структуре, как государство, но и в семье, где при успешном навыке можно легко управлять супругом (супругой) и детьми, не тратя усилий на глубокое чувство привязанности, которым является любовь. Вина крайне удобна на производстве, где все неудачи руководства можно легко списать на алкоголизм рабочего, потому что чувство вины – основное переживание, которое движет пьяным человеком. Если руководителя производства интересует результат труда, а не процесс перевода денег из одного кармана в другой, он ставит вопрос о качестве работы, создает условия для личностного роста работника, а не винит во всем специфику русского характера.

Особый статус России, по-видимому, заключается лишь в том, что политические и экономические условия ее бытия всемерно способствовали сохранению механизма, формирующего и подкрепляющего вину и подавляющего ответственность.

Ответственный человек, отстаивая свои права, требует ответственности от руководителей и открытости всех экономических и политических решений. До сих пор, манипулируя чувством вины, руководители разного уровня могли избегать этого. Однако реализация реформ в стране требует не манипуляций мнением граждан, а формирования у всех ответственности за происходящие события, что предполагает открытость бюджета и экономических действий руководства, его намерений. В то же время смена психологических установок и у руководителей, и у граждан требует времени. Уже стал притчей во языцех опыт Моисея, сорок лет водившего народ Израиля по пустыне, дабы уничтожить в нем психологию раба. Следовательно, с точки зрения бытового сознания, для смены психологических установок необходимо по крайней мере два поколения.

Есть определенные условия воспитания, способствующие развитию либо чувства вины, либо ответственности. Их описанию и посвящена эта книга.

Возможно, собственный взгляд автора на поставленную проблему неточен. В то же время, отнимая у России и россиян их уникальность, он рисует перспективы возможности счастливой жизни не для призрачных будущих поколений, а для тех, кто живет уже сейчас.

Автор благодарит всех своих друзей за поддержку в создании этой книги.

Глава 1

Кто виноват?

Что ж это, действительно именно русский, и только русский, закон развития? Неужели русской душе, и только ей, определено развиваться не с ростом свободы, а с ростом рабства?

В. Гроссман. «Все течет»

«Кто виноват?» – извечный вопрос, задаваемый не только в России. Русским вопросом его нельзя назвать и потому, что в самой России этот вопрос задается не только русскими. Характерным для нашей страны является лишь его постоянство.

Мировая история начинается с этого вопроса. Библейское описание свидетельствует о том, что формирование сознания Евы и Адама происходит одновременно с переживанием чувства вины за нарушение договора с Богом. Когда проступок вскрывается, Адам не испытывает раскаяния. Он быстро соображает и сваливает всю вину на Еву и Бога, ссылаясь на то, что яблоко ему предложила женщина, которую дал ему Бог. Подобное поведение переняли и его потомки. Древние иудеи в великий день всепрощения выбирали двух козлов. Одного называли «козлом отпущения» и, возлагая на него руки, символически переносили на него все грехи Израиля. После этого его выгоняли к демону пустыни Аззелу, а другого козла жертвовали Богу (возможно, надеясь, что тот слишком занят, чтобы заметить, как ответственность переносится на козла?).

С тех пор этот удобный метод внешне значительно изменился, переключившись на другую почву, и сохранил лишь свой смысл – перекладывание ответственности за проступки с одних плеч на другие. Теперь задающие вопрос «Кто виноват?» не стремятся найти причины проблемной ситуации и пути выхода из нее. Этим вопросом они обозначают лишь потребность найти того, на кого можно обрушить эмоции людей, ожидавших результата, но не получивших его, потому что те, кто нес ответственность за результат, с этим не справились. Те же, на кого обрушивается гнев, также не желают решить проблему. Их задача – пережить момент обвинения и извлечь из него любую пользу, по возможности ничего не меняя.

Вопрос «Кто виноват?» задают родители и воспитатели детям, его ставят при разводе бывшие влюбленные, он присутствует на производстве, во всех эшелонах власти, когда последствия бездеятельности и бездарности руководящей элиты нужно

списать на наиболее удобные в настоящий момент персоны. Вслед за этим вопросом поднимается рука с розгой, раздается крик, если виноватого ищут среди детей; начинается развод и дележ имущества в семье; увольняется очередной «стрелочник», звучат жесткие заявления по телевизору, если жертву ищут во властных структурах, но в последнем случае обычно все ограничивается газетной шумихой, специально приуроченной к нужному моменту.

Затем воцаряется мир и спокойствие до той поры, пока вновь накопившееся раздражение не выльется в очередной скандал.

Язык четко фиксирует эти особенности данного вопроса. Недаром говорится: «Виновные понесут наказание». Это означает, что те, кого мы выбрали в качестве «козлов отпущения», «понесут» наказание, то есть в той или иной мере испытают воздействие нашего раздражения. Но не более того. Вся ситуация не предполагает анализа причин и восстановления ущерба. Поиск виновного не отвечает на эти вопросы. Он не связан с конструктивным поведением, направленным на будущее. Это лишь желание снять боль в настоящем.

«Ты виноват» означает «ты плох». Обвиняющий не дает оценку поступку, его причинам, не ищет способ решения проблем. Он лишь однобоко характеризует личность того, кого признали виновным, и неумолимо свидетельствует – ты плох в принципе.

Когда назревает необходимость разобраться в сути происходящего и предотвратить повторение подобных ситуаций в будущем, задается другой вопрос: «В чем причина?» Его отличительной особенностью является то, что внимание фиксируется не на наказании, а на поиске исходных факторов сложных явлений, разработке механизмов, препятствующих повторению ошибки, исправлении того, что сделано неверно. Обсуждению подвергается не личность ошибающегося, а его действия, и дается оценка не ему, а его поступкам.

Таким образом, в первом случае человек или общество изливают на других свою эмоцию и снимают с себя

ответственность, а во втором стремятся создать условия адресности деятельности, открытости ее результатов и систему обратной связи при совершении ошибки. При этом родитель, не угрожая ремнем, а обнимая ребенка, говорит: «Давай разберемся». Супруг(а) не выносит вердикт: «Ты сломал(а) мою жизнь!» – а спрашивает: «Что ты чувствуешь? Давай поговорим». Руководитель в этот момент готов услышать нелюбезную критику и сказать: «Я несу ответственность за происходящее. Что сейчас нужно сделать?»

Очевидная конструктивность второй позиции провоцирует вопрос: «Почему и в быту, и в политике весьма часто предпочитается менее эффективная стратегия?» Вопрос можно переформулировать и так: «Почему люди предпочитают не менять положение вещей для того, чтобы больше не повторять ошибки, а лишь изливают свой гнев на другого?»

Ответ очевиден: менять надо почти всегда что-то в себе, что связано с напряженной работой, а обвинять можно другого, вообще не предпринимая никаких усилий. Более того, чем сильнее обвиняется другой, тем чище и значительнее кажется собственная персона, тем благороднее мотивы собственной деятельности и весомее ее результаты (вне зависимости от реальности). Именно поэтому в тех ситуациях, когда тяжело жить и нужно прилагать усилия, чтобы приспособиться к новым обстоятельствам, обвинения перерастают межличностные отношения и становятся внутри– или межгосударственными, надевая личину межнациональной или межрелигиозной розни. Слишком велико искушение снять с себя груз ответственности и сказать, что во всем виноват кто-то другой. И самое простое решение состоит в том, что другой – это человек иной национальности, иного вероисповедания, иного цвета кожи и иной политической системы, как бы абсурдны ни были обвинения.

Именно в этом причина широкого распространения межэтнических конфликтов в период распада Советского Союза.

Не желая предпринимать какие-то шаги и нести ответственность за свое нынешнее положение, часть населения легко ловится в сети политиков, нутром чувствующих это состояние, и голосует за националистические идеи. В людях, веками живших вместе в мире и согласии, пробуждаются самые темные чувства. Они начинают думать, что сосед живет хорошо не потому, что много работает, а потому, что забрал то, что не имеет права брать, поскольку он другой национальности. Но очень быстро выясняется, что, изгнав соседа, лучше жить не будешь. Для этого все равно надо работать самому. Политики получают свои дивиденды, а обманутое население вновь встает перед дилеммой – тяжело трудиться сейчас или вновь продолжать искать виновного. Последнее оказывается проще. Поэтому вместо объединения, позволяющего совместно выйти из кризиса, происходит все большая дезинтеграция и обнищание тех, кто еще верит, что можно хорошо жить, лишив соседа его прав.

Стремление найти виновного определяется не столько экономическим положением, сколько психологической незрелостью человека. Религиозные и межэтнические конфликты возникают и в экономически развитых, и экономически отсталых странах, поскольку люди с низким уровнем рефлексии (способности анализировать собственные поступки), который и позволяет реализовывать свою несостоятельность через гнев, обращенный на другого, встречаются всюду. Различие между странами с разным экономическим статусом заключается лишь в числе людей, желающих экстренно снять свое напряжение за счет других: их больше там, где тяжелее жить, и там, где нет возможности отстаивать человеческое достоинство.

Психологическая зрелость проявляется именно в осознании собственной значимости и умении видеть достоинства (а не недостатки) других. Если судебная система не дает возможность человеку поднять голову, то чувство вины только сильнее пригнет ее. Потребность в мощной полицейской системе в экономически развитых странах свидетельствует о том, что и там

подобных людей немало.

С особой силой снятие эмоций за счет другого происходит в преддверии и начале третьего тысячелетия, когда человечество входит в полосу проблем, решение которых возможно лишь при совместных усилиях многих стран. Объединение необходимо для того, чтобы исправлять ошибки, которые были совершены не нами, но могут повлиять на жизнь наших детей. При этом любые позитивные действия по объединению тут же влекут за собой новый рост межэтнической розни, сводящей на нет все предыдущие усилия. За межэтническими встают проблемы религиозные, которые, как и первые, лишь прикрывают неспособность и нежелание определенной части политиков действовать конструктивно и, напротив, острое желание снять эмоциональное напряжение у больших масс людей в сжатый срок.

Поскольку в этом случае каждая из вновь возникших «державных» стран не пытается учесть уроки недавнего прошлого, а, идя «своим собственным путем», наступают на одни и те же грабли, можно говорить, что это не случайное явление, а некий механизм, имеющий достаточно сложную природу. Возникая как внутриличностный конфликт, при соответствующих условиях он достигает масштабов государственных.

В психологической науке существует понятие «копинг», под которым подразумеваются механизмы, позволяющие человеку справиться с той или иной экстремальной ситуацией. Современному россиянину трудно пенять на отсутствие таковых ситуаций, поэтому поиски способов снятия возникшего напряжения, безусловно, являются актуальными.

Различают два типа копинга: направленный на решение возникшей проблемы и связанный с переживанием эмоций по поводу этой проблемы. В первом случае человек, попавший в экстремальную ситуацию, стремится рационально оценить происходящее, ищет его причины и возможности выхода из

создавшегося положения наиболее эффективным путем. Во втором случае эмоции захватывают человека настолько, что он не пытается самостоятельно осознать и решать проблему, а лишь фиксируется на собственных переживаниях, ища возможность снять эмоции, обвиняя кого-то или самого себя. Так, попадая в тяжелое положение, люди могут причитать: «За что мне такое наказание?», «Почему это произошло именно со мной?», «Господи, почему ты меня оставил?» и т. д.

Особого замечания заслуживает тот факт, что исправлением ситуации занимаются при этом другие люди. Обычно подобные вопросы задаются при крайне тяжелых обстоятельствах: смерти близких людей, внезапных катастрофах, стихийных бедствиях. Чувство вины необязательно возлагается на другого, оно может полностью охватить переживания самого говорящего вне зависимости от реальности и возможности исправления ошибки.

Итак, попытка найти виновного – это не путь решения проблемы, это лишь стремление разрядить эмоции, используя другого, часто более слабого человека, например ребенка или подчиненного. Именно поэтому вопрос «Кто виноват?» задается в обществе обычно тогда, когда реально нет желания знать причины ситуации (а более вероятно, даже есть стремление скрыть их), но есть насущная потребность в эмоциональной разрядке.

Как только она происходит, ситуация продолжает вновь развиваться в направлении, нужном тем людям, которые скрывают истинные причины происходящего. Остальные же, разрядив свои эмоции, испытав видимость торжества справедливости, могут ослабить бдительность до следующего взрыва эмоций, когда вновь будет предложено очередное «жертвоприношение». Недаром со времен Древнего Рима мы знаем, что толпа требует от правителей не только хлеба, но и зрелищ, вовсе не интересуясь нравственными аспектами происходящего. Именно поэтому те же римляне с удовольствием наблюдали битвы гладиаторов, решая, кому из них жить, а кому

– нет.

Процесс отреагирования эмоции за счет другого человека действует не только на участников, но и на зрителей столь возбуждающе, что казни и публичные наказания были востребованы во все времена, вплоть до конца XX в. и начала третьего тысячелетия. Самолеты НАТО «наказывали» Югославию бомбардировками под молчаливое согласие всей Европы, и наблюдение за уничтожением страны в центре Европы было одним из самых массовых и востребованных событий. Журналисты с удовольствием демонстрировали результаты жаждущей публике. «Наказание» Ирака происходило не столь гладко, но зато более убедительно по числу снарядов, сброшенных на мирных жителей, на древнейшие памятники (выдержавшие нашествия множества прежних варваров, но не переживших атаку современных вандалов). Вина предполагает, что ты не можешь изменить ситуацию сам. Ты обязан покаяться, а некто, кто в силу обстоятельств наделен соответствующими полномочиями, снимет или не снимет с тебя вину. Причастность к снятию вины, а следовательно, и некоторое «мессианство», ощущают все участники и наблюдатели наказания. Это чувство столь приятно, что можно не задавать вопрос о том, на каком основании некто присваивает себе функции Господа Бога и единолично решает, кто прав, кто виноват.

Кроме торжества справедливости зрители часто переживают приятное чувство собственной правоты, поскольку многие уверены, что уж с ними-то такое никогда не случится. На подобном катарсисе (эмоциональном отреагировании) паразитируют многие производители массовых фильмов (и прежде всего «мыльных опер»), в которых отсутствие художественности искупается обязательным торжеством справедливости и наказанием обидчика. При этом зритель не фиксируется на том, что вся жизнь положительного героя ушла на дразги с ним, а конструктивного ядра разрешения ситуации так и не было предложено. Эта фабула удобно ложится на

отсутствие собственных обязательств у части любителей подобной продукции, поэтому такие представления еще долгое время будут иметь неизменный успех.

Являясь зеркалом общества, типичная семья также периодически сотрясается в катарсической разрядке. Попадая в клубок неразрешимых проблем (отсутствие нормального жилья, денег, чувства защищенности и любви), члены семьи часто не пытаются понять их причины, а ищут виновного, через которого можно разрядить болезненные эмоции. Им может быть и муж, и жена, и дети. Именно поэтому в экстремальной ситуации любая ошибка этого члена семьи автоматически ведет к признанию его виновности и жертвоприношению, механизмы которого отработаны не одним поколением. В такой семье вслед за бдительными поисками жертвы и бурным «справедливым» ее осуждением воцаряются периоды идиллического спокойствия, пока растущее напряжение не потребует новой разрядки.

При этом семья и общество надежно поддерживают друг друга: если механизм обвинения ослабевает в обществе, семья усиливает его, поставляя людей с удобным способом разрешения трудных ситуаций.

В общественной жизни потребность в катарсисе используется в том, что сейчас называется на иностранный манер пиаром (от англ. public relations – «связь с общественностью»).

Предвыборные демонстрации наказания заранее намеченных жертв (например, «оборотней в погонах», или олигархов, или некоторых мэров) происходят по всем законам жанра и весьма успешно помогают продвинуть нужных людей во властные структуры. Например, снимают на камеру обыск в доме очередной жертвы, показывают роскошные апартаменты, деньги, эффектное задержание виновного с укладыванием лицом в грязь. Но за этим никогда не следует суд, поскольку он может вывести зрителей за рамки жанровых композиций. Так, он может обнаружить, что у жертв были начальники. При нужном свете, как в сценке фокусника, видны только отвлекающие фигуры, а

сами большие конструкции, находясь в тени, надежно скрыты от взоров непосвященных, любующихся яркой бутафорией. Но пройдут выборы, и об этом забудут до следующей кампании. А там можно подыскать новых жертв – в стране, где правила меняются каждый день, недостатка в виновных нет.

Если бы у организаторов акции возникла потребность решить проблему коррупции, это почувствовали бы на себе все. При желании всегда можно найти решение многих сложных задач.

Регулярно являясь жертвой чужого гнева, часть людей начинает откликаться на вопрос «Кто виноват?» ответом «Я», примирившись с позицией «козла отпущения». Если оценивать национальные особенности проблемы вины, то, по-видимому, более корректно искать не столько русский вопрос, сколько русский ответ: «Я». Вспомним, например, как отвечал мудрый Христос Понтию Пилату на вопрос: «Ты царь Иудейский?» Он не подтверждал ничего, а лишь твердил: «Ты говоришь». Самобичевание, раскаяние, покаяние особенно поощряется в России, где отсутствуют надежная система защиты личности от оскорбления и способы контроля властных структур.

Самобичевание и ответственность не связаны между собой. Ни сам разбираемый вопрос, ни любой ответ на него, в том числе самообвинение, не направлены на устранение ущерба, поиск причины неудач, изменение ситуации. Ответ «Я», в свою очередь, предполагает лишь то, что ответчик умеет играть по правилам задающего вопрос и готов в этой ситуации быть «козлом отпущения». Мы уже говорили, что любое изменение ситуации связано с необходимостью обоюдной работы – и для того, кто задает вопрос, и для того, кто на него отвечает. Часто это серьезная работа по изменению личности каждого из них.

В силу особых условий развития, которые будут разбираться в следующей главе, люди предпочитают исполнять привычные роли, выгодные им по тем или иным причинам. Обвиненному проще некоторое время испытать на себе гнев, чем нести ответственность за сложившуюся ситуацию, поскольку он знает,

что не ему придется исправлять ошибку. Ее исправляет тот, кто несет ответственность, а не тот, кто виноват. Поэтому в тех случаях, когда с телеэкрана люди слышат: «Во всем виноват тот-то», – они должны понимать, что груз ответственности будут нести налогоплательщики, а эмоциональный накал достанется очередной жертве, оказавшейся под рукой у взывающего к справедливости. Часто это лишь увеличивает популярность виновного, упрочивает его движение по политической лестнице и усиливает его экономическое положение, поскольку способность молча играть роль «козла отпущения» оценивается начальством. Сколько таких виновных политиков находится сейчас у кормила власти? Кто не помнит громогласное утверждение «Во всем виноват Чубайс»? Все видят, где находится Чубайс, и знают, что случилось с тем, кто это сказал. Чубайс оказывается виноватым регулярно, отчего дивиденды его только растут. Примерно такая же ситуация с человеком, учебник истории которого всенародно раскритиковал президент. С тех пор этого человека сделали руководителем секции федерального экспертного совета по истории, так что он теперь будет судить о качестве содержания всех учебников по истории. Всего-то несколько минут позора, а потом спокойная и сытая жизнь в качестве платы за умение молча спасать вышестоящих.

Но такая судьба – судьба многократно «козлов отпущения» – уготована избранным. Ими становятся люди, которые, вися на крючке (они же виноваты), соблюдают правила игры (или имеют компромат на вышестоящих). Но есть и такие, которые хотят сами формировать правила игры. Таким (например, Ходорковскому) остается роль одноразовой жертвы, поскольку стоит его отпустить, как те, кто обличает, тут же могут поменяться местами с бывшим «козлом».

Естественна при подобном объяснении ситуации ответная реакция: «Но разве не должен быть ошибающийся наказан?» Все зависит от того, что хочет вопрошающий. Если обвиняющему нужно видеть только раскаяние и внешние атрибуты «торжества

справедливости», то – да. Если же хочется, чтобы ошибка была исправлена и больше не повторялась, а у того, кто совершил ошибку, сформировалось ответственное поведение, то – совсем не обязательно.

Ошибка – это один из наиболее распространенных способов познания мира. Она показывает границы наших возможностей, адекватность понимания ситуации. Люди, которые никогда не ошибаются, неспособны на новые действия и могут лишь воспроизводить хорошо знакомые последовательности. Более того, чаще они лишь говорят, что не ошибаются. Они привыкли не замечать свои ошибки, поскольку болезненно переносят возникающее при этом чувство вины. Ошибка может научить, если за ней следуют анализ и помощь, и может отбить охоту к учебе, если приведет к выводу: ты – плох. Чтобы быть ответственным, нужно не бояться ошибок, а извлекать из них урок. Известен случай, когда сотрудник одной фирмы ошибся при оформлении сделки так, что фирма заплатила за это несколько миллионов долларов. Сотрудник, оценив ситуацию, готов был к разговору об увольнении. Однако его непосредственный руководитель начал обсуждать с ним новый проект. Не выдержавший напряжения сотрудник сказал: «Зачем вы обсуждаете это со мной? Ведь меня все равно уволят!» На что услышал ответ: «Ваше обучение слишком дорого обошлось фирме. Вам необходимо отработать эти деньги».

Рассуждения руководителя имели свои резоны. Если уволить этого сотрудника, то новый, не обладая достаточным опытом, может опять совершить что-то подобное. Обвинения человека вряд ли изменят ситуацию в целом. Поэтому расчет на уже полученный опыт прежнего сотрудника, осознание им произошедшего, понимание особенностей работы фирмы в данном случае будет эффективнее наказания.

Подобный метод особенно успешен в семейном воспитании. Дети изучают этот мир разными способами, в том числе и методом проб и ошибок. Важно не запретить им ошибаться, а

научить их учиться на своих ошибках. Например, ребенок, получивший двойку, не выслушивает подробную лекцию о том, каким позором покрывает он головы близких людей, а исправляет задание так, чтобы оно было выполнено качественно. Малыш, разбивший любимую мамину чашку, не узнаёт о том, как мама привязана к сосуду и сколь порочен он сам, а просто убирает за собой осколки. Это приучает и первого, и второго ответственно относиться к своим действиям и чувствовать значимость собственной личности.

Провоцирование чувства вины в ребенке приведет к тому, что он обучится обходить ошибки, не совершая самого действия. Он перестанет самостоятельно изучать мир, а предпочтет ждать, когда другие объяснят ему, что происходит вокруг. Именно поэтому так мало среди взрослых людей любопытных и непосредственных и так много тех, кто утверждает, что им все давно известно. Это – осторожные люди, если нечто надо сделать самому, но они же весьма компетентны, если дело касается критики действий другого. При этом когда-то и они были любопытными малышами, стремящимися все сделать самостоятельно.

Отсутствие вины не есть безнравственность, как утверждают те, кому виновность выгодна. Если вместо вины есть ответственность, то это означает, что человек уважает себя и других, готов договариваться и помогать.

Если отмечать ошибки для того, чтобы изменить ситуацию и сформировать условия для ответственной позиции человека, необходимо отделение личности человека от его поступка. Это предполагает, что значимость личности не меняется в зависимости от поступков – ошибочных или правильных. Поступок может быть плохим, неточным, недостойным, но человек остается значимым. Требование виновности непосредственно связано с негативной характеристикой личности. Вина свидетельствует не о «плохости» поступка хорошего человека, а о поступке заведомо плохого человека.

Безусловно, для человека обе эти ситуации имеют разные последствия. Если в первом случае признание значимости личности и неблагоприятности поступка предполагает возможность исправления ситуации, а следовательно, и ответственность за свою ошибку по установленным правилам, то во втором случае обдумывание бесполезно, нужно менять личность (что практически невозможно ни для кого). Именно это вызывает сопротивление и нежелание меняться вообще. Неподъемные задачи редко вдохновляют людей на свершения. Возможность же улучшить себя часто является точкой роста личности.

Ощущение значимости, нужности – одно из самых сильных переживаний человека, позволяющее ему творить, придумывать, рисковать, любить, быть открытым. К ощущению «плохости» трудно привыкнуть и с ним невозможно жить. В человеческом мозгу существуют специальные механизмы психологической защиты, позволяющие бороться с этим ощущением. Именно поэтому поступки, не соответствующие категории «хорошие», человек обязательно оправдывает тем или иным способом. Это оправдание может быть для внешнего наблюдателя слишком поверхностным, очевидно бездоказательным, но этого не замечает сам человек.

Как только возникает опасность почувствовать эту «плохость», неосознанно (то есть без всякого согласования с нашим сознанием) включаются механизмы психологической защиты, убирающие часть информации из рассмотрения. Это приводит к тому, что человек как бы перестает видеть, слышать, переживать то, что в собственных глазах может описывать его самого как человека плохого. При этом для каждого в понятие «плохость» входят какие-то свойственные только ему вещи. Сужение поступающей извне информации резко ухудшает возможности человека к приспособлению, но позволяет сохранить целостность его личности.

По современным представлениям, только незначительная часть

психики человека осознается, то есть представлена ему в виде знания о себе. Большая же часть ее скрыта от него навсегда. Следовательно, содержание этой части психики недоступно его восприятию и оценке. Это содержание возможно косвенно восстановить, анализируя поступки человека, варианты общения с другими людьми, изучая его сновидения и поведение в особых состояниях сознания (например, под гипнозом). В этой неосознанной части представлены желания и инстинкты, причины многих поступков, для которых человек осознанно дает иногда совсем другое объяснение. Эта неосознанная часть может быть обнаружена другими людьми, поскольку она проявляется в поступках, позах, мимике, походке и т. д. Если научиться понимать это несловесное проявление личности, то можно объяснять поведение. Именно потому, что человек видит проявления бессознательного в других, но не у себя, ему легко давать советы другим и трудно прожить собственную жизнь.

Разделение психики на осознанную и неосознанную позволяет иметь психологические механизмы, целенаправленно укрывающие от человека те его особенности, которые не согласуются с его моральными установками.

Механизмов психологической защиты несколько. Они существуют не для того, чтобы защитить человека от внешнего мира. Это единственные механизмы, защищающие его от самого себя. Если индивидуальное развитие человека отклоняется от гармонического (например, существует запрет на ошибку, поскольку ошибка – это свойство «плохих» людей, или родитель, не достигший своих целей сам, заставляет своего ребенка добиваться их), в дело включаются механизмы психологической защиты.

К такого рода защитным механизмам относится и само интенсивное переживание вины. Если человек очень бурно переживает «плохость», когда он сам себе или другим говорит о мере своей ничтожности и порочности, то на бессознательном уровне происходит инвертирование этого переживания. Таким

образом, когда он на словесном уровне утверждает, что виноват, на бессознательном, как бы поглаживая себя, говорит: «Я повинулся, значит, я хороший». Чем более эмоционально осуществляется покаяние, тем более интенсивно происходит процесс «поглаживания» на невидимом, неосознанном уровне.

Эти механизмы психологической защиты в различной мере развиваются у человека в зависимости от методов воспитания. Чем меньше учитывается право ребенка на ошибку, тем в большей мере приходится ему выстраивать систему защиты от нее, поскольку жить и не ошибаться невозможно. Можно лишь научиться не замечать своих ошибок

Таким образом, на вопрос «Кто виноват?» можно ответить: «Любой, кроме меня» или «Я». Мы видим, что ни тот, ни другой ответы не являются конструктивными. Они не направлены на решение проблемы. Они связаны с ее завуалированным снятием и маскировкой эмоциональным переживанием. Этот вопрос эксплуатирует потребность ощущать себя правым и желание снять груз негативных эмоций за счет находящегося рядом у одного участника событий и привычку ощущать себя «плохим» у другого. Привычка быть «плохим» имеет в своей основе удивительный неосознаваемый механизм, позволяющий переворачивать понятие «плохой» в «хороший» («раз я повинулся...») Осознанно человек признает свою вину, но неосознанное чувство значимости растет, и он все более и более ощущает себя достойным и положительным.

Потребность задавать вопрос «Кто виноват?» не является русским изобретением. Однако многовековые условия жизни в России способствовали закреплению положения, когда преимущество получали люди, которые в экстремальных ситуациях не исправляли ошибки и не пытались понять причины явления, а искали тех, на кого можно излить свои эмоции за несостоявшееся счастье. Любая смена власти, любой бунт или революция начинаются с наказания тех, кто ранее был у власти. Решать проблемы, нерешенные предшественником, крайне

сложно, а иногда невозможно. Но дать народу поглумиться над предшественником ничего не стоит. Именно поэтому в демократической Германии с такой легкостью увольняли профессоров, которых только подозревали в сотрудничестве со Штази (Министерством государственной безопасности Германской Демократической Республики), не вдаваясь в подробности, насколько компетентным был тот или иной человек и что конкретно он сделал в прошлом. Это не было направлено на улучшение научной деятельности тех или иных структур, но удовлетворяло эмоции, накопившиеся у людей за годы беспредельной власти этой организации. Точно так же после провала нашей олимпийской сборной в Ванкувере первым действием стало не развитие детского спорта и не строительство спортивных сооружений, необходимых для тренировок спортсменов, а увольнение чиновников.

Многие проблемы в стране решаются, если становятся открытыми и прозрачными действия всех ветвей власти. Достаточно выяснить причины и сделать соответствующие изменения. Но если власть не стремится к сотрудничеству с обществом, коррупция на всех уровнях тормозит любые реформы, а выполнение бюджета закрыто от постороннего глаза, то регулярно необходимы поиски виновных, снимающие напряжение у людей, но не меняющие ничего. Причины закрепления такого поведения мы и рассмотрим в дальнейшем.

Глава 2

Общество виноватых граждан

Меня удивляет, как это люди из самых добрых советов и рекомендаций, призванных приблизить их счастье и радость жизни, исхитряются сплести себе новую плетку для самобичевания.

М. Вислоцкая. «Искусство любви»

Итак, мы выявили, что в обществе регулярно снимается напряжение за счет «жертвоприношения». Это ситуация, когда вместо решения конкретной проблемы на растерзание толпы, уставшей от безысходности, отдается некто, названный виновным. Однако встает вопрос, почему много-много людей удовлетворяются только видом крови, не требуя решения реально существующих в стране проблем? Более того, почему тем, кто стоит во главе государства, выгоднее устраивать аутодафе, а не решать проблемы страны и проживающих в ней людей?

Особенностью виноватого человека, вне зависимости от того, реальна его вина или нет, является то, что он легко управляем. Если это член семьи, то им легко манипулировать. Виноватый муж готов заглаживать свою вину, выполняя работу по дому, занимаясь хозяйством и детьми. Более того, некоторое время он не будет претендовать на положительную оценку своего труда.

Виноватая жена, в свою очередь, будет терпеть оскорбления мужа, который снимает через скандалы собственное напряжение, возникающее из-за неудач на работе. Она не будет предъявлять претензий, стараясь всеми известными способами загладить существующую или вымышленную вину.

Легко манипулируют виноватыми родителями дети. Будучи невероятно адаптивными (недаром человечество так широко расселилось по земле), многие дети быстро обучаются находить слабые места своих воспитателей. Они интуитивно отыскивают ту невидимую для глаз «кнопку», которая включает чувство вины у родителей, и регулярно давят на нее, получая существенные выгоды. Такой кнопкой может быть страх родителей, что они неверно воспитывают детей, что кому-то могут не понравиться их дети, желание разведенных родителей привлечь детей на свою сторону и т. д. Отпрыски интуитивно используют эти ситуации, поскольку виноватые родители делают им больше подарков, предлагают разнообразные возможности и менее требовательны, чем те, у которых чувство вины

вызывается не так легко.

Следует подчеркнуть, что раз вина не родственна ответственности, то «хорошее» (с точки зрения окружающих) поведение обязательно заканчивается срывом, когда человек совершает множество ошибок, которые в дальнейшем вынужден искупать. В нем всегда будет действовать этот механизм, заставляющий его ошибаться. Если он не задумается над причинами регулярных неудач, то эта последовательность из адекватного и ошибочного поведения будет постоянно воспроизводиться, вызывая к жизни и столь же постоянное переживание чувства вины.

Чувство вины – это комплекс индивидуальных ощущений собственной «плохости». Оно сродни стыду. Различие между ними менее значимо по сравнению с тем, что их объединяет. Вина – это самооценка несостоятельности. Стыд – это опасение обнаружить свои недостатки перед другими, страх оценки со стороны. Стыд и вина порождаются боязнью одиночества, потребностью быть принятым в сообществе себе подобных. Они воспитываются в ребенке с детства. Они сопровождаются жалостью к себе, неуверенностью. Эти чувства столь болезненны, что их нельзя испытывать долго.

Жизнь – это стремление представить себя в мире, занять место под солнцем и оставить потомство. В своих более примитивных формах она не испытывает сомнений и оставляет лишь самых сильных особей, не спрашивая, что они совершили для выживания. Человек отличается от прочего живого тем, что он ставит вопрос о том, что скрыто за поступками. Общество выделило круг мыслей и соответствующих им действий, которые предосудительны, и требует избегать их. Каждый человек в какой-то момент вынужден решить для себя, будет ли он переступать черту, за которой следует осуждение поведения, или нет, а если нет, то почему. И это «почему» в зависимости от типа воспитания порождает либо стыд, либо вину, либо ответственность. Усиление страха перед внешним осуждением

порождает стыд, усиление страха перед собой – вину, требование думать о последствиях своих поступков – ответственность. Чаще всего эти три качества встречаются в разных соотношениях практически в любом человеке. Однако преобладание вины или стыда над ответственностью ведет к особому поведению в обществе.

Человек, который чувствует за собой какие-то недостатки, не может требовать ничего от других (ему ведь всегда могут припомнить его ошибки), в том числе регулярной выплаты зарплаты. Он молча сносит крики начальства, полагая, что заслужил это. Именно поэтому руководителям, которые сами не могут и не хотят нести ответственность перед людьми, удобно иметь виноватых граждан. Вероятность того, что граждане будут требовать от них ответственности и отстаивать свои права, слишком мала.

Д. Ранкур-Лаферрьер в книге с символическим названием «Рабская душа России» приводит воспоминания французского дипломата и литератора Астольфа де Кюстина, побывавшего в России в начале XIX в. и удивившегося «рабской позиции русских по отношению к любой власти». Д. Ранкур-Лаферрьер предположил, что объяснением этой позиции могут быть многие годы крепостничества. Рабство в России длилось столь долго, что его поведенческие стереотипы не могли не стать феноменом культуры. Облекая его в христианские одежды, мы до сих пор говорим при расставании: «Прощай», – как бы заранее признавая за собой наличие вины и раскаиваясь в ней.

Недаром так сочувственно прошла в конце 1980-х гг. у нас в обществе идея покаяния. Она предполагала не обнаружение фактов и документов, обличающих реальных исполнителей творимых в нашей стране в период сталинизма беззаконий, а распределение вины на всех, в том числе и людей, никогда не принимавших участия в событиях и даже пострадавших от них. Все виноваты, и никто не несет ответственности. Поэтому так легко восстанавливается сейчас то негативное, что так бурно

осуждалось в начале «перестройки» и казалось безвозвратно уничтоженным. И медали с профилем Сталина уже заказаны Московской мэрией.

Идея всеобщего покаяния возникала в России неоднократно. В XIX в. она охватила широкий круг образованных людей, которых стали называть «кающимся дворянством». Ощущение виновности перед народом достигло такого накала, что за своими действиями они вообще не видели ничего положительного. Напротив, слово «народ» для них стало символом всего самого лучшего, гуманного и чистого. Это чувство породило народничество. Философ Н. А. Бердяев, исследовавший это явление, утверждал, что оно часто доходило до «народнического мракобесия». Например, русский правовед и социолог К. Д. Кавелин в порыве виноватости предложил пороть и дворян, раз порют мужиков. Это действительно примечательное явление. Во Франции даже гильотину, которая использовалась в начале для казни богатых, стали применять для бедных (чтобы уравнивать тех и других). В России же идея демократии извращается, и предлагается иная ситуация: уравнивать дворян с крестьянами требованием не большего равенства на уровне достоинства личности, а требованием общего равенства на уровне ее уничижения.

Современное движение в сторону покаяния началось, согласно культурологу Б. Парамонову (лауреату Пушкинской премии фонда Тепфера), со статьи А. Солженицына «Раскаяние и самоограничение как категория национальной жизни». Автор подчеркивал, что «эта статья и пишется с верой в природную склонность русских к раскаянию, к покаянию, а потому в нашу способность даже и в нынешнем состоянии найти импульс к нему и явить всемирный пример». Удивительным образом здесь соединено несоединимое – христианское смирение (покаяние) и величайший грех гордыни (жажда явить пример миру).

Покаяние всех предполагает наличие греха у всех. Мы все каемся и начинаем новую жизнь без греха. Но может ли начать

новую жизнь человек, не попытавшийся исправить свою ошибку, обученный лишь самобичеванию? Безусловно, нет. Как многие люди, начинающие новую жизнь каждый понедельник, движимый благородными чувствами, он вновь столкнется с трудностями, обманом, страхом. Но он никогда не решал эти проблемы. Что заставит его решить их сейчас? Мы уже подчеркивали, что ответственность – не сродни виноватости. Ответственность предполагает поступок, виноватость – чувственное переживание. Поэтому покаяние – это то же всенародное аутодафе, за которым не будет изменений, поскольку сдвиги возможны лишь при поступке.

Поступок требует иного отношения к себе и к окружающему: я могу, я имею право. За поступком скрывается умение отстоять свою позицию, обосновать ее и двигаться к цели.

В нем звучит: «Я имею право, но никогда не реализую свое право за счет права другого». В величайшем романе «Преступление и наказание» мое право реализуется через лишение права другого человека, а потому наказание должно быть неотвратимо. И покаяние не вернет жизнь другому человеку, оно лишь облегчит переживание вины (мы уже говорили о том перевертыше, который возникает у человека в бессознательном). То есть покаяние в данном контексте снимает даже чувство вины у того, кто своими действиями проводил идеи «великого вождя» в жизнь, но не меняет ничего в настоящем.

Прекрасной иллюстрацией этого утверждения являются события недавнего прошлого. «Перестройка» вошла в жизнь многих россиян вместе с гениальным фильмом О. Д. Иоселиани «Покаяние». Многим тогда казалось, что нужно только сменить правительство, выбрать нужного президента и все автоматически войдут в богатую страну высоких моральных устремлений. Однако пока одна часть общества лелеяла эти красивые мечты, другая (без всякого покаяния) распределила всенародную собственность и заняла ключевые позиции в экономике. Люди, не готовые к свободе, еще не знали, что свободу надо отстаивать

каждый день.

Свобода сродни естественному отбору: каждое животное борется за существование, часто ценой жизни другого. Если же оно хоть на минуту ослабит свои действия, то тут же гибнет. Социализм снял эти жесткие рамки, предложив другие. Он установил равенство всех на уровне, близком к выживанию, однако предоставив определенные возможности для всех без исключения. Когда люди, привыкшие к тепличным условиям, в которых государство несло ответственность практически за все, оказались на свободе, они не смогли защитить ни свою собственность, ни свои идеалы. И вместо общества всеобщего благоденствия оказались на диком рынке общества всеобщей нищеты и безмерного богатства единиц (очередной перевертыш идеи демократии). Недаром же человек болезненной совестливости А. Солженицын вынужден был признать, что его призывы к покаянию не отразились на нравственном поведении тех, кто вершит судьбы страны.

Просвещенная императрица Екатерина II, переписывавшаяся с Вольтером и размышлявшая о свободе, запрещала образование мужиков, а ослушавшихся ее указа помещиков ожидала каторга. Она же издала указ о возможности продавать крестьян отдельно от семьи: жену отдельно от мужа, детей отдельно от матери. Именно в ее правление термин «раб» открыто вошел в обиход при разговорах о крестьянах. Все та же инверсия, но только на уровне государства: просвещение и свобода одних при полном лишении этих возможностей большей части населения.

Однако рабство – это не только социальный феномен, но и особая психологическая ситуация, при которой рабом мог стать каждый. Особенностью России было то, что господин в своем имении всегда был рабом для царя. Позиция «раб» или «господин» определялась не объективными достижениями и какими-то заслугами перед государством. Она полностью зависела от произвола государя. Известен случай, когда истопник, «утешивший» и «согревший» ночью государыню

Екатерину Вторую, наутро получил крестьян и дворянское звание. Недаром привилегированное сословие в России называлось дворянами – то есть фактически слугами царского двора (а не страны). В самом названии подчеркивается их полная зависимость от государя. Случаев разжалования дворян в солдаты столь много, что нет смысла давать их перечень.

Тем не менее именно Екатерина II запретила пороть дворян. И первое непоротое поколение выиграло войну 1812 года и породило декабристов. Когда одному из них Николай I предложил написать прошение о помиловании, тот отказался. Он попытался объяснить императору, что вышел на Сенатскую площадь именно за тем, чтобы последствия любого поступка определялись конкретными правилами – конституцией, а не сиюминутным желанием одного человека. Но недаром А. И. Герцен сказал о декабристах, что слишком узок был их круг и слишком далеки были они от народа. Большинство из них боролось за права для дворян, а не для всех. Поэтому страна зависела от желания одного человека вплоть до 1917 г.

Любопытно, что в эпоху «перестройки», когда долгожданная свобода расширила рамки развития личности, большое количество людей захотело любыми средствами добыть дворянское звание (как реальное, так и мнимое) и существует немало таких, кто мечтает о возрождении абсолютной монархии. Еще один перевертыш. Попытки вырваться на свободу ведут к тому, что строятся новые рамки, поскольку свободы нет не вовне, а внутри человека. Согласно немецкому психологу Э. Фромму, внутренне несвободный человек стремится отдать свою внешнюю свободу первому попавшемуся тирану.

Рабская психология пронизывала все общество. В стихах А. С. Пушкина нередко встречается слово «раб» применительно к поэту, но не в поэтическом значении этого слова, а в прямом. До сих пор выборы президента в стране каждый раз протекают не как мероприятие по выбору человека, соблюдающего конституционный порядок, а как выборы царя, который будет

вновь создавать саму конституцию. Рабская психология проявляется в несоблюдении законов, поскольку все определяется чиновником, ведущим себя как маленький царек, по воле которого меняются правила игры. Недаром «строгость законов в России компенсируется слабостью их исполнения».

Рабская психология – это оправдание того, что в обществе одни люди лучше других по факту близости к власти. И эту близость к власти определяют не какие-то природные качества человека, не его деятельность, а воля господина. Близость к власти обеспечивает богатство и благосостояние. К другим людям, на которых указано сверху, дозволены любые методы воздействия для достижения нужных целей. Словесной оболочкой этой возможности по отношению к ним в зависимости от времени, когда происходят события, может быть «низкое происхождение», «отсутствие достоинства», ярлык «враг народа», «олигарх» и многое другое. Слова ничего не говорят о виновности или невиновности. В стране с таким подходом к людям невиновных быть не может. Осудить можно любого, а вот наказать – не всякого, ответственность же за все всегда будет нести электорат.

Именно рабская психология позволяет мужу ударить или оскорбить жену («что с нее взять, она – женщина»), жене – унижить мужа («все вы такие»), родителям – избить или обидеть ребенка («сопля такая, а туда же»), госслужащему вымогать взятки («они обязаны, потому что я выкладываюсь для них») и т. д. Особенностью такой позиции является то, что я могу унижать других, но и сам могу быть унижен (то есть я допускаю такую возможность). Одна из самых точных пословиц в России звучит так: «От сумы да от тюрьмы – не зарекайся». Она отражает тот факт, что судьба человека от него не зависит. И, находясь на самых высоких уровнях общества, человек может однажды проснуться нищим или в тюремной камере. Более того, чем выше поднимается человек по социальной лестнице, тем больше риск такого падения. Поэтому так верны строки: «Минуй нас пуще

всех печалей и барский гнев, и барская любовь».

Виноватые люди с большей покорностью принимают такое положение вещей. Ощущая собственную «плохость», они готовы согласиться с любым словесным ее оправданием.

Психологически рабская позиция описана Э. Фроммом как возможность пребывать попеременно в одном из двух состояний: ощущать себя выше и лучше других людей либо, напротив, чувствовать себя слабым и раздавленным. Основным атрибутом такой личности является невозможность быть на равных с другими. Она постоянно сравнивает себя с остальными по шкале «лучше – хуже». Эта шкала не предполагает сопоставления умений и достижений. Она вообще не имеет отношения к выявлению объективных показателей. Сравниваются личности в целом, и в зависимости от состояния сравнивающего делается вывод, кто лучше, а кто хуже. Именно поэтому в определенный момент такой человек ощущает себя сильным и значимым, а в другой – слабым и незащищенным.

В зависимости от внешней ситуации подобная личность либо подавляет других, унижая их, либо позволяет другим делать то же самое по отношению к себе. Лучшим примером такого рода будет майор, который требует беспрекословного подчинения себе всех на плацу. Однако, приходя домой, он преобразуется из строгого начальника в слабого подчиненного, попадая «под каблук» своей жены. В свою очередь, жена, являясь неоспоримым лидером дома, оказавшись на работе, полностью зависит от своего начальника. Стоит отметить, что оба описываемых персонажа принимают положение как должное, не стремясь наладить равные отношения ни в одной из инстанций. Они компенсируют свою зависимость в одном месте полным подчинением кого-то – в другом.

Следует оговориться, что пример этот не касается только военных или присущ всем военным. Внутренне свободным и психологически зрелым человек может быть вне зависимости от профессии. Точно так же рабскую психологию могут иметь люди

любых сфер человеческой деятельности – от домохозяек до президентов. В то же время в некоторых сферах деятельности вероятность появления авторитаризма может повышаться (военная, административная, образование), либо уменьшаться (творческая).

Отмена рабства произошла лишь в середине XIX столетия и не успела изменить сознание большинства граждан. Свершившаяся революция принесла не рост свободы, а все то же узаконивание несвободы. Она определялась не теоретической базой, на которую опирались люди, свершившие революцию, а той психологией, которая была в их головах. Например, огромное количество колхозников смогли взять в руки свои паспорта лишь в 1980-е гг. До того времени только призыв в армию давал возможность получить паспорт мужчинам, а женщины нередко их никогда и не видели. Такой подход к крестьянам замедлял отток людей из обнищавших деревень. Наряду с грандиозными позитивными преобразованиями – масштабным строительством, всеобщим обучением, – опираясь на рабскую психологию, с помощью системы образования и прессы формируется единомыслие. Его поддержание легко обеспечивается системой виноватости. Для этого внедряется представление, что никто не может оценить себя или свои поступки. Это успешно сделает лишь коллектив или независимый наблюдатель. Сам человек лишь обязан критиковать себя, но не имеет права на позитивную самооценку.

По-видимому, в максимальной степени этот феномен виноватости должен был проявиться в детях «врагов народа», которые после гибели родителей оказались без поддержки близких. Перед ними встала тяжелейшая недетская дилемма. Сердцем они любили своих родителей, но разумом знали, что самый близкий и теплый человек совершил тяжелейшее преступление – преступление против Родины. Общество требовало от них не просто осудить любимых людей, но и отречься от них.

Мы провели исследование психологического состояния людей, которые в детстве пережили подобные трагические события. У них арестовали и объявили «врагами народа» мать или отца в то время, когда им самим еще не исполнилось семи лет. У них не просто отняли самое дорогое и близкое существо, но навечно лишили их позитивного представления о себе. Известно, что ребенок может сформировать положительный образ себя, только зная, что он – сын или дочь хороших родителей. У этих же детей представление о добре и зле оказались измененными.

Особенностью нашего исследования было то, что в момент его проведения (1989 год) люди, которые участвовали в нем, занимали достаточно устойчивое, часто престижное положение в обществе, они не были ущемлены в своих правах. Более того, они не только приняли строй, лишивший их родителей, но и научились его любить.

Большинство этих людей впервые рассказывали кому-то о травматических для них событиях. Характерным было то, что, описывая факты, они не помнили своих эмоций. Мелкие детали запечатлелись в их памяти, но собственные переживания не оставили следа. Объяснить это можно тем, что, будучи один на один со своими эмоциями, ребенок ни с кем не мог их обсудить. Именно поэтому через много лет на лицах пожилых людей во время воспоминаний присутствовали эмоции – бесконечное страдание и боль утраты, но они не знали, какими словами их можно передать. Только мимика и жесты выдавали то детское переживание, которое не знало осознанного бытия в слове. Надо отметить, что люди, которые смогли найти поддержку близких в тот период времени, не имели таких особенностей.

Для точности исследования в пару к каждому из участников были подобраны люди того же возраста и социального статуса, составившие две контрольные группы. В первую контрольную группу вошли те, кто не пережил в детстве подобных травматических событий. Другую группу составили те, кто потерял отцов и матерей во время войны. Живя без них, они

оставались детьми героев. В дальнейшем все обследуемые выполнили одинаковое задание. Оно заключалось в том, что каждому участнику предлагали списки слов. Требовалось рядом с каждым словом (они назывались «слова-стимулы») написать первое пришедшее в голову слово-ассоциацию. Делать это предлагалось как можно быстрее, не задумываясь. Среди слов были положительно и отрицательно окрашенные эмоциональные, а также нейтральные, которые вводились в тест, чтобы участники не догадывались о целях исследования.

Оказалось, что люди, которые пережили в детстве утрату репрессированных близких родственников, в отличие от других, часто задумывались и в конце концов не писали ассоциации для отрицательно окрашенных слов, среди которых было много слов, связанных с агрессией и насилием. У некоторых испытуемых все отрицательно окрашенные слова не вызывали ассоциаций.

Другое различие в реакциях людей трех групп заключалось в том, что в ответ на положительно окрашенные слова люди, пережившие в детстве утрату близких родственников из-за репрессий, значительно чаще других писали ассоциации, которые называются инвертированными, то есть их эмоциональная окраска была противоположна эмоциональной окраске слова-стимула. Например, на слово-стимул «поцелуй» неинвертированными ассоциациями (которые давали и люди двух контрольных групп) были «радость», «счастье», а инвертированной (услышанной из уст человека, потерявшего родителей) – «укус».

Число инвертированных ассоциаций на положительно окрашенные слова у людей, родственники которых были репрессированы, больше, чем в других группах. Создается впечатление, что испытуемые экспериментальной группы не отвечали отрицательными эмоциями на насилие, а подавляли их, проявляя позднее через реакцию на положительно окрашенный стимул. В группе тех, у кого родители погибли во время войны, также отмечены инвертированные ассоциации, но они чаще

встречались на негативные стимулы, а не на позитивные. Это типичная невротическая реакция на стресс, попытка защититься от травмирующей ребенка информации, заменив ее на противоположную.

Затем мы сопоставили эти данные с результатами, полученными с помощью теста, выявляющего разные виды агрессивности. Оказалось, что у людей, которые считались детьми «врагов народа», была снижена физическая агрессия, но повышена вербальная (словесная) агрессия (за счет того, что они отвечали агрессивно на положительно окрашенные стимулы). Кроме того, среди них почти в два раза чаще, по сравнению с контрольной группой, встречались люди, у которых в амбулаторных картах зафиксировано пять и более хронических заболеваний. Часть этих заболеваний считается психосоматическими, поскольку их развитие провоцируется стрессом. К таким заболеваниям относятся сердечно-сосудистые, аллергические заболевания, язвы желудочно-кишечного тракта. Большая частота их отражает высокий уровень аутоагрессии (агрессии, направленной на себя). Итак, эти люди не отвечают сопротивлением на насилие, но агрессивно отвечают на положительную эмоцию и изводят себя самобичеванием, что и приводит к развитию множественных хронических заболеваний. Группа людей, утративших родителей на войне, имела и более высокий уровень физической агрессии, и большую аутоагрессию, чем в норме. Она занимала среднее положение между показателями, полученными у людей, родственники которых были репрессированы, и нормой.

Специфическое поведение, свойственное людям, у которых в детстве были репрессированы близкие и которые оказались изолированными от других своих родственников, можно объяснить следующими механизмами. Первый предложен М. Селигманом с соавторами, впервые описавшими явление «выученная беспомощность». Эти исследователи провели следующий эксперимент. Лабораторных крыс помещали в

клетку, на пол которой после сигнала-предупреждения (звука) подавался ток. Животные быстро связывали предупреждение с ударом тока и пытались сделать что-то, чтобы снять или ослабить неприятные ощущения. Они могли, например, подпрыгнуть или несколько секунд повисеть, уцепившись за прутья клетки. Если животному позволяли избегать удара, то в дальнейшем каких-то особых изменений в поведении не обнаруживалось. Однако условия опыта можно изменить так, что никакие действия животного не смогут предотвратить удар тока (это называется неизбежным негативным подкреплением). Например, экспериментатор будет давать ток не сразу за предупреждением, а тогда, когда животное, пытаясь избежать боли, после прыжка упадет брюхом на пол. Оно быстро поймет коварство экспериментаторов и будет пытаться разными действиями избежать удара. Но и коварный экспериментатор будет дожидаться, когда ослабевшее животное не сможет сопротивляться. После нескольких подобных ударов поведение животных изменяется: крысы теряют инициативность, не стремятся избежать тока, а только безропотно ожидают наказания. Они перестают обучаться, не пытаются искать выходы из новых сложных ситуаций, у них ухудшается память. Это и есть выученная беспомощность, то есть животные обучились тому, что их действия и активность неспособны повлиять на ход событий. Более того, это знание они будут распространять и на другие ситуации. Восстановить инициативу бывает крайне трудно, а часто и просто невозможно.

По-видимому, в детстве (до пяти лет), когда способности ребенка к самозащите ограничены, неизбежное негативное подкрепление может травмировать его психику значительно сильнее, чем в более поздние годы. Отсутствие возможности вернуть родителей или просто восстановить их доброе имя меняет их реакции на эмоциональные воздействия на всю жизнь. Чувство беспомощности охватывает их в дальнейшем при встрече с хамством, насилием, они подавляют возникающую

агрессию, часто направляя ее на себя.

Стоит заметить, что в данном случае мы говорим о статистических данных. В конкретных ситуациях были дети, открыто боровшиеся за честь своих родителей. Общеизвестен пример Пети Якира, которому за попытку отстоять доброе имя своего отца не дали доучиться и в 14 лет репрессировали. Но он был существенно старше той возрастной группы, которую мы исследовали в эксперименте. В пять лет ребенок не может противостоять системе. Она уничтожает или поглощает его. Более того, единичность другого рода примеров лишь подтверждает обсуждаемые предположения. И еще. Если у таких детей рядом были родственники, помогавшие им пережить трагедию и взявшие на себя труд работать с эмоциями, то, вырастая, они не обучались беспомощности.

Это явление формируется не только при детских травмах. Начало «перестройки» явило многочисленные примеры выработки подобного рода поведения у взрослых. После того как с первой инфляцией исчезли деньги, хранившиеся в государственном Сбербанке, люди решили вложить свои сбережения в многочисленные частные банки и финансовые пирамиды, что привело к тому же результату. Затем произошла утрата средств благодаря ваучерам, потом – дефолт 17 августа 1998 г. и т. д. После каждого экономического краха оставалось все меньше инициативных людей, готовых вести самостоятельное дело. Особенно это касается тех, кто хотел сделать что-то значимое не в городе, а в деревне. Тех, кого не добил очередной финансовый кризис, сожгли нищие соседи. Именно поэтому сейчас газеты не пишут о романтиках крестьянского труда, которые хотели бы построить на свои сбережения в родном колхозе бассейн, театр и т. д., о чем часто сообщалось в начале «перестройки».

Выученная беспомощность охватывает все большее и большее число россиян, поскольку экономика и социальная действительность используют пока один принцип – неизбежаемое

негативное подкрепление для наиболее активных членов общества. Те, кому удается пока еще получать деньги, не вкладывают их в стране, а вывозят за границу, так решая для себя проблему выученной беспомощности. Только гарантии экономической и социальной безопасности позволят изменить существующую ситуацию нарастающей экономической и социальной апатии. Однако декларируя стремление сделать бизнес безопасным, правительство ничего не предпринимает, чтобы снять симптомы выученной беспомощности. Возможно потому, что человек с выученной беспомощностью легко управляем, так как кругом виноват. Слишком глубоко, «до самой печенки», пронзила его мысль о том, что правила могут меняться ежесекундно, а правовая защита просто отсутствует.

Второй механизм открыт еще в 1912 г. сотрудницей лаборатории И. П. Павлова М. Н. Ерофеевой. Она регулярно раздражала собаку очень слабым ударом тока. Животное сначала бурно реагировало на это раздражение, однако, поскольку удар был слабым, скоро научилось не обращать на него внимания. После этого вслед за слабым ударом тока ее стали кормить. Более того, все приемы пищи происходили только после этого негативного сигнала.

Животное быстро обучилось связывать эти два события. После каждого такого удара собака оживлялась, виляла хвостом, из пасти текла слюна. Затем удары тока постепенно усиливали. Заканчивался эксперимент тем, что у собаки горела кожа, но она продолжала вилять хвостом и лизать руку экспериментатору, предвкушая прием пищи. Таким образом в лаборатории Павлова впервые была показана возможность инвертирования реакции на стимул: было достоверно доказано, что и сильный неприятный сигнал мог вызывать положительную реакцию, если выработка такой реакции происходила постепенно в определенных условиях.

Постепенность – одно из сильнейших условий изменения многих поведенческих стереотипов. Например, если бы хрупкие

девушки или юноши в один прекрасный день приобрели по 20 лишних килограммов веса, они бы несомненно это ощутили и предприняли бы какие-то действия. Однако когда они набирают в год по одному лишнему килограмму (то есть практически по 3 грамма в день), то не отличают себя сегодняшнего от себя же вчерашнего. Лишь с удивлением рассматривают старые фотографии и вспоминают свою фигуру 20-летней давности. Точно так же постепенная подмена ценностей не вызывает тревоги, которая возникла бы у каждого, если бы то, что вчера было белым, сегодня оказалось бы представлено как черное. Поэтому люди, совсем недавно читавшие лекции по атеизму или марксизму-ленинизму, сегодня воспринимают себя верующими или учат народ демократии; почитавшие коммунистических героев активно ратуют за возвращение монархии; говорившие, что искусство должно принадлежать народу, предлагают сделать его аристократичным и устанавливают в театре цены на билет таким образом, что ни пенсионерам, ни учителям нельзя посмотреть спектакль. В этих условиях трудно лишь тем, у кого хорошая память. И, наверное, государство озолотило бы того ученого, кто нашел бы средство для забывания. Недаром в обществе прилично жаловаться на свою память, но стыдно говорить об отсутствии ума.

В описанном нами исследовании условиями воздействия было постепенное (в силу ограниченности детского восприятия и способности прогнозировать последствия событий) осознание глубины происходящей трагедии, с одной стороны, и пребывание в среде с инвертированными ценностями («За наше счастливое детство спасибо товарищу Сталину») – с другой.

Инверсия и отсутствие реакции на насилие позволяют человеку выжить в жестких рамках тоталитарного режима или любого другого, выступающего под иным именем, где нет условий для отстаивания чести и достоинства, а жизнь зависит от сегодня созданных правил, которые могут не действовать завтра. Постепенно взрослеющий ребенок обучается не отвечать на

агрессию и выдавать собственную негативную эмоцию лишь тогда, когда возникнут для этого безопасные условия, – через реакцию на положительно окрашенный стимул.

Обследование людей, у которых были репрессированы близкие родственники в период, когда сами они не имели возможности защититься от действия травмирующей информации, лишь помогло вскрыть явление, присущее огромному числу людей, живущих в условиях неизбежного негативного подкрепления. В семье – это обязательное наказание, от которого нельзя защититься, изменяя свое поведение. В сочетании с постепенной инверсией ценностей в очень раннем возрасте оно порождает измененное реагирование на эмоциональную информацию.

Невозможность ответить на агрессию и сброс болезненных эмоций в ответ на добрые дела окружающих сопровождаются чувством вины. Оно возникает, когда нельзя отстоять доброе имя на условиях равенства, то есть когда собеседник угрожает, манипулирует, загоняет в угол. Как следствие – отсутствие самоуважения у человека, научившегося переносить насилие над собой, и смещенная агрессия в разрешенных ситуациях: на себя (чувство вины) и на других, часто недоступных в настоящий момент людей (разговоры о политике на кухне за рюмкой водки).

Таким образом, тоталитарное общество формирует людей с особым сознанием, которое также можно назвать тоталитарным. У этих людей нет навыков борьбы с насилием, отстаивания собственного достоинства. В ситуации насилия они предпочитают молча подождать «до лучших времен». Когда же давление «сверху» временно исчезает, ониотреагируют свою агрессию в осуждении или обсуждении начальника или правительства в кругу себе подобных. Иногда их агрессия реализуется через стихийный бунт, страшнее которого на Руси трудно что-либо представить, что не раз отмечали классики.

В последние десятилетия «застойного периода» широко распространились разговоры «на кухне», где обсуждалось, насколько плохи дела в стране. В открытую борьбу вступали

единицы, единицы же и не присоединялись к этому шепоту отреагирования. Эти последние, осознавая невозможность борьбы и бессмысленность тайной вербальной агрессии, предпочитали качественно делать конкретное дело, воспитывать детей – под косые взгляды тех, кто считал, что их кухонный разговор и есть проявление протеста. Именно поэтому после «перестройки» внезапно обнаружилось много людей, заявляющих о том, что они боролись с тоталитарным режимом; но об этой борьбе могли, наверное, знать лишь обитатели той же кухни. Это дает им право даже осуждать тех, кто не присоединялся к их кухонным разговорам, а просто производил те богатства, которые так успешно присваивают люди с необремененной совестью.

В то же время у огромного числа этих «кухонных бунтовщиков» был выдающийся интеллект и обширные знания, поскольку невозможность действия компенсировалась пассивным чтением. Однако их психике приходилось включать специальный механизм, чтобы не замечать этих особенностей собственного поведения. Но именно она проявилась сразу же после крушения режима. Люди, не привыкшие к борьбе, наивно полагали, что уничтожение «плохого» автоматически приведет к торжеству «хорошего». Очень многие книги советского периода в своей фабуле содержали именно такую последовательность событий: умирает или погибает негодный правитель и наступает светлое завтра, поскольку народ – он «хороший», «наш».

Эйфория начала 1990-х гг. направила большое количество интеллигентов во власть. Но вдруг выяснилось, что там царит давно установленный порядок, который никто не отменял с устранением одного руководителя и заменой его другим «хорошим». Их встретили шантаж, обман, подкуп, насилие. Не готовые к борьбе, эти новые руководители стали либо жертвами системы и вынуждены были скрываться от преследования за границей, либо привычно разочаровались в системе, обвинив ее, а не свои действия внутри нее, либо, наконец, влились в эту

коррупцированную структуру, уподобившись другим таким же функционерам.

Подобная беззубость «хороших» людей привела к тому, что во власть и к деньгам пришли наиболее беспринципные и наглые, поскольку чем откровеннее насилие, тем меньшее сопротивление оно встречает. До сих пор считается некрасивым спрашивать или отстаивать свои права. Человек, пытающийся выдвигать свои требования на работе или в быту, считается эгоистичным, мелочным, скандалистом. «Ведь молчат же другие» – веский аргумент в таком случае. Но если этому «скандалисту» удастся отстоять и свои права, и права сослуживцев, то его достижениями с удовольствием пользуются все, относясь при этом к тому, кто добился поблажек, еще хуже (это и есть инверсия ценностей).

Надежным способом руководить подобными людьми являются «эмоциональные качели»: начальник при первом появлении ведет себя по-хамски, унижая и устрашая своих сотрудников. Подавленные таким поведением в следующий раз они решают «высказать ему все». Однако в следующий раз они видят его в другом качестве: он нежно о них заботится, находится в благожелательном настроении. Смущенные такими изменениями, испытывая чувство вины за свои «плохие» мысли о нем, они в благодарность ничего не говорят о первой встрече и готовы пойти на значительные уступки сегодня. Устраивая регулярно такого рода «качели», начальник может добиваться бесплатной сверхурочной работы от сотрудников, выполнение ими чужих (часто его собственных) обязанностей, молчания при задержке зарплаты и т. д. Эта система очень устойчива, поскольку, постоянно переживая чувство вины, сотрудникиотреагируют свою агрессию не в действии, к которому они не привыкли, а в обсуждении поведения начальника или же в алкогольном угаре. Однако они всегда находят оправдание его действиям теми или иными внешними причинами, иначе им пришлось бы задуматься и о своем поведении.

В этом же случае виноват для всех кто-то другой, и делать надо что-то именно с этим другим, а не ежесекундно отстаивать свою свободу и право, то есть ответственно относиться к своей судьбе.

Так и продолжается эта система порочного круга, при которой тоталитарное сознание граждан обоюдно выгодно в конечном итоге всем.

Глава 3

Ты меня уважаешь?

Во вселенной, отраженной в ровной поверхности воды, произошла настоящая катастрофа – все созвездия содрогнулись и на миг превратились в размытое мерцанье [после того как Чапаев выплюнул окурочек в лужу].

– Что меня всегда поражало, – сказал он, – так это звездное небо под нами и Иммануил Кант внутри нас.

В. Пелевин. «Чапаев и Пустота»

«Что у трезвого на уме, то у пьяного на языке», – утверждает русская пословица. Поэтому типичный вопрос пьяных разборок «Ты меня уважаешь?» может выражать глубинные потребности человека, которые актуальны для него всегда, но объявить их он может лишь в измененном состоянии сознания.

Человек, живущий в обществе, комфортно может ощущать себя в нем, если он не просто соседствует с другими людьми, но и значим для них, нужен им. Утрата ощущения нужности, значимости ведет к трагическим последствиям для личности. Недаром абориген, нарушивший запрет племени, умирал через несколько дней, гражданин полиса в Древней Греции предпочитал чашу с цикутой (смертельной отравой) и смерть перспективе изгнания, а относительно здоровый, активный россиянин, выходя на пенсию, в течение года превращается в старика и умирает. Тот же феномен отмечается и в домах престарелых. Ощущение ненужности, забытости сводит в могилу

людей даже в весьма престижных заведениях подобного рода.

Ощущение собственной значимости человек редко формирует в себе сам, чаще он черпает его из действий и слов окружающих людей. Положительная самооценка и уверенность в собственных силах возникают в том случае, когда в обществе существует возможность проявить себя, с одной стороны, и есть некто, кто помогает смягчить падение при ошибке, – с другой. Безусловно, прожить жизнь без ошибок нельзя. Но каждая такая ошибка, если она слишком болезненна, уменьшает желание экспериментировать в дальнейшем. А это соответственно снижает и вероятность больших достижений. Лучшей группой поддержки считается собственная семья и та семья, из которой человек вышел в этот мир.

Возможность проявить себя в обществе возникает тогда, когда есть одинаковые стартовые условия для многих. В этом случае достижения человека зависят от его активности, способностей, волевых качеств, умения переносить трудности. Разрешая проблемы, он все более и более верит в свои силы и готов брать все большие вершины. При неудачах близкие ему люди, сочувствуя и поддерживая, помогают вновь подняться и продолжить это движение к поставленной цели, подобные трудности лишь укрепляют его силы.

Однако это идеальная картина. Начнем с того, что в обществе никогда не было равных условий для всех. В царской России существовали сословные различия, ставившие в неравные условия сначала крепостного, а затем безземельного крестьянина, рабочего, разночинца и помещика или промышленника. В Советской России всегда были различные условия для тех, кто принадлежал номенклатуре, получавшей лучшие квартиры, зарплату в конвертах, пользовавшейся распределителями, спецсанаториями и другими благами. Безусловно, эти различия – существенно меньшие, чем те, которые были до того или наступили теперь. В постсоветской России различия усугубились настолько, что три четверти

населения оказались за пределами бедности, а значит, имеют равные стартовые условия только на уровне продажи собственной рабочей силы, но не для участия в реализации позитивных целей. Отсутствие в обществе социальных проектов, позволяющих гражданам конкурировать в честной борьбе, превращает его в криминальное.

Соответственно сдвигам в обществе меняется и группа поддержки. Она всегда связана с кругом людей, которые воспитывали или воспитывались вместе, поэтому и отражает проблемы общества. Криминальное общество порождает криминальный путь поддержки со всеми вытекающими последствиями. Не человеческие качества и отношения, а потребности криминального бизнеса и его законы формируют правила поддержки одних людей и уничтожения других.

Подобная невозможность почувствовать значимость за счет собственных усилий приводит к потребности услышать или ощутить ее из оценок окружающих, необязательно близких. Чем менее возможности утвердиться в собственной значимости реализацией творческих проектов, тем сильнее зависимость от оценки других.

Общественное мнение предъявляет высокие требования к россиянину: он должен иметь жилье, хорошо зарабатывать, при этом быть сильным и мужественным, честным, нежным. Выполнить одновременно все эти требования невозможно для человека любого уровня. Хорошо зарабатывать и быть честным и нежным – не сочетаемые параметры в обществе, где основные средства движутся вне бюджета государства.

Невозможность соответствовать этим нереальным требованиям у одних людей формирует низкую самооценку, а у других – стремление доказать «им», что я что-то значу, а потому – лучше других. В последнем случае усилия будут направлены не на то, чтобы свершения помогали собственному росту, отвечали личным целям, а на то, чтобы переплюнуть кого-то, доказать кому-то. Не постановка собственных, независимых от других

целей, а попытка догнать или перегнать тех, с кем начинал, учился и т. д. Тогда каждый шаг оценивается не по тому, нужно мне это или не нужно, что оно дает мне, а по тому, как я выгляжу в глазах окружающих.

Постоянное сравнение вызывает ощущение, что если сосед живет лучше, то не потому, что много работает, а потому, что взял что-то из моего кармана. Это же, в свою очередь, порождает чудовищные инверсии. Например, работники пенсионного фонда, призванные помогать страждущим, часто цепляются за любые неточности в оформлении бумаг или отсутствие знания закона людьми, чтобы уменьшить или не дать пенсию. Хотя более логичным было бы помочь пенсионерам получить максимальные средства из возможных, объясняя пенсионерам новые правила и их права. По этому же механизму пожары, приведшие к трагедиям в школах, ведут не к повышению пожарной безопасности, а к большим проблемам в работе школы, которая не может давать взятки чиновникам из пожарной охраны.

Каждый собственный шаг сравнивается с таковыми в референтной группе. Все оформляется «как у людей»: квартира, отдых, одежда, еда. Один иностранец, проживший некоторое время в нескольких селах Сибири, удивленно спрашивал: «Почему в каждом доме один и тот же набор блюд? Почему одинаково обставляются комнаты?»

Даже там, где жилплощадь невелика, во многих семьях обязательно есть «зала» или «зал», в которой встречают гостей. Это бывает даже тогда, когда в оставшейся другой комнате живет вся семья. Необходимость иметь нечто «напоказ» очень стойко держится из поколения в поколение, несмотря на то что это существенно затрудняет жизнь.

При этом бытие обретает смысл только в момент презентации другим этих созданных для самоутверждения вещей, комнат, квартир, машин. Важно при этом «не ударить лицом в грязь», «оказаться на высоте». Выдержать очередной экзамен, при

котором некто из референтной группы положительно оценит вашу жизнь. Такими экзаменами являются свадьбы и похороны, именины и семейные праздники, отдых. Покупка коттеджа, обустройство его так, чтобы это было богаче, чем у соседа, поездка в отпуск туда, вернувшись откуда можно сказать небрежно, между прочим: «А я отдыхал(а)...». Мода на хорошую фигуру, на молодость, на операции по омолаживанию, на питание по Брэггу, по Аткинсу, группам крови и т. д. Выбор способа, как доказать другим, что я что-то стою, зависит только от кошелька. В душе же человек, живущий в загородном замке, не отличается от того, кто теснится в маленькой «хрущевке», поскольку вещи могут заслонить только от других, но не от себя. А оставшись один на один с собой, обитатели этих разных мест чувствуют себя одинаково одинокими, беззащитными и виновными. И перед ними встает извечный вопрос «Горя от ума»: «Что скажет княгиня Марья Алексевна?»

Очень трудно уважать себя вопреки государственной машине, соседям и референтной группе. Только зрелая личность формирует требования для самоуважения, отличные от общепринятых, и стремится их достичь. В этом случае требования к себе адекватны возможностям. Личность незрелая стремится соответствовать высоким требованиям, сформулированным другими, которые ею не могут быть достигнуты. А потому она вынуждена постоянно обращаться к оценке окружающих.

Формирование своего мнения подразумевает длительный рефлексивный процесс, размышления на разные темы, отсутствие страха встречи с собой, разрешение ошибаться и учиться на ошибках.

Многие люди полагают, что они размышляют, но это лишь процесс самокопания или самопрезентации, желание показать себя. Они покупают книги, которые никогда не читают. Эти книги годами стоят запакованными в ящиках, но при том соблюдена вся внешняя атрибутика думающего человека.

У зрелой личности развивается критическое мышление, то есть возможность любую информацию подвергать тотальному анализу, в том числе представление о самом себе. Незрелая личность имеет лишь отдельные параметры критического мышления, а потому выбирает из поступающей информации то, что соответствует собственному убеждению, и подвергает ярким нападкам то, что не связано с этим. Сопровождающая дискуссию эмоция выдает незрелость личности. Всякую критику своего высказывания такие люди воспринимают как критику своей личности и тут же обижаются или ополчаются на собеседника. Зрелый человек никогда не отождествляет свои представления со своей личностью. Именно поэтому он может слышать критические замечания и делать изменения в своих представлениях, пытаясь взглянуть на них со стороны. Точно так же он воспринимает и других. Именно поэтому, критикуя высказывания других, он не связывает их с конкретным человеком. Он может любить человека, но не соглашаться с его мнением или поступками.

Особенностью разговора незрелой и зрелой личностей является эмоциональная горячность одной и спокойная рассудительность другой. Первый человек будет видеть агрессивность в высказываниях собеседника, а потому и эмоционально реагировать на нее. Любое замечание будет ударять по его самолюбию и вести к обиде. Второй будет слушать и рассуждать.

Именно поэтому психологически незрелый человек воспринимает изменение своего статуса как аргумент в пользу собственной значительности. Чем выше он забирается по служебной лестнице, чем выше его экономический статус, тем значительнее в его глазах выглядит он сам. Он придает огромную важность любым регалиям. Поэтому с таким удовольствием многие государственные деятели и чиновники приобретают звания, покупают кандидатские диссертации, с которыми знакомятся в момент защиты, платят за любые документы о принадлежности к «лучшим людям XX столетия» и

т. д. Наличие этих документов воспринимается ими как неоспоримый аргумент в пользу собственной значимости вне зависимости от того, за сколько и каким способом приобретены эти аргументы. Точно так же и «новые русские» с таким размахом предаются проматыванию несметных богатств, чтобы «пустить пыль в глаза», а потом с помощью восхищенной оценки извне все-таки сказать себе: я хороший человек. Даже стремясь показать свою значимость для страны, они не создают социальные проекты, а покупают различные царские регалии: социальный проект показал бы их близость к народу, а этот – к царской власти. Именно последнего жаждет не знающая покоя душа. Это все та же гиперкомпенсация – стремление не просто уважать себя, а обладать максимальной властью над людьми, чтобы постоянно слышать то, что не можешь сказать о себе сам: ты хороший человек.

Но от себя трудно убежать. И все славословия вокруг могут только помочь на время забыть об одиночестве. И однажды любой человек узнает, что тревога, порождаемая чувством вины, легко и просто снимается алкоголем.

Алкоголь – удивительное вещество, которое в низких дозах выполняет сразу две функции: снимает тревогу и вызывает эйфорию – беспричинное состояние радости. Других веществ, имеющих подобный эффект и столь же доступных, человечество не знает. Но известно, что алкоголик не пьет мало. Более того, не в российской традиции часами смаковать бокал вина, наслаждаясь букетом, сочетающим особенности запаха и вкуса. Восхищение вызывает герой повести М. Шолохова «Судьба человека», не закусывающий на голодный желудок ни после первого, ни после второго стакана водки. Он воспринимается как воплощение истинно русского характера, человек, готовый мужественно принять смерть, в самые тяжелые мгновения своей жизни помнящий о друзьях, честный и открытый.

Но это художественное воплощение не отмечает других реалий, сопровождающих подобное поведение. В больших дозах

алкоголь имеет принципиально иное действие, чем при низких. Прежде всего, он вызывает гибель клеток особой структуры мозга – гиппокампа, отвечающего за хранение новых следов памяти. Именно поэтому у хронических алкоголиков всегда есть проблемы с запоминанием. Кроме того, он перестает вызывать хорошее настроение и провоцирует агрессивную реакцию. Даже самый смирный человек в алкогольном угаре способен на скандал, драку, насилие. Наутро, узнавая о вчерашних подвигах или потраченных деньгах, он ужасается и испытывает интенсивное чувство вины.

Именно поэтому начинающие алкоголики даже удобны в обществе, поскольку готовы искупать предшествующее пьянство серьезными делами по дому и на работе. Более того, чувство вины столь велико, что они не требуют за это ни благодарности дома, ни зарплаты на работе. Такой человек – идеальный гражданин в государстве, в котором бюджет непрозрачен, где нет ясности в суде, где непонятны функции чиновника (а его зарплата и доходы – самая большая «военная тайна»).

Он – идеальный учитель, с которого спрашивают все: от самого микроскопического чиновника районного отдела образования до любого родителя, не обязательно компетентного в педагогической науке. Самый юный ведущий весьма специфического шоу на телевидении может сказать о нем все, что случайно придет в его не отягощенную знаниями голову. Реклама демонстрирует затюканную учительницу, бережно сохраняющую свою единственную блузку в нужном кому-то порошке. Любой человек в стране может рассуждать на тему образования (кроме учителей, которых на эти разговоры редко приглашают). При этом после всех триумфальных сообщений о многократных надбавках к зарплате у молодых учителей она ниже реального прожиточного минимума, а у отдавших школе всю жизнь – не позволяет купить лекарства, чтобы восстановить утраченное здоровье.

Он – идеальный врач, который отличается от учителя только

тем, что практически о любом его действии можно в дальнейшем сообщить в прокуратуру. Другим отличием является то, что здесь больше мужчин и есть доступ к чистому спирту. Каждый день, отвечая за жизнь детей, стариков, видя боль и страдание, эти люди на работе подвергаются стрессу, но не имеют возможности восстановить свои силы, не могут создать тем, кого любят, достойные условия для развития. При этом они также зависимы от любого чиновника и от любого посетителя.

Он – идеальный следователь или милиционер, который видит, как часть людей присваивает огромные суммы народных денег, но ему приходится разбираться лишь с теми, кто с голоду украл 100 рублей и не смог замести следы, потому что даже не подумал об этом. Именно он в большей мере знаком с этой другой стороной и каждый день должен решать – просто взять подарок, многократно превышающий по цене его зарплату, за то, чтобы просто не замечать каких-то вещей, либо бороться с этим и подвергать себя и жизнь своих близких риску. При этом никто не защитит его при встрече с хорошо вооруженной и безнравственной силой.

Он – идеальный профессор, ученый. Он получает такую зарплату, что не может участвовать в международном обсуждении проблемы, которую изучает. У него нет аппаратуры, на которой он может проверять свои идеи. Российские фонды могут оплатить ему проезд (но обычно деньги выдаются уже после окончания конференции), но не дают ничего на оплату взноса (обычно он составляет несколько зарплат ведущего научного сотрудника). Поэтому каждый раз, направляясь на конференцию, он должен писать, что он – из России (это означает, что он принадлежит к странам третьего мира). Тогда он получает такие же дотации, которые выдаются студентам европейских стран или ученым, проживающим в Руанде или Синегале. При этом министр социальной защиты может свободно говорить о том, что все профессора берут взятки, как будто государство изначально планирует, что профессор должен

жить не за счет платы, получаемой от государства, а за счет взяток.

Он – идеальный рабочий, работающий на частном предприятии. Когда-то оно было государственным. Но сейчас специальными действиями его довели до банкротства, а затем купили за бесценок. И владельцу завода все равно, чем живет и что ест его рабочий, поскольку смысл для него имеет не жизнь, а деньги.

Он – идеальный крестьянин, которого в суровых российских природных условиях оставили один на один с землей без поддержки государства. При этом каждый день возникает соблазн продать эту землю за бутылку водки, благо покупатели ходят практически каждый день.

Как будто время не властно над Россией. И случай, описанный Лесковым в маленькой были «Человек на посту», вновь и вновь повторяется. Там солдат оставил на минуту пост у царского дворца, чтобы спасти тонущего в Неве человека. При этом медаль за спасение вручили другому, а солдат был счастлив, что отделался тремя днями в карцере и получил всего лишь 200 розог перед строем. Читая этот рассказ и размышляя над состоянием человека в стране, вспоминается собака из лаборатории Павлова, которая лижет руку того, кто бьет ее током.

Алкоголь оказывается весьма полезным подспорьем для человека, уставшего от постоянного унижения бытием и вранья о том, что каждый день он живет все лучше и лучше. Но только в начале человек пьет мало, а чувство вины испытывает значительное. Углубляющийся алкоголизм влечет за собой все более короткие периоды осознания виновности и все более длительные периоды запоя, поскольку только в запое он может задать самый главный для себя вопрос и услышать от собутыльников нужный ответ: да, его уважают. Реальные обстоятельства его жизни не дают ему основания для ощущения собственной значимости, поскольку у него достаточно самокритичности, чтобы проанализировать свое поведение и

перспективы дальнейших успехов. Очень часто алкоголиками становятся люди, обладающие многими умениями и задатками, но не владеющие навыками конкуренции. Они не готовы любыми способами добиваться нужного в настоящий момент, а потому и проигрывают в острой конкурентной борьбе с теми, кто не столь щепетилен. Честный герой-одиночка побеждает лишь в американских боевиках. В российской действительности он спивается.

Анализируя феномен алкоголизма, американский психолог и психиатр Э. Берн утверждает, что алкоголик пьет не для того, чтобы в пьяном угаре почувствовать себя человеком, а для того, чтобы в похмелье испытать чувство вины. Это кажется странным на первый взгляд. Мы уже говорили, что чувство вины – лишь внешняя оболочка, под которой скрывается неосознаваемое ощущение: я повинился, значит, я хороший. И чем интенсивнее чувство вины, тем сильнее эта внутренняя уверенность: я достойный человек. Если человек обучен в детстве ощущать себя достойной личностью вне оценки других людей, если у него есть возможность доказывать это себе в реальной жизни, то ему не нужно столь сложное поведение, в конце концов объясняющее ему самому, что он – хороший. Но в условиях, когда нет работы, нет стартового капитала, чтобы самостоятельно создать рабочее место, а на экранах телевизоров ежедневно демонстрируют примеры роскошной жизни других, трудно ожидать положительной самооценки и уверенности в собственной значимости. Если государство не создает условия, при которых можно отстаивать свое собственное достоинство, не каждый решится бросаться на бездушную государственную машину, чтобы отстаивать свое честное имя. Если к тому же группа поддержки вместо повышения этой уверенности регулярно напоминает о прежних ошибках и твердит о несостоятельности, возникает соблазн любым способом вернуть чувство собственной значимости.

Изучение разных видов вредных привычек привело к

пониманию, что они возникают у особого типа людей – аддиктивных личностей. Аддикция – это зависимое поведение, при котором человек стремится уйти от реальности, искусственно меняя свое состояние, ограничивая свои возможности одним видом деятельности. В соответствии с тем, что это за деятельность, выделяют зависимость от алкоголя, от наркотиков, от курения, еды (часто – сладкого), сексуального общения, работы, компьютера, игры на деньги.

Такой человек не умеет переживать стресс, неспособен ждать, не обучен быть ответственным. Если в какой-то тяжелый для него момент внезапно произойдет смена состояний и ситуация отчаяния, одиночества, безысходности вдруг перейдет в интенсивное положительное ощущение, организм интуитивно запомнит этот путь резкого перехода из одного состояния в другое и при следующей неприятности вновь воспользуется им. Например, в отчаянном положении человек выпил вино, ушла тревога, возникла эйфория. За это время обстоятельства изменились, и он вернулся в более спокойную ситуацию. Тогда и в следующий раз он может прибегнуть к подобному лекарству. Но в стрессе человек может испытать и сильное сексуальное влечение, наркотическое воздействие, интенсивное переживание во время игры на деньги, и у него возникает соблазн всегда пользоваться однажды доказавшим свою эффективность способом.

Негативная сторона такого поведения лежит в особенностях физиологии человека. Быстрая смена отчаяния на счастье включает систему подкрепления – часть мозга, которая заставляет повторить поведение, приведшее к ее активации. Этот механизм возник тогда, когда в природе не было условий легкого изменения состояния человека: не было наркотиков, еды в холодильниках. Тогда для подобной смены состояний требовалась борьба и активность. А путь к победе запечатлялся системой подкрепления и усиливался интенсивным положительным переживанием.

В организме есть специфические вещества, которые регулируют активность системы подкрепления. Концентрации их крайне малы, а структура близка к наркотикам, и организм может их спутать. Никотин, алкоголь, обильная еда – все это в конечном итоге активизирует эту систему и провоцирует появление патологического круга событий – система заставляет человека совершать не действие, ведущее к победе, а действие, ведущее к активации системы, в данном случае – саморазрушению.

Кроме химических способов непосредственного воздействия на эту систему есть возможности, когда какое-то стереотипное (повторяющееся) поведение включает эту систему. Например, сексуальный аддикт (тот, кто зависит от сексуального общения) постоянно снимает стрессовое состояние другим состоянием, возникающим у него при сексуальном взаимодействии. Оно связано с повышением настроения, высокой самооценкой, поэтому он жаждет его вновь и вновь. Однако реальная жизнь кроме сексуального общения требует от партнеров еще и разнообразного ответственного поведения. Поэтому новая сексуальная связь не решает предыдущие проблемы, а поднимает новые. Решать их аддикт не умеет и не учится. Он может только снять стресс, сопровождающий их, через подобную же связь, а потому вынужден постоянно менять сексуальных партнеров.

Из всех видов зависимостей самой доступной является алкогольная, поскольку общество либерально относится к ней. Так, широкая реклама пива (также алкогольного напитка) весьма полезна производителям и основана на наивном представлении, что пиво не приводит к зависимости, а меняет лишь настроение.

Итак, несколько причин ведут к тому, что столь часто звучит вопрос «Ты меня уважаешь?».

Первая – невозможность отстаивать достоинство личности в честном поединке с обидчиком, в качестве которого слишком часто выступает государство, ставя в унижительную зависимость большую часть населения.

Вторая – возможность для незрелой личности с помощью алкоголя в пьяном угаре вернуть себе чувство уважения. И, наконец, потребность работодателей иметь виноватых рабочих, которых можно эксплуатировать и не бояться, что они будут выдвигать требования.

Способы снятия стресса и поведения в различных ситуациях от родителей переходят к их детям. Именно поэтому внутренне несвободные родители даже при отсутствии внешнего давления передают потомству ощущение несвободы через механизм воспитания в семье.

Глава 4

Виноватые дети виноватых родителей

Просыпаюсь, и гложет стыд....

М. К. Щербаков

Семьи, в которых кто-то явно желал бы другому зла, встречаются редко. Преимущественно они оформляются по взаимному согласию, а часто и на основе страстной любви. Обычно общение в семье определяется стремлением воспитать хороших детей, добиться приемлемых для всех условий сосуществования и в конечном итоге благополучия семьи в целом. Почему же именно здесь «разбиваются сердца» и становится истиной то, что «благими намерениями выстлана дорога в ад»? Декларируемое «Я делаю это ради тебя» оборачивается весьма неблагоприятными поступками по отношению к другим, чаще всего самым близким людям, прежде всего детям.

Эмоциональное общение родителей и детей складывается в процессе воспитания, то есть обучения детей принятым в обществе правилам и передачи им знаний об окружающем мире.

Непосредственное эмоциональное общение обычно происходит между родителями и маленькими детьми, когда любая реакция

ребенка вызывает у родителей восторг – будь то улыбка или пущенная на гору неосмотрительно оставленных чистых пеленок струйка. Уже с первых дней после рождения ребенка можно разделить семьи по типу отношений между родителями и детьми. В одном типе семей, услышав голодный плач малыша, родители тут же подходят. Нежные мамины руки прикладывают его к груди или сильные отцовские подносят ко рту бутылочку с теплым молоком. Насытившись, ребенок успокаивается и засыпает. Что-то вновь начинает беспокоить его, и те же руки прижимают его к знакомой груди, с привычным запахом, частотой сердцебиений, дыхания. Когда ребенок захочет осваивать мир, эти любящие руки раздвинутся и беспрепятственно позволят ему это, отгораживая его лишь от опасных для жизни сторон. Ребенок скоро, сопоставляя происходящее, сформулирует для себя не словами, а неким чувством, что с этим миром, в который он попал, можно договориться: надо послать адекватный сигнал и получить нужный ответ. Вырастая, такой человек будет и в последствии договариваться с людьми.

Второй тип семей отличается тем, что родители (или родитель) ребенка очень тревожны и сверхзаботливы. Они (или только один из них) при первом движении малыша начинают его чрезмерно кормить, постоянно держат на руках, занимая его и не позволяя самостоятельно познавать окружение. Тогда у ребенка оформится представление, что жить в мире – значит непрерывно побуждать других людей к исполнению собственных желаний. Но воспитанный зависимым, он и сам постоянно вмешивается в жизнь других, поскольку не знает другого способа общения.

Наконец, возможен вариант, когда слова, которые говорят ребенку близкие, будут противоречить их действиям и эмоциям. Например, после речи о любви к нему ребенка будут жестоко избивать, или, обнимая малыша, родитель на лице с трудом будет скрывать нежелание это делать. Существует множество причин такого родительского поведения. Среди наиболее

встречающихся – послеродовая депрессия матери. В этом случае, погруженная в свои переживания, она не может отвечать на эмоции ребенка. Вскоре он утрачивает способность сочувствовать и не обучается анализировать ни свои, ни чужие чувства.

Еще одна позиция связана с тем, что ребенок не нужен своим родителям. Он будет кричать, но никто не подойдет к нему. Через некоторое время возникнет ощущение, что в этом новом для ребенка мире все нужно добывать силой, расталкивая тех, кто рядом, и побуждая к необходимому для себя действию.

Если действия взрослых в первой семье направлены на воспитание психологически зрелой личности, то в трех остальных они ведут к формированию зависимых людей, манипуляторов, не умеющих быть искренними, естественными, самостоятельными. Поэтому и сами они будут легко поддаваться навязываемому извне чувству вины.

Воспитание и обучение детей традиционно происходит под воздействием двух систем – поощрения и наказания. Современная психологическая наука доказала, что каждая из них обеспечивает надежное запоминание и воспроизведение того, что требуется воспитателем. Однако они различным образом влияют на формирование личности ученика.

В различных культурах можно наблюдать чрезмерное усиление либо наказания, либо поощрения, что облегчает их изучение, но затрудняет выбор одной из них. Доведенная до крайности любая система выглядит собственной карикатурой.

Так, в Древней Греции популярна была идея, что обучать можно только того, кого любишь и только любовью. Красивая в словесном выражении идея в реальности была доведена до абсурда, поскольку при этом педофилия была возведена в ранг метода государственного обучения. В Древней Элладе мальчик (девочек не обучали, за исключением будущих гетер) до семи лет находился на женской половине. Затем его отдавали мужчине, который обучал его всем премудростям, необходимым

гражданину греческого полиса. Взрослый полностью отвечал за поведение подростка, но относился к нему как к возлюбленному со всеми вытекающими отсюда последствиями. Для древнего грека любовь к мальчику воспринималась как высшая форма любви и воспевалась в стихах. Ее преимущество перед другими видами (любовь к жене, наложнице, гетере) обусловлено, с этой точки зрения, возможностью не только физической близости, но и духовного единства. Воспитание же личности само по себе считалось наиболее достойным предназначением.

Христианство, распространявшееся в Европе с IV в., ввело новый взгляд на обучение, положив в его основу розгу. Она стала необходимым атрибутом занятий в школах всех видов, в университетах и семинариях. Били за дело, били заранее, били в определенные дни недели или в честь праздников. Розга вписывалась в представление о греховности человека с момента рождения и помогала вызывать стыд и ощущение вины у всех с ранних лет.

Современные родители выбирают ту или иную систему вне тех крайностей, которые встречаются в человеческой истории. Однако они не являются независимыми в этом решении, поскольку сами сформировались в конкретном обществе, слишком рано внедрившем в них определенную систему взглядов. Кто-то полагает, что надо поощрять все позитивные действия детей, чтобы они обучились всем премудростям, необходимым в обществе. Кто-то думает, что их били – и вырастили людьми, а значит, следует использовать стратегию, уже доказавшую свою эффективность, и для обучения собственных детей.

Какова же реальная картина распределения систем наказания и поощрения в России сегодня? Был проведен опрос детей и их родителей в нескольких детских садах, первом, пятом, седьмом и девятом классах общеобразовательных школ. Всем задавали вопросы о том, как поощряют и как наказывают детей за те или иные поступки, а также о чувствах, испытываемых ребенком и

воспитателем в это время.

Оказалось, что в сознании большинства детей из благополучных семей сохраняется ощущение, что их наказывают чаще, чем хвалят. Обычно и то, и другое было функцией мамы. Папы же в основном привлекались для наказания. Например, уставшая бороться со своим чадом мама говорила: «Вот придет отец, он тебе задаст!» Отцу оставалось лишь выполнить обещанное.

Однако у детей и их родителей выявились расхождения в описании способов наказания. Дошкольники чаще, чем их родители, (каждый второй) сообщали, что их бьют. Пятиклассники же, напротив, занижали эту оценку: они говорили о физическом наказании в 13,3 % случаев, а их родители – в 30 %. Повидимому, малыши были точнее, чем их родители, а родители подростков – точнее, чем их дети. Подростки уже стесняются обнародовать факт физического наказания, тогда как дошкольники еще не научились корректировать свои чувства и мысли под бдительным оком общественного мнения. Еще реже о физическом наказании говорили старшеклассники, что отражало реальное отношение к наказанию более старших детей.

На вопрос «Стоит ли тебя наказывать?» дошкольники чаще отвечали: «Нет» (70 %). Но 70 % школьников были уже уверены в необходимости наказания. Один из дошкольников, мальчик шести лет, рассказал, что часто видит сон про то, как он взрослый сидит в кресле и к нему идут дети, которых наказала мама, а он их гладит. Малыши еще живут в своем мире, тогда как пятиклассники уже приняли предложенную взрослыми систему ценностей.

40 % дошкольников не могли описать свои чувства ни при наказании, ни при поощрении, и уже около 15 % первоклассников неадекватно отвечали на поощрение. Например, в ответ на вопрос «Что ты чувствуешь, когда тебя хвалят?» ребенок отвечает:

– Ничего не чувствую.

– Не помню.

– Мне плохо всегда.

Конечно же, ребенок чувствует, когда его хвалят, но он не умеет это назвать, потому что никто не обучал его этому. Так же, как и слова «Мне плохо всегда» в большей мере отражают ту эмоцию, которую он испытывает сейчас. Отсутствие радости при воспоминании о приятном событии свидетельствует о психологических проблемах ребенка, нетипично отвечающего на положительные эмоции.

Измененные реакции на наказание отмечены у 25 % первоклассников. В ответ на вопрос «Что ты чувствуешь, когда тебя наказывают?» они отвечают:

– Ничего не чувствую.

– Не помню.

– Не знаю.

Иногда дети могут сказать, что они хотят в туалет, у них болит голова, но как только вопросы о дисциплинарных воздействиях прекращаются, они забывают об этом. И вновь мы понимаем, что эти дети, конечно, испытывали определенные чувства в момент наказания и помнили о них. Но они не могли адекватно выразить свои чувства, поскольку это разрушило бы их взгляд на себя, свою семью, родителей, ценностную систему. В этой системе они не имели права испытывать ненависть, злость и другие отрицательные эмоции к родителям, так как это запрещалось всей воспитательной процедурой. Но в процессе наказания они переживали эти эмоции и вынуждены были не называть их, чтобы сохранить целостность личности. Подобная же реакция на позитивное воздействие свидетельствует о том, что у детей уже сформировался механизм инверсии ценностей, который в данном случае сохраняет целостность личности не от насилия государства, а от насилия семьи, силой навязывающей ребенку счастье.

Следовательно, сочетание определенных условий в процессе воспитания в семье ведет к формированию тоталитарного

сознания у ребенка. Это означает, что тоталитарное сознание не только существует, но и транслируется из поколения в поколение, несмотря на отсутствие тоталитаризма в обществе. Механизмом трансляции же может быть система наказания, направленная на вызывание чувства вины, а также наказание, в процессе которого родитель демонстрирует, что он отказывается от ребенка или не любит его.

Как утверждал французский писатель Ф. де Ларошфуко: «Не доброта, а гордость обычно побуждает нас читать наставления людям, совершившим проступки; мы укоряем их не столько для того, чтобы исправить, сколько для того, чтобы убедить в нашей собственной непогрешимости». Особенно просто сделать это по отношению к детям, у которых нет контраргументов и которых легко лишить права на свое мнение. Если родители не могут отстаивать свои права в обществе, они не учат этому и своих детей.

Существует много способов продемонстрировать ребенку незыблемость и крепость родительской любви. Точно так же можно разнообразными способами показать ему, что он недостойный человек.

Нередко мы слышим на улице, как родители говорят малышу: «Ты плохой мальчик (девочка)! Я тебя не люблю». Даже двухлетний малыш понимает, что ему не прожить без родительской любви. От страха, что его не любят, он начинает вести себя так, как хотят взрослые. И в дальнейшем он будет поступать определенным образом не потому, что это согласуется с его системой ценностей, а потому, что боится утратить чью-то любовь. Это путь формирования зависимой личности: сегодня ребенок зависит от любви матери, затем, уже взрослым – от любви начальника, супруга (супруги). Смысл жизни такого человека будет состоять в том, чтобы заслужить любовь ближнего послушанием. Это не значит, что к любви не надо стремиться. Человеческой особенностью является именно потребность быть принятым в обществе. Но то, что рождается в этом случае, точнее называть не любовью, а зависимостью.

Любовь подразумевает равенство личностей, участвующих в создании этого чувства. Зависимость же соединяет в пару людей, которые постоянно выясняют: «Кто из нас лучше, а кто хуже?»

Достоинство формируется в незыблемости родительской любви. Уверенность в себе как в значимой личности позволяет отстаивать свои права, представления, что так необходимо для жизни с людьми, имеющими разные, а не единые мнения.

Наказанием, способствующим формированию зависимой личности, является угроза эмоционального отторжения, сопровождаемая сильным чувством вины. По нашим данным, дети, имеющие в семь лет измененные реакции на наказание, воспитывались в семьях, в которых родители предпочитали наказывать, а не поощрять, а наказание сопровождалось интенсивным чувством вины.

Насилие над ребенком актуализирует уникальный механизм. Ребенок рождается в этот мир, наделенным рефлексам — врожденными реакциями и импринтингом — запечатлеванием образа родителя. Это неосознаваемый механизм, по которому любой движущийся объект, запечатленный ребенком в первые часы жизни, оценивается как родитель. В дальнейшем при любой угрозе или опасности ребенок будет обращаться к нему для защиты. Этот механизм работает даже тогда, когда угроза исходит от самого родителя: подчиняясь природной закономерности, малыш (в возрасте до пяти лет) еще больше прижимается к бьющей его руке. Именно потому так часто дети сильно привязаны к опустившимся родителям, проявляющим садистические наклонности. Как следствие, трудно выявить насилие над детьми дома: даже из хороших детских домов дети рвутся к родителям, лишенным родительских прав из-за насилия над ребенком. Природный механизм, включенный еще тогда, когда у малыша не было критики, продолжает работать. Однако, если родители проявляют насилие позже пяти лет, этот механизм утрачивает свою силу.

Согласно законодательствам ряда стран (но не российскому),

вызывание чувства вины в другом человеке рассматривается как насилие. Для большинства россиян провокация вины составляет суть большинства скандалов в семье и является основой воспитания.

Это не значит, что чувство вины люди не должны переживать никогда. Человек, не испытавший угрызений совести, вряд ли способен понять боль другого, научиться принимать его со всеми недостатками, прочувствовать все многообразие оттенков мира в его несовершенстве.

А. Солженицын в «Архипелаге ГУЛАГ» отмечал, что только тот, кто пережил всю глубину человеческой слабости сам, способен принять другого в подобный момент, понять его ошибки и не злословить, когда оступился ближний. Личностью становится не человек, не совершавший ошибок, а тот, кто может на них учиться, кто способен преодолевать собственное несовершенство трудом. Для этого нужно не бояться видеть и свои слабости, и свои ошибки. Но увидеть их может лишь тот, кто уверен в собственной значимости, кто умеет постоять за себя.

Чрезмерное вызывание чувства вины ведет к безысходности, к ощущению невозможности измениться. В таком состоянии человек не в состоянии находиться долго. Включаются специальные механизмы психологической защиты, уводящие из памяти воспоминания об ошибках. Как пишет М. К. Щербаков, «...если раньше хоть стыд глодал, то вчера отнялся и он». К тому же возникает необходимость почувствовать себя значимым, вызывая чувство вины у того, кто находится рядом.

Именно поэтому родители, сами испытывающие чувство вины, часто вызывают его в детях, чтобы за их счет почувствовать собственную значимость. Однако виноватый родитель – лучший источник для манипуляций. Чрезмерно наказав ребенка, он испытывает вину и, раскаиваясь, излишне балует его. Интуитивно нащупав такие «качели», дети могут регулярно их раскачивать: своим плохим поведением вызывать чувство вины и

потом получать дивиденды, когда родитель искупает его. Именно поэтому так часто «хорошие» дети вдруг превращаются в «неуправляемых», а затем вновь, после сильного наказания, – в «идеальных».

Представим, что мать думает, будто ребенок на улице слишком нервозен и привлекает внимание прохожих к себе. Выходя с ним из дома, она будет волноваться. Ребенок почувствует эту тревогу и возбудится сам. Он начнет капризничать, что привлечет внимание прохожих. Ловя осуждающие взгляды людей (которые легко бросать, когда это происходит не с твоим ребенком), мать, стремясь соответствовать этим взглядам, накажет малыша. Он, в свою очередь, ощущая, что мать отвергает его, принимая сторону прохожих, усиливает неадекватное поведение. Скандал нарастает. Расстроенная мать приходит домой, уверенная в том, что сама виновата в происходящем, поскольку не способна воспитать ребенка правильно.

Ребенок же раз за разом будет вести себя на улице все более капризно, усиливая тем самым вероятность наказания. Если бы мать вышла из дома спокойной, а увидев его нервозность, подумала бы о том, что он нуждается в защите, то, скорее всего, обняла бы его под осуждающие взгляды прохожих. Это позволило бы разорвать уже сложившееся патологическое кольцо событий. Осуждающие взгляды – это все та же жажда крови за счет кого-то другого. Человек, имеющий своих детей, задумывающийся над проблемами воспитания, никогда не будет осуждать капризничавшего ребенка и его родителей. Он знает, что тому может быть великое множество поводов, а наказание на глазах «жаждущих справедливости» соотечественников вряд ли изменит поведение ребенка, причина которого лежит в страхе потерять родительскую любовь.

Одним из аспектов осознанного взаимодействия между поколениями является передача знаний об истории семьи. Роль этих знаний в сплочении родственников, принадлежащих разным поколениям, трудно переоценить. Сейчас существует несколько

направлений семейной психотерапии, для нормализации семейных отношений использующих совместное конструирование генограмм. Генограмма – таблица, в которой представляются родственные отношения в разных поколениях, даты жизни и смерти, значимые события (женитьба, развод, рождение детей, причины смерти и т. д.). Общение детей и родителей в процессе создания подобной генограммы позволяет каждому увидеть себя как члена большой ячейки общества, частью обширного дерева, имеющего глубокие корни, потомками славных, умелых, знающих людей, что повышает собственную значимость. Интуитивно ребенок чувствует, что он вырастет и сам обязательно станет таким же.

Политика большевиков на заре советской власти была направлена в том числе и на уничтожение «буржуазной» семьи. Предполагалось передать функцию воспитания детей государству и освободить женщину для творческого труда. Наряду с многочисленными репрессиями в сталинский период это привело к тому, что многие люди предпочитали не знать свое происхождение, и родители осознанно старались не отягощать своих детей сведениями о родственниках. Так создавалась искусственная преграда во взаимодействии поколений, а семья лишалась естественного психотерапевтического буфера.

Мы попытались узнать, что знают современные подростки (55 человек 14-ти лет) о своих семьях. Им предлагалось сделать генограммы со своими родителями. На выполнение задания давалось два месяца. Опрос детей к концу этого срока выявил следующее. Большая часть детей (немногим более половины) знает три поколения своих родственников – родителей, бабушек и дедушек и прабабушек и прадедушек. Из 30 детей, сумевших составить генограммы с представителями трех поколений, лишь один ребенок (3,3 %) смог сообщить не только имена, но и даты жизни своих родственников (прадедушек и прабабушек). Большая часть детей затруднялась в оценке возраста даже своих бабушек и дедушек. Практически никто не знал полных имен

прабабушек и прадедушек. Только двое из 55 детей смогли представить соответственно шесть и восемь поколений родственников с достаточно подробной информацией о многих из них. В обоих случаях школьники составляли генограмму вместе с бабушкой, а потому эти сведения были только по одной линии – либо отцовской, либо материнской, что подтверждает еще и тот факт, что соединяющиеся семьи не обмениваются этой информацией.

На вопрос «Почему ты не составлял генограмму с родителями?» дети ссылались на их высокую занятость. До сих пор существует негласное мнение о бесполезности такого рода информации, и отсутствует традиция общения на эту тему членов семьи, принадлежащих к разным поколениям.

Анализ результатов вскрыл еще одну сторону искаженного взаимодействия внутри семьи. В тех случаях, когда родители были разведены, дети могли описать только линию матери, не имея никакой информации о родственниках отца.

Каждый из читателей может оценить подлинность этих данных, мысленно представляя собственные возможности в описании генограммы своей семьи или хотя бы наличие потенциального источника для получения такого рода сведений.

Ощущение себя частицей большого семейного дерева было когда-то традиционным способом повышения собственной значимости, что существенно смягчало переживание вины, вызванной процессом воспитания. Исчезновение его усугубляет болезненное состояние слабости, зависимости. Без подобной опоры родитель переживает то чувство чрезмерной значимости, то бессилия, на фоне которых происходит общение с детьми. Подобные изменения настроения облегчают передачу детям искаженной реакции на эмоциональные стимулы. Чрезмерное наказание, когда ребенок отвергается родителями и остается один на один с огромным, пугающим его враждебным миром, порождает ощущение незащищенности и одиночества. Но оно же и закрепляется тем, что потом родитель заглаживает свою вину

перед ребенком, потакая его прихотям. Как следствие, у детей формируется искаженное реагирование: агрессия на радость и отсутствие ответа на насилие.

Родители обучают детей наиболее типичным поведенческим стереотипам: как формировать семью, любить в ней, воспитывать. В России традиционно формирование семьи считалось прерогативой мужчин (недаром же в начале XXI в. дети пишут сочинения о том, могла ли Татьяна писать письмо Онегину). Научить мальчика любить – задача прежде всего отца. Считается, что лучшее, что он может дать своим детям, – это любить их мать. Только так он покажет им, как один любящий человек относится к другому. Даря цветы матери, он обучит мальчика быть ответственным и внимательным, а ответная реакция матери научит девочку ощущать себя достойной и значимой, отвечать заботой на заботу. Но чему учит реальный отец в типичной семье?

Глава 5

Бьет – значит любит?

Умом Россию не понять – но и к сексуальному неврозу тоже не свести.

В. Пелевин. «Чапаев и Пустота»

Трудно найти взрослого человека, ни разу не произнесшего слово «любовь». Обычно, слыша его, большинство людей полагает, что говорящий имеет в виду то же, что и слушающий. Но число разводов (7 на 10 браков) свидетельствует скорее о другом. Каждый из супругов имеет свое представление о любви, которое они сформировали в тех семьях, где были воспитаны. Они привычно претворяют их в жизнь своей новой семьи, где и происходит столкновение этих взглядов.

Мы попросили 100 студентов гуманитарных специальностей (юристы, менеджеры, психологи) ответить на ряд вопросов,

касающихся типичных отношений в семьях, в которых они живут и которые видят вокруг себя. При этом ставилась задача выяснить, можно ли описать эти отношения как взаимодействие равных по статусу людей, если же нет, то какие другие отношения они могут напоминать?

Только 37 % студентов полагает, что отношения в семьях, которые они наблюдают, можно описать как равные. Большая часть считает, что они скорее соответствуют отношениям, когда жена занимает более высокий статус по сравнению с мужем. Около 10 % ответили, что главой семьи является муж.

В русской традиции типично заменять слово «любовь» со стороны женщины словом «жалеть». Жалеть, помогать, иногда – бояться, но не воспринимать мужа как равного, способного понять, быть другом.

Еще одной особенностью русской культуры в сфере, связанной с теплыми отношениями между мужчиной и женщиной, является весьма ограниченный круг слов, описывающих сексуальные отношения. Это означает, что язык не предполагает обсуждения подобных проблем между партнерами. Невозможность выразить ощущения словами не свидетельствует об отсутствии секса как такого, что подтверждается многовековым существованием русских. Особенности языка демонстрируют лишь проблему в общении между супругами, а не в действии. Обсуждение введения урока сексологии в школах вызвало бурную негативную реакцию со стороны общественности. Многие поборники нравственности настаивают на запрете сексуального образования в школе, ссылаясь именно на традиции русской литературы.

Однако русская традиция неоднозначна. В деревне и раньше и теперь используют для этого типа общения нецензурную лексику, а интеллектуальная элита XIX в., читавшая русскую литературу, в домашних условиях объяснялась на французском языке, в котором существует (если верить российскому философу И. С. Кону) широкий спектр соответствующих слов.

Сейчас, когда французский язык утратил свои позиции, этот словесный вакуум вновь занимает либо инвективная (бранная) лексика, которая компенсирует ограниченность языковых возможностей, позволяя отреагировать сексуальные желания через бранное слово, или назаборная живопись. Подобное описание ключевых моментов в жизни каждого человека (а от них ведь зависит выживание народа в целом) в «грязном слове» представляет собой ту же инверсию ценностей. Это следствие христианского запрета на переживание чувств при сексуальном взаимодействии, которые этим религиозным течением воспринимались как греховные. Муж и жена должны были «отправлять супружеские обязанности» – то есть совершать некоторые действия, приводящие к рождению детей. Речи не шло о совместных чувствах, признавались лишь обоюдные обязательства, при этом не было надобности обсуждать возникающие проблемы.

Возможно, что именно с этим связано редкое описание в отечественной литературе соответствующих отношений. Они появляются лишь на рубеже XIX–XX вв., когда Фрейд направил внимание общества на эту проблему и писатели подхватили тему.

В устном же творчестве – анекдоте – на другом, далеком от литературного, языке эта тема задействована, но весьма специфично, поскольку анекдот не интересуется чувствами и мыслями участников, описывая лишь их действия.

Анализ русской заповедной сказки, проведенный В. Ерофеевым, свидетельствует о том же. Заповедная сказка фиксируется исключительно на сексуальной сфере. Она совершенно безучастна к внутреннему миру, желаниям и чувствам женщины. Ее любимый положительный герой – солдат, с точки зрения которого обычно и ведется повествование. У женского персонажа сказки может быть то или иное желание, но оно не интересно герою. Он совершает свои действия вне зависимости от настроения и желаний партнерши, в

соответствии с теми задачами, которые сам себе ставит.

Современный вариант такого подхода реализуется в широко распространенном тесте «Что вы знаете о сексе?» (который часто печатается в популярных сборниках по психологии). В нем вводится уникальный вопрос: «Всегда ли жена должна быть готова к половому акту?» Правильным считается ответ: «Всегда, когда муж этого хочет». Обратный вопрос для мужчин авторы теста полагают излишним. Оставим это без комментариев. Достоинно внимания лишь то, что поведение в любви является наилучшим тестом при оценке личности.

Ребенок осваивает поведение любящего в раннем детстве, обычно, к возрасту шести лет. Человек психологически зрелый будет воспринимать отношения между мужем и женой как равные, когда каждому члену семьи предоставляются одинаковые возможности в реализации личностных качеств. Несущий груз вины человек будет регулярно снимать это тягостное ощущение слабости и незащищенности через унижение того, кто рядом. Наблюдение еще более слабого и униженного создает временное ощущение силы и значимости.

Этот последний вариант любви запечатлен в русской традиции формулой: бьет – значит любит. Но современный ее вариант включает не столько физическое насилие, сколько психологическое, участниками даже и не всегда осознаваемое. С физическим насилием проще. Уверенность, что необходимой стороной любви являются побои мужа, так же традиционна, как и другие, разбираемые в этой книге вопросы. Люди, вступающие в XXI в., несут ее, как и их предки. Выходя замуж, девушка верит в безбрежность любви, которой окружил ее возлюбленный, она рисует себе картины прекрасного будущего, хотя живет в мире, где мужья и жены ведут себя иначе, чем она и ее жених в мечтах. Но когда эта идиллия разбивается о быт, она не объясняет это исчезновением любви или неадекватным поведением в семье каждого из ее членов, не ищет причин и не пытается изменить что-либо. Ей вспоминается привычная

формула «бьет – значит любит», «кого люблю – того и бью». И она начинает приспосабливаться к этой новой стороне любви.

Статистика подтверждает, что насилие – широко распространенный феномен русской культуры. Согласно результатам, полученным в Комитете Государственной думы по делам женщин, семьи и молодежи, 30–40 % всех тяжких насильственных преступлений совершается в семье, причем 70 % жертв составляют женщины и дети. По данным Петербургского кризисного центра («Литературная газета», 1997, № 29), около 70 % женщин в течение жизни обязательно сталкиваются с насилием. В 51,2 % случаев это происходит в возрасте до 18 лет и чаще всего дома у жертвы. Виды насилия распределяются следующим образом: сексуальное составляет 58,1 % от общего количества, физическое (побои, истязания, нанесение телесных повреждений) – 30,2 %, психологическое – 9,3 % и, наконец, экономическое – 2 %. В разряде «сексуальное насилие» преобладают изнасилования (86,6 %), причем каждое седьмое совершает муж, да и физическое насилие в 74,4 % случаев – также он.

По-видимому, столь низкие цифры психологического насилия объясняются не тем, что оно встречается редко, а тем, что жертва обычно не определяет соответствующее действие партнера как насилие. Согласно современным правовым нормам (но не в России), к психологическому насилию относятся и такие его формы, как вызывание чувства вины у собеседника. Разбор любого скандала в семье обязательно обнаруживает стремление одного из его участников (а часто и у обоих) вызвать чувство вины у другого, уязвить, обидеть, унижить. Пристальный анализ показывает, что это не попытка решения проблемы (она разрешается в спокойной обстановке, когда учитываются точки зрения каждой из сторон), а желание взвалить ответственность за ситуацию на плечи другого человека. Обвиняя друг друга, они срывают на ближнем накопившиеся эмоции. Это привычный способ снятия стресса, а не решения проблемы.

Однако является ли этот феномен «русским» явлением? Статистика отвечает на этот вопрос отрицательно. Русским в нем остается только равнодушие общества к фактам насилия и нежелание ограничить семейные разборки законодательным путем. (Возможно, потому, что большинство в Думе – мужчины и никто не оценивал, как распространено это явление в их семьях. А то, как они без зазрения совести могут думских женщин таскать за волосы, видели все.)

По данным доклада о женщинах, подготовленного в ООН в 1995 г., насилие над женщинами их мужьями или сожителями довольно распространено во всем мире и не ограничивается единичными случаями. Оно всюду идет рука об руку с психологическим. Согласно статистике, полученной в американском штате Аризона, 70 % женщин, которых били мужья, регулярно выслушивали от них угрозы.

Опрос свидетельствует о том, что в большинстве развитых стран процент женщин, изнасилованных собственными мужьями или партнерами, в среднем составляет около 25 % (то есть каждая четвертая женщина!). Исключением является Япония, где эта цифра поднимается до 59 %. Однако выпадение Японии из ряда других стран говорит не о том, что насилие там более распространено. Возможно, в этом опросе женщины более откровенны или под насилием они понимают то, что есть практически в каждой семье, но вполне благопристойно называется «исполнением супружеских обязанностей».

Согласно данным, приведенным Лорой Маккроски в книге «Домашнее насилие», 44 % женщин соглашались на сексуальные игры (поглаживание, поцелуи, прикосновение, но не половой акт) в тот момент, когда этого не хотели, но не могли отказаться и от продолжения в связи с настойчивостью мужчины.

То, что эти цифры отражают реальность, а не свидетельствуют о буйном воображении женщин, подтверждает опрос 1700 студентов Род-Айлендским центром по проблемам насилия. Большинство опрошенных считают, что бывают обстоятельства,

при которых мужчина имеет право совершать половой акт с женщиной без ее согласия. Так, 80 % из них заявили, что мужчина имеет право принуждать к этому жену, 70 % полагают, что не требуется согласие женщины для мужчины, если они собираются пожениться. 61 % респондентов утверждает, что мужчина может заставить женщину, если ранее он уже вступал с ней в половую связь. И практически все уверены, что это возможно с женщиной при алкогольном опьянении. Эти цифры с лихвой покрывают даже данные, полученные в Японии.

По-видимому, психологическое насилие распространено еще больше. Оно отличается от физического прежде всего тем, что одинаково присуще и мужчинам и женщинам. Оно включает следующие виды воздействия.

Запугивание, при котором у жертвы вызывается чувство страха, взглядом, действием, словом, жестом. Наиболее простой способ запугать супругу(а) – угрожать отобрать, увести от нее (него) детей. Всплеск разводов после взросления детей свидетельствует о том, как много людей живут вместе исключительно из-за боязни потерять их. Использование детей – один из самых распространенных методов психологического насилия. При этом один из супругов обещает отнять детей, вызывает чувство вины перед ними, заставляет отпрысков передавать какие-то сообщения для жертвы в специфических высказываниях, дискредитирующих ее. Возможны сцены, когда за столом в лицо жене выливается якобы пересоленный суп. Это сопровождается назиданиями в адрес наблюдающих все это детей. Жена, оскорблявшая мужа, после его заявления об уходе может спрятать или продать ценные вещи, а детям сказать, что это сделал их отец.

Иногда демонстративно портятся вещи, проявляется жестокость по отношению к любимым домашним животным. Реальных случаев такого рода каждый из читателей вспомнит достаточно. Например, муж прячет зимние сапоги жены, которые она не может найти и опаздывает на работу. Или жена

выбрасывает с девятого этажа велосипед мужа.

Запугивание сопровождается эмоциональным оскорблением. Оно проявляется в том, что намеренно принижается достоинство жертвы, ее самооценка, оскорбляются любимые ею люди или предметы, вызывается чувство вины. Например, утверждается, что она (жертва) – плохая мать (отец), плохой работник, никудышный человек и т. д. То же самое заявляется о ее (жертвы) родственниках и близких людях.

Запугивание связано с принуждением и угрозами. Например, человека заставляют поступить так, как он считает недостойным для себя, используя угрозу развода: например, порвать с родственниками или друзьями, что приводит к одиночеству жертвы в дальнейшем. Это позволяет насильнику действовать еще более свободно. Иногда он запрещает жене плакать и жестоко наказывает за любое проявление эмоций. Изоляция реализуется в тотальном контроле поведения жертвы, ограничении круга знакомых, вспышках ревности по пустякам. Например, муж может хронометрировать путь жены от работы к дому и подвергать ее оскорблениям за любое опоздание.

Оправдание собственных действий и перекладывание ответственности за конфликт на жертву. В этом случае избивающий жену муж говорит: «Ты сама довела меня до этого».

Трудно жить с ощущением, что ты совершаешь насилие. Поэтому механизмы психологической защиты помогают забыть собственные действия и акцентироваться на поведении того, против кого эти действия и совершаются. При этом в сознании не остаются реальные слова или события, но след от работы механизмов психологической защиты состоит в том, что остается неприятная эмоция, которая и ассоциируется с жертвой.

Присвоение единоличного права принимать ответственные решения. Обычно это объясняется сентенцией «Вы едите мой хлеб».

Возможны и экономические санкции, когда человек не дает денег на семейные нужды, контролируя все расходы. Самым

распространенным примером такого рода является ситуация, когда в семье рождается ребенок. В этом случае жена полностью экономически зависит от мужа, который должен больше зарабатывать, поскольку изменился бюджет семьи. Но часто он не начинает больше работать, а дотошно проверяет все покупки вплоть до нижнего белья жены и средств гигиены, сопровождая свои действия словами: «Ты не умеешь вести хозяйство. Ты много расходуешь». Такое поведение может отмечаться не только в бедных, но и в весьма состоятельных семьях. Подобные действия мужа объясняются желанием тотального контроля, чтобы всегда иметь повод для снятия стресса за счет жены.

Итак, одним из опаснейших мест пребывания человека в мире является не темный переулок или подворотня, а семья – то пространство, которое изначально планируется как защитное, где хочется расслабиться и наконец-то почувствовать вкус уверенности в себе. Но именно здесь человек чаще всего чувствует себя виноватым, слабым, неуважаемым, плохим и т. д.

Появление насилия в российской семейной традиции вполне объяснимо. Длительное рабство унижало мужчину. Вот и отыгрывался он на еще более бесправном существе – женщине. Часто говорят, что это типично русская ситуация. Но это не так. Русские, уважающие себя и других, не ведут себя подобным образом. Сохранение этого феномена в настоящее время объясняется отсутствием реального механизма, с помощью которого можно отстоять свое достоинство в жизни. Правовая ситуация в стране такова, что психологическое насилие возможно всюду – на работе, в транспорте, в магазине. Нельзя подать в суд на хама-начальника, поскольку еще до разбирательства человек лишится работы, да и правосудие может оказаться на стороне начальника (и чем выше положение начальника, тем более вероятен исход дела). Мы не говорим здесь о всех судьях, мы говорим о системе вообще. Загруженность судопроизводства и высокая оплата грамотного адвоката не позволяют человеку с ограниченными средствами

широко отстаивать собственные достоинство и честь.

Психологически зрелый человек может справляться с этой ситуацией. Он знает себе цену и не нуждается в оценках со стороны, чтобы чувствовать себя достойным и значимым. Ответственность за последствия своих поступков является важнейшим ориентиром его деятельности. Тот же, кто не чувствует себя значимым, достойным уважения, зависит от оценки со стороны, в трудных ситуациях предпочитает отыграться (совершенно бесплатно) на том, кто находится рядом и в силу обстоятельств не может призвать к ответу. Жена (муж) может быть идеальной мишенью для такого человека.

Справедливости ради стоит сказать, что сейчас психологическому насилию в равной мере подвергаются и мужья, и жены. Весьма часто это – мужчины, теряющиеся перед хамством жены и предпочитающие сохранить семью ради детей. В тех семьях, где насилие осуществляет женщина, она оказывает эмоциональное давление на мужчину и унижает его словами. Боясь показаться слабым, он редко сообщает об этом кому-то еще. Кроме того, пытаясь спасти детей от такой матери, муж предпочитает терпеть это насилие, не рвать связь с семьей, заранее зная, что весь удар в этом случае примут на себя дети.

Возможен также вариант, при котором оба члена семьи взаимно оскорбляют друг друга. В этом случае скандалы носят как бы разряжающий характер и заканчиваются взаимным примирением до следующего такого скандала. Поскольку оба супруга «достойны» друг друга, они часто и не воспринимают такое поведение как насилие.

И насильник, и жертва (мы будем говорить как о физическом, так и о психологическом насилии) – оба являются авторитарными личностями. Они зависимы от мнения других в оценке себя и своих возможностей. Чем грубее ведет себя хам (вне зависимости от его пола) дома, тем подчеркнута вежливее и корректнее он с окружающими. Жалобы жены (мужа) могут вызвать удивление у сослуживцев, никогда не видевших

проявление гнева и нетерпения у своего коллеги. Он же, в свою очередь, накопив агрессию в течение дня, расточаясь в услугах перед людьми достаточно далекими от него, активно изливает гнев на домочадцев.

Особенностью незрелой личности являются крайне высокие требования к себе и другим. Однако это не значит, что она стремится соответствовать им. Она активно предъявляет требования к окружающим, и чем ближе человек, тем они выше. Однако, соотнося свои собственные поступки с идеалом, подобный человек неосознанно включает механизмы психологической защиты, препятствующие получению полной информации извне. Это позволяет ему полагать, что он сам соответствует требованиям, а вся информация, не соответствующая этому представлению, исчезает в недрах бессознательного или существенно изменяется.

Несмотря на то что механизмы психологической защиты меняют самовосприятие насильника, где-то подспудно всегда существует реальная оценка собственных возможностей, которая в какой-то момент и приводит к ощущению слабости, «плохости», неполноценности. И тогда, стремясь хотя бы на некоторое время снять это ощущение, человек будет сравнивать себя с кем-то, кто хуже, слабее, ничтожнее. Можно просто найти такого человека, а можно и самому создать условия для его унижения.

Ситуация облегчается тем, что у жертвы насилия, как психологического, так и физического, легко вызвать чувство вины, страха, неловкости. Обычно и насильник убеждает ее, что именно она виновата в происходящем. Тогда жертва начинает отрицать и перед собой, и перед другими, что имело место насилие. Она пытается забыть его, не придавать ему значение, извинить или оправдать насильника. Иногда жертва внушает себе, что она неправильно поняла его, потому что осознание насилия для нее болезненно. Она одновременно испытывает стыд и страх.

В одном случае женщина обратилась к психологу с просьбой улучшить ее память. Она уже много лет училась в вузе и не могла его закончить, потому что очень плохо запоминала материал. В процессе анализа ее семейной жизни выяснилось, что она регулярно подвергалась насилию, но никогда не расценивала это обращение с собой как таковое. Более того, она использовала слова, смягчающие обстоятельства. Она говорила, например: «Он меня немного придушил» – вместо откровенного «душил»; «пристукнул» – вместо «бил». Это была словесная попытка спрятать от самой себя и окружающих страшный для ее самосознания факт.

В процессе работы она вспомнила, что, когда забеременела, ее муж, который в то время был студентом, посчитал, что им еще рано иметь детей. Он отправился в библиотеку и вернулся оттуда с рецептом избавления от ребенка, творчески разработанным им самим. Он знал, что летальная (смертельная) доза – это количество препарата, ведущего к смерти взрослого человека, и предположил, что половинная летальная доза приведет лишь к смерти ребенка. Он изготовил напиток, содержащий половинную летальную дозу мышьяка, и предложил своей жене. Женщина даже не делала попытки не пить его.

Только в процессе анализа эта женщина вспомнила и осознала, что после рождения ребенка боялась оставить отца и сына вместе, полагая, что отец может сбросить его с четвертого этажа. Конечно, для того чтобы жить с таким человеком, она должна была забывать огромное количество ежедневно происходящих событий и не осознавать происходящее как насилие.

Мы уже знаем, что подобное изменение восприятия эмоциональной информации называется инверсией. Она является одним из симптомов невротического расстройства. Последствия домашнего насилия выражаются как в изменении настроения, так и в ухудшении здоровья. Снижается активность иммунной системы, а значит, резко увеличивается вероятность возникновения раковых заболеваний, респираторных инфекций,

аллергических реакций. Болезни постепенно становятся хроническими. Нередко насилие приводит к суицидальным попыткам, депрессии, алкоголизму, ухудшению памяти.

Проблема заключается в том, что жертвы не говорят о домашнем насилии, скрывая это, поскольку все равно современное законодательство не защищает их от него. А это означает, что, вернувшись опять к своему мучителю, жертва будет терпеть еще большее насилие. По этой же причине мы мало знаем о насилии над детьми. После суда их вновь возвращают в ту же семью. Легко представить, что их ждет еще более изощренное воздействие.

Более того, существуют стереотипы культуры, согласно которым мужчина должен быть агрессивным, а женщина – мягкой, пассивной и беззащитной. Эти стереотипы старательно поддерживаются мифом, будто женщина не только терпит, но и любит насилие. Огромное число мужчин уверено, что сопротивление женщины – лишь часть сексуальной игры. Это представление внедряется с помощью средств массовой информации (например, фильм «Унесенные ветром»).

Да и дети, которые постоянно подвергались насилию со стороны родителей, постепенно перестают различать любовь и насилие, и из них получаются подобные же взрослые.

Важным фактором роста насилия является стрессовая ситуация, сопровождающая переходный период жизни страны. Ухудшение экономической ситуации, трудности устройства на работу, нехватка средств – все это снижает уровень самооценки и увеличивает желание отыгаться на более слабом у тех, кто не умеет сам отвечать за свою жизнь. Отсутствие условий, при которых каждый акт насилия можно было бы зафиксировать и обсуждать в судебном порядке на основе соответствующих законов, ведет к безнаказанности насильников и не пресекает их действия еще в самом зародыше. Наконец, правовая безграмотность, чрезмерное чувство вины ведут к тому, что жертвы насилия не пытаются наказать и ограничить насилие, они

стремятся лишь приспособиться к нему.

Психологический анализ людей, проявляющих насилие, не выявил какой-то определенной, единственной черты в их характере. Общими признаками подобных людей можно считать незрелость личности, низкую самооценку, отсутствие знаний об адекватных методах решения собственных конфликтов и, безусловно, неумение любить. В то же время изучена периодичность актов насилия и закономерность его появления.

После периода (разного в каждой семье) некоторого относительного благополучия постепенно возникают мелкие ссоры. Они усиливаются, и напряжение выливается в скандал из-за любой незначительной причины. В этот момент насильник практически не владеет собой и может делать то, в чем позднее наверняка будет раскаиваться. После ссоры с оскорблениями, избиением, вызыванием острого чувства вины и унижения партнера оскорбитель сам первоначально испытывает стыд и чувствует себя виноватым. Он стремится заглавить произошедшее, наладить отношения с партнером. Здесь возможно два вида поведения.

В первом случае насильник берет на себя вину и обещает, что такого больше не повторится. Он объясняет свое состояние тем, что некто на стороне обидел его. Во втором случае он ведет себя так, как будто ничего не произошло. При попытке партнера разобраться насильник утверждает, что именно партнер довел его до такого состояния и если он будет вести себя иначе, то подобное никогда не повторится. Однако это безусловная иллюзия. Скандал возникает из-за изменения внутреннего состояния насильника и не зависит от поведения партнера. А это состояние внутреннего напряжения у незрелой личности периодически требует разрядки, что в конечном итоге вновь приведет к очередному взрыву. Жена безуспешно будет стремиться предугадать действия ее супруга. Тем не менее любой привычный проступок станет поводом для скандала.

Особенностью этого второго типа поведения будет также

обязательное требование признания партнером вины. Скандал может прекратиться, только когда жена извинится, вне зависимости от того, насколько обоснованны обвинения мужа, причем, чем менее они обоснованы, тем более бурных признаний требует насильник. Именно это признание виновности и является истинной целью действия незрелой личности: увидеть перед собой более слабого, более униженного человека, что позволит испытать на некоторое время чувство превосходства.

Причиной скандалов часто выступает ревность. Иногда муж поминутно рассчитывает дорогу жены до дома, не принимая во внимание возможные задержки транспорта. Пятиминутные опоздания будут объясняться изменой, насколько бы абсурдно ни выглядели подобные обвинения. Часто женщины, не желая вызывать скандал, стремятся рассчитывать каждый свой шаг. Но ревнивец находит все новые и новые аргументы, сужающие круг действия женщины.

Другой распространенной в настоящее время причиной скандалов в семье является более успешная профессиональная деятельность жены по сравнению с мужем. Тогда он начинает изыскивать оскорбляющие супругу причины ее успеха, принижая ее умственные способности или внешние данные.

Жертве следует понять, что не имеет значения, кто спровоцировал ссору. Насилие, оскорбление не являются адекватной реакцией при разрешении любых конфликтов. Более того, идя на поводу у насильника, стремясь в дальнейшем быть более осторожной, чтобы не вызвать новый скандал, она лишь сокращает спокойный период, повышая вероятность очередной ссоры. Изменение ее поведения воздействует и на него. Он неосознанно осуждает свое поведение, а значит, и чувствует себя слабым. Чтобы ощутить силу, ему понадобится все чаще и чаще прибегать к унижению своей жертвы.

Только достойное поведение жены, переставшей считать себя жертвой, позволит вырваться им обоим из создавшегося круга. К

сожалению, прямой разговор жертвы с насильником об этих проблемах не изменит ситуацию. В его сознании жертва навсегда лишена права высказывать верные мысли. Эту роль может взять на себя малознакомый человек, лучше, если это будет психолог.

При возникновении первых симптомов насилия или оскорбления между близкими людьми не стоит полагать, что это случайная ситуация, и скрывать недоумение и неудовлетворенность происходящим. Следует сразу же проговаривать все проблемы поведения. Будущие жертвы обычно поступают иначе. Они молча пропускают небольшие уколы, полагая, что в силу любви, из-за детей и т. д. следует стерпеть, поскольку, возможно, насилие произошло случайно. Даже в тех ситуациях, когда оно действительно возникло случайно, стоит сразу же оговорить, что вы не намерены терпеть этот тип поведения. В противном случае постепенно случайное насилие станет регулярным. Это обусловлено следующим механизмом.<

> Каждый человек осознанно или неосознанно объясняет себе свое поведение. Сделав едкое замечание и не получив отпора, он должен оправдать свое поведение, включая механизм психологической защиты. «Если она согласилась с моим высказыванием, значит, она действительно такая, а я прав» – удобное утверждение во внутреннем монологе. Это позволяет сделать следующий небольшой шаг, усиливая оскорбление. Так постепенно, шаг за шагом самый обычный человек все более и более унижает близкого и оправдывает свое поведение до тех пор, пока словесная перебранка не перерастет в рукоприкладство.

В этом смысле, конечно, жертва, как и ее партнер, несет ответственность за создавшиеся отношения. Дав отпор в первом же случае, она не позволит включить супругу механизмы психологической защиты. Это не значит, что ничего нельзя сделать и потом. Просто, чем позднее жертва осознает свое положение, тем более вероятен развод. Зайдя слишком далеко по

пути оскорбления, муж не сможет нести ношу ответственности единолично за создавшееся положение. Да и слова оставляют довольно болезненные следы в душах каждого из супругов.

Иногда жертва терпит оскорбления потому, что боится разрушить семью. К сожалению, в этом случае люди не знают, что поведение насильника чаще всего будет воспроизведено в дальнейшем детьми. Они усвоят данный стереотип поведения и будут полагать, что любовь – это и есть насилие. Именно поэтому жена (или муж) в подобном случае ради детей обязана разорвать такого рода цепи и потребовать на любом этапе развития семьи достойного к себе отношения.

Формирование насильника из обычного человека изучил американский психолог Стэнли Милграм. Результаты экспериментов поразили даже его самого. Он показал, что осуществить насилие может практически любой добропорядочный человек, если его поставить в определенные условия. Психолог предлагал добровольцам (студентам, домохозяйкам и другим людям, нуждавшимся в деньгах) участвовать за вознаграждение в эксперименте по изучению механизмов памяти в Йельском университете и играть роль учителя. Они должны были обучать других добровольцев. В действительности «учеником» тоже был экспериментатор. «Учитель» и «ученик» находились в разных помещениях и слышали друг друга через микрофон. «Учитель» предъявлял «ученику» списки слов, которые последний должен был затем припоминать. Если он ошибался, то «учитель» обязан был нанести ему удар тока.

Когда «учителей»-добровольцев знакомили с правилами, им наносили слабый удар тока, чтобы продемонстрировать, что это совсем не больно. Однако по правилам при каждой следующей ошибке следовало усиливать ток. Первый удар начинался с очень слабого тока 15 вольт. Каждый шаг увеличения составлял также 15 вольт. Таким образом, после второй ошибки удар составлял 30 вольт, затем – 45 и т. д. Перед «учителем» находилась панель с

кнопками в диапазоне от 15 до 450 вольт (!!!). Стоит напомнить, что в бытовых электрических розетках – 220 вольт. При этом на панели были пометки «слабый удар», «очень чувствительный удар», «опасно: мощнейший удар», а на отметках 435 и 450 была пометка «XXX». Реально «ученик» вообще не получал ударов, но «учителю» об этом не сообщалось.

Предварительно опросили группу экспертов, чтобы выяснить их прогноз вероятности того, что один человек сможет нажать кнопку 450 вольт, чтобы наказать другого человека, абсолютно незнакомого ему, по причине весьма сомнительной необходимости изучать механизмы памяти столь странным образом. Большинство экспертов были уверены, что не более 2 % людей смогут преодолеть отметку 135 вольт. Однако реальность превзошла все прогнозы: 64 % «учителей» доходили до отметки 450 вольт. Тогда Милграм усилил экспериментальную ситуацию тем, что после отметки 75 вольт «ученик» включал магнитофон, где были записаны восклицания от «ой» до громких агонизирующих криков. Число испытуемых, достигших отметки 450 вольт, немного уменьшилось, но все равно осталось большим.

Особенностью эксперимента явилось то, что «учителя» к ударам побуждал экспериментатор, однако он не заставлял, а настоятельно рекомендовал. Он постоянно говорил, что эксперимент надо проводить по правилам. Оказалось, что существуют условия, при которых спровоцировать «учителя» на болезненное «наказание» «ученика» легче, чем при других.

Например, если «учитель» не видел «ученика», то с большей легкостью жал на кнопку, которая включала электрическую цепь. Если «ученика» можно было видеть, то «учитель» чаще отказывался от выполнения инструкции. Недаром современные войны ведутся не в рукопашной схватке, а с помощью бомбометания. Сбросить бомбу или ракету на Хиросиму или Косово много проще, чем глядеть в глаза тем людям, которые превращаются в живые факелы благодаря твоим действиям.

Исследования психологов показали, что во время Второй мировой войны только 25 % пехотинцев стреляли по цели в бою. Навести же ракету на точку на радаре не составляет труда.

Еще одним значимым фактором был авторитет побуждающего к действию человека. Если «учителю» говорили, что рядом с ним стоит профессор Йельского университета, то он с большей вероятностью становился более жестоким. Если же говорили, что это – лаборант, то человек отказывался проводить эксперимент и называл его бесчеловечным. Поэтому, чем больший статус занимает насильник, тем с большей вероятностью жертва терпит измывательства. Насильник же принижает достоинства жертвы для оправдания своего поведения.

Другой фактор, облегчающий жестокость по отношению к близкому, – возможность оправдания собственных действий (т. е. фактически это рационализация). Именно поэтому большинство насильников обычно обвиняют жертву в том, что она довела их до бешенства. Их же собственное действие было лишь ответом на безобразное выступление жертвы. Во время военных конфликтов для этого служит пропаганда, которая обвиняет во всех грехах человеческих тех, кто подлежит уничтожению.

Еще одним важным моментом, способствующим совершению «учителями» крайне болезненных наказаний (нанесению фактически несовместимых с жизнью ударов тока), было пошаговое усиление. Мы уже отмечали, что насильник становится таковым постепенно. Сначала он скажет едкое замечание в адрес жены. Если она его стерпит, то происходит усиление словесного оскорбления. Особенностью человеческого восприятия является то, что, оправдывая себя, мы начинаем верить, будто те, кого мы оскорбили, достойны обидных слов. Это, в свою очередь, облегчает дальнейшее воздействие на жертву.

И, наконец, чем более психологически зрелым является человек, тем с большей вероятностью он будет доверять своему опыту, сможет отстоять собственный взгляд на происходящее и

не будет ловиться на чьи-то уговоры и сомнительные предложения. Эксперименты Милграма предупреждают, как важно создавать условия, которые не допускали бы насилия.

Если человек с детства воспитывался в семье, где родители унижали друг друга, то он должен знать, что у него подспудно существует склонность реагировать насилием в стрессовых ситуациях. Однако подобное поведение можно предотвратить, если позволить себе перестать быть виноватым и начать нести ответственность за то, что совершаешь.

Глава 6

Сказка ложь, да в ней намек...

Куда спокойней раз поверить,
Чем жить и мыслить каждый день.

Н. Коржавин

Карл Густав Юнг в начале XX столетия путешествовал по многим странам, изучая культурные традиции, легенды, сказки разных народов. Он был поражен тем, что сказки людей, живущих на различных континентах, разделенных морями и горами, имеют одинаковых героев, совершающих одни и те же поступки ради одних и тех же ценностей. Юнг предположил, что это единообразие обусловлено одинаковыми психическими структурами, являющимися первоосновой образов, которые затем воплощаются в сказаниях. Эти структуры он назвал архетипами – древними идеями. Это основные компоненты наиболее глубокой части психики – коллективного бессознательного. Оно носит такое название, поскольку находящиеся в нем архетипы одинаковы у людей, принадлежащих к одной культуре.

Раннее общение с ребенком людьми связано не только с

передачей ему конкретной информации, но и с трансляцией многочисленных символов через сказки, песни, предания, мифы, пословицы и с поговорки. Своеобразие народного творчества проявляется в многоуровневости смысла, образности и недосказанности. Попадая на специфическую почву детского восприятия, эти образы, не осмысляясь ребенком, сохраняются в глубинной части его психики. Особенность хранения их заключается в отсутствии критики по отношению к ним. Мы редко задумываемся над словами и впечатлениями, полученными в детстве. Они фиксируются в виде само собой разумеющихся истин в конечной инстанции, незыблемость которых тем тверже, чем раньше они были восприняты.

Психика ребенка представлена бессознательным. Общение со взрослыми ведет к становлению сознания и к некоторому структурированию бессознательного. Каждое слово несет в себе совокупность смыслов, объединенных в единое целое чередой поколений. Любой народ, создавая язык, формирует и символическую систему описания воспринимаемого мира.

Согласно представлениям немецкого философа В. Гумбольдта, «Как отдельное слово становится между человеком и предметом, так и весь язык (как мирозерцание высшей единицы, народа) – между человеком и действующей на него природою... Так как чувство и деятельность человека зависят от представлений, а представления – от языка, то все вообще отношения человека ко внешним предметам обусловлены тем, как эти предметы представляются ему в языке... каждый народ обведен кругом своего языка и выйти из этого круга может только перешедший в другой». Именно поэтому многие русскоязычные люди, покинувшие Россию и проживающие в другой стране, не освоив язык новой родины, остаются в рамках тех языковых традиций, которые были им свойственны до отъезда. И немцы, выехавшие в Германию, и евреи, поселившиеся в Израиле, воспринимаются там как русские.

С одной стороны, язык – это некоторая деятельность по

созданию мысли каждым членом общества. С другой – это огромное произведение, написанное многими поколениями народа данной страны в течение веков. Познавая этот язык, ребенок впитывает и свойственную языку систему описания мира. Именно поэтому малыш, рожденный в африканском племени, получит через язык описание мира, свойственное тем, кто его воспитывает. Оно будет в существенной мере отличаться от тех представлений, которые впитает ребенок, живущий в России. Но и дети, рожденные в России в период Второй мировой войны, через языковые структуры получили иное описание мира, чем дети, жившие в той же России, но в период «перестройки».

Через слово ребенок познает мир, уже воспринятый другими людьми и структурированный таким образом, который доступен человеку на данном этапе развития. Более того, другие люди становятся для него зеркалом, позволяющим понять, кем он является сам.

Ребенок привыкает смотреть на себя глазами других людей, через их оценки, их описания. Спустя некоторое время он сам начинает давать себе подобные оценки и описания. Пользуясь языком, он определит свое место в мире и взаимоотношения с властью, обществом, друзьями, любимыми. Именно поэтому знание другого языка или языков позволяет человеку видеть больше аспектов в событиях, которые кажутся однозначными в понимании того, кто владеет лишь одним языком.

Русский язык, являясь красочным и сочным, многообразным и многословным, с удивительной яркостью фиксирует особенности ментальности русскоязычного человека. Например, плата за труд в нем называется «жалованьем» – от «жаловать», «миловать». Таким образом, уже в языке заложена не договорная форма оплаты, как в других странах, а по воле, желанию, милости работодателя: хочу – жалую, не хочу – не жалую. Возможно, именно поэтому в России люди могут годами работать, не получая полагающегося вознаграждения.

Другой подобный пример реализуется в слове «работа». Внутренняя форма его непосредственно связана со словом «раб». Вот как точно отразил это отношение к труду тонко чувствовавший родной язык Александр Блок:

Работай, работай, работай,
Ты будешь с уродским горбом.
За долгой и честной работой
За долгим и честным трудом.
Под праздник другим будет сладко,
Другой твою песнь споет,
С другими лихая солдатка
Пойдет подбочась в хоровод.

Возможно, именно поэтому труд в стране не воспринимается как деятельность, приносящая радость и удовлетворение. Да и к рабочему весьма часто отношение не как к мастеру, а как к рабу – не ценится ни специалист, ни качество. «Незаменимых людей нет» – это проходит сквозь всю летопись России и ощущается каждым: и тем, кто проживает далеко за ее пределами, и тем, кто все еще надеется быть полезным ей здесь.

Слишком долго на Руси владычествовало рабство, чтобы закрепилось в обществе положительное отношение к самому естественному поведению всего живого. Все сущее может жить только в движении, созидании. И лишь человека, поставленного в нечеловеческие условия, может отвращать естественное состояние движения. Работа приятна, если ее ценят другие, если она вызывает восхищение. Но, как и во времена Левши, когда мастер ценился всюду, но только не в родном отечестве, к специалистам относятся так же и сейчас, будь то врач, учитель, ученый. В. Ерофеев, рассматривая русские сказки, утверждает: «Русские сказки то слащавы, то дивно циничны. В них презираются ум и работа. Там торжествует обман и чудо».

С этой точки зрения удивительные результаты можно получить при анализе самой первой сказки, которую слышит любой

русскоязычный ребенок – «Курочка Ряба». Именно с нее начинается познание мира через книгу. Спросите любого русскоязычного взрослого или ребенка – и услышите ее слово в слово, вне зависимости от того, сколько времени прошло от первого знакомства с ней – 20, 40, 60 лет.

Текст сказки незатейлив.

Жили были Дед и Баба, и была у них Курочка Ряба. Снесла Курочка яичко, да не простое, а золотое. Дед бил-бил – не разбил. Баба била-била – не разбила. Мышка бежала, хвостиком махнула, яичко упало и разбилось. Дед плачет, Баба плачет, а Курочка кудахчет: «Не плачь Дед, не плачь Баба. Я снесу вам яичко другое – не золотое, а простое».

Очень часто при пересказе в конце автоматически произносятся: «...не простое, а золотое». Это говорит о том, что текст повторяется без попытки осмысления, как канонический. Он кажется простым и не вызывающим никакого сомнения.

Сказка непритязательная, испокон веку пересказываемая. Но в чем ее смысл?

Баба с Дедом захотели разбить яичко. Стали его бить, а когда оно разбилось – почему-то заплакали. Почему? Большинство людей становятся в тупик перед этим вопросом, поскольку, регулярно рассказывая детям, сами редко задумываются над содержанием. Только дети задают эти вопросы, но редко получают ответы.

Очевидно, они плачут не потому, что содержимое яичка оказалось на полу. Достаточно вспомнить рисунки в детских книжках, на которых художники, находящиеся под воздействием сказочного повествования, рисуют, как Баба и Дед колотят им прямо по столу, иногда молотком или скалкой, явно не собираясь затем его жарить. Будь у них другое ощущение от сказки, они изобразили бы, как старики осторожненько пытаются выпростать его в посудину. Не все ли равно, откуда потом собирать яйцо – с пола или со стола?

Очевидно, они плачут и не потому, что хотели есть. Поскольку

яйцо золотое, то, сдав скорлупку в ломбард, они могли бы купить много простых яиц и хорошо пообедать не единожды.

Этот вариант, до боли знакомый каждому россиянину, был некогда подготовлен К. Д. Ушинским, убравшим из народной сказки (бытовавшей и на Украине, и в Белоруссии) весьма существенный кусок. В нем говорилось о том, что внучки, которые принесли ведра с водой, узнав о случившемся, ведра разбили, а воду разлили, мать опрокинула квашню, отец сломал кузницу, а проходивший мимо поп снес колокольню. Далее цепочка трагических событий привела и вовсе к фатальному концу: крестьяне, узнав про яичко, сожгли деревню.

Встает резонный вопрос: что же это за событие, побудившее жителей деревни к такому буйному уничтожению основных средств существования? Ответить на него невозможно, если анализировать на уровне здравого смысла и бытового языка. Такие старые сказки имеют архетипическое содержание, то есть несут в себе символы, требующие осмысления. Среди архетипов одним из основных является яйцо – то, из чего рождается все: мир, человек, бог, вселенная, жизнь. Очевидно, что отличие сказочного золотого яичка от обычного заключается не в золотой скорлупе. Если бы это было так, Дед и Баба, не проливая слез, заложили бы ее в ломбард и были бы счастливы до скончания века. По-видимому, дело в необычности яйца. Впервые Дед и Баба видят нечто такое, с чем никогда не встречались ранее. Как же они поступают с ним? Точно так же как и с обычным – просто разбивают, уничтожают. Подожди они немного, и, возможно, из него появилась бы своеобразная курица, новый мир – да мало ли что? Но у них кроме желания бить никаких мыслей не возникло.

Затем возникает новый архетипический персонаж – мышь. Ее отличие от многих других героев русских сказок состоит в том, что она часто становится ключевым объектом, действие которого приводит к разрешению ситуации. Есть мнение, что архетип мыши – это заместитель бога.

Тогда вся сказка могла бы читаться так: некто дает Деду и Бабе

яйцо, с которым они никогда не встречались, и наблюдает, как они с ним обращаются. Обнаружив, что они способны лишь к уничтожению, он забирает его у них. Но далее следуют слова Курочки, обещающей не нести больше необычных яиц, а навсегда оставить их в привычных для них условиях. И это приводит к разрушительным последствиям для всех.

Представьте на минуту, дорогой читатель, будто некто, все очень точно предсказывающий, скажет вам, что с этого мгновения в вашей жизни не произойдет ничего нового, непредвиденного. Никакие потаенные желания уже не смогут реализоваться! Вчувствуйтесь в собственные ощущения, которые возникают, когда вы представляете, что навечно лишены чуда. Разве не захочется вам тут же от безысходности разнести рамки, окружающие вас? Слишком часто человек живет надеждой на внезапное (или планомерное) появление чуда, без него жизнь теряет смысл. И в основе этого образа глубоко в бессознательном находится соответствующий архетип.

Ожидание чуда типично для сказок. Только в волшебных сказках оно обязательно реализуется. В этой же сказке возникает непоправимое препятствие к его выполнению. Возможно, что у сказки есть и другие интерпретации. Наше изложение лишь позволило обнаружить желание чуда, которое движет многими поступками у большинства людей. Эта интерпретация – не повод к забвению или запрету сказки. Сказка не несет ответственности за то, что люди регулярно не пересматривают свои поступки и не приводят их в соответствие с изменившимися обстоятельствами. Более того, миф, расчлененный и проанализированный, перестает быть мифом, поскольку не влияет на поведение, сохраняя свои литературные достоинства.

Итак, ожидание чуда составляет суть многих волшебных сказок (и не только русских). Русский вариант отличается лишь тем, что для реализации чуда не надо прикладывать труда, оно возникает «на халяву». Вот удержать его часто бывает крайне сложно, поскольку к любой халяве человек относится легко и ценит лишь

тогда, когда она утрачивается.

Да и чудо в русской сказке не дается человеку умному. С точки зрения рассказчика, крепостного крестьянина, ум – это хитрость. В ершовской сказке о Коньке-горбунке говорится:

У крестьянина три сына.
Старший – умный был детина,
Средний сын – ни так, ни сяк.
Младший вовсе был дурак.

Описание поступков братьев объясняет, как рассказчику видятся умный и дурак. Когда сыновьям поставили задачу сторожить ночью вора в поле, то старшие оказались настолько умными, что догадались спать, раз их никто не видит и не может проверить. Младший же, недогадливый, бдел всю ночь напролет, а потому, с точки зрения хитрого крестьянина, – дурак.

Для рабской психологии крепостного позиция младшего кажется глупой. В неволе важно всегда искать свою собственную выгоду, пусть даже столь малую, как отдых. Крестьянину никогда не договориться с баринном, который всегда прав по статусу. Единственный выход в их взаимодействии для слабого, с точки зрения закона, – это хитрость. Договориться можно только при равных отношениях. Однако ум братьев точно так же действует и в семье: они даже с братом не пытаются договориться, предпочитая просто умыкнуть его лошадей, руководствуясь своими представлениями о правах. Есть еще удивительный аспект сказок – препятствие в них часто возникает не по вине какой-то внешней силы, а из-за действий родственников – братьев и сестер, которые воспринимаются даже бо' льшими соперниками, чем люди, не входящие в семью.

В русской сказке «дураку всегда везет». Именно дураку выпадает то, что не ожидается для умного. Считается, будто чудо сваливается на дурака «за так». Такие его качества, как доброта, жизнестойкость (например, отказ съесть зверюшку просто

потому, что она попросила, хотя кушать очень хочется), альтруизм, сочувствие, мужество, храбрость не воспринимаются как достоинства, а лишь как дополнительное доказательство отсутствия ума. «Дурак» не предпринимает типичных для «умного» действий, поэтому у «умного» создается ощущение легкости его счастья. И сейчас достаточно людей, которые воспринимают достаток соседа не как следствие его большого труда (мы в данном случае не говорим о криминале), но как доказательство того, что он где-то схитрил. А следовательно, владеет тем, что по праву (?!) принадлежит другим, более «умным».

Чудо в русской сказке – это то, что не стоит труда, что обрушивается на людей в какойто момент, вне логики внешних событий, и это лишний раз доказывает его архетипичность – принадлежность древним идеям.

Через предания и пословицы на самых глубоких уровнях бессознательного закладывается идея «халявности» чуда. Она ждет своего часа, и если та или иная сказка ярко запечатлелась в сознании ребенка, то в трудных ситуациях выбора он поступает не в соответствии со сложившимися обстоятельствами, а разворачивает поведенческий стереотип неосознаваемого образа. Так и остаются навсегда нерасколдованными принцы и принцессы, одиноко до гробовой доски ожидая внезапно придущего волшебника, способного преобразить ситуацию. Этим и объясняется удивительная беспечность людей по отношению к течению своей жизни.

Если ежедневная действительность является не жизнью, а лишь ее предвкушением, люди легко совершают необдуманные поступки, полагая, что потом смогут прожить все набело. Это отсутствие понимания происходящего как навечно уходящих мгновений жизни ведет к тому, что часто человек видит принца или принцессу в первом встречном. Не найдя царственных достоинств у партнера при более близком общении, он не начинает договариваться, строить нужные отношения, а

привычно разочаровывается, произнося одну из типичных фраз, некогда услышанных в детстве (например: «Все они такие»). И вновь продолжает ждать.

Однако наш дурак – герой действенный.

Сколько сказочных героев теряют свое чудо, а потом прилагают огромные усилия, чтобы уже по праву владеть им! Таким образом, намек, спрятанный в сказке, говорит, что чудо получить может и дурак, а вот удержать его способен только достойный этого человек. Достойным же будет тот, кто ежедневно, преодолевая многочисленные трудности, отстаивает свое право на чудо. Сказка в сжатой метафоре отражает ментальность тех, кто говорит с ней на одном языке. Чудо приходит постоянно, но люди не прикладывают усилий к тому, что досталось легко. А потом большим трудом, заботой и длительным напряжением возвращают то, что начинают ценить, лишь утратив. Сказка призывает учиться видеть и быть восприимчивыми к неизвестному, новому, которое мы получаем просто потому, что живем.

Поразительной особенностью русской сказки является отсутствие в ней идеи греха и виновности. Это свидетельствует о том, что подобные чувства были навязаны позднее при каких-то других обстоятельствах. Поэтому слова, которые сейчас часто можно услышать в средствах массовой информации о генетической предрасположенности русских к православию, в лучшем случае – преувеличение. Говорящие забывают, как уничтожались на Руси прежние боги и прежняя вера, как яростно сражались друг с другом последователи разных ветвей православия во времена раскола и как беспокойно сейчас в православном мире внутри страны и вне ее. Это утверждение также находится в противоречии с тем, что среди русских людей есть и те, кто принадлежит другим конфессиям. Да и среди неверующих людей было немало достойных представителей нации.

В наши дни легко пользуются словами «генофонд»,

«генетика», «стресс», смешивая и подменяя научные термины с их обывательским пониманием. Но уже доказано, что многие человеческие возможности, которым ранее приписывалась генетическая природа, являются результатом очень раннего обучения, происходящего на основе знакомства с культурой народа.

Современные исследования свидетельствуют о том, что мозг новорожденного необычайно пластичен и обучаем. Американский врач Глен Доман доказал: можно научить ребенка читать до года, а в два года – сформировать у него энциклопедические знания (мы ни в коем случае сейчас не обсуждаем необходимость этого воздействия). Важно подчеркнуть, что слишком рано – до двух лет – родители неосознанно, через свои поступки и речь, обучают малыша определенным формам поведения, которые в последствии сами воспринимают как имеющие генетическую природу. Поэтому, если родители хотят иметь в ребенке какие-то достоинства, наилучший способ их сформировать – взрастить эти достоинства в себе и передать через собственные поступки.

Наполняя ячейки бессознательного живым содержанием сказочных образов, фольклор формирует душу народа и дает направление отдельным человеческим судьбам. Архетипы влияют на человека до тех пор, пока он полагает, что происходящее вокруг него определяется внешними силами – судьбой или роком. «Такова моя судьба», – говорит некто, не замечая, что сам своей бездейственностью позволяет судьбе распоряжаться его будущим.

Глава 7

Что делать?

Всегда у вас виноват кто-то другой! Так и несет самоупоенностью фарисеев; разве вы не знаете, в чем первый признак настоящего человека? Он отвечает за содеянное им! Но

вы считаете, что по отношению к вам совершались всегда только одни несправедливости и вы лишь одним отличаетесь от Господа Бога – Господь Бог знает все, но вы знаете больше.

Э. М. Ремарк. «Черный обелиск»

«Что делать?» – логичное название заключительной главы для книги, начинающейся с вопроса: «Кто виноват?». Тем более символично будет сделать эту главу седьмой. «Что делать?» – такой же типичный вопрос, как и другие, разбираемые в этой книге. Чтобы он из обычного способа уйти от проблемы превратился в способ ее разрешения, следует перестать искать виноватого где-то, полагать, что кто-то другой обязан справиться с проблемой и будет думать о нас при планировании своих поступков. Следует заглянуть в себя и решить, что можно сделать в той или иной ситуации для достижения результата.

Пусть лукавил ты с миром, лукавил с толпой,
Говори, почему ты лукавил с собой?
Почему же всей правды, скажи, почему
Ты не выскажешь даже себе самому?

Семен Липкин

Однако, если бы заглянуть в себя было просто, не стало бы смысла в этой книге, поскольку не было бы проблемы. Сколько людей покоряют бесконечное пространство, взбираются на огромные горы, переплывают бушующие океаны, зарабатывают кучу денег, с утра до вечера проводят на работе или за столиком в казино! Все это делается только с одной целью – чтобы не оставалось ни минутки заглянуть внутрь себя. Это не значит, что все люди, которые совершают великие подвиги, делают их исключительно с этой целью. Разговор идет лишь о тех, кто обладает оригинальным талантом, умением и знаниями, но регулярно испытывает угрызения совести, чувство вины, разочарования. И именно на них рассчитана система

манипуляции на всех уровнях государственной машины, позволяющая присваивать определенными людьми заработанное и заслуженное другими.

Подобная система манипуляции паразитирует на самых добрых чувствах этих людей: их желании быть любимыми, честными, достойными. В искреннем порыве совершения добрых дел человек часто ошибается, поскольку трудно делать новые дела и при этом не ошибаться. Тогда те, кто не может, или не умеет, или не хочет трудиться, набрасываются на него со словами: «Ты ошибся, значит, ты – плох». Постоянно вызывая чувство вины, родные, друзья, руководители, представители средств массовой информации, чиновники могут заставить таких людей забыть о достоинстве, самоуважении, потребовать вести себя так, как это нужно манипулятору. Снимая напряжение через регулярные обвинения очередных жертв, манипуляторы добиваются нужного результата, эксплуатируя тех, в ком легко вызвать чувство вины.

В этой главе мы рассмотрим несколько способов, облегчающих встречу с собой. А поверив себе, любой человек сможет найти в самой трудной ситуации наиболее адекватный выход.

Каждый раз, когда возникнет чувство вины, стоит сказать себе: «Зачем мне это нужно? Почему я просто не могу сказать себе, что я достойный человек, который иногда ошибается? Зачем мне надо винить себя, чтобы неосознанно повторять: я повинился, значит, я – хороший?»

Ни одному человеку не нужны никакие доказательства того, что он достоин жить на земле. Так же как они не нужны траве, деревьям, птицам, китам и другим бегающим, плавающим и ползающим живым существам. Человеку не нужны и оценки его поступков другими. Они нужны детям, потому что малыши учатся, получая реакцию взрослых на свои действия. Однако, вырастая, каждый человек вправе оценивать свои действия самостоятельно. Его задача заключается в том, чтобы жить, не нарушая правила общежития, конституцию. Если же его действия ведут к ошибке, приносящей неудобство или ущерб

другим, то он должен либо ответить по закону за это, либо компенсировать ущерб или исправить свою ошибку. Можно испытывать раскаяние, но только в том случае, если за ним последует действие, которое минимизирует ущерб от ошибки. Если же раскаяние приведет только к чувству вины, то человек вновь попадает в психологический цикл «ошибка – чувство вины», не имеющий позитивного результата.

Любой человек, оценивающий другого, всегда ошибается. Говоря «Ты – такой-то», он пытается свести все многообразие личности до какого-то шаблона, который называется оценочным суждением. Оно ошибочно по сути, в разговоре провоцирует конфликт и вызывает чувство вины. Желательно, общаясь, исключить оценки. При получении же подобной оценки стоит быть критичным к ней и реагировать соответственно.

«Ты плохой» или «ты хороший», а также любые подобные оценки ничего не говорят о человеке. Они отражают лишь эмоцию говорящего, который в этот момент не стремится разрешить проблему, а снимает свою эмоцию за счет другого.

Лучший способ реагировать на происходящее – говорить о своих чувствах. Это означает, что вместо «Ты сегодня выглядишь ужасно» мы говорим: «Мне кажется, что с тобой что-то происходит». Вместо «Ты с ума сошел» – «Я не понимаю, что ты говоришь». Когда мы говорим о себе, то всегда правдивы и точны. Когда мы вгоняем другого в рамки своего восприятия – всегда ошибаемся.

Смотря телепрограммы, мы непрерывно слышим, как политики и телеведущие дают оценки друг другу и всем подряд. Только профессионалы не делают этого. Профессиональные политики в этом случае говорят о своей программе, а не характеризуют личность конкурента, телеведущие слушают мнение эксперта, а не провоцируют его на оценки личности другого эксперта.

До 70 % обычных разговоров между людьми – это оценочные суждения типа «он такойто, она такая-то». Соседи, близкие, начальники, подчиненные, учителя, врачи, политики, супруги

предпочитают оценить другого, чем говорить по существу проблемы. Оценивая другого, мы чувствуем себя правыми, почти на равных с Господом Богом. Говоря о себе, о своих чувствах, мы раскрываемся перед другими и становимся уязвимыми для их колких замечаний. Однако как только мы понимаем, что критика нашего мнения не означает критику нашей личности (которая вне оценки всегда), мы выслушиваем замечания других и спокойно делаем выводы. Ни один руководитель партии, государства, ни один начальник, артист, ведущий телешоу не имеет права публично оценивать кого бы то ни было. Они могут говорить только о своих чувствах по этому поводу, а чувства будут характеризовать только их, поэтому они так боятся этого.

Люди видят, слышат, чувствуют и понимают многие события различным образом. Даже говоря на одном языке, они могут понимать вещи принципиально по-разному. Каждый человек связывает собственный уникальный опыт со словами своей культурной среды. Эта привязка происходит не совсем точно. В. Гумбольдт писал: «Никто не понимает слова именно так, как другой... Всякое понимание есть вместе с тем и непонимание, всякое согласие в мыслях – разногласие. В том, как изменяется язык в каждом неделимом, обнаруживается, в противоположность указанному выше влиянию языка, власть человека над ним... Во влиянии на человека заключена законность языка и его форм, в воздействии человека – принцип свободы, потому что в человеке может зародиться то, чему никакой разум не найдет причины в предшествующих обстоятельствах».

Этот факт означает, что, говоря об одних и тех же вещах, каждый человек обращается к своему опыту, а следовательно, чуточку изменяет смысл проговариваемого. Мы всегда говорим о себе, о чем бы мы ни рассуждали. Не следует думать, что другие люди отвечают за точность того, что мы излагаем. Лучше при необходимости самим контролировать эту точность. Делается это различным образом в зависимости от обстоятельств. Однако

в тех случаях, когда хочется точно знать, что понимание одинаково, можно пересказать то, что говорит собеседник. Например, можно сказать: «Правильно ли я понимаю, что ты говоришь...» Далее мы своими словами пересказываем содержание того, что обсуждается, и собеседники могут уловить ошибочность восприятия. Очень часто, когда мы обижаемся на других, при ближайшем рассмотрении оказывается, что они вовсе не хотели нас обидеть и даже не знали об этом. Стоит чаще проговаривать то, что нас не удовлетворяет в общении. Только в беседе следует говорить о своих чувствах, а не оценивать собеседника. Например, можно сказать: «Когда после чая ты оставляешь на моем столе чашку, мне приходится ее мыть. У тебя есть какие-то предложения по этому поводу?» Безусловно, это приятнее слышать, чем такое: «До каких пор этот свинарник будет у меня на столе?» Юмор и уважение к другому всегда оцениваются положительно.

Человек никому ничего не должен. Он готовит или убирает в квартире не потому, что обязан это делать ежедневно, а потому, что любит себя и своих близких и ему нравится о них заботиться. Он идет на работу не потому, что должен зарабатывать деньги, а потому, что хочет реализовать себя, проявить себя, хочет созидать. Позиция человека, который сам созидает себя, отличается от того, кто, как белка в колесе, движется под давлением обстоятельств. Вместо слов «Опять эта кухня!» можно сказать: «Чем бы мне удивить себя и моих близких?»

Раз мы ничего не должны, то и нам никто ничего не должен. Это означает, что мы не должны загонять других в угол, чтобы они сделали так, как хочется нам. Они не обязаны делать те выводы, которые хотим мы, одеваться так, как кажется красивым нам, поступать так, как на наш взгляд разумно. Это означает, что нет смысла обижаться. Обида – это ответ на ожидание, что другой должен вести себя так, как я этого хочу. Однако если нас не удовлетворяет способ общения с другим человеком, то у нас всегда есть несколько возможностей, среди которых первая –

попытаться договориться о том, чтобы права всех участников выполнялись. У каждого человека есть права и обязанности. В семье прав тем больше, чем больше обязанностей. Весьма часто родители забывают о том, что у них есть права, оставляя за собой только обязанности. Если я уважаю других, то требую и к себе такого же отношения. От системы манипуляции другими можно перейти к договорным отношениям, которые строятся на принципе взаимного уважения.

Собственную свободу необходимо отстаивать каждый день. Обстоятельства свободной конкуренции ведут к тому, что люди, максимально проявляя себя, могут ограничивать права других. Осознание этого факта позволит спокойно принимать подобные ситуации и не бояться отстаивать свои права. Борьба за свои права не является ограничением прав других. При этом полезно опираться на систему договоренностей, а не споров. В споре рождается не истина, а инфаркты, поскольку в споре каждый слышит лишь себя. При договоренностях каждый человек понимает, что изначальные позиции людей могут быть различными, но при обоюдном желании можно прийти к взаимно приемлемым требованиям. При отсутствии желания договариваться у оппонента на страже прав личности может стоять закон, если человек решится бороться за то, чтобы он работал.

Отсутствие чувства вины не есть безнравственность, потому что часто люди, совершающие крайне жестокие поступки по отношению к окружающим, подвержены этому чувству. Самым ярким примером тому могут быть террористы или те, кто мстит за своих близких. Чувство вины помогает им пережить осознание тяжести последствий своих действий. Отсутствие чувства вины означает принятие ответственности за последствия собственных действий, осознание невозможности жить среди людей, не совершая ошибок, и стремление быть достойным среди достойных. Ответственность – это не всегда отсутствие чувства вины. Но и виновность – не всегда наличие ответственности.

Автор: Елена Николаева

Издательство: Астрель, Мир энциклопедий Аванта +

ISBN: 978-5-98986-399-0

Год: 2010

Страниц: 224