

Текст взят с психологического сайта <http://psylib.myword.ru>

На данный момент в библиотеке MyWord.ru опубликовано более 2500 книг по психологии.

Библиотека постоянно пополняется. Учитесь учиться.

Удачи! Да и пребудет с Вами.... :)

Сайт psylib.MyWord.ru является помещением библиотеки и, на основании Федерального закона Российской Федерации "Об авторском и смежных правах" (в ред. Федеральных законов от 19.07.1995 N 110-ФЗ, от 20.07.2004 N 72-ФЗ), копирование, сохранение на жестком диске или иной способ сохранения произведений размещенных в данной библиотеке, в архивированном виде, категорически запрещен.

Данный файл взят из открытых источников. Вы обязаны были получить разрешение на скачивание данного файла у правообладателей данного файла или их представителей. И, если вы не сделали этого, Вы несете всю ответственность, согласно действующему законодательству РФ. Администрация сайта не несет никакой ответственности за Ваши действия.

ПРАКТИКУМ ПО ПСИХОДИАГНОСТИКЕ

Л. Н. СОБЧИК

ДИАГНОСТИКА
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
СОВМЕСТИМОСТИ
ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ

психолог о любви,
о семье, о детях



Санкт-Петербург
2002

ББК 88.5
С55

С55 Собчик Л. Н.

Диагностика психологической совместимости. Еще раз про любовь (психолог о любви, о семье, о детях). - СПб.: «Речь», 2002. - 80 с.

Данная публикация предназначена широкому кругу читателей, которым безразлична тема любви, а также проблемы, связанные с семьей и детьми. Она поможет им лучше разобраться в себе и получить некоторые знания, необходимые для налаживания и сохранения добрых отношений в контактах с близкими людьми.

В то же время книга является практическим руководством для психологов и педагогов, сталкивающихся в повседневной работе с драматическими ситуациями, поводом для развития которых являются несложившиеся отношения в личной жизни, семейные неурядицы и конфликты с трудными детьми у тех, кто обращается к ним за помощью. Общие рекомендации, обращенные к читателю, могут использоваться психологом как канва для обсуждения проблем консультируемых им лиц. Естественно, информация, касающаяся тестирования, предназначена только профессионалу-психологу.

ББК 88.5

© Л. Н. Собчик, 2002

© Издательство «Речь», 2002

© П. В. Борозенец, обложка, 2002

ISBN 5-9268-0123-0

«Как мало радостей, как много огорчений!», — восклицает кто-то, подводя итоги своей жизни.

«Как прекрасен этот мир, посмотри!» — говорит поэт.

«Жизнь на земле — юдоль страданий», — говорит философ.

«Жизнь прекрасна и удивительна», — оптимистично утверждает один известный прозаик.

«Жизнь такова, какова она есть, и больше ни какова», — прагматично-пессимистически замечает другой.

Красота природы, шедевры искусства, технический прогресс, способствующий улучшению качества жизни, а также профессиональные успехи, тепло домашнего уюта и те возможности, которые нам дают материальные блага, доставляющие радость приобретения нравящихся нам вещей, — все это имеет разное значение в глазах разных людей. Далеко не всегда счастье человека обусловлено его материальным благополучием. Напротив, пересматривая свою жизнь, большинство людей с радостным чувством вспоминает время, когда, несмотря на неустроенный быт и постоянные денежные проблемы, они переживали незабываемые минуты, дни или годы, наполненные яркими чувствами, любовью, ощущением причастности к совместным порывам в кругу друзей и другими положительными эмоциями, связанными с бесценным даром человеческого общения.

Наиболее значимыми в жизни каждого человека мы привыкли считать такие события, как любовь, супружество, рождение детей и те ожидания, которые мы с этими событиями связываем. Самым большим разочарованием, приравниваемым к несчастью, к катастрофе, которое приводит иных людей даже к нежеланию жить, самым драматическим моментом в жизни человека, как правило, является неразделенное чувство, отверженность любимым человеком, непонимание близкими в семье, разлад с детьми. Не всегда эти проблемы имеют

фатальный характер, т. е. дело не только в везении или в том, что над человеком довлеет судьба, и что тут уж ничего не поделаешь. Многое зависит от самого человека, от того, насколько он сам знает и понимает себя, в какой мере он способен учиться контролировать свои эмоции, умеет вовремя остановиться, проявить уступчивость и деликатность, что в конечном итоге идет ему же самому на пользу. Чтобы сохранить теплоту отношений, «душа обязана трудиться». Борьбу за сохранение любви следует начинать с себя. Вооружить знаниями в этой области может знакомство с некоторыми психологическими исследованиями, напрямую связанными с самой жизнью. Психология накопила немалый опыт и технологию изучения такой сложной и тонкой материи, как человеческие отношения.

Сведения, которые можно почерпнуть из этого источника, помогут человеку лучше ориентироваться в самом себе, в окружающих людях и в причинах собственных неудач и промахов.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ КАК ОСНОВА ГАРМОНИЧНЫХ ОТНОШЕНИЙ

В судьбе человека помимо обстоятельств и везения, которым он сам придает фатальное значение, огромную роль играют те его психические особенности, которые определяют индивидуальный стиль деятельности, общения, понимания и переживания. При взаимодействии между собой людей во многом объединяет единство целей, общность деятельности, ориентация на общепринятые нормы поведения и взаимное понимание, что способствует формированию собственного «Я» и его идентификации с групповым «Мы». Более теплые отношения — интимно-личные, любовные, родственные, дружеские — как правило, имеют под собой более дифференцированную почву, связанную со сходством характера и ценностных ориентации, с тенденцией к некоторому дистанцированию сложившегося в этом диалоге «Мы», состоящего из «Я» и «Ты», от «Они» (т. е. все остальные). Из вышесказанного явствует, что пристрастность выбора и личностные свойства играют значительно большую роль в личных — любовных и дружеских — отношениях и несколько меньшую — в формальных, деловых контактах. Поэтому при изучении психологического взаимодействия разных по

индивидуально-личностным свойствам людей важно не только правильно распознать эти свойства, но и иметь представление о том, как они могут проявиться в межличностных отношениях.

Итак, поговорим о личностной совместимости и несовместимости, комплиментарности (дополнительности) и противопоставлении, даже антагонизме, разных по индивидуально-типологическим особенностям людей, которых связывают любовные или семейные отношения.

Данная публикация предназначена широкому кругу читателей, которым небезразлична тема любви, а также проблемы, связанные с семьей и детьми. Она поможет им лучше разобраться в себе и получить некоторые знания, необходимые для налаживания и сохранения добрых отношений в контактах с близкими людьми.

В то же время книга является практическим руководством для психологов и педагогов, сталкивающихся в повседневной работе с драматическими ситуациями, поводом для развития которых являются несложившиеся отношения в личной жизни, семейные неурядицы и конфликты с трудными детьми у тех, кто обращается к ним за помощью. Общие рекомендации, обращенные к читателю, могут использоваться психологом как канва для обсуждения проблем консультируемых им лиц. Естественно, информация, касающаяся тестирования, предназначена только профессионалу-психологу.

ЛЮБОВЬ. СЕМЬЯ

Касаясь этой бессмертной темы, трудно избежать опасности повтора избитых истин, возможности впасть в банальность. На эту тему столько написано, сказано, спето. И все же рискну вернуться к этой проблеме и поговорить с читателем об этом чуде, о величайшем счастье и страдании, которое зовется любовью.

Итак, еще раз про любовь.

Любовь нередко описывают как некую одержимость, болезненное состояние, когда объект страсти воспринимается как существо ни с кем не сравнимое, совершенно особенное, незаменимое, единственно необходимое, без которого дальнейшая жизнь бессмысленна или даже невозможна. Объекту любовного влечения невольно приписываются особые достоинства, и даже если его недостатки очевидны, то им при-

дается определенная прелесть, или кажется, что с этим не так уж трудно будет справиться. Особенно обостряется эта болезненная тяга к обожаемому человеку, если на пути к сближению возникают препятствия, и чем их больше, тем сильнее разгорается страсть. В человеческой природе заложена такая черта, как стремление к преодолению препятствий, поэтому все то, что недостижимо, становится особенно привлекательным. Достигнув же заветной цели, человек остывает и начинает более трезво оценивать ситуацию. Взамен слепым чувствам приходит трезвое раздумье. И в этот момент становится ясно, что стремление добиться своего было лишь погоней за призраком, а то, чего так упорно человек добивался, не так уж ему и нужно или вовсе ни к чему. Так нередко происходит и в любви. Отсутствие взаимности разжигает костер любви в большей степени, чем позитивная ответная реакция со стороны желанного объекта, а утраченная или несостоявшаяся любовь часто оставляет след на всю жизнь. Еще Куприн писал об этом, тонко подметив, что состоявшаяся любовь нередко иссыкает, оставляя после себя горечь взаимных обид и непонимания, в то время как любовь незавершенная остается в памяти незамутненной, понижающими бытовыми подробностями и в романтическом ореоле.

В некоторые периоды человеческой истории любовные отношения были жестко ограничены разного рода моральными и правовыми рамками, но ограничивающее влияние социальных норм на отношения полов нельзя считать однозначно отрицательным. С одной стороны, в связи с проблемой социального неравенства или узаконенных клановых предрассудков развивались драматические ситуации и даже трагедии, связанные с невозможностью соединиться любящим сердцам. Но, с другой стороны, какой накал чувств можно было наблюдать в те далекие времена! Каких высот достигала любовь, находя свое отражение в произведениях искусства! Ромео и Джульетта, Франческа да-Римини и Паоло, Тристан и Изольда... Эти и многие другие прекрасные образы на века стали символом высочайших чувств, украшающих и возвышающих человека.

Безусловно, не может быть и речи о том, чтобы искусственно создавать преграды на пути у любви. Но следует заметить, что прямолинейность и обнаженность, а тем более голый прагматизм в любовных отношениях снимают тот флер романтизма и таинственности, который продлевает как преамбулу любви (а заметьте, как раз об этом пе-

риоде отношений воспоминания сохраняются дольше), так и плавное ее течение. Когда герой романа, преодолев социальные предрассудки, в конце концов завоевывает возможность поцеловать любимой женщине руку, то чувства, которые при этом переполняют его и ее, гораздо богаче, чем в случае легко полученного согласия на соитие. Обожествление объекта любви само по себе не является непременным атрибутом многогранного чувства, однако эта тенденция в преувеличенном виде послужила, с одной стороны, почвой для развития линии романтизма в искусстве, а с другой — вызвала волну противодействия в виде прямо противоположного отношения к сфере интимных человеческих отношений.

Развев миф о полубожественном образе человека и сняв флер ханжества, заброшенный на любовь лицемерами-святошами, Зигмунд Фрейд повернул людей лицом к их неосознаваемому, живущему инстинктами «Ид» (Оно) и представил человеческое «Я» как конструкт, формирующийся в процессе вечной борьбы животного «Ид» с социализированным «Я» человека. Фрейд совершенно справедливо считал, что (отсутствие реализации сексуальной потребности, заложенной природой как необходимый инстинкт, обеспечивающий продолжение человеческого рода, может проявиться в виде невротических расстройств. Однако провозглашение Фрейдом значимости сексуальной потребности не следует понимать как призыв к беспредельному высвобождению полового инстинкта. Это лишь один из факторов, который не следует игнорировать, рассматривая медицинскую сторону вопроса, но, обсуждая проблему всесторонне, нельзя упускать из виду и сложность такого психологического явления, как *любовь*.

В древнегреческой мифологии Эрос — бог любви — воплощает в себе и низменные страсти, вождление, ведущее к размножению (так считал Платон), и возвышенность духа, ищущего чистой красоты. Стремление к высшему эросу означает подавление низшего. Отечественный ученый, создатель теории деятельности, психолог А. Н. Леонтьев утверждал, что *личностное* в человеке должно подавлять его биологические влечения и индивидуальные черты. А вот американский психолог Фридрих Перлз был убежден, что целостный, конгруэнтный образ «Я» — Гештальт — может быть гармоничным лишь в том случае, если и высшее, и низшее «Я» не стараются победить друг друга, а стремятся примириться и сосуществовать во взаимопонимании. У человека, как

существа высшего порядка, сексуальная потребность в процессе культурного развития вида *homo sapiens* обрела новые формы проявления, иные, чем это диктует заложенный природой инстинкт. Появились связанные с необходимостью реализации этого влечения вторичные потребности — забота о внешнем виде, стремление к достижению более высокого социоэкономического статуса, желание заявить о своей индивидуальности, проявить талант, способности, чтобы привлечь к себе внимание, показать себя в лучшем свете и тем самым понравиться своему избраннику или избраннице.

Секс — это сладкая ловушка, поставленная природой ради продолжения человеческого рода, в которую так легко и охотно попадается человек. Не будь этого неосознанного влечения мужской и женской половины друг к другу, отношения их носили бы исключительно абстрактный характер и основными ориентирами в контактах между мужчиной и женщиной были бы лишь душевная близость или меркантильные интересы. Сексуальное влечение заслоняет разумный подход к выбору партнера, поэтому любовь—чувство иррациональное, над-рассудочное, непредсказуемое, но украшающее обремененную прозаическими заботами жизнь человека. В то же время сексуальность может принимать уродливые и даже опасные для жизни и здоровья формы в случае неправильного полового воспитания (или отсутствия такового вообще). Отклоняющиеся от нормы сексуальные проявления возникают также под воздействием определенной среды, в вынужденных, понижающих человеческое достоинство, обстоятельствах, а также как патология влечения у лиц с психическими отклонениями. Чем ниже культура среды, тем примитивнее реализуется сексуальное влечение. У несформировавшихся, незрелых в личностном плане подростков половой инстинкт может проявляться карикатурной сексуальной озабоченностью, которая тем меньше похожа на любовь, чем менее духовно развит подросток. И наоборот, чем выше духовное развитие человека, тем сложнее опосредуется половой инстинкт, тем дальше его проявление от примитивных, животных форм.

Секс, безусловно, играет огромную роль в гармонизации супружеских отношений. Известный психотерапевт Консторум говорил, что «в любви нет недозволенного», имея в виду, что любящие друг друга мужчина и женщина могут быть настолько смелыми и изобретательными в своих сексуальных играх, насколько им это позволяет их

страсть и фантазия. Однако в наши дни то избыточное внимание, которое уделяется этой стороне отношений между мужчиной и женщиной, совсем заслонило иные весьма важные проблемы. Нередко именем «любовь» называются сексуальные контакты, в которых взаимное обожание, нежность и сострадание попросту отсутствуют. Прагматизм таких отношений, спортивный интерес к этой сфере (кто ольше, кто чаще, кто разнообразнее) не оставляют места тому, что на самом деле есть любовь.

Разве так повелось меж людей?

Разве это зовется любовью?....

(А. А. Блок)

Секс без любви — примитивно-потребностная самореализация, сближающая человека с его предками из мира животных. Другая крайность в понимании любви, другой ее полюс, противопоставляемый сексу, — это платоническая любовь. Такого рода чувства питаются лишь тонкими нюансами взаимопонимания, сентиментальной атрибутикой любви в виде нежных писем, платка или оброненной перчатки, локона волос или засушенного цветка, хранящегося меж страниц книги. Это стихи, родившиеся в душе поэтической природы под влиянием нахлынувших чувств, это обожествление объекта любви. Такого рода отношения ближе к дружбе душевно близких людей, и чрезмерное сближение может разрушить идиллию. Поэтому дистанция в таких отношениях часто бывает оправданной, так как оберегает влюбленных от разочарований. О таких чувствах, лишенных плотской составляющей, писали многие философы и писатели: это и Платон, и Вольтер, и Руссо, и Гете.

Из сказанного понятно, что избыточный романтизм уводит от реальности, а излишний реализм оборачивается цинизмом.

В разных этносах особенности любовного влечения обозначаются неодинаково: на разных языках объяснение в любви звучит как «Я тебя желаю», «Я тебя обожаю», «Я люблю тебя», «Я хочу заниматься с тобой любовью» и т. д. Смысл этих выражений варьируется от открытой констатации наличия физиологического влечения до обожествления объекта привязанности. А в некоторых регионах России синонимом объяснения в любви является фраза «Я жалею тебя». У Экзюпери Маленький принц говорит: «Мы в ответе за тех, кого приручили», имея в виду свою любимую розу.

Гармоничная любовь включает в себя секс как один из многогранных аспектов сложного переживания, как *заключительный аккорд приступа взаимной нежности двух влюбленных*. Иначе — это простое физиологическое отправление и называть его любовью было бы сильным преувеличением.

Касааясь такого сложного понятия, как «любовь», сразу оговоримся, что речь в основном пойдет не о физиологической ее стороне. Попробуем поговорить о любви как об особом, эмоционально насыщенном, виде межличностных отношений, учитывая индивидуально-личностные особенности включенных в эти отношения лиц и степень их психологической совместимости. Есть некоторые общие закономерности протекания процесса влюбленности, но еще важнее знать о том, как эти переживания проявляются у разных по темпераменту и личностным особенностям людей.

Каждый человек в своей повседневной жизни, а тем более консультирующий психолог, чья работа — оказывать помощь в трудных жизненных ситуациях обратившимся к нему людям, не раз задумывался над причинами драматического развития любовных отношений.

Человек — существо сложное и противоречивое. Ему дана способность мечтать, его фантазии выходят за пределы окружающей реальности. Потребность любить в юности — это лишь любовь к самой любви, а тот, кто окажется ее удостоенным, не обязательно ее достоин. Как у Пушкина о Татьяне: «*Душа ждала — кого-нибудь!*» Сама потребность в любви часто опережает наличие объекта привязанности, лишая возможности трезво оценить того, кто в этот момент встретится на пути. Чувство рождается из напряженного ожидания, а сам объект является лишь поводом, чтобы именно на него эти чувства обрушились. Счастливы те двое, у которых это происходит одновременно и обоюдно. А вероятность такого совпадения невелика. Отсюда — страдания от неразделенной любви. В ряде регионов России песни о любви подпадают под общую рубрику «*Страдания*».

Самое большое счастье — это взаимная любовь. Но самое большое искусство — сохранить ее. Влюбляясь, многие клянутся в любви навеки. Тем горше бывает разочарование, когда любовь уходит. Отдалить этот момент и смягчить страдания — нелегкая задача, которая порой решается ценою расставания с иллюзиями и с идеализированным представлением и о любви, и о любимом. Но бывает и так, что прими-

риться с потерей любви оказывается чрезвычайно трудно или (как кажется первое время) просто невозможно. Редко можно встретить человека, который бы не пережил в той или иной степени такую сердечную рану. Однако время лечит даже те душевные раны, которые сперва ажутся незаживающими. Меньше страданий выпадает на долю тех людей, которые — интуитивно или сознательно — умеют направить ереполюющие их эмоции не в разрушительное русло безысходных традиций, а в замещающую активность, связанную с сублимацией не-еализованной нежности в сфере гуманистических интересов, восполняя тем самым душевный вакуум и испытывая удовлетворение от сознания своей востребованности.

Любовные отношения содержат выраженный субъективный компонент: это, с одной стороны, неосознанное (в том числе и физиологическое) влечение, порой затрудняющее объективную оценку личности свойств избранника, от которых зависит успешность длительного овместного сосуществования. С другой — это императивное желание идти в объекте привязанности искомый идеал, благодаря чему человек приписывает другому те свойства и достоинства, которыми тот не обладает. С угасанием влечения (или просто с некоторым ослаблением эмоционального накала) на первый план выступают аспекты индивидуально-личностного плана. Именно в этот момент может возникнуть когнитивный диссонанс, когда человек, как бы отрезвев, начинает понимать, что его ожидания не совпадают с реальной действительностью, что объект обожания не во всем соответствует идеалу. Более зрелая позиция предусматривает попытку взвесить позитивные и негативные аспекты ситуации, скорректировать собственные притязания в соответствии с реальностью и постараться спланировать возможный путь выхода из сложного положения.

Однако чаще мы встречаемся с эмоциональными реакциями иррационального порядка, когда каждый со-творец этой ситуации винит кого угодно, но только не себя и ставит своей конечной целью изменение другого в соответствии со своими требованиями. В меньшей степени людям свойственно упрекать самих себя в необдуманном шаге или в собственных неправильных высказываниях и действиях, критически оценивать негативные стороны своего характера. И тогда мы имеем проблему столкновения интересов двух индивидуальностей с присутствующим каждому из них типом реагирования и набором личностных

свойств. Два человека — это как два разных дерева, уходящих корнями в неодинаковые почвенные слои, выросших в неодинаковых условиях. Так в двух словах можно описать проблемы брака, если не касаться (а мы здесь этой проблемы касаться не будем) вопросов сексологии и сексопатологии.

Что нужно знать о себе и о других людях человеку, чтобы научиться ориентироваться в сложных человеческих отношениях? Какие имеются рычаги воздействия на других людей? Как снять напряженность взаимоотношений, поладить друг с другом, избежать конфликта, понравиться, обаять, усмирить и пр.? Что должен знать практический психолог, повседневно сталкивающийся с семейными проблемами, помимо того, что связано с общими закономерностями и социальными аспектами построения семьи?

Первое, что нередко игнорируется, — это типологически разные варианты переживания любви у представителей разного пола. Среди мужчин чаще встречается стенический тип реагирования, сильный вариант нервной системы и, следовательно, высокая внешняя реактивность при низкой интрапсихической (внутренней) психологической активности. Это значит, что у мужчин наблюдается менее выраженная склонность к рефлексии, менее дифференцированный подход к нюансам межличностных отношений, более сильная зависимость от физиологических аспектов, склонность к полигамии, резкость в высказываниях, легко возникающая агрессивность, проявляющаяся при противодействии.

В среднем мужчины агрессивнее женщин, и для этого имеются веские причины филогенетического характера.

На всех этапах развития человечества мужчина — охотник, защитник, воин, завоеватель. И в любви он агрессивен. Психологи находят в мужском характере больше садистических (жестоких) черт, а в женщинах — мазохистических (жертвенных). Испокон веков воины-завоеватели относились к женщинам как к трофеям, проявляя смесь вожделиния и ненависти в виде сексуального насилия, что вовсе не свойственно женщинам. Да и вне экстремальных ситуаций в своих сексуальных играх мужчина занимает наступательную позицию, выбирает, отбивает у соперника, завоевывает женщину. Женщина может выбирать в основном лишь из тех, кто ее выбрал. В некоторых этносах женщина до сих пор — бессловесное существо, вещь, которую можно украсть; она мо-

жет служить объектом купли-продажи (калым). Чем выше уровень социокультурного развития той или иной страны, народа, тем выше статус женщины, тем больше общечеловеческих прав ей выделяют. А кто выделяет? Все те же мужчины, действующие, как всегда, с позиции силы. Не исповедуя феминизм, справедливости ради не могу не вступить за женщину. В то время как мужчинам свойственно затевать войны, женщины преимущественно стремятся к миру — ради мужей, ради сыновей, ради жизни и любви. Берегите женщин, иначе некому будет беречь мужчин!

По своим психологическим особенностям мужчина в большей степени человек действия, а женщина — человек чувств, поэтому доказательством своей любви мужчина считает в основном свои поступки, в то время как женщине постоянно требуется словесное подтверждение любви. Женщины в большинстве своем менее устойчивы к стрессам, эмоционально лабильны. Им свойственна менее выраженная деловая, социальная активность, зато они отличаются высокой интрапсихической активностью (внутренними переживаниями), т. е. склонностью к повышенной рефлексии; для них характерен более тонко дифференцированный подход в межличностных контактах и выраженная значимость слова. Более постоянная в своих привязанностях, склонная к моногамии, она ждет постоянного подтверждения любви к себе в вербализованном варианте, т. е. в словах, которые для нее имеют главенствующее значение. Все звучит и звучит над миром сказанная полупшепотом фраза: «Я люблю тебя. Я тебя люблю... Ты меня любишь?». И почему-то так трудно получить в ответ ожидаемое: «Да, дорогая, люблю», то ли потому, что Он это уже однажды сказал (или только думает, что сказал), то ли потому, что Ему это и так кажется ясным или не таким уж важным, а Ей это подтверждение любви нужно всегда, каждый день, каждый час. Если бы Они, наконец, поняли друг друга, Она бы реже спрашивала, а Он нашел бы в себе силы Ей ответить.

Женщины не всегда вполне понимают мужскую психологию. В их представлении мужчины — это большие дети. Для многих из них муж — это еще один ребенок, большой и упрямый. Мужчину, добивающегося взаимности, разжигает оборонительная, уклончивая позиция женщины. Женщина, как существо более слабое и поэтому (в силу защитных механизмов) изворотливое и лукавое, нередко использует эту сторону мужского характера, кокетливо выбирая позицию «убегающей», «отка-

зывающей», цепляя этим сильного, но менее ловкого в любовной дипломатии мужчину на крючок. Мужчины не понимают женщин, выделяя женскую логику как особое, совершенно иррациональное понятие. Многие даже не склонны причислять женщин к человеческому клану, видя в них чуть ли не существ с другой планеты. Фрейд на основании научных исследований и собственных наблюдений вывел особый комплекс неполноценности перед обожаемой женщиной — Эдипов комплекс, который блокирует у некоторых мужчин их сексуальную активность. Развитие данного комплекса он связывает с тем, что мужчины определенного типа идентифицируют любимую женщину с обожаемой в детстве матерью. Видимо, мужская несостоятельность перед непростой женской психологией и робость, связанная с тенденцией возводить любимую на пьедестал Богини, создает определенные проблемы. Может быть, именно поэтому некоторым из них легче иметь дело с еще слабо интегрированными как личность существами намного моложе себя, а также с теми женщинами, чью любовь можно купить за деньги. В таком альянсе их преимущество непререкаемо и нет необходимости доказывать свое превосходство.

Когда мы говорим о том, что мужчинам в целом свойственна полигамия, т. е. они неустойчивы в своей привязанности к объекту любви или влечения, то это вовсе не значит, что все мужчины — изменники и им обязательно необходимо бесконечно менять объект сексуальной привязанности. Да и женщины в этом отношении не без греха. Однако склонность мужчин к полигамии в виде многоженства в некоторых этносах даже узаконена, чего нельзя сказать о женщинах.

Существует множество характерологических паттернов и разных типов отношения к любви, но в основном непонимание между мужской и женской половинами человечества связано с тем, что у них действительно принципиально разная психология.

Если мужчина чаще проявляет собственнические замашки в отношении объекта своей любви, то женщина больше склонна к жертвенности. Если в жизни мужчины женщина занимает место наряду с такими категориями, как работа, карьера, друзья, увлечения, то для женщины любимый становится эпицентром всех ее жизненных интересов, все остальное становится второстепенным. Не получив ожидаемой эмоциональной отдачи со стороны мужа, с рождением ребенка она переключает направление своего эмоционального «половодья» на сына или дочь,

и тогда создается почва для нового конфликта, так как она (ее время, ее внимание) перестает в полной мере принадлежать мужу. Так поступать со стороны женщин не мудро. Те женщины, которые этого не понимают, рискуют потерять семью, так как мужчина — существо более эгоистичное, собственник в любви, а отцовские чувства у него пробуждаются гораздо позже, чем у женщины, и переключение внимания жены на ребенка он переживает весьма болезненно, реагируя в присущей большинству мужчин обвинительной манере.

Когда говорят уважительно об уме мужчин и с иронией — о женском уме, то здесь дело совсем не в особой «женской логике». С одной стороны, суждения женщины, как существа более эмоционального, в большей степени аффективно окрашены. В то же время встречаются и умные женщины, и глупые мужчины. Но не в этом дело. Ум мужчины в силу сложившихся издавна социальных условий всегда больше сконцентрирован на решении главной, основной задачи, он меньше распыляет свое внимание на повседневные проблемы и на то, что обычно называют «мелочи жизни». Женщина же вынуждена постоянно держать в уме множество проблем, в том числе и многочисленные «мелочи жизни», связанные с обустройством быта и воспитанием детей. При этом она чаще всего еще и работает. В связи с такой распыленностью умственной энергии не концентрируется в одном направлении и не всегда проявляется не столь эффективно, как у мужчин. Это подтверждается данными изучения интеллекта у мужчин и женщин. Например, у старшеклассников средних школ Москвы было обнаружено в среднем равномерное распределение интеллектуального потенциала (усредненно-го IQ) у представителей как одного, так и другого пола. Дифференцированное изучение когнитивного стиля показало, что у женщин значимо чаще преобладает вербальный и наглядно-образный интеллект, а у мужчин — формально-логический и интуитивный.

Короче, на известную фразу профессора Хиггинса (Б. Шоу «Пигмалион»): «Боже, ну почему женщины совсем не такие, как мужчины?!», ответ один: «Потому, что они — женщины». И с этим ничего не поделаешь. А с научной точки зрения всякая борьба с теми индивидуальными свойствами, которые даны человеку от природы, т. е. с корневыми факторами, бессмысленна, непродуктивна, бесперспективна. Разумеется, зная о них, человек может в известной степени их контролировать, но процесс сдерживания и подавления конституционально заданных особен-

ностей всегда чреват перенапряжением психической деятельности и может привести к уродливым формам адаптации через невротизацию, психопатизацию и психосматику или, еще хуже, путем «бегства» в алкоголизм, наркоманию, преступное поведение, сумасшествие, суицид. Наиболее безвредный для человека и полезный для окружающих и для общества путь — это повышение культуры психологических знаний, правильное самопонимание, умение понять других людей и на этой основе корректно строить отношения с ними. Все это дает психология индивидуальности, вооруженная методологией психодиагностического исследования и надежными методиками.

Во взаимоотношениях — любовных, семейных, дружеских — люди тянутся друг другу не только в силу сходства характеров, но и по принципу дополнительности, комплиментарности. Какие психологические критерии должны приниматься во внимание специалистом при решении сложных проблем межличностных отношений? В первую очередь, необходимо выяснить сложившуюся ситуацию, поставить «диагноз» сформировавшимся отношениям (негативизм, враждебность, непонимание, ненасыщенная аффилиативная потребность, борьба за главенствование, ревность, разочарование, чувство вины или, напротив, обвинение другого, раздражение, которое вызывают самые незначительные проявления индивидуальных особенностей другого человека, и т. д.). Затем выяснить, какие индивидуально-личностные особенности каждого из партнеров в семейных (любовных) отношениях могли послужить базой для конфликта, какие поступки каждого из них нашли то или иное толкование у другого, какова степень совпадения их иерархии ценностей, единства целей.

Посмотрим, как с точки зрения психолога переживают чувство любви и проявляют себя в близких отношениях разные типы личности, каким они владеют инструментом привлечения к себе, чем могут оттолкнуть, какими путями ищут выход из конфликтных ситуаций. При этом также полезно обратить внимание на те механизмы, понимание которых поможет другому человеку правильно повести себя в сложных партнерских отношениях.

Так, сверхчувствительные (сензитивно-интровертные), застенчивые, ранимые личности проявляют болезненную привязанность к объекту любви, склонны к повышенной обидчивости. Им свойственны верность и преданность, склонность к самопожертвованию, ответствен-

ное отношение к родительским обязанностям. При конфликтной ситуации они стремятся максимально оттянуть разрыв отношений, отчаянно страдая при этом. Сублиматом (замещением) неразделенной любви обычно является уход в подвижническую деятельность или (при наличии способностей) в творчество на ниве искусства (поэзия, литература, музыка) или науки. Сюда же можно отнести ремесла с художественным или изобретательским уклоном, садоводство, коллекционирование, заботу о животных. Призывы к разумному эгоизму здесь неэффективны. Характерная для них ориентировка на прошлое пагубна и не способствует повышению настроения. Лица этого типа болезненно реагируют на невнимательное к себе отношение, на грубость и резкие высказывания. Они склонны к слезам и реакциям отчаяния при неудачах, страдают от неуверенности в себе, легко впадают в уныние, слишком серьезно относятся к критическим замечаниям в свой адрес, реагируют на них избыточной самокритикой и чрезмерным чувством вины. Свойственный им пессимизм и неуверенность в себе делают их чрезвычайно зависимыми в межличностных отношениях. Женщины этого типа легко отдают лидерские позиции мужчине, хотя видят в нем опору и чувствовать себя «за его спиной, как за каменной стеной». Им чуждо желание проявлять свои амбиции и бороться за пальму первенства в супружеских отношениях. Мужчины такого типа предпочитают проявлять свою индивидуальность больше в сфере профессиональной деятельности, а в домашнем кругу соглашаются на роль «подкаблучника». Люди этого типа особенно нуждаются в понимании и поддержке, в постоянном подтверждении любви и преданности по отношению к себе, придают большое значение верности, моральной чистоплотности, стабильности отношений, закрепленных брачными узами.

По данным психологического исследования, личности данного типа отличаются максимальными баллами по шкале сензитивности индивидуально-типологического опросника НТО¹, профилем СМИЛ² с ведущей 2-й шкалой, предпочтением 1-го цвета (иногда в сочетании с 5-м или 0) в восьмицветовом тесте Люшера³, повышенными баллами

¹ С о б ч и к Л Н Диагностики индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений. — СПб., Речь, 2002.

² С о б ч и к Л Н Стандартизированный метод исследования личности СМИЛ—СПб., Речь, 2001.

³ С о б ч и к Л Н Метод цветовых выборов — модификация восьмицветового теста Люшера. — СПб., Речь, 2001

по V и VIII октантам теста межличностных отношений ДМО⁴, с реакциями h+s- (при подавленном эротическом влечении — hOs-, hOs), e+hy-, kO p±, d- m+ по данным МПВ (тест восьми влечений Сонди)⁵. Коррекция тревожно-депрессивного состояния, связанного с болезненно переживаемым межличностным конфликтом при несложившихся личных отношениях, должна быть направлена на дезактуализацию травмирующих аспектов ситуации и на повышение самооценки с ориентировкой на позитивные перспективы. С успехом применяется групповая психотерапия, психодрама, социотренинг. Может оказаться успешным нейролингвистическое программирование. Также рекомендуется арт-терапия, т. е. лечение искусством (лепка, валяние, рисование, выпиливание, музыка и пр.).

Типологический портрет, при котором семейные проблемы и драматические любовные ситуации просто неизбежны, — это эмоционально лабильная личность. Неосознаваемая потребность в постоянной эмоциональной вовлеченности, противоречивость мотивационной сферы, избыточный артистизм и обвиняющая реакция, направленная на окружающих, затрудняют близкие отношения. В то же время стремление к групповой сопричастности и потребность производить приятное впечатление, а также ориентировка на общепринятую модель поведения ведут к тому, что до окончательного разрыва лица этого круга, как правило, не доводят, стремясь всеми правдами и неправдами сохранить семейный статус или иные контакты ценою многочисленных и мучительных попыток выяснить отношения. При этом истинные причины развивающегося конфликта вытесняются из сознания. Люди данного типа, как правило, умеют эффектно преподнести себя, продемонстрировать свою привлекательность всеми мыслимыми способами: выразительностью поз, богатством интонаций, игрой слов; умеют поразить собеседника эрудицией, увлечь, оболгать, проявить полную созвучность интересам и мнениям другого человека. В любимых они ценят внешнюю эффектность и значимость социального статуса, без ума влюбляются в знаменитостей, пополняя ряды поклонниц (или поклонников), истерически реагируя на появление идола.

⁴ Собчик Л. Н. Диагностики индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений — СПб., Речь, 2002.

⁵ Собчик Л. Н. Метод портретных выборов — модификация теста Сонди. — СПб., Речь, 2002.

В то же время в ситуации намечающегося конфликта, когда партнер по любовным отношениям в чем-то перестает устраивать, стремясь отстоять свои позиции, эмоционально неустойчивые личности используют свой артистический дар и разыгрывают целую драму, в которой себе отводят роль жертвы, принесшей на алтарь любви свою молодость и красоту, а другой участник этой мизансцены выступает в амплу изверга и эгоиста. В доказательство своей правоты и демонстрируя степень собственных страданий, жертва может упасть в обморок, внезапно заболеть «смертельно опасной» болезнью («Вот до чего довели!»), имитировать крайнюю степень отчаяния с мнимой готовностью к суициду, не забывая при этом принять красивую позу, стереть капающую с ресниц краску, поправить локон и попудрить носик. Чтобы справиться с такого рода реакциями, другой участник «диалога» не должен принимать отведенную ему в этой сцене роль. Следует постараться добиться ответа на вопрос: в чем на самом деле корень проблемы и что конкретно следует сделать, чтобы снять остроту ситуации. При этом минимально проявлять собственные эмоции, не давать волю раздражению и гневу, проявить понимание, теплым обращением снять накал обвинительных высказываний, придать спору юмористические интонации, проявить выдержку, не позволять себе «заводиться» и при малейшей возможности повиниться и даже выразить сочувствие. И только после того, как эмоции угаснут, можно направить обсуждение реально существующих проблем в русло здравого смысла.

В тяжелых случаях, при выраженном истерическом симптомокомплексе, у некоторых людей (чаще это — женщины) в состоянии охвативших их сильных переживаний (нередко беспричинных) проявляется склонность к возникновению состояния суженного сознания, когда окружающее воспринимается как в тумане. Привести их в чувство, вернуть к реальности могут несколько глотков воды, холодный душ или иное физическое воздействие, а также резкая перемена в ситуации, какой-либо внезапно возникший шум или происшествие, вызывающее положительные или отрицательные эмоции, лежащие в совершенно иной плоскости интересов.

При наличии достаточно высокого интеллекта личности данного типа могут проявиться как настоящие артисты и величайшие манипуляторы, добиваясь своего от других тем, что включают нужным для себя образом окружающих людей в свою игру.

Эти особенности личности проявляются в психологическом тестировании следующими показателями: ведущая 3-я шкала вместе с высокой 4, 6 и 8-й, особенно в сочетании с низкой 2-й в профиле СМИЛ, предпочитаемые 5-й и 4-й цветовые эталоны (последующий 2-й или 7-й цвет усугубляют, а 1-й и 0 — смягчают ситуацию), высокие баллы по IV и VIII октантам ДМО, реакции $h+$, $s+$, $e+$, $hy+$, $e\pm$ $hy+$!! , или $e0$ $hy0$, $k0$ $p\pm$, $k0$ $p0$, $d0$ $m+$!! по данным теста Сонди. «Отводным каналом» для избыточной эмоциональности у лиц этого круга может быть активная профессиональная деятельность, в которой реализуется их общительность и демонстративность, участие в самодеятельности, сценическая деятельность или общественная активность. При дезадаптивных реакциях выбор мер корректирующего воздействия вряд ли должен опираться на «рацио» личности. Напротив, психотерапевт должен апеллировать к «эмоцио» с учетом сильного влияния на поведение вытесненных переживаний, бессознательного «Я». Отсюда, наиболее успешны: гипноз, психоанализ, психодрама, арт-терапия. При групповой психотерапии и социотренинге присутствие представителей данного типа недопустимо в большом количестве: не более одного, в крайнем случае — двух в группе. В то же время при искусном ведении психотерапевтической группы они могут успешно играть роль проводника идей психолога в качестве неформального лидера, с большой охотой перехватывающих инициативу в общих обсуждениях, так как им свойственно стремление любой ценой привлекать внимание окружающих к своей особе.

Сложности в межличностных отношениях усиливает и такая выраженная черта характера, как **импульсивность (спонтанность)**, связанная с повышенной возбудимостью и незрелостью личности, сохраняющейся на долгие годы и во взрослом возрасте. При этом имеет значение интеллектуальный уровень человека и то воспитание, которое хоть в какой-то степени способствовало развитию самоконтроля. Личность возбудимого, импульсивного типа с низким интеллектуальным развитием, характерологические черты которой усугубились в результате неправильного воспитания или при отсутствии оно, представляет собой наиболее сложный вариант поведения, которое не только пагубно отражается на жизни в браке, но нередко приводит и к криминальным поступкам. Если же импульсивность является не резко выраженной чертой характера у человека с высоким интеллектом, по-

лучившего в семье неплохое воспитание, то здесь несколько больше проявляется контроль рассудка над эмоциями в силу более высокой требовательности к образу своего «Я» в глазах окружающих. Однако эмоциональные срывы и у них не исключены.

Общим для обоих вариантов спонтанных (импульсивных, возбудимых) типов личности является их непостоянство в привязанностях, вечные поиски новизны как в личной жизни, так и в работе, эгоцентризм, поздно проявляющееся (или не проявляющееся вовсе) чадолюбие, нежелание подчиняться кому-либо, неумение терпеливо относиться к временным трудностям, поиски игрового компонента, азарта и риска к в общении, так и в деятельности. Оба типа отличаются тенденцией извержению устаревших стереотипов и пренебрежительным отношением к общепринятой морали. Но вариант с высоким интеллектом чаще проявляется как незаурядность, противопоставляющая свое «Я» окружению. Тип личности, которому свойственны более примитивные интересы, способен самоутверждаться антисоциальными способами: алкоголизацией, наркоманией, противоправными поступками. Гневные реакции в семейных контактах со вспышками агрессии, которая чаще всего быстро затухает, могут проявляться как у первых, так и у вторых. При этом первый тип личности чаще отстаивает свободу своего мнения и идей, несущих в себе конструктивное начало, а второй — право поступать по-своему даже тогда, когда его поступки разрушительны. Честолюбие и амбициозность определяют многое в выборе жизненного пути и в супружеской жизни. Если работа или общественная деятельность поглощают основные силы такого человека, то в семейной жизни у терпеливой и мудрой жены (или аналогичного мужа) будет меньше проблем. Если же социальный статус и профессиональные достижения не приносят удовлетворения, то нереализованные притязания обернутся муками уязвленного самолюбия и обрушатся на межличностные отношения. В этой ситуации на партнера по браку выпадает роль громоотвода. Высокая поисковая активность, присущая лицам данного типа, превращает их в своего рода *perpetuum mobile* (вечный двигатель), приводит к неустанному поиску новизны и перемен, в том числе и на ниве любовных контактов. До самой старости они так же молоды сердцем, как и в юные годы, легко влюбляются, легко расстаются, не делая проблемы из распавшейся связи. «Свободен вновь, ищу союза!» — беззаботно говорят они себе, расставшись с прежней любо-

вью. В любви придают значение в основном сексу, пренебрегая сантиментами, ценят авантюрный компонент и риск в любовных контактах, придающих особую остроту отношениям. Мужчины этого типа в женщине не ищут изыска: их привлекает само женское начало во всех его проявлениях. Идеал — блондинка с длинными ногами, но и все остальные варианты им тоже не безразличны.

Спонтанно-импульсивные женщины ведут себя примерно так же, как и мужчины этого типа. Игра мускулов привлекает их внимание больше, чем игра интеллекта. Изменщицы сами, они легко переносят измену мужчины, предварительно выразив в гневной форме уничижительную оценку в его адрес.

Кредо спонтанно-импульсивных личностей — противодействие общепринятым порядкам и нормам поведения. В связи с этим они способны пренебрегать морально-нравственными критериями своего окружения, следуя зову своих эгоцентрических, в том числе чувственных побуждений. Будучи непосредственными, как дети, в своих чувствах и поступках, они всегда убеждены в своей правоте, вытесняя из сознания всю ту информацию, которая заставила бы их почувствовать укоры совести. Все то, что некомфортно, для них неприемлемо. Однако лица этого типа обычно не застревают на негативных переживаниях, отходчивы и легко переключаются на другие аспекты окружающей жизни.

Этот тип личности, по данным психологического тестирования, отличается ведущей 4-й и сопутствующей 9-й шкалой в профиле СМИ Л при значимо (на 15-20 Т) более низкой 2, 7 и 0, цветовым рядом МЦВ с 3-м, 4-м цветами на первых позициях (или +3-4, +5+34), преобладающими I и II октантами ДМО и реакциями $h+s+$, $p+$, $d+$ $m0$ или $m-$, по данным МПВ; по данным интеллектуальных тестов, их различают как развитых (IQ 120 и выше) с хорошо интегрированным «Я» ($k\pm r+$ или $r\pm$) и не развитых интеллектуально с плохо интегрированным «Я» ($k0$ $r-$ или $r0$) личностей.

Коррекция отношений больше адресуется «потерпевшей» стороне, которая должна взвесить все «за» и «против» и сделать выводы: терпеть или не терпеть. Коррекция другой стороны — «импульсивного эгоцентриста» — практически бесполезна, так как интеллектуалы и сами все понимают, клянут свой характер, но не могут ничего с ним поделать, а примитивно-потребностным, живущим проблемами сегодняшнего дня, и понять этого не дано. Социотренинг — наиболее приемлемый метод

психокоррекции для личностей этого типа. Нередко приходится в большей мере рассчитывать на приспособление «среды» к трудному характеру индивида, чем на изменение установок самого индивида

К сожалению, описанные выше эмоционально незрелые, импульсивные личности нередко являются благодатной почвой для пристрастия к алкоголю. Привычное пьянство в свою очередь постепенно приводит к алкоголизму. Провести грань между бытовым пьянством и алкоголизмом очень трудно, а сами пьющие не в силах признать себя алкоголиками, что значительно затрудняет попытки окружающих остановить их и уберечь от этого пагубного влечения. В результате рушится система межличностных отношений, а все тонкие нюансы в сфере чувств, так же как и в сфере эротики — исчезают. Систематически пьющие люди в сексуальной жизни отличаются непостоянством и неразборчивостью в контактах, стремлением расширить зону взаимодействия с противоположным полом при выраженной поверхностности в отношениях и снижением потенции. В эмоциональной сфере происходит душевное огрубление, что проявляется агрессивными эмоциями, циничными высказываниями, безответственностью в семейных отношениях. Страдания близких людей их нисколько не трогают. Попытки вызвать к порядочности ни к чему не приводят, так как проблема нравственности для них фактически не существует, а иерархия ценностей в процессе деградации личности становится примитивно-потребностной.

Мы уже касались психологических различий мужской и женской половины человечества. При этом речь шла о типичных для каждого пола особенностях характера. Но в жизни мы часто сталкиваемся с парадоксальными проявлениями, когда у женщин отмечаются черты мужского характера, а у мужчин — женского. Полороловое поведение (т. е. поведение, типичное для соответствующего пола) во многом связано с определенными тенденциями в обществе. Несвойственные ортодоксально женской позиции мужские черты поведения и женственность, как черта, проявляющаяся в структуре характера мужчины, могут быть связаны с разными причинами. С одной стороны, в последние десятилетия можно отметить такие характерные для нашей действительности факторы, как менее устойчивая генетическая почва, ослабленная в ряде регионов загрязненностью воздуха и воды, снижением качества питания, повышенной радиацией, влиянием ядохимикатов, а также все более распространяющимся родовым травматизмом и повсеместной ал-

коголизацией. Все это приводит к слабодифференцированной сексуальности, инфантилизму, агрессивным и извращенным формам сексуального влечения. С другой — следует обратить внимание и на социальные условия, провоцирующие все большую занятость женщин в трудовой деятельности, в том числе и в тех видах работ, которые предъявляют повышенные требования к организму женщины (тяжелый труд) и к ее психике (ответственная работа). Все это не способствует утверждению женщины в роли слабого существа, призванного охранять домашний очаг и создавать уют и душевный комфорт своему мужу и детям. При этом загруженная заботами, огрубевшая и обретшая самостоятельность женщина, зарабатывающая иной раз больше мужа, стремится разделить с ним и тяготы быта, что в той или иной степени лишает мужчину возможности сохранить позицию главы семьи, «добытчика», лидера. В такой ситуации мы обнаруживаем не декларируемое пропагандой «равноправие», а нарушение гармоничного баланса в распределении социальных ролей, что в конечном итоге делает несчастными обе половины супружеского альянса. Вдобавок это сказывается и на детях, так как перед их глазами повседневно разыгрывается драма, в которой «не те» артисты исполняют «не свои» роли, выстраивая перед ребенком «нету» модель отношения полов, которая должна бы формировать у него собственное полоролевое поведение: у мальчика — мужское, а у девочки — женское.

Мужчины, наделенные женственными чертами характера, чувствительны к житейским невзгодам, отзывчивы к боли и переживаниям близких им людей, сентиментальны, склонны обожеествлять объект своей душевной привязанности, проявляют избыточную мягкость и уступчивость, ценят в отношениях романтизм, привержены интересам семьи, заботливо относятся к детям, а если остаются холостяками, то до старости слушаются маму, не принимают без ее советов серьезных решений, робеют перед женщинами с сильным характером, неизобретательны и стыдливы в сексе.

Женщины с мужскими чертами характера не обладают тем необходимым кокетством, которое придает женщине очарование и шарм в глазах мужчин. Их походка, жесты, мимика и интонации резковаты, лишены грациозности и того неуловимого оттенка, который так украшает женщину и разбивает сердца мужчин. Стремясь вступить в диалог с мужчинами «на равных», этого типа деловая женщина (women of

сagrier) не понимает такой простой вещи, что мужчина, у которого от природы половой инстинкт развит гораздо сильнее, чем у женщины, глядя на нее, видит в ней в первую очередь особь противоположного пола, и поэтому вполне равные отношения в деловом плане у них сложиться не могут. В женском коллективе такая женщина тоже чувствует себя неуютно, так как, в отличие от других женщин, она гораздо меньше интересуется вопросами моды, пересудами и сплетнями. В результате она чувствует себя и в мужском и в женском коллективе белой вороной, которая «от одних отстала, а к другим не пристала».

Однажды в процессе профконсультирования девочка-подросток с выраженными чертами лидерства и независимости в характере, выслушав информацию о себе, спросила психолога: «А каким должен быть мой будущий муж?». В ответ ей было сказано следующее: «Во-первых, он должен быть любимым, это самое главное. Во-вторых, ты, конечно, мечтаешь о личности героической, по крайней мере, сильной, лидерской. В то же время сама ты по характеру слишком самостоятельная, независимая, может быть, нарочно усиливаешь в себе эти черты. В таком случае ты рискуешь попасть в такую ситуацию, когда тенденция к лидированию у вас обоих может стать камнем преткновения для счастливой супружеской жизни. Поэтому постарайся понять, что для тебя важнее: если счастливый брак, то приучайся к уступчивости и отдай пальму первенства в лидировании будущему супругу, если самостоятельность и независимость, то выбирай судьбу деловой женщины, а на личное счастье в таком случае тебе рассчитывать труднее. Ты сама должна взять на себя ответственность за свой выбор, чтобы не испытать в последствии слишком острых разочарований».

Психодиагностические критерии, выявляющие нетипичные черты полоролевого поведения, которые отнюдь не связаны с сексуальной патологией, а всего лишь проявляются определенной женственностью черт характера у мужчин и мужскими чертами у женщин, по данным СМИЛ, определяются повышенной 5-й шкалой; по методу портретных выборов — это твердое, мажорное «Я» у женщин ($k \pm pO$) и мягкое, минорное «Я» у мужчин ($kO p \pm$), а также преобладающие V, VI, VII, VIII октанты ДМО у мужчин и I, II, III и IV — у женщин. Социотренинг, нацеленный на формирование адекватного полоролевого поведения, — наиболее эффективный метод коррекции нетипичных для соответствующего пола черт характера. Изменить индивидуально-личностные осо-

бенности невозможно, но профессионалы-психологи могут обучить человека техническим приемам более адаптивного (созвучного полу) стиля поведения. А это так важно для человека, чтобы быть счастливым! Для гармонизации отношений во многих случаях уместно применение социотренинга под названием «Школа женского обаяния» (работчик Екатерина Собчик).

Ригидные (упорно-стеничные) личности представляют собой весьма сложный вариант для супружеской гармонии. Черты ригидности базируются на тугоподвижном типе высшей нервной деятельности и проявляются в том, что сперва такого человека трудно расшевелить и сдвинуть с места, зато потом, двинувшись в путь, он, как паровоз, упорно катит по рельсам, не сворачивая с пути и круша все, что попадает под колеса. С одной стороны, в людях такого типа привлекает их «положительность»: принципиальность, аккуратность, организованность; с другой стороны, при тесном взаимодействии с ними могут возникнуть большие проблемы в связи с тем, что для них характерны выраженное упрямство, уверенность в своей правоте, склонность к легко загорающейся агрессивности, которая носит то явный, то затаенный характер, а часто и повышенная ревнивость.

Ревность — это мучительное чувство, разъедающее душу человека, часто сопутствующее любовным и семейным отношениям. В нем содержится и элемент собственнических притязаний в отношении объекта привязанности, зависть к сопернику и страдания из-за предполагаемой неверности, часто мнимой и надуманной. В основе обостренной некорректируемой ревности лежит не всегда осознаваемое чувство невозможности полномасштабного овладения другим человеком, его полного поглощения, подчинения себе. Мысль о том, что любимое существо или по закону принадлежащая «половина» может себе позволить свободно перемещаться, где-то бывать и с кем-то общаться, заниматься другими делами помимо заботы о его (ее) собственной персоне, кому-то улыбаться или (не дай бог!) высказывать кому-то свои симпатии, воспринимается как узурпация его (ее) прав, как измена и предательство. Ревность может проявляться как патология, и тогда из черты характера она перерастает в бредовую концепцию, а личность становится социально опасной. Такому развитию способствует нарастающая импотенция при алкоголизме и грубых проявлениях атеросклероза головного мозга.

К брутальным (некорректируемым, агрессивным) формам ревности больше склонны мужчины.

Необязательно все ригидные личности ревнивы, но зато они часто отличаются выраженными чертами доминантности, деспотической властности. Они склонны проявлять чрезвычайное упорство и настойчивость в достижении цели, а если не встречают ответной уступчивости, то взрываются реакциями негодования, которые могут достигать чрезвычайного накала и сопровождаться враждебными высказываниями и агрессивными действиями. Особенно жестокий и непримиримый характер приобретают такого рода баталии, когда обе половины любовного (или брачного) альянса обладают чертами ригидности.

Только высокий интеллект и привитые формы этичного поведения помогают такого рода личностям контролировать свои эмоциональные взрывы и агрессию.

У личностей данного типа как правило в психодиагностическом исследовании в профиле СМИЛ ведущая роль принадлежит 6-й шкале, 2-й цвет устойчиво сохраняет свою позицию на 1-м (при фрустрации на 8-м) месте, с высокими баллами по IV октанту ДМО, а по данным МПВ, выявляются реакции s+! (!! , !!!), e-! (!! , !!!) hu+, p+! (!! , !!!) или kO p±!—, при этом в тесте РАТ доминируют конфликтные и агрессивные сюжеты с внешнеобвиняющими высказываниями.

Из мер воздействия наиболее эффективными могут оказаться те, которые ведут к обесцениванию объекта фрустрированной потребности («Не стоит из-за этого так переживать!») и объяснения, из которых явствует, что нагнетание аффекта принесет вред здоровью враждебно настроенного человека («Не сердись, у тебя повысится давление!»). (Переубеждение здесь не даст желаемого эффекта)

В противоположность ригидным, личности с повышенной тревожностью в близких отношениях легче других берут на вооружение те 'правила игры, которые им навязывает другая сторона. Уступчивость и склонность к самопожертвованию, мазохистические черты нередко вызывают у партнера по браку неблагоприятное стремление злоупотреблять этими качествами, а заниженная самооценка и высказываемый страх потерять привязанность не способствуют уважительному к ним отношению и сохранению чувства любви. По данным тестирования, у лиц этого круга отмечается ведущая в профиле СМИЛ 7-я шкала (чаще

всего в сочетании с повышенными 2-й и 0), 6-й и 0 цвета на первых позициях в МЦВ. реакции s-!, e+ hу—, по данным МПВ, при ведущих V, VI октантах ДМО и наличии часто встречающейся страдательной позиции в сюжетах РАТ.

Работа психолога здесь в основном сводится к выравниванию уровня самооценки до устойчиво-позитивной у обоих супругов при разумном распределении преобладающих «сфер влияния» (каждый по-своему «главный», но в определенном круге обязанностей и интересов). Групповые методы психотерапии, аутогенная тренировка, холотропное дыхание и НЛП могут дать положительный эффект, особенно после коррекционных мер, направленных на снижение избыточной тревожности.

Типологическая черта, обозначенная в психологии как индивидуалистичность, присуща лицам с такими чертами характера, как своеобразие взглядов, оригинальность манер, непредсказуемость поступков. Они весьма интересны в качестве собеседников, но чрезвычайно трудны для повседневной жизни. Обладая аналитическим складом ума и известной эмоциональной холодностью, они способны «анатомировать» переживания другого человека, оставаясь при этом эмоционально отстраненными, не способными к сопереживанию. К тому же проблемы быта их отталкивают настолько, что легче не вовлекать их в эти повседневные дела вовсе, чем пытаться привить им любовь к такого рода занятиям. Всякие выяснения отношений они презирают и искренне не понимают, какие создают трудности для близких своими неожиданными поступками, рассеянностью, безответственностью, непрактичностью. Таких людей терпят, временами даже восхищаются их оригинальностью, но бороться с их эгоцентричностью совершенно бесполезно (все равно что плыть против течения), так как помимо неодолимого индивидуализма они чаще всего отличаются еще и нарциссическими чертами, т. е. самовлюбленностью. Опять-таки, хорошее самопонимание, привитое искусным психологом, поможет просвещенному человеку обрести большую самокритичность и освоить (в процессе социотренинга) навыки поведения, которое будет более щадящим по отношению к близким. НЛП здесь менее эффективно, групповые методы должны учитывать индивидуальные особенности человека, поэтому лучше включать их в небольшие группы, подбирая сходных по уровню интеллекта и интересам людей.

Если индивидуализм сочетается с замкнутостью, пассивностью, Сосредоточенностью на своем внутреннем мире переживаний, то опиканные выше особенности внешне менее заметны, но также являются камнем преткновения для налаживания гармоничных отношений. Здесь (проблемы становятся очевидными не сразу из-за скрытности и молчаливости лиц такого типа. Внешне они могут проявлять уступчивость, но внутренний конфликт может из-за этого только усиливаться. Относясь пассивно и консервативно ко всяким переменам, они могут оставаться в рамках давно изжившего себя брака долгое время и, как правило, не являются инициаторами выяснения отношений и развода. Эмоции партнера разбиваются об их молчаливую пассивность, как волны прибоя о скалу, но это не значит, что человек при этом не страдает. Он (или она) выстраивает свою концепцию сложившейся ситуации и пытается отнестись к ней фатально, как к неизбежности, ниспосланной судьбой, а поэтому «нужно нести свой крест и не роптать». Изменить же свое видение мира и живущих в нем людей он (она) не может в силу выраженного субъективизма. Если оба партнера по браку — индивидуалисты-интроверты, то они могут прожить рядом всю жизнь, но каждый из них будет жить своей собственной жизнью, а отношения все больше будут приобретать характер чисто формального сосуществования.

Исследование психологическими тестами у лиц этого типа обнаруживает высокие показатели 0 и 8-й шкалам в профиле СМИЛ, заштрихованный V октант помимо II в ДМО, 0 цвет на первых позициях вместе с 5-м в МЦВ, устойчивую реакцию т—, т—(!,!!!) при d-, d-(!, !!! и к— р+) по МПВ, при скупых и формальных сюжетах по РА Г.

Следует также выделить гиперсоциальный (сверхконтролируемый) тип личности, который в супружеском сосуществовании проявляется как подчеркнутая приверженность догмам нормативного поведения, мелочная придирчивость и повышенная требовательность к окружающим, стремление уйти от житейских трудностей в силу бережного отношения к собственному здоровью. Мотивационная сфера личности данного типа противоречива: стремление соответствовать Нормативам и моральному кодексу своего окружения (с тенденцией к принуждению близких людей к такому же стилю поведения) у них вступает в конфликт с устремленностью к самоутверждению и реализации собственных амбиций. При этом неосознаваемая потребность

вкусить всех жизненных благ формирует тип ханжи, декларирующего святость помыслов при греховности тайно реализуемых побуждений. Как правило, это люди, испытавшие дефицит теплого отношения к себе со стороны близких (чаще — матери) в период детства и поэтому маскирующие свой затаенный эгоцентризм гиперсоциальностью установок. Заботясь о благопристойности фасада, за которым скрывается мучительная борьба мотивов, они придают большое значение сохранению семьи, стремятся к укреплению дружеских и родственных отношений. При разрыве этих отношений они реагируют ухудшением самочувствия. Для лиц данного типа характерны такие показатели, как: ведущая позиция в профиле СМИЛ 1-й шкалы, устойчивый выбор на первой-второй позиции 6-го цветового эталона или пары 17 в тесте МЦВ, преобладающие V и VI октанты ДМО, $h-s_{\pm}$, по данным МПВ (тест Сонди).

Коррекция состояния у лиц этого круга эффективна, если психолог дает им подробные инструкции-рецепты для выхода из неблагоприятной ситуации, обучает их определенным психотехническим приемам. Аутогенная тренировка, групповые виды психотерапии, социотренинг могут дать хороший эффект, в меньшей мере — НЛП. Холотропное дыхание и гипноз могут привести к осложнениям в виде вегетативных кризов, суеверных страхов, усиления ипохондричности.

Серьезные проблемы возникают между любящими людьми (в том числе, супругами), когда у каждого из них болезненно заостренное чувство собственного достоинства. У сильных личностей эта борьба может оказаться настолько ожесточенной, что, желая сохранить свой престиж, люди осложняют отношения, порой доводя их до абсурда. Модель таких отношений, построенных на борьбе двух амбиций, изобразил М. Горький в одной из «Сказок старухи Изергиль»: цыганка Рада и ее любимый Лойко Зобар предпочли умереть, чтобы никому из них не пришлось подчиниться другому.

Для брака и любовных отношений гибельным часто оказывается конфликтное отстаивание каждым из супругов значимости своего «Я», непримиримая **борьба амбиций**, особенно когда каждый стремится повысить собственную самооценку и ценность за счет принижения другого, чего тот, естественно, принять не может. Чем выше уровень культуры отношений, тем больше каждый будет уважать индивидуальность другого, что сделает ситуацию более терпимой, а со стороны кому-то даже может показаться,

что эти люди счастливы... А может быть, это и есть счастье, когда на смену пылким чувствам приходит спокойное взаимное уважение?

Однако нередко борьба амбиций проявляется как зависть и ревнивое отношение одного человека к успехам другого. В частности, мужчины часто оказываются не в силах спокойно пережить успехи своей жены или любимой женщины в работе или в общественной деятельности, воспринимают это как принижение собственного престижа и болезненно переживают мнимую утрату лидерской позиции. Поведение мужчины часто становится агрессивным, когда подруга, стремясь утвердить свое достоинство, ущемляет его самолюбие, особенно когда самооценка мужчины неустойчивая или заниженная.

При этом, как это ни парадоксально звучит, полная подчиняемость женщины далеко не всегда способствует гармонизации отношений. «Раба любви» — это ортодоксально женственная позиция в любовных и супружеских отношениях, однако лишь уверенный в себе и лишенный комплексов мужчина способен достойно принять дар всецело преданной любви и бесконечного доверия. Напротив, «закомплексованный» мужчина, раздираемый внутренними противоречиями и мучимый неудовлетворенным самолюбием не может удержаться от соблазна выместить на женщине обиды и приниженность, которые он испытывает вследствие неудачного социального самоутверждения в других сферах жизни. Поскольку женщина — существо более чуткое и гибкое, именно она чаще всего усматривает в такой ситуации угрозу своему семейному счастью и не акцентирует внимание мужа на своих профессиональных успехах, чтобы не задевать мужское самолюбие.

Следует иметь в виду, что приведенные типы личностей редко встречаются в чистом виде, в качестве ярко выраженного типажа, у которого иные свойства не уравновешивают акцентуированное качество. Мы специально заострили каждое качество до гротеска, чтобы сделать его образным, узнаваемым. На самом деле, приведенные в качестве примеров типологические черты — это лишь составные фрагменты, кирпичики, из которых в разных комбинациях формируются разнообразные человеческие характеры, встречающиеся в реальной жизни. Чем ближе к норме рисунок личности, тем более разнообразны умеренно выраженные индивидуально-личностные свойства, тем больше сбалансированы в структуре личности разнонаправленные, на первый Взгляд, полярные, типологические свойства.

Заостренная типологическая черта, затрудняющая адаптацию личности к социальной среде, которая все же в социально значимых ситуациях может быть отторжена и взята под контроль, характерна для **личностей, акцентуированных** по соответствующему — тревожно-му, сензитивному, интровертированному, ригидному, агрессивному, спонтанному, экстравертированному или эмоционально лабильному — типу (согласно классификации, которая базируется на теории ведущих тенденций и соответствует измеряющим эти тенденции шкалам ИТО⁶).

Если социально-психологическая адаптация значительно нарушена и приводит к выраженным межличностным конфликтам вплоть до экстремальных ситуаций, то индивидуально-типологическое свойство, которое в таком контексте расценивается как психопатическая черта, не только является резко заостренным, но и не компенсируется другими, отсутствующими в структуре личности свойствами, которые могли бы способствовать развитию самоконтроля и гасить враждебные вспышки, импульсивность, аутоагрессию и другие негативные поведенческие реакции.

Анализируя межличностные отношения в семье, психолог должен учитывать и самооценку, и взаимную оценку каждого члена этого небольшого коллектива, обозначаемого в социальной психологии как малая группа. Наиболее простым и одновременно информативным представляется применение диагностики межличностных отношений — ДМО. При этом каждому обследуемому лицу дается инструкция: описать свое реальное и идеальное «Я» с помощью лаконичных и простых характеристик, составляющих опросник ДМО, а затем дать оценку своему партнеру (жене, мужу) и идеалу партнера (жены, мужа); то же самое (при необходимости) следует сделать в отношении любых других членов семьи. Рассогласование идеала с реальным образом оцениваемого лица представляет значительный интерес для оценки сложившейся ситуации в целом, а также для представления о степени несоответствия реально существующего партнера (жены, мужа, отца, матери, сына, дочери и других значимых лиц) с представлением о том, каким он должен быть в глазах данного обследуемого лица. Важно отметить следующее: обрисованное показателями теста ДМО идеаль-

⁶ С о б ч и к Л Н Введение в психологию индивидуальности. Теория и практика психодиагностики — М., ИПИ, 1998, 2001. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений. Практическое руководство — СПб.: Речь, 2002

ное «Я» человека часто воспринимается окружающими как его истинное «Я», хотя внимательное изучение этого парадокса показывает, что оно отражает в основном социально желательные стороны поведения. Это происходит тогда, когда человек стремится произвести хорошее впечатление, хочет понравиться. Психологическое тестирование может заблаговременно раскрыть разницу между декларативным и объективным портретом конкретной личности. Но следует ли это делать? Любовь — чувство иррациональное, в огромной степени зависящее от субъективного пристрастия. Невозможно остановить человека, даже если он стоит на краю пропасти, в которую его влечет с неодолимой силой влюбленность и страсть. Так было раньше, так будет всегда — человек жив страстями, а благоразумию в таком чувстве, как любовь, нет места. Другое дело, если люди испытывают потребность в помощи и совете, когда их отношения дают трещину и ощущается угроза разрыва. В этих случаях корректная помощь опытного психолога может оказаться весьма полезной.

По данным ДМО можно обнаружить большое разнообразие существующих вариантов, в основе которых лежит сопоставление как контрастных, так и дополнительных характеристик, обрисовывающих стиль межличностного поведения. Это такие свойства, как лидерство, независимость, агрессивность, недоверчивость, пассивность, зависимость, компромиссность, альтруизм. Для упрощения можно также отталкиваться от основных двух направлений: доминантность—подчиняемость (соотношение показателей I — II октантов с V — VI октантами) и агрессивность—доброжелательность (соотношение показателей III — IV с VII — VIII октантами). Исходя из этого положения и строится интерпретация каждого конкретного случая.

Пример. Испытуемая Валентина, 45 лет. Обратилась к психологу за советом, так как обеспокоена нарастающими трудностями в контактах с дочерью Олей, 15 лет, и ухудшением взаимоотношений с мужем Николаем на этой почве. Пока Оля была маленькой, отношения мужа и жены между собой и с дочерью были дружелюбными. Мама заставляла Олю посещать музыкальную школу, школу фигурного катания и группу по изучению иностранного языка, так как хотела, чтобы дочь развивалась разносторонне. Оля была послушной и исполнительной, хотя и уставала от такого обилия занятий. Последнее время у нее появились другие интересы, хочется погулять с подругами, пойти в кино, в гости.

В связи с этим стали возникать конфликты. Муж Николай, отец Оли, жалея дочь, пытается противодействовать своей жене, чем вызывает ее негодование, упреки в том, что он портит девочку. Дома возникла конфликтная ситуация, нет взаимопонимания.

Проведенное исследование с применением ДМО показало следующее: Валентина оценила себя как человека слишком уступчивого, приниженного (V октант) и в то же время с высоким уровнем притязаний (I октант). Ответственность за других она считает своим основным свойством (VIII), что, по ее мнению, ей только вредит. Поэтому в идеале хотела бы быть менее великодушной и уступчивой, тогда удастся добиться того, что она поставила себе целью и от чего не отступится, даже если это усугубит конфликт (IV октант) Однако от приниженной роли полностью избавиться не стремится, повышая одновременно уровень притязаний. По данным СМИЛ, у Валентины выраженная акцентуация по эмоционально-лабильному типу с истероидным радикалом и эксплозивными чертами (профиль — 346»5721-/-), по МЦВ выбор 54627103, в связи с чем возникли подозрения о наличии сексуальной дисгармонии, что в доверительной беседе подтвердилось. Муж в ее глазах — человек безвольный; идеал мужа — человек, уверенный в себе (I октант) и в то же время послушный ее воле (VII). Свою дочь Валентина оценила как своевольную и упрямую (I, III); в идеале образ дочери — уверенная в себе, но послушная и исполнительная (I, V и VI октанты), т. е. идеал дочери — образ нереальный и противоречивый.

Муж охарактеризовал себя как человека пассивного, уступчивого, приниженного (V октант), неуверенного в себе, стремящегося жить в дружбе с окружающими, покладистого (VI), доброжелательного, но не умеющего дать отпор и постоять за себя в сложной ситуации (I, II, III, IV октанты — низкие показатели). Хотел бы избавиться от излишней мягкотелости, робости и уступчивости (в идеальном образе «Я» уменьшение показателей V, VI октантов) и быть более уверенным в себе, независимым в мнении (увеличение в идеале I и II октантов). По СМИЛ — гипостенический тип реагирования (профиль «275-/-), цветовой выбор — 15602347. Желену оценивает как человека доброжелательного, ответственного, но категоричного и настойчивого (VIII, I и III октанты).

Оля оценила себя как достаточно гармоничную личность с умеренной степенью выраженности разных сторон характера, но с преобладанием уступчивости, покорности, застенчивости (V октант), а

также недоверчивости, обидчивости, скептицизма и бунтарства (IV), которые вступают в конфликт с ее привычкой жить в согласии с окружением, ладить с людьми, сохранять с ними теплые отношения (VI, VII октанты). Кроме того, чувство приниженности создает фон для формирования комплекса болезненного самолюбия. В идеале стремится к независимости, уверенности в себе (увеличение II и I октантов). Профиль СМЛ — «27640-/, цветовой выбор — 25103467. Свою мать оценила как человека уверенного в себе, настойчивого и агрессивного (I, III октанты), а также лише иного сочувствия и понимания («пустой» VII октант). Отец в ее глазах — человек добрый (VI, VII, VIII октанты), но безвольный (высокие баллы по V октанту и низкие по I, II и III октантам).

Полученные данные и собеседование с каждым из членов семьи доказали, что причиной семейного конфликта является неудовлетворенность Валентины своим статусом (в свое время она не получила того образования, о котором мечтала). Это ее мучает, и ей хотелось, чтобы дочь воплотила ее мечты в быль. Так как поведение дочери перестало соответствовать ее ожиданиям, она пыталась настаивать на своем, призывая в союзники мужа. Не встретив в нем поддержки, поняла, что у нее не одна, а две проблемы: она вынуждена бороться за счастье дочери в одиночку, кроме того, муж воспринимается как человек, который не оправдал ее надежд ни в отношении ее собственного статуса, ни в отношении дочери. При углубленном исследовании выявилась выраженная невротизация Валентины, поэтому дальнейшая работа велась в основном по устранению комплекса неполноценности в связи с ложным пониманием Валентиной своего личностного статуса, по пути переоценки ценностей, в направлении повышения значимости роли мужа в семейных отношениях и иного понимания того, **что** нужно считать действительно необходимым для счастья дочери, а что таковым вовсе не является. Кроме того, была проведена работа по гармонизации сексуальных отношений супругов, которая в основном сводилась к научению их лучшему пониманию некоторых индивидуальных запросов в этой сфере каждого из них.

Динамика повторного психодиагностического исследования показала выраженную тенденцию к уменьшению эмоциональной напряженности у всех членов семьи: отмечалось снижение баллов по IV октанту т. е. снижение уровня конфликтности и враждебности), понизились

показатели тревожности (у мужа и у дочери) и физиологической неудовлетворенности (у жены и у мужа). Положительный эффект психотерапии подтвердила проверка семейного микроклимата через год.

Таким образом, применение ДМО при изучении отношений в семье позволяет достаточно глубоко проникнуть в мир переживаний членов семьи, раскрыть как межличностный, так и внутриличностный конфликты, если они имеются, и понять направление выбора психокоррекционных мер воздействия, исходя из проблем и ресурсов конкретной личности.

Более углубленное исследование межличностного взаимодействия в семейных (интимно-личных) отношениях с использованием теста СМЛЛ позволяет обрисовать весьма разносторонний портрет личности каждого, оценить степень импульсивности или агрессивности обследуемого, стремления к лидированию и независимости (повышенные 4-я, 6-я шкалы), инфантилизма и нескритичности к себе (высокая 9-я шкала), пессимистичности и неуверенности в себе, сопровождающихся страхом утраты привязанности (ведущие в профиле 2-я и 7-я шкалы), повышенного чувства ревности (высокая 6-я шкала), замкнутости или застенчивости (высокая 0), своеобразия и непредсказуемости поступков (высокая 8-я шкала с сопутствующим подъемом профиля по 9-й), демонстративности и тщеславия (3-я), назидательного догматизма (1-я в сочетании со 2-й и 6-й), склонности к самовзвинчиванию (3-я с 6-й), непостоянства и бессердечности (высокие 4-я и 9-я при низкой 7-й). Психологическая несовместимость проявляется больше всего тогда, когда мы, во-первых, имеем дело с ярко выраженными акцентуантами одного типа, причем наиболее конфликтным образом складывается ситуация, если оба супруга — импульсивные или ригидные личности, эмоционально неустойчивые или индивидуалисты. Во-вторых, наименее благоприятно сочетание у обеих сторон высокого пика по 6-й шкале в профиле СМЛЛ, так как здесь проявляется не только ригидность установок, педантизм, склонность к спорам и соперничеству, недоверчивость и ревность, которые будут мешать взаимопониманию и мирному сосуществованию, но и легко загорающаяся враждебность (как элемент запрограммированной опасности агрессивных действий со стороны каждого из спутников жизни). Причем каждый настолько убежден в своей правоте, что корректировать их взаимоотношения — весьма неблагоприятная задача.

Вербальный фрустрационный тест⁷ представляет собой метод определения степени выраженности и направленности агрессии, а также выявления наиболее значимых ценностей.

Низкая агрессивность, как правило, обнаруживается в той сфере межличностных отношений, которая сверхзначима и способствует блокировке агрессии или усилению контроля рассудка, оттормаживающего негативные эмоциональные проявления. Максимальная агрессивность выявляется при фрустрации, направленной на наиболее значимые для обследуемого лица ценности. Если круг наиболее значимых контактов определяется наиболее низкими баллами, то максимальные баллы выявляются в наименее значимой сфере отношений. Высокая агрессивность выявляется в зоне наиболее неблагоприятных контактов, в зоне конфликта.

Сложности в сфере контактов с противоположным полом проявляются соотношением баллов агрессивности, направленных на женщин и на мужчин.

Характеристики сиюминутного состояния в большей степени отражают данные восьмицветового теста Люшера. Здесь достаточно убедительно выявляется степень фрустрированности каждого члена малой группы, признаки нарастающего негативизма, недоверия, разочарования, обиды, чувства непонятости и одиночества, психосоматических осложнений, эмоциональной напряженности. Данные теста портретных выборов Сонди позволяют выявлять глубинные комплексы, неосознаваемые причины враждебности, холодности, неудовлетворенной нежности и многие другие бессознательные механизмы притяжения и отталкивания по отношению к другому, уходящие корнями в проблемы детского возраста и родительской семьи индивида. Хорошим дополнением к семейному портрету может оказаться информация, полученная при обследовании тестом РАТ: характер межличностного конфликта, наличие глубоко запрятанного, неосознаваемого внутриличностного конфликта, проблема подростка в семейном конфликте и его отношение к раздорам между матерью и отцом, — все это может получить достаточно полное освещение при составлении испытуемым рассказа по картинкам методики.

Эти и другие психодиагностические критерии позволяют выявить параметры психики человека, имеющие судьбоносное значение в супружеских и личных отношениях.

Помимо характерологических особенностей (совпадающих, близких или дополняющих), любовные отношения и брак цементирует наличие общности целей, близкая ценностная ориентация, которая порой помогает людям более терпеливо и снисходительно относиться к несходству характеров. Одни всю жизнь общими усилиями обустроятся, обогащаются, выводят в люди детей; других объединяет совместная борьба за идеалы, увлеченность наукой или искусством; третьих удерживает от перемен приверженность общепринятым формам поведения, религиозные убеждения и т. д. Прямо противоположные цели, противоречащие друг другу ценностные ориентации разрушают близкие отношения. Но встречаются и такие парадоксы, когда разные интересы как бы сразу «запрограммированы» и не вызывают у партнеров внутреннего протеста. Самый расхожий вариант — это дополнительный характер отношений, когда каждый из партнеров в любовных или семейных отношениях следует классическому распределению ролей между мужчиной и женщиной. Оно подразумевает, что мужчина будет заниматься работой, общественной деятельностью, выполнять или обеспечивать выполнение самых тяжелых видов домашнего труда, отвечать за бюджет семьи и ее перспективы, а женщина будет хранить домашний очаг, обихаживать мужа, растить детей, следить за своей красотой и составлять ему лестный фон при выходе в свет. Но для успешности такого альянса и социальные условия должны этому благоприятствовать, а они, к сожалению, не всегда таковы.

Другой вариант успешного брака держится на том, что оба партнера, имея разные иерархии ценностей, располагают их в плоскостях, которые никогда не пересекаются. Так, муж, по роду деятельности много разъезжающий, живет в период интенсивной работы по законам, которые ему диктует такая жизнь. Дома же он на определенный срок способен принять другой стиль жизни и не тяготится им, так как вскоре его опять ждет дорога, новые люди и города.

Союз между партнерами разной национальности, если диссонанс на почве культурально-этнических отличий не возник сразу, имеет шансы долго оставаться благополучным в связи с тем, что в подобном союзе тайны души и внутреннее богатство другого человека будут рас-

крываться гораздо дольше, чем между людьми одной и той же национальности. Так, английский поэт Байрон считал неглупой и довольно «образованной» юную итальянскую красавицу, графиню Гвиччиоли, едва вышедшую из монастыря. «Может быть, он судил бы и строже, не будь она иностранкой, — пишет Моруа, — но тут примешивался забавный «экзотизм, делающий приятными на чужом языке даже плоскости». Их альянс длился достаточно долго, что не было характерно для увлекающегося Дон Жуана-Байрона. Видимо, прозаичность и обыденность отношений в таких ситуациях наступает позже, когда люди относятся к разным культурам, при этом несходство ценностной ориентации здесь формально оправдано и не может ставиться в упрек. Отсюда вывод: не следует слишком раскрываться, следует оставить немного места для загадочности, таинственности. А главное, не нужно структурировать межличностные отношения слишком явно и жестко: всегда должно оставаться психологическое пространство для маневрирования. Это создаст платформу для построения более гибких и потому регулируемых отношений в сложном взаимодействии людей между собой.

Необходимо подчеркнуть следующее: используя психодиагностические данные как основу для выбора варианта психологической коррекции, практический психолог **далеко не все из полученной информации имеет право делать достоянием своих клиентов.** Лишь элементарные вещи в доступной форме могут послужить материалом для повышения культуры отношений, для правильного самопонимания и понимания каждым из них другого человека. Неэтично «развешивать грязное белье» перед конфликтующей парой, т. е. демонстрировать супругам их несовершенства и сложные неосознаваемые глубинные проблемы, уходящие иногда корнями в недифференцированные сексуальные переживания раннего детства. Чаще всего с этим ничего уже поделать нельзя, а полученная от психолога информация может породить растерянность и страхи.

Есть и еще один аргумент в пользу того, что далеко не все свои находки психологу следует обсуждать с семейной парой, когда отношения накалены и каждое лишнее слово может сыграть роковую роль. Любые взаимные *обиды могут быть* прощены, пока кто-либо не обозначит структуру отношений таким образом, что станет вдруг совершенно очевидным явное снижение значимости объекта недавней любовной привязанности или его выраженное обесценивание. После этого навести

мосты примирения будет уже невозможно. Известный специалист в сфере социальной психологии В. К. Мягер отмечает, что пары, подавшие на развод, крайне плохо поддаются уговорам и психотерапии, направленной на сохранение семьи. Поздно. Какие-то жесткие слова, которых уже не вернуть, явились водоразделом между людьми; что-то важное, создававшее, по крайней мере, иллюзию взаимной любви или уважения, утрачено и невосполнимо. Поэтому, обнаружив, например, явное расхождение между образом реальной жены и ее субъективным идеалом в глазах мужа, не следует вслух обрисовывать структуру сложившихся отношений. В то же время показатели, по которым это расхождение наиболее выражено, могут подсказать пути коррекционного подхода. Так, важно выяснить, что именно способствует наметившемуся семейному разладу: излишняя самостоятельность и независимость жены в глазах мужа (I, II октанты ДМО в психограмме ее реального образа и стремление акцентировать VI и VII октанты в идеальном образе) или ее конфликтность (III и IV октанты, противопоставляемые в идеале VII и VIII октанты), чтобы правильно наметить тактику и стратегию психокоррекционной работы. В целом же психокоррекция семейных отношений созвучна гештальт-терапии дезинтегрированной личности: и тут, и там речь идет о построении взаимно согласованного, непротиворечивого целого образа, только в одном случае — это «Я» отдельного человека, а в другом — семейное «Мы».

Нередко приходится сталкиваться с взаимным неприятием действительно очень разных по типу личностей и по иерархии ценностей супругов, которые при попытке разобраться в их проблемах выстраивают целую вереницу нажитых обид и обвинений каждого из них в адрес другого. Но тщательное изучение ситуации позволяет раскрыть суть конфликта, которая состоит в том, что каждая (или одна) из воюющих сторон пытается решить свои проблемы за счет другого, а о любви и уважении давно уже нет и речи. Как можно ждать гармонии в семье, если брак строился на расчете. И предмет расчета — необязательно деньги. Соблазном может служить общественный статус, необходимость решить квартирный вопрос, который, как писал Булгаков, испортил москвичей, да, видимо, не только их. Это также и страх одиночества, которое кем-то воспринимается как клеймо. Не могу не привести в качестве иллюстрации «монолог женщины» из довольно популярной в семидесятые годы песни:

Ты разлюбил меня бы, что ли!
Сама уйти я не решусь.
Искала б я другую долю.
Но одиночества боюсь...

Невольно хочется продолжить своими доморощенными стихами:
Не выращу одна ребенка.
Лишусь квартиры, дачи, шуб... —
И, погрузив, рябиной тонкой
Прижалась к дубу, что нелюб.

И жалко, и смешно, и глупо. Уж если так все сложилось, если один Человек свои эгоистические интересы реализует за счет другого, то, по Крайней мере, надо иметь совесть и не гноить его за собственную к нему нелюбовь.

Для некоторых людей семейные узы тягостны, на их взгляд — любая несвобода гасит чувства. Другие, напротив, считают, что брак — это гарантия серьезности отношений. Безусловно, принудительный характер отношений не может способствовать свободному проявлению любви. Однако даже натурам с выраженной потребностью в независимости иной раз удается понять, что осознанная необходимость и есть свобода. Лишь полагая, что это нужно ему самому, что это — его собственный выбор, человек перестает воспринимать брак как плен. Кстати, слово «брак» можно толковать буквально как несовпадение ожидаемого и реального. В чем-то этот парадокс справедлив, но ведь иного не дано. Каждый волен выбирать свою судьбу.

Многие считают, что семья — это маленький мир, который спасает человека от одиночества, формирует более устойчивую почву для профессионального и творческого роста, помогает человеку преодолевать жизненные невзгоды. Но и в случаях более далеких от идиллии именно семья зачастую не дает человеку пропасть, удерживает его от многих глупостей и безрассудств, создает некие рамки, за пределы которых он (из чувства ответственности) не выходит. А если и выходит, влекомый соблазнами и собственным безволием, то пока есть возможность вернуться, он возвращается, тем самым спасаясь от окончательного падения.

В то же время до чего же умирительно видеть стареющую пару супругов, у которых сохранились взаимная нежность и внимание друг к другу! Невольно думаешь: как это они ухитрились, сколько мудрости

и терпения проявили по отношению друг к другу эти люди. Что же им помогло? Видимо, своевременно пришедшее реальное представление о самой жизни и ее самооценности. Это и эталон собственного самоуважения, и более богатое «Я», которое, утратив эгоцентричность, перелилось в более сложный и устойчивый конструкт «Мы».

Сексуальное влечение, влюбленность в красоту, тяга к новизне, интересная встреча — все это может послужить поводом для разрыва первичных отношений во имя обновления чувств, и я не берусь осуждать тех, с кем это происходит, кто ринется в бездну нового безумия, которое зовется любовью. Но находятся и такие люди, которых от этого удерживает некое Табу. Его можно обозначить как чувство ответственности, как некое мерило нравственности, как личностное кредо, потребность в сохранении которого позволит удержаться от соблазна и сохранить status quo. К тому же вполне понятные чувства, связанные с потребностью в обновлении сексуальных ощущений, вполне могут быть отторжены, подавлены — во имя сохранения любви, семьи. В оправдание «левой» связи в ситуации, когда обстоятельства вынуждают временно обходиться без близости с женой (беременность, командировка), нередко можно услышать аргумент: «Я же мужчина!». Это все равно что сказать: «Я не столько полубог, сколько полуживотное, и именно это последнее не дает мне сил справиться с инстинктами и удержаться на более высоком нравственном уровне». Так было бы честнее. Удовлетворение чувственных потребностей не должно быть единственным мерилom в отношениях между мужчиной и женщиной. Человек должен быть выше физиологии, не быть ее рабом. Именно этим он и отличается от животного. Истории неизвестны случаи, когда кто-то умер от воздержания, особенно если это связано с преданностью в любви.

Многие, понимая важность сохранения семьи, решают эту проблему промежуточно-компромиссным способом (понятно, каким). Ну и оставим их наедине с их собственной совестью, которую они нагружают, кто-то — мучаясь, кто-то — гордясь собой.

Каждый человек в соответствии со своим темпераментом, складом характера и жизненным опытом вправе выбирать свой стиль жизни, свой путь в поисках любви. И все же жесткая, изжившая романтизм современность заставляет меня сказать о том, что совершенно напрасно люди стали бояться показаться смешными, проявляя высокие чувства и сентиментальность. Это очень грустно, когда даже юнцы, мате-

ряться, цинично отзываются о своих подругах, считая для себя унижительным признание в любви с использованием красивых и ласковых слов; тем же вслед за ними грешат и представительницы прекрасного пола. Между прочим, мат весь основан на сексуальных образах, оскорбляющих достоинство женщины. Это — чистой воды сублимат (замещение) нереализованной сексуальной озабоченности: у одних — от избытка сексуальности, у других — из-за сексуальной несостоятельности. Никто не матерится так смачно, как алкоголики, у которых возрастание потребности в сексуальном удовлетворении обратно пропорционально все более снижающейся потенции. В то же время ни в одном языке нет такого богатства и образности слов, предназначенных для выражения чувств любви, как в русском. У российского поэта начала прошлого века Михаила Гофмана есть такие строки:

У меня для тебя столько ласковых слов и сравнений'
Их один только я для тебя мог придумать, любя.
Их приливной волной, то неожиданно крутой, то кипучей.
Хочешь, я заласкаю тебя .

А как хорошо об этом писал и пел всеобщий любимец, наш современник поэт Булат Окуджава:

Давайте восклицать, друг другом восхищаться!
Высокопарных слов не надо опасаться.
Давайте говорить друг другу комплименты!
Ведь это все — любви прекрасные моменты....

Казалось бы, из всего вышесказанного можно сделать некоторые выводы. Но найдутся и такие читатели, которые ждут конкретных рецептов и рекомендаций по сохранению любви и брака. Попробуем сформулировать наиболее важные из них.

Сексуальный инстинкт и чувственное влечение — плохие советники в выборе объекта любви, но отменить их нельзя: человек не свят. Поэтому разного рода брачные бюро по выбору супруга на основании анкетных данных и даже психологических исследований только чудом могут помочь людям найти свою «половинку». Разве что это — человек, готовый пойти на компромисс, ищущая утешения отчаявшаяся душа, вставшая от одиночества. Но ведь бывает и «одиночество вдвоем», когда в созданном случайно или на основании научного подхода альянсе не объединены обе составляющие любви: секс и родство душ.

Оберегая любовь, человек не должен спускаться с того пьедестала, на который невольно пытался взобраться в тот период, когда еще только старался завоевать любимое существо, очаровать его. Одно из двух: или не следует изначально слишком идеализировать свой образ «Я», или в дальнейшем оставаться на заданном уровне и соответствовать этому идеалу. В числе прочего, не следует ронять своего достоинства неряшливостью в одежде, пренебрежением к чистоплотности, грубостью манер и высказываний, меркантильностью.

Любя, ошибку делают те, кто безоглядно выплескивает свои чувства на объект обожания, перекармливает своими восторгами и ласками до тошноты, чем могут вызвать реакцию отторжения. Мере важно соблюдать и при проявлении позитивных чувств. Не следует раскрываться до полной обнаженности (и в переносном, и в буквальном смысле этого слова). Всегда должна оставаться хоть небольшая доля таинственности, как в отношении вашей души, так и в соблазнах вашего тела, иначе у партнера вскоре может наступить чувство пресыщения, ослабнет интерес и влечение. Чуть-чуть притормаживайте водопад ваших чувств, пейте любовь небольшими глотками, растягивая наслаждение и продлевая плавное течение любви.

Оберегайте свое достоинство и тогда, когда любовные отношения взаимны, не роняйте себя и не раболепствуйте, как бы ни были сильны ваши чувства. Принижая себя, вы можете породить в объекте своей привязанности неоправданное чувство собственного превосходства, с которым впоследствии бороться будет трудно. Тем более если есть ощущение утраты прежнего резонанса и дефицита ответных чувств, следует проявить сдержанность и, стремясь сохранить уважение к себе, несколько дистанцироваться. Только — это не должно превращаться в фальшивую игру и демонстрацию. Опять-таки, здесь очень важно чувство меры. Перебарщивать нельзя ни в одну, ни в другую сторону. «Учитесь властвовать собою», — как говорит А. С. Пушкин словами, обращенными Онегиным к Татьяне в его нравоучительном монологе.

В конфликте не следует торопиться обвинять во всем другого. В первую очередь, нужно самокритично постараться понять степень своей вины (или оплошности), найти в себе мужество признать это самому. А еще большее мужество необходимо для того, чтобы сказать об этом вслух и повиниться. Зато какую радость доставляет чувство взаимного примирения!

Дав волю справедливому гневу, если для этого действительно есть реальный повод, необходимо (чем быстрее, тем лучше) простить и приласкаться, признав при этом свою избыточную горячность.

Обидевшись, не стоит играть в молчанку. Лучше в спокойной и доброжелательной манере объяснить, *чем* именно вызвана обида и *как* можно в дальнейшем этого избежать. Ведь другой человек не всегда может догадаться, чего от него ждут, чем он не угодил или вызвал раздражение.

Если любовь угасла, то лучше всего набраться мужества и без несправедливых упреков объяснить, что произошло, подчеркнув при этом все хорошее, *что есть* в другом человеке, и *что было* в период расцвета взаимных чувств. То, что любовь, к сожалению, может угаснуть, рассудком понимает каждый, хотя пережить это нелегко. И все же деликатно высказанная правда менее оскорбительна для покинутого человека, чем изворотливость и ложь, которая рано или поздно всплывает наружу и тогда трусливое бегство воспринимается как обман и предательство.

Оказавшись в роли покинутого любимым существом человека, следует отнестись к этому периоду своей жизни как к эпизоду, который рано или поздно закончится, проявить мужество, ведь в таких ситуациях мы обретаем жизненный опыт и умудренность, становимся духовно рогаче. Экклезиаст сказал: «Знание умножает скорбь». Жизнь нас учит и другому: скорбь (или, если угодно, грусть) развивает наш ум и душу, заставляя предаться раздумьям, подталкивая к анализу как чужих, так и собственных ошибок, к попыткам понять смысл жизни.

Не следует в ситуации конфликта выключивать любовь как милостыню, не стоит унижаться и описывать свои страдания: это совершенно бесполезно, если душа другого холодна. Попытка разжалобить никого не украшает и может лишь принизить позицию личности. Истерические сцены при выяснении отношений усугубляют проблему: из чувства вины или опасаясь драматических эксцессов другой участник диалога может проявить малодушие и временно отступить на заранее подготовленные позиции, пойти на компромисс. Но при этом оба прекрасно понимают, что ситуация бесперспективна. Просто мучение растягивается на неопределенное время. Если же покинутый (покинутая) сохраняет достоинство и рассудок подсказывает ему, что *так бывает и с этим ничего не поделаешь*, то он скорее оставит в памяти своей подруги (друга) позитивный след.

Такое расставание дает возможность впоследствии сохранить дружелюбные отношения на долгие годы.

Если же речь идет об обыденных конфликтах на почве бытовых неурядиц и несходства характеров, то, во-первых, следует заново перечитать описание индивидуально-типологических свойств, чтобы понять какое Вы «дерево» и каким «деревом» является Ваша половина. Во-вторых, исходя из этого постараться усилить контроль над слабыми сторонами собственного характера, а что касается трудных черт в характере другого, то постараться понять и простить. Другого пути к мирной жизни нет, так как нет идеальных людей, и все проблемы можно решать только путем компромисса.

Давать рекомендации лицам, склонным к хамству и пошлости, позволяющим алкоголю затмевать и разум и чувства, нет никакого смысла. Сперва им нужно бросить пить и подлечиться, затем повысить культуру поведения до уровня, достойного нормального человека, а потом почитать все снова.

Подытоживая эту главу, следует сказать: любовь разные люди понимают по-разному. Одни любят секс и занятие сексом принимают за саму любовь, не испытывая тех особых переживаний, которые отличают настоящее, многогранное чувство любви. Чрезмерно расширяя сферу сексуальных контактов, они рискуют в избытке физиологических ощущений утопить тонкость восприятия и, пресытившись, потерять радость межчеловеческого общения, наполняющей жизнь любящих людей. Другие, любя саму любовь, ее романтическое начало, в своем воображении создают оторванный от реальности образ любви — идеальный и эфемерный, что приводит к разочарованиям, когда возникает проблема более реалистичных отношений, в том числе связанных с сексом, а также когда на пути возникает тот быт, о который может разбиться «любовная лодка». Третьи не хотят рисковать своим душевным покоем: привязанность и уважение заменяют им и бурный секс, и чреватую разочарованиями романтическую любовь. Кому же больше всех везет, кому теоретически чаще других дано испытать настоящую любовь, уцелеть в ее обжигающих лучах, пережить связанные с нею разочарования и максимально продлить ее течение?

В основном — это личности, обладающие хорошим самоконтролем и выраженным чувством меры, с запросами, созвучными жизненной реальности. Это — люди, которым удается соблюдать гармонию чувств, что является залогом счастья в любви.

ПОДРОСТКИ, ШКОЛА

Что касается психологических аспектов детского и особенно — подросткового возраста, то эта тема представляет собой целый комплекс проблем, о которых следует поговорить. Неустойчивость индивидуально-личностных особенностей, зыбкость границ «Я», тенденция самооценки к значительным колебаниям, роль ситуативных влияний, воздействия разных по своей объективной значимости «героев» из реальной действительности и из произведений искусства — все это создает выраженные трудности в определении типологической принадлежности ребенка. И все же попытаемся выявить ведущие тенденции *детского* характера, лежащего в основе формирующейся личности.

Для изучения индивидуально-типологических особенностей детей удобен детский вариант индивидуально-типологического опросника ИТДО⁸. Методика представляет собой лаконичный опросник, направленный на выявление индивидуально-типологических свойств ребенка. Опросник содержит 61 пункт, по которым ребенок должен ответить «Верно», если согласен, и «Неверно», если не согласен, на каждое утверждение. Пункты опросника не вызывают защитных реакций, так как в основном они направлены на свойства темперамента, а не на социально одобряемые или неодобряемые формы реагирования (кроме провоцирующих пунктов, выявляющих агрессию). Апробация ИТДО показала, что методика позволяет уловить основные, преобладающие тенденции характера ребенка, достигшего 12 лет.

Согласно теории ведущих тенденций⁹, каждому ребенку присуща индивидуальная избирательность по отношению к явлениям окружающего мира и свой собственный стиль усвоения полученной информации, что и создает базу для формирования разных, по-своему неповторимых личностей даже при одинаковых средовых условиях. Понятие «ведущая тенденция» — более емкое и динамичное, чем «черта», «свойство», «состояние». Ведущая тенденция пронизывает все уровни и этапы формирования личности от индивидуально-типологической предис-

⁸ С о б ч и к Л. Н. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений. — СПб., Речь, 2002.

⁹ С о б ч и к Л. Н. Введение в психологию индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. — М., ИПИ, 19%, 2001

позиции и черт характера до сформированной личности. Словом, это сквозная устойчивая личностная характеристика, проявляющаяся на всех этапах развития личности и на всех уровнях самосознания.

Если сформированная личность взрослого человека обладает устойчивыми характеристиками индивидуального стиля, то черты еще незрелой личности ребенка больше проявляются как свойства темперамента, на базе которого еще предстоит сформироваться личности в процессе социализации. Личность не является «застывшей окаменелостью», это динамичная система, открытая внешним воздействиям, реагирующая на изменения среды в пределах индивидуально очерченного диапазона изменчивости, что делает структуру личности адаптивной и выносливой к стрессу. Однако именно устойчивые свойства личности не позволяют социуму целиком поглотить индивидуальность, а ситуативные факторы не приводят к непрерывным изменениям. У ребенка влияние социума в качестве морального цензора в основном вызывает противодействие в силу непосредственного побуждения к свободе и независимости, а ситуативные аспекты в виде соблазна реализовать свои желания и потребности подталкивают их к импульсивным поступкам. При отсутствии развитого внутреннего самоконтроля у детей в большей степени, чем у взрослых, проявляется тот тип переживания и поведения, который определяется ведущей индивидуально-личностной тенденцией.

Интеграция личности в целом реализуется через самосознание, самооценку и самоконтроль, составляющие реальное «Я» человека, в то время как его идеальное «Я» определяет направление, в котором движется личность в процессе самосовершенствования.

У ребенка самосознание формируется через анализ своих чувств, мнений и поступков, их сравнение с переживаниями, мыслями и поведением окружающих лиц, однако личность еще слабо интегрирована, в связи с чем в переживаниях и поведении преобладают черты темперамента. Однако индивидуально-типологический стиль, как врожденная черта характера, уже отчетливо намечен. В формировании характера в качестве базовых свойств выступают свойства темперамента, а в качестве интегрирующего фактора — стиль воспитания, идущий от окружающих взрослых: мать, отец, учителя.

Первостепенную роль в воспитании ребенка играет мать. Если она сама является выраженным акцентуантом гипотимного склада (сензитивный, с повышенной тревожностью, сверхответственный, альтруист-

тически настроенный человек), то она чаще всего настолько боится за своего птенчика, что вредит ему гиперопекой и постоянными опасениями по любым поводам из страха, что с ним что-то случится. На каждом шагу ребенок слышит предупреждения об опасности. Мать стремится сделать все сама, подменяя своими действиями побуждения ребенка к самостоятельности. В этом случае природой заложенное чувство тревожности, необходимое для нормального выживания, раскачивается и заостряется до высокого уровня тревоги и в дальнейшем затрудняет жизненную адаптацию, превращая ребенка в существо беспомощное, безвольное, избыточно конформное, зависимое от более сильных окружающих лиц.

Если мать отличается выраженной акцентуацией по гипертимному типу, при котором избыточные черты независимости, беспечности, жажды самореализации сочетаются с вытеснением из сознания всего того, что осложняет жизнь, привносит озабоченность и тревогу, то ее метод воспитания проявляется как попустительство. Ребенок в такой ситуации растет недисциплинированным, не знающим ограничений своим прихотям и капризам; он не приучается к усидчивости и труду. В дальнейшем его адаптация затруднена в связи с неразвитым самоконтролем и отсутствием норм поведения, выработанных в соответствии с моральными и нравственными ограничениями и принципами, принятыми в социуме.

Если характер матери отличается выраженной несбалансированностью, чертами эмоциональной возбудимости, непоследовательностью требований, предъявляемых к ребенку, то ее методы воспитания противоречивы и неадекватны: за плохим поступком может не последовать порицание или наказание, а за хорошее поведение ребенок не получит награды, поощрения. Приспособиться к материнской непоследовательности на основании здравого смысла ребенок не может, отсюда и его собственное «Я» не может формироваться на базе логических предпосылок. Такой метод воспитания не способствует интеграции личности: напротив, он может породить расщепление «Я», привести к полной дезинтеграции.

Порочный эффект описанных выше стилей воспитания следует иметь в виду не только матерям, но и отцам, и учителям, так как их влияние на ребенка чуть менее значимо, чем материнское, но тоже велико.

Разберемся в тех личностных особенностях и стилевых характеристиках поведения ребенка, которые выявляются шкалами индивидуально-типологического опросника ИТДО и позволяют дать характеристику основным индивидуально-личностным типам.

Повышенные показатели по шкале **Тревожности** выявляют тип личности, аналогичный тому, который у взрослых (см. предыдущую главу) описан как личность с повышенной тревожностью, и свидетельствуют о преобладании у ребенка таких черт характера, как нерешительность, выраженное чувство ответственности, внутренняя потребность в соответствии требованиям окружения — преподавателей, родителей, класса, а также мнительность, боязливость, склонность к необоснованным страхам. Ученики такого типа более старательны в выполнении заданий из страха получить плохую отметку, болезненно переживают упреки и наказания, очень нервничают перед разного рода контрольными заданиями и экзаменами. Они проявляют верность и преданность в дружбе, при этом чаще являются ведомыми. Эти ребята и девочки — преданные проводники морали старших: родителей, преподавателей — любят пожаловаться на своих обидчиков, наябедничать. Феномен ябедничества тесно связан с потребностью слабой личности, не способной постоять за себя, в сильном покровителе.

Тревожный тип чаще встречается среди девочек. Мальчики, принадлежащие этому типу, выглядят как «тихони», «приличные», «воспитанные мальчики». При достаточно продуктивном интеллекте и те, и другие могут в силу старательности систематически получать высокие оценки за успеваемость, нравятся учителям, на них не жалуются родители, но стереотипный стиль мышления и компромиссность в поведении не позволят им совершить прорыв в какой-либо интересной сфере знаний, и они всегда будут занимать ведомую позицию по отношению к сильным личностям.

Повышенные результаты по шкале **Агрессивности** (стеничности), напротив, говорят о выраженной уверенности в себе, стремлении к самоутверждению, к двигательной активности и самостоятельности при низкой подчиняемости, а при высоких баллах указывает на избыточную активность, импульсивное поведение при низкой подчиняемости, небрежность в выполнении заданий, склонность к прогулам и агрессивным поступкам, вплоть до явных злобных хулиганских действий.

Такой тип больше характерен для мальчиков, особенно для выросших в неполных семьях. Среди них нередко встречаются мальчики, которые не испытали в детстве настоящей родительской любви, тепла, доброты и заботы, привыкшие с раннего детства противопоставлять себя окружению, бороться за себя. Хотя работа с ними представляет самые большие трудности для педагогического состава, жесткие меры пресечения (исключение из школы, перевод в специальный класс или школу, плохие отметки не столько за знания, сколько за поведение) здесь приведут лишь к еще большему ожесточению ребенка и личностная деформация будет усугубляться, так как злом зла не исправить.

Высокие значения по шкале Экстраверсии соответствуют избыточной общительности, мешающей целенаправленности действий, повышенной отвлекаемости, болтливости; при избыточном количестве друзей и знакомых контакты остаются поверхностными, неглубокими (много знакомых — мало настоящих друзей). В обучении лучше усваивают материал в игровом, диалоговом режиме, чем по учебникам. Они шаловливы, смешливы, однако достаточно реалистичны и предприимчивы. Могут соврать, чтобы выйти из трудного положения, прихвастнуть, чтобы повысить свою значимость в глазах окружающих.

Напротив, ребята с выраженной шкалой Интроверсии отличаются молчаливостью, замкнутостью, отгороженностью. Они очень избирательны в выборе друзей, зато постоянны в своих привязанностях. Вдумчивы при изучении тех предметов, которые ими оцениваются как любимые. Материал ими усваивается лучше, когда они в одиночестве. Литература и гуманитарные предметы им даются лучше точных наук. Вербальный (словесный) интеллект чаще всего является преобладающим. Они не любят стоять у доски перед всем классом, что может помешать правильно оценить их знания. Окружающие могут воспринимать их как угрюмых и недружелюбных, хотя на деле они нередко страдают от грубости и жесткости других ребят, а замкнутость является как бы защитной реакцией. У них чаще всего есть свой мир мечтаний, их представление о жизни отличается непрактичностью, склонностью к идеализации. Те из них, кого отличает высокий интеллект, могут проявить незаурядные способности в силу высокой сосредоточенности и тенденции к глубокому постижению интересующего их материала.

Высокие показатели шкалы **Спонтанность** характерны для ребят с выраженной раскованностью, склонностью к свободному самоутверждению, стремящихся к лидированию или, по крайней мере, к независимости. Любые режимные рамки, стесняющие их свободу, вызывают противодействие и стремление к свободе. Это самые непослушные дети, нарушающие все правила и общепринятые нормы поведения скорее из духа противоречия, чем со зла. Все запретное их притягивает. Отсюда ранний интерес к курению, алкоголю, наркотикам. В ситуации семейного или школьного конфликта дети данного типа склонны к уходу из дома, к бродяжничеству. Это самые злостные прогульщики и нарушители школьного режима. Учатся неровно, в основном опираются на богатую интуицию, умело пользуются подсказками, легко воспроизводя из маленькой детали целое. В школе такие дети — это бич, но в своей дальнейшей жизни многие из них благодаря своей предприимчивости, изворотливости и смелости могут достичь небывалых успехов и гениальных открытий, и тогда учителям будет совестно за свою недалекость. Плохие оценки в школе у знаменитого физика Альберта Эйнштейна уже вошли в историю. Возможно, сами по себе плохие отметки не являются признаком гениальности, но и хорошие — не критерий дальнейшей успешности.

Шкала **Сензитивности** выделяется у ребят с выраженной впечатлительностью, чрезвычайно ранимых, обидчивых, склонных при неудачах давать депрессивные реакции. У них выражено стремление преувеличивать свою вину в случившемся. По отношению к одноклассникам они занимают ведомую позицию, не стремятся к лидерству, уютнее чувствуют себя под прикрытием более сильной личности в классе или ищут поддержки у преподавателей и родителей. В учебе ответственные и исполнительные, сверхтревожно реагируют на экзаменационную ситуацию, сверхболезненно относятся к низким оценкам. Они тяжело переживают грубость, неверность, обиды. При конфликтных ситуациях с их стороны следует бояться суицидальных тенденций и затяжных депрессивных реакций. В учебе они больше ориентированы на гуманитарные науки, им лучше дается литература и русский язык, их увлекает поэзия, лирика, но они часто не ладят с математикой и физикой. В любви и дружбе ребята такого типа проявляют значительное постоянство и преданность. Вдумчивый педагог таких ребят щадит, уповая на их ответственность, совестливость и моральную устойчивость.

Шкала Лабильности при высоких показателях отражает выраженную эмоциональную неустойчивость (лабильность, подвижность). Это дети, у которых настроение легко меняется от избыточной веселости, болтливости, смешливости до резко пониженного настроения со слезами, с бурными реакциями огорчения, сопровождающимися вегетативными проявлениями — покраснение лица, головные и другие боли, учащение пульса, повышение температуры, обмороки, судорожные подергивания, тошнота и рвота. Это весьма впечатлительные дети с богатым воображением, со склонностью к фантазированию. Они любят быть в центре внимания, артистичны, охотно занимаются школьной самостоятельностью, поют, читают стихи, танцуют, играют в представлениях. В их поведении много подражательности, они легко входят в любые социальные роли. Основной рычаг педагогического воздействия — апелляция к их тщеславию.

Высокие показатели по шкале Ригидности характерны для ребят с выраженным упорством (если это касается достижения цели) и упорством (если это проявляется в отстаивании своей точки зрения). Им чрезвычайно важен собственный статус, как с позиций главенства, власти, так и с точки зрения материального благополучия. Они чрезвычайно ревнивы к чужой славе и богатству, ревнивы в дружбе и любви, агрессивны в отстаивании своих прав. В учебе постигают материал постепенно, иногда даже слишком медленно, но, усвоив, удерживают его крепко, в ответах опираются на накопленный опыт, интуиции и воображения им не хватает, поэтому им трудно воспользоваться даже хорошей подсказкой. Для изучения материала таким ребятам нужна зубрежка. Благодаря хорошей усидчивости, они могут добиваться неплохих успехов, а в связи с выраженной соревновательностью в характере могут бороться до последнего и побеждать. Такой тип личности часто встречается у хороших спортсменов, особенно в индивидуальных (не командных) и борцовых видах спорта. Из них также вырастают дисциплинированные и отважные воины. Из наук им лучше даются точные, конкретные знания. Они чужды поэзии и сентиментальности, а в драках проявляют жесткость, агрессивность.

Все эти черты еще больше заостряются и становятся причиной затрудненной социально-психологической дезадаптации в подростковом периоде развития личности. Едва наметившиеся контуры цельной личнос-

ти подвергаются двустороннему воздействию изнутри и снаружи. Мощный всплеск выбрасываемых в кровоток гормонов, бурное развитие признаков половой принадлежности, пробудившийся сексуальный интерес при отсутствии привитой культуры любовных отношений приводит к уродливым формам поведения в контактах с противоположным полом. Представители тормозимого типа замыкаются в себе, отгораживаются, ведут себя угловато, неуклюже, проявляют негативизм в присутствии особ другого пола, испытывают комплекс неполноценности; гипертимные, возбудимые личности ведут себя в этой ситуации то нарочито нагло и демонстративно, то агрессивно и запальчиво. Но ведь это происходит с ними впервые, у них нет опыта и правильного понимания ни смысла и ценности этих отношений, ни физиологических и социальных последствий. Таково же их отношение к курению и алкоголю: чем более запретным представляется им это занятие, тем больше их к нему тянет. Изменение очертаний фигуры и лица, ломка голоса, характерные для 13—15 лет, нарушают привычный образ «Я». Уже не ребенок, еще не взрослый — подросток мучительно ищет образ своего нового «Я» — и не скоро его находит. Избыток физической энергии, высокая поисковая активность с тенденцией к самореализации сталкиваются с проблемой освоения новой социальной роли, связанной со вступлением во взрослую жизнь, представление о которой зиждется на книжных сведениях, на впечатлениях, почерпнутых в кинофильмах или с экранов телевидения, и на той модели социума, которую подросток видит в своем окружении — семья, школа, двор. Модель адекватного отношения к жизненным ценностям, к самому себе и к окружающим формируется постепенно. То, что мы получаем в подростковом возрасте, закладывается в детстве. Еще только вступая во взрослую жизнь, на ее пороге, подросток испытывает на себе противоречивость существующей в его сознании «идеальной» модели мира и реальной действительности. Чем больше разнятся они между собой, тем больше проявляется тот когнитивный диссонанс, который по-разному переживается разными по своим личностным особенностям подростками. У большинства этот стресс сопровождается горькими разочарованиями, ломкой самосознания, изменением или обновлением субъективного образа «Я» в связи с новым пониманием своего места в окружающем мире, протестными реакциями против авторитарного тона взрослых, тенденциями к низвержению идеалов старшего поколения.

В тех случаях, когда сведения о жизни, об истории своей страны, о текущих событиях преподносятся подростку искаженно, в завуалированном виде, прикрытыми флером ханжества, а реальное поведение взрослых не соответствует тому, что они проповедают в своих поучительных нотациях, реакции подростка могут оказаться чрезвычайно резкими и пагубными как для него самого, так и для окружающих. Если взрослые — родители, учителя, политики — проповедают порядочность, искренность, пуританскую мораль, а на деле ведут себя иначе, то дети — особенно дети — очень тонко улавливают эти противоречия, что обычно сказывается на школьном, равно как и на семейном, психологическом микроклимате и проявляется разочарованностью, нигилизмом, негативным отношением к окружающим взрослым, бунтарскими тенденциями с отрицанием любых авторитетов (высокий профиль по шкалам импульсивности, индивидуалистичности, ригидности, оптимистичности и пессимистичности одновременно в методике СМИЛ 49826'-/, что говорит о неустойчивой самооценке, воинствующем индивидулизме и обостренном упрямстве, выбор цветов 73 на первых позициях, s+!!m-!!! по Сонди). Эти данные предупреждают о том, что можно ожидать непредсказуемых поступков. В такой момент «героем» в глазах подростка может стать антисоциальная личность, а ценности уличной группы сверстников могут обрести наибольшую значимость и увести его в сферу противоправных действий. На фоне жестокой ломки привычных с детства стереотипов и столкновения с правдой реальной жизни могут возникнуть мысли о самоубийстве (профиль СМИЛ 2"4'-/9, выбор МЦВ 60752341 или 70654132), могут также появиться пагубные привычки. Поэтому подростковый возраст требует особенно внимательного отношения к индивидуальности и дифференцированного подхода со стороны окружающих взрослых.

Нередко подростки мучаются от ощущения собственного несовершенства, у них возникает комплекс некрасивости вплоть до клинических проявлений (дисморфофобии): подолгу разглядывая свое отражение в зеркале, они находят у себя недостатки, с которыми их категоричный максимализм не может примириться, что становится основой серьезных психологических терзаний, внешне проявляющихся как раздражительность, грубость, агрессивность. Мучительно переживают они юношескую прыщавость, которая ввергает их в уныние и безысходность.

Такого рода проблемы отражает профиль СМИЛ типа 278»0-/ или 76»48-/, цветовой выбор 06257341 или 75364012.

Разного рода физические дефекты, связанные с родовым травматизмом или с каким-либо заболеванием, отражающиеся на внешнем виде, на двигательных функциях, при отсутствии деликатного подхода со стороны окружающих приводят к ожесточению детских сердец и негативно сказываются на формировании характера. Байрон, страдавший врожденной хромотой, писал: «Моя бедная мать, а потом и школьные товарищи своими насмешками внушили мне, что я должен считать свое увечье большим несчастьем, и я никогда не мог победить этого чувства. Нужно обладать большой врожденной добротой, чтобы победить разьедающую горечь, которую телесный недостаток внедряет в рассудок и которая настраивает нас против всех на свете».

Понятно, что усилия родителей, учителей и психолога в таких ситуациях должны быть направлены на повышение самооценки ребенка; нужно сформировать у него уверенность в своей личностной значимости и социальной ценности.

Выстраивая отношения с подростком, необходимо учитывать свойственное этому возрасту болезненное самолюбие. Большое значение придается мнению других о своей персоне при одновременно подчеркнутым напускным безразличиям к этому мнению. Эмоции гнева и восхищения, гордости и презрения в их максимальном выражении с перепадами экзальтации и отчаяния составляют основной фон настроения подростков (типичный для этого возраста профиль СМИЛ -94'-/). Чрезвычайно болезненно проявляется повышенная чувствительность к неуважению в отношении собственной личности, принижению своего достоинства. При этом доминирует уверенность в себе, вера в свои возможности, надежда добиться счастья. Придавить все это, перечеркнуть гордые устремления, подрезать крылья у мечты в этом возрасте непозволительно, так как вера в себя и в осуществимость надежд необходимы для того, чтобы личность состоялась.

Активные, гипертимные формы реагирования у детей и подростков в целом преобладают, но даже на фоне повышенных 4-й и 9-й шкал в профиле уже угадываются более специфические индивидуально-личностные особенности, которые еще не вполне устоялись и склонны меняться под влиянием ситуации, но при повторных исследованиях все

Больше начинают проявляться как устойчивые тенденции. Наиболее часто наблюдаемые варианты акцентуаций характера у подростков описаны А. Е. Личко¹⁰ и распределены им по следующей схеме:

Таблица 1

Акцентуации характера у подростков по Личко

Тип акцентуации	Особенности подросткового периода	Сексуальное развитие	Нарушения поведения
1. Гипертимный	Приподнятое настроение, потребность в активной деятельности, недисциплинированность, легкомыслие	Раннее и сильное развитие, ранние сексуальные связи	Импульсивность, тяга к риску, тяга к антисоциальной среде, склонность к употреблению спиртного
2. Циклоидный	Циклические изменения эмоционального фона, периоды пониженного настроения сменяются фазами подъема	Уровень сексуальной активности колеблется в зависимости от общего психического состояния	В периоды подъема — склонность к алкоголю, в периоды спада — мысли о самоубийстве
3. Лабильный	Богатство, яркость и глубина эмоциональных переживаний, чувствительность к знакам внимания	Сексуальная активность ограничивается флиртом и ухаживаниями	Отсутствие эмоциональной поддержки может привести к острым аффективным реакциям
4. Шизоидный	Склонность к одиночеству, неумение сопереживать, неожиданная откровенность перед чужими людьми	Внешняя асексуальность сочетается с богатыми эротическими фантазиями	Реакция ухода в свой внутренний мир, неожиданность и своеобразие поступков
5. Астено-невротический	Капризность, пугливость, повышенная утомляемость, мнительность, тревожность, раздражительность	Сексуальная активность ограничивается короткими, быстро истощающимися вспышками	Неприязнь и слабо мотивированные вспышки по отношению к старшим

¹⁰ Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков — М: Медицина, 1983.

Тип акцентуации	Особенности подросткового периода	Сексуальное развитие	Нарушения поведения
6. Сензитивный	Робость и застенчивость, избегание шумных компаний, впечатлительность, повышенное чувство долга	Чувство неполноценности, отвергаемая привязанность вызывает уныние	Наигранная развязность, грубость окружающих вызывают вспышки агрессии
7 Психастенический	Моторная неловкость, нерешительность, склонность к самоанализу, неуверенность в принятии решения	Реализация влечения затруднена опасениями и страхом перед возможными последствиями и неудачами	Подчеркнутая исполнительность, дисциплинированность
8. Эпилептоидный	Аффективная взрывчатость, педантизм, повышенное чувство аккуратности, бережливость	Сильное влечение к объекту привязанности, ревнивость	Внешняя адаптация сопряжена с тяжелыми конфликтами
9. Истероидный	Потребность привлечь к себе внимание, эгоцентризм, претензия на роль лидера, яркость и выразительность эмоций	В сексуальном поведении много театральной игры, склонность к придумыванию несуществующих связей	Нежелание учиться и работать, прогулы, нет стремления быть взрослой личностью
10. Неустойчивый	Безволие в достижении цели, непоседливость и непослушание, тяга к праздности, легкая подчиняемость	Влечение не отличается силой, ранний сексуальный опыт	Тяга к антисоциальной среде, наркотикам, к групповым формам правонарушений
11. Конформный	Подчинение мнению окружающих, зависимость, банальность суждений	Реализация влечения в значительной степени определяется средой	Податливость в сочетании с некритичностью к действиям окружающих может привести к вовлечению в преступную группу.

Эти варианты акцентуаций логически соотносимы с дезадаптивными формами проявления ведущих индивидуально-личностных тенденций. Гипертимный тип акцентуированной личности характеризуется раскованным, временами импульсивным, поведением, стремлением к самоутверждению, наступательной активностью, неконформностью высказываний и поступков, склонностью к лидированию, общительностью и агрессивностью и базируется на так называемом «сильном» варианте нервной системы. При выраженных внешних проявлениях активности (подвижность, разговорчивость, драчливость, общительность) личности этого типа менее дифференцированно, без тонких нюансов общаются с окружением. При этом круг общения весьма широк, но отношения поверхностные, без склонности к глубокой привязанности, нарушенные контакты легко, без душевной боли заменяются новыми.

Гипертимный тип личности встречается в нескольких вариантах (подтипах). Среди них — эпилептоидный и близкий к нему возбудимый. Первый из них проявляется особенно выраженным упрямством и настойчивостью, педантизмом, упорной приверженностью взятой на вооружение идее или делу, повышенным чувством соперничества, ревнивым и завистливым характером, склонностью к накоплению негативных эмоций с последующим взрывом аффекта. Если эти качества задействованы, к примеру, в спорте, то там они не помешают адаптации подростка: напротив, они будут способствовать его самоутверждению, а также вызовут поощрительные реакции со стороны окружения. Агрессия в спортивной деятельности менее осуждаема, к тому же она преимущественно трансформируется в спортивную активность (бокс, борьба и пр.). Если свойства данного типа личности не находят себе достойного применения в социально приемлемых видах деятельности, то реакции подростка могут вылиться в мстительные и враждебные действия, так как акцентуантам этого типа свойственна повышенная чувствительность к критическим замечаниям, легко загорающаяся и внезапно вспыхивающая агрессия. В состоянии аффекта поведение таких подростков бывает особенно жестоким и разрушительным. Случайная драка может привести к серьезным последствиям, и подросток неожиданно для себя окажется в ситуации, где его действия будут расценены как противоправный поступок. При дефиците материальных средств он может пойти на грабеж при полном отсутствии понимания того, что его действия преступны:

в силу собственных представлений о справедливости он может думать, что этим актом он выразил протест против социального неравенства или компенсировал то, в чем ему отказала судьба.

Возбудимый тип отличается склонностью к импульсивным реакциям, к непродуманным действиям и высказываниям, плохим усвоением опыта, максимализмом взглядов, неустойчивыми эмоциями, быстро сменяющимися друг друга полярными реакциями гнева-восторга, неустойчивостью самооценки при избыточной амбициозности, отсутствием ориентации на общепринятые нормы поведения и моральные устои окружающей среды. При этом отмечается повышенная податливость в отношении антисоциальных влияний, примитивно-потребностная мотивация, направленная на удовлетворение любой ценой собственных сиюминутных желаний, что, в конечном итоге, также может привести к противоправному поведению.

Гипотимный вариант личностной акцентуации проявляется большей пассивностью внешних проявлений; у таких подростков активнее внутренняя психическая деятельность, отмечается повышенная склонность к самонаблюдению, обостренная чувствительность к воздействиям среды с ориентацией на авторитетную, сильную фигуру ближайшего окружения. Эта акцентуация развивается на почве «слабого», тормозимого варианта нервной системы. Если акцентуанты этого типа оказываются вовлеченными в криминальную среду, то чаще всего они здесь занимают ведомую позицию по отношению к «сильным» (стеничным, активным) личностям, не умея оказать им сопротивление, увлекаясь их ярко декларируемыми идеями или попросту примыкая к ним из соображений большей защищенности. При этом важно подчеркнуть, что любой лидер из числа сверстников всегда более притягателен для подростка, чем взрослый член семьи или учитель, так как в семье и в педагогической среде подросток крайне редко находит понимание, особенно если в этих сферах общения уже сложились конфликтные отношения и взаимное неприятие.

Для циклотимных личностей характерны возникающие без видимых причин или по минимальному поводу перепады настроения от избыточно повышенного до неадекватно пониженного, депрессивного. Истероидный тип акцентуации проявляется стремлением постоянно быть в центре внимания окружающих; отличаясь эмоциональной убедительностью и артистичностью, подростки данного типа придают

слишком большое значение тому, что о них думают и говорят значимые другие. Тщеславие и подражательность поведения — это тот рычаг, воспользовавшись которым каждый может перетянуть такого подростка на свою сторону, и жаль, если это удастся сделать не позитивному, конструктивному окружению, а тем силам, которые находятся по другую сторону от добра. Психастеники отличаются тревожно-мнительным настроением, для них характерна конформность как неумение формировать собственное мнение и избыточно зависимая позиция от авторитетов. Приверженность суевериям и ритуальным действиям, которые как бы «предупреждают несчастья» и ограждают от «злого рока», может у них перерасти в дурные привычки (например, обгрызание ногтей), навязчивые действия или страхи (фобии).

К этой галерее акцентуаций следует добавить сензитивных и экспансивных шизоидов; и те и другие отличаются своеобразием интересов и высказываний, непредсказуемостью поступков, выраженным субъективизмом. Нередко у истоков формирования личности этого типа наблюдается дефицит теплого отношения к ребенку в раннем детстве, жестокость и грубость применявшихся к нему методов воспитания. Но у первых (сензитивных шизоидов) доминирует интровертированность (уход в мир мечтаний и фантазий), отсутствует активное противодействие среде, отмечается повышенное чувство обиды, сопровождающееся отгороженностью и необщительностью. У вторых — экспансивных шизоидов — резко обозначенный индивидуализм проявляется вонне как подчеркнутая независимость и нетерпимость к другим мнениям и взглядам, стиль поведения отличается парадоксальностью высказываний, неожиданностью поступков и подчеркнутой неконформностью взглядов. Если такой подросток вступает на тропу противоправного поведения, то он редко становится рядовым членом преступной группы, чаще — это «степной волк», хищник-одиночка. Почвой для вовлечения в преступную среду для него может быть повышенное чувство независимости и пренебрежение к общепринятой морали общества, а также эмоциональная жесткость и холодность. При наличии хорошего интеллекта и способностей подростки такого типа могли бы проявиться как незаурядные личности на уровне творческой деятельности, но нередко именно непризнание окружающих их своеобразного таланта вызывает у них реакцию протеста и противодействия. Первоначально эти протестные реакции могут не выходить за рамки хулиганского поведения, но в дальнейшем усугубление личное-

тной девиации может привести к серьезным криминальным действиям, которые как бы компенсируют подростку непризнание обществом его права на свой индивидуальный стиль самоутверждения.

Акцентуация личности у подростка — это лишь predisпозиция, а как она реализуется в жизни, зависит от вовремя распознанных индивидуальных особенностей и умелого направления этих свойств в социально полезное русло.

У подростков самопонимание еще не достигает необходимого уровня, а контролируемость эмоционально-поведенческих реакций не обладает достаточной прочностью, чрезвычайно лабильна самооценка, характеризующаяся то непомерными взлетами амбиций, то резкими спадами. Это и отличает незрелость личности, ее неполную сформированность. Поэтому эмоциональные всплески и протестно-агрессивные реакции 13—15-летних мальчишек и девчонок столь ярки и неуправляемы. Среди них выявляются также тенденции, наиболее характерные для мужского и женского пола. У девочек чаще встречается сензитивный, циклоидный и истероидный типы реагирования, уходящие корнями в тормозимые и лабильные свойства нервной системы. Среди мальчиков чаще можно наблюдать импульсивный и epileптоидный (взрывной) типы реагирования (возбудимые, активные и ригидные свойства нервной системы).

Чаще всего трудными подростками называют тех мальчишек и девчонок, у которых акцентуация личности проявляется по гипертимному (возбудимому) типу. Они слишком подвижны, сверхэмоциональны, упрямы и настойчивы, иррациональны и субъективны в своих неадекватных притязаниях и нетерпимости к иным точкам зрения. Внимательный анализ свойств их личности с применением психодиагностических тестов обнаружил, что ситуация представляется наиболее сложной там, где в рамках одной личности сочетаются признаки, соответствующие противоположным типам реагирования. Так, сочетание характеристик, связанных одновременно и с ригидностью, и с лабильностью, или гипертимных (возбудимых) и гипотимных (тормозимых) черт, или повышенной тревожности при повышенной агрессивности, создает сильное внутреннее противоречие, значительно затрудняющее социальную адаптацию человека. Такое противоречивое сочетание нередко служит базой для выраженного внутреннего конфликта и является predisпозицией дисгармоничного развития личности в будущем.

Если ведущая тенденция поддается контролю интеллекта (по крайней мере, в социально значимых ситуациях), то речь идет о четко очерченном, выраженном характере. Акцентуация характера затрудняет контакты подростка с окружением, поэтому социальная адаптация подростка-акцентуанта осуществляется лишь при определенных условиях:

1. Окружающие во всем ему уступают, но при этом вынуждены в значительной мере отказаться от реализации своих собственных интересов.

2. Для такого лица создается особая социальная ниша.

3. Окружающий социум вынужден прибегать к мерам пресечения и выделяет специальный тип обучения или труда под особым надзором.

Если социально-психологическая дезадаптация настолько выражена, что поведение подростка становится некорректируемым, а повторные поведенческие реакции приобретают брутальный (неуправляемый) характер по типу клише, то речь идет о психопатических чертах или психопатической личности. Однако не следует считать таких подростков безнадежными, нужно бороться за их социализацию, отогреть их ожесточенные сердца любовью и терпением, растеплить их души любыми доброжелательными мерами. Жесткие меры вызовут у них только еще большее озлобление и вынудят их окончательно порвать с законопослушными слоями окружения.

Обычно дифференциация различных степеней адаптированности (характер, акцентуация, психопатия) становится возможной при достаточно длительном наблюдении за подростком, в то время как методы психологической диагностики дают возможность надежно и быстро оценить степень выраженности тех или иных индивидуально-личностных тенденций, получить количественные показатели, которые позволяют дифференцировать характерологические особенности от акцентуаций и психопатических черт.

В контексте обсуждаемых проблем следует остановиться также на некоторых особенностях современного стиля преподавания в школе, где нередко используются «репрессивные» педагогические приемы. Один из них декларирует необходимость занижения оценок школьникам. «Этим мы заставим детей проявить волю к достижению более высоких результатов», — говорят учителя. А ученики, не получившие поощрения за свои (возможно, еще не самые большие) успехи и старания, и вовсе теряют интерес к учебе. У большинства учащихся бесконечные

тройки и двойки вызывают апатию и отвращение к учебе. Не менее 30% учащихся старших классов дают на плохие отметки тревожно-депрессивную реакцию, при этом некоторые пытаются снять нервно-психическую напряженность разными средствами, среди которых — алкоголь, наркотики, токсические вещества («колеса»). Отсутствие позитивных переживаний в школе, «пилежка» и наказания дома создают атмосферу всеобщего непонимания и неприятия, субъективное ощущение «тупика», что чревато суицидальными тенденциями. Последней каплей в чаше страданий часто становится неразделенная любовь, к которой взрослые, как правило, относятся несерьезно, в то время как подростками это первое чувство переживается трагически.

Существует также серьезное заблуждение, которое гласит, что подростки должны испытывать осознанную тягу к знаниям и понимать перспективное значение образования в их жизни. Во-первых, они живут сиюминутными проблемами и им еще не дано понять философскую истину «свобода — это осознанная необходимость». Это понимание даже ко многим взрослым приходит лишь в позднем возрасте. Научно доказано, что только гиперкомпенсаторный механизм, вызванный к жизни фрустрированностью иных — насущных, жизненно важных — потребностей может вызвать такую устремленность (Ломоносов, Горький и др.). У взрослых людей, у которых уже сформирована иерархия ценностей при зрелом, интегрированном «Я», желание получить знания выступает как опосредованная через сознание потребность в самореализации. В основном же никто не любит учиться, особенно дети, так как при этом приходится подавлять свою лень и ограничивать себя в других потребностях. Во-вторых, процесс обучения требует мобилизации внимания (а оно у детей неустойчиво) и усидчивости (а дети по природе своей непоседливы). Поэтому необходимо использовать разнообразные приемы для пробуждения у них интереса к тому или иному предмету. Нет бездарных детей. Бывают бездарные педагоги. Учитывая специфику детского и подросткового возраста, урок должен проходить интересно, материал следует преподносить с использованием наглядных пособий, каждые 15—20 минут серьезной работы надо прерывать шутками, включением дозволенных двигательных реакций и возможностью пошуметь и прокричаться. Тем более активными и шумными должны быть перемены, так как лучший вид отдыха — это изменение одного вида активности (интеллектуального) на другой, проти-

воположный (двигательный) и наоборот: после шумного, двигательного активного состояния приходит некоторая физическая усталость, которую следует умело использовать для спокойной и вдумчивой работы.

Педагогу, чтобы завоевать внимание ребенка и привлечь его к процессу обучения, чтобы дети полюбили тот или иной предмет и отнеслись к нему неравнодушно, необходимо потратить немало усилий, проявить настоящее мастерство и артистизм.

Да, именно так: мы, взрослые, должны расположить к себе ребенка, постараться понравиться ему, а затем уже — привлечь его внимание и рассказать о том, что он должен запомнить так, чтобы это осталось в памяти само собой, а не насильно, по приказанию. И не требовать буквального, зазубренного и попугайски повторенного изложения пройденного материала, а, напротив, будить фантазию и высоко оценивать творческое изложение; дать ребенку возможность в произвольной форме высказать свое понимание основной сути проблемы. Творческое начало и самобытность мышления в детском возрасте проявляются с особой силой. Это давно уже замечено и подтверждено экспериментально. Поэтому педагогический процесс должен не столько насаждать шаблонный подход к решению заданий, сколько уважать и развивать своеобразие индивидуального стиля каждого ребенка.

Плохо, когда педагогический процесс превращается в борьбу амбиций: обостренное самолюбие подростков сталкивается с амбициями педагогов, которые, действуя с позиции силы, стремятся подавить бунтарский настрой испытывающих недовольство подростков. Настоящий педагог не станет вымещать на трудноуправляемых детях свои обиды и занижать оценку по предмету за плохое поведение. Он понимает, что любая деформация личности подростка — результат неправильного воспитания. Но плохо, когда каждая воспитывающая сторона (соответственно, школа и родители) относит дефекты воспитания на счет другой, тем самым как бы снимая ответственность с себя.

Жаль, что в современной педагогической методологии по-прежнему гласом вопиющего в пустыне остается призыв Сухомлинского к уважению личности ребенка. Тот факт, что сам ребенок еще не научился проявлять уважительное отношение к взрослым, не является серьезным аргументом для оправдания педагогической агрессии; этот дефект воспитания можно ликвидировать, однако не директивными мерами, а личным примером.

Чувство большой признательности и даже преклонения вызывает тот учитель, который, берясь за сложное дело обучения и воспитания детей, идет на это с любовью в сердце и не боится разочарований, понимая, что эти «глупые и злые зверята» могут стать настоящими людьми только благодаря его доброте и стараниям. Мне довелось знать таких учителей. Когда в ближайшей школе, где учились дети из нашего дома, отменяли урок, потому что заболела Юлия Викторовна, ее ученики, не советуясь с взрослыми, на собственные карманные деньги купили букет цветов, торт и с тревожной озабоченностью дружно бежали ее навещать. И это в то время как болезнь других педагогов вызывала у них (прости их, господи) лишь облегчение — «Не будет урока!!!»

Многие проблемы подросткового периода преходящи, особенно при гибком и разумном подходе взрослых. Учитывая возрастную специфику, родители, воспитатели и учителя в школе должны не ломать характер ребенка, а подстраивать свой подход к его индивидуальности, развивая его самопонимание, способствуя развитию его способностей.

Роль школьного психолога заключается в налаживании межличностного общения, его оптимизации, включая коррекцию конфликтных ситуаций. При этом учитывается как горизонтальное направление коммуникаций (межличностные отношения в классе), так и вертикальное (отношения педагога с классом и с отдельными учениками). Для более полного понимания проблем школьника и его внутреннего мира в последние годы все шире применяется изучение родительской семьи и ее психологического микроклимата. Стремление ориентироваться на определенную модель усредненного (среднего) ученика уже принесло педагогике немало вреда и особенно отразилось на самих учащихся. Нередко педагоги способны поставить ребенку в упрек его непохожесть на других, его своеобразие. Это — прямое проявление неуважения к индивидуальности.

Судебной психолого-психиатрической экспертизе нередко приходится рассматривать случаи противоправного поведения у педагогически запущенных подростков, вся беда которых в том, что на них, эмоционально-неустойчивых, неусидчивых в учебе, не хватило терпения ни у матери, ни у педагогов, в результате чего они оказались причисленными к клану неполноценных. Дальнейшая их судьба — интернат для умственно отсталых и особая, второстепенная позиция в обществе, повышенный риск выбора ими криминального пути самоутверждения.

Интересно отметить, что у таких подростков в психологическом эксперименте часто выявляется хорошая обучаемость и вработываемость, что свидетельствует об отсутствии тренированности многих полноценно представленных генетически, но не развитых в процессе воспитания и образования психических функций.

Опыт показывает, что некоторые индивидуальные особенности, проявляющиеся в заостренной форме (акцентуация характера, психопатические черты), лучше поддаются самоконтролю и не являются поводом для социальной дезадаптации подростка в том случае, если они учитываются в контексте индивидуализированного подхода, т. е. если учителя, родители и сверстники относятся к особенностям подростка с пониманием и терпением. *Отказаться от дифференцированного подхода к школьникам — значит отказаться от педагогики как таковой.* Роль учителя (воспитателя, педагога) не только в том, чтобы преподавать тот или иной учебный материал (так же как задача родителей не только в том, чтобы накормить и одеть ребенка). Обучение, которое протекает с учетом темперамента ребенка, его индивидуального стиля мышления, способно по-настоящему вызвать интерес к преподаваемому предмету. Только такое обучение совпадает с мотивационной направленностью ученика и не противоречит его типу реагирования, т. е. созвучно его конституциональным характеристикам. Именно это подразумевают, когда говорят о воспитании «Не наполнить сосуд, но зажечь светильник».

Процент неуравновешенных, отклоняющихся от строгой нормы детей с трудностями концентрации внимания, повышенной отвлекаемостью, легко дающих раздражительные или даже агрессивные реакции, или, наоборот, замкнутых, пассивных, необщительных, плаксивых в последние годы возрос в связи со многими проблемами медицинского и экологического плана. Значит ли это, что такие дети должны изыматься из общего коллектива учащихся, определяться в интернаты или больницы? Жизнь показывает, что такие меры приносят еще больший вред. К ним можно прибегать только в единичных случаях. В основном к таким детям просто нужен более выраженный индивидуализированный подход с учетом их особенностей. Только таким путем можно способствовать их социализации, адаптации к обычным жизненным условиям, с тем чтобы из них выросли полноценные члены общества, а не закомплексованные «изгои». В противном случае мы будем множить армию инвалидов и преступников.

Даже дети с истинной диагностированной психиатрами дебильностью вырастают социально полезными членами общества, получают определенную (по их возможностям) специализацию, если к ним подходят с позиций гуманного, дифференцированного, доброжелательного педагогического подхода. В то же время самый здоровый, абсолютно нормальный ребенок при отсутствии такого подхода (если лучшие, сильные стороны его личности не будут замечены, а на слабых будет акцентироваться критическое отношение окружающих) может вырасти моральным уродом и тунеядцем.

О чем же эта глава моей книги?

О том, что «все мы родом из детства». Детские годы формируют нашу душу. Поэтому взрослые, в частности родители и учителя, в ответе за то, какими вырастут их дети, что из них получится. Отсюда выводы:

- В ребенке нужно уважать его индивидуальность, не пытаться подравнивать его под усредненную модель.

- Детство должно быть счастливым. Как-то одну бабушку спросили: «Зачем вы балуете своего внука», на что она ответила: «А кого же мне тогда баловать?», ответила так, как будто само собой разумеется, что бабушка и создана для того, чтобы баловать.

- В то же время не следует приставать к ребенку с избыточными ласками, бесконечными поцелуями, особенно если вы уже заметили, что они раздражают ребенка: это может вызвать обратную реакцию и даже отвращение.

- При этом стремление ребенка приласкаться должно всегда находить адекватный отклик. Холодность взрослых вызывает у детей глубокую обиду. Нет ничего хуже, чем когда ребенок (маленький или большой — это не имеет значения) считает, что его не любят, что он одинок и его никто не понимает. Именно в этих переживаниях таятся корни проблем, которые могут потом стать причиной множества бед в период его уже взрослой жизни. В арсенал этих бед входят суицидальные тенденции, склонность к насилию, алкоголизм, наркомания, криминальное поведение.

- Безусловно, избыток благополучия, лишние деньги, предоставленные в распоряжение подростка, могут его безнадежно испортить, извратить его иерархию ценностей, сместить ее на чисто материальные ценности. Но лишать ребенка элементарных радостей жизни и, наказывая за какие-либо проступки, отнимать у него возможность играть,

смотреть телевизор, отбирать нравящуюся одежду, не давать карманных денег, лакомств или вообще ограничивать в еде — это далеко не конструктивный метод воспитания. Это может лишь озлобить ребенка, развить в нем чувство зависти, подтолкнуть его к воровству.

- Никогда не следует заставлять ребенка есть то, чего он не хочет, не любит, даже если это каприз, хотя гораздо чаще — это закрепившийся негативный опыт. В противном случае насилие над человеческим естеством в дальнейшем обернется гастритом, язвой желудка или еще более тяжелым заболеванием пищеварительных органов. Даже если ребенок отказывается от еды вообще, следует дождаться, пока чувство голода заявит свои права. Никогда еще ни один ребенок не умер от голода в такой ситуации, но у заботливых матерей часто не хватает терпения на такой эксперимент из страха за свое чадо, чем они наносят непоправимый вред психике ребенка и его здоровью.

- Дети часто считают несправедливыми наказания, которым их подвергают взрослые — родители, учителя. А если обрушившийся на них гнев действительно избыточен и не всегда справедлив, то обида затаивается в душе ребенка надолго, а иногда и на всю жизнь. Чем чаще ему доводится испытывать такие обиды, тем больше копится в его сердце неприязнь и враждебные чувства. И нечего потом удивляться, откуда в детях столько агрессивности, даже жестокости, и откуда берутся преступники, беспощадные и циничные в своих злодеяниях.

- Даже если не получается по-хорошему, старайтесь не сеять семена ненависти в душе ребенка. Ведь вы хотите вырастить себе друга, а не врага. Поэтому наказание не должно быть извращенно-изобретательным по форме и отсроченным по времени. Лучше быстрое выплескивание гневной реакции, не превышающее степени провинности ребенка. Вслед за адекватной гневной реакцией непременно должно последовать примирение, прощение, ласка. Тогда благодарное детское сердечко больше запомнит радость примирения, чем жесткость и, как им чаще всего кажется, несправедливость наказания.

- Разумеется, ребенка нельзя бить. Тот, кто прибегает к таким мерам, расписывается в своей педагогической бездарности. Плохие дети — это порождение вашего плохого воспитания, как в семье, так и в среде окружающего социума (школа, двор, улица). Поэтому меры, направленные на оздоровление общества и общее повышение культуры, — неперемennые условия для формирования детской души.

- Ребенок не должен считать, что в ваших глазах он плохой. У детей неустойчивая самооценка и при этом неоправданно завышенные притязания. Ребенок (подросток) ищет признания. Если ему привешен ярлык плохого ученика в школе и плохого ребенка в семье, он пойдет туда, где ему скажут «Ты—хороший». Скорее всего, это будет дворовая или уличная компания, где его похвалят за умение курить, пить и красть.

- Уважая достоинство ребенка, в то же время нельзя впадать в фамильярность и, не желая слишком обременять себя заботами и волнениями, проявлять попустительство. Это — путь вседозволенности, который может привести к поведению разнузданному, возможно даже криминальному, и уж обязательно сформирует у ребенка эгоцентризм, эгоизм, нарциссические черты. Такими последствиями чреваты лень и отсутствие терпения у родителей, которые надеются, что ребенка воспитает школа, общество, сама жизнь.

- В целях формирования у ребенка (подростка) культуры употребления горячительных напитков, можно без особой акцентуации этого события позволить ему выпить глоток разбавленного вина в момент общего застолья, но выпивать с ним, используя его в роли собутыльника, — страшное преступление, которому еще не придумано достойное наказание.

- Следует избегать назидательности и занудных нотаций: это не тот язык, на котором следует разговаривать с детьми. У них в этот момент срабатывает спасительный защитный механизм отключения. Если хотите привить ребенку правильный стиль общения и отношения к окружающей действительности, то предоставьте ему возможность копировать ваши межличностные отношения в семье и с друзьями, дайте им возможность увидеть адекватную модель взаимоотношения разных по полу и возрасту людей. Покажите на примере своей семьи, как должен вести себя мужчина по отношению к женщине и, наоборот, как следует уважительно обращаться к старшим, как следует контролировать свои эмоции и решать сложные жизненные проблемы с позиций разумного, рационального подхода. Пусть дети увидят, как вы общаетесь со своими друзьями, как решаете деловые конфликты, какие любите книги, фильмы, спортивные состязания, музыку и пр. Не на пустом месте они должны вас уважать, просто потому, что вы их родили и кормите. Напротив, вы должны им нравиться и вызывать у них желание вам подражать. Иначе — извините, ничего хорошего не получится.

- Нельзя ставить детям в упрек их избыточную подвижность, разговорчивость, общительность, любовь к играм: это нормальные качества для данного возрастного периода. С этим следует отчасти мириться, отчасти — умело, без насилия регулировать степень выраженности и место приложения этих проявлений.

- Как можно раньше начинайте привлекать ребенка к совместному сотрудничеству и дружбе, чтобы он привыкал к позиции равного, взрослого, ответственного. Детей принижает снисходительность тона взрослых. Это не значит, что следует допускать фамильярность. Речь идет всего лишь о формировании у ребенка позитивной самооценки и самоуважения.

- Если вам страшно за своего уже довольно большого ребенка, но вы утратили с ним контакт и боитесь дурного влияния улицы, алкоголизма, наркомании, криминального поведения, — наступите на горло собственному эгоизму, откажитесь на время от полного домашнего комфорта и впустите в свой дом всех его друзей. Пусть они немного насолят, пошумят, на худой конец, выпьют (меньше, чем в подворотне), закусят (чтобы влияние алкоголя было минимальным), что-нибудь испортят, что-то даже украдут. Но (!) постепенно компания друзей вашего сына или дочери под вашим не слишком явным, но доброжелательным влиянием «выдавит» из своей среды тех, кто несозвучен морали вашей семьи, у вас наладится дружба с детьми, а заодно и с собственным ребенком. Прямое противодействие и запреты совершенно бесполезны и ни к чему не приведут.

- Не следует слишком серьезно относиться к тому, что дети не берегут одежду, небрежно относятся к чужой собственности и деньгам. Ребенок, укравший у родителей деньги, еще не вор. Просто у него не было карманных денег (а они у него в небольшом количестве обязательно должны быть), и при этом очень хотелось чего-то вкусного или очень нужного. У детей еще не сформированы морально-нравственные критерии поведения и адекватное отношение к материальным ценностям, дети не знают реальную цену деньгам и вещам (счастливые), и лишь с годами постепенно к ним приходит понимание зависимости от этих ценностей вместе с более трезвым (и циничным) отношением к жизни.

- Приучая подростка к труду, превратите это «мероприятие» в совместную радостную деятельность, поощряя и похваливая его. Нет ничего более отвратительного и принижающего, чем принудительный труд,

уродующий душу человека. Одергивания и ругань могут на всю жизнь вызвать у человека отвращение к любой работе, будь то уборка квартиры, обустройство сада, огорода или что-либо другое. Не стоит ожидать от ребенка стремления к порядку и аккуратности: эти черты приобретаются позже, иногда только с обретением собственной семьи и своего жилья.

- Самостоятельность прививается и воспитывается не нотациями, а доверием, которое порой требует от родителей пойти на риск. Нужно давать детям возможность проявлять самостоятельность, отдавая себе отчет в том, что первые шаги будут провальными. Но именно так прививается чувство ответственности за собственные поступки, хотя взрослым приходится на первых порах изрядно поволноваться.

- Предъявляя претензии к детям и молодежи, неплохо было бы чаще вспоминать себя в далеком прошлом, не требуя от других невозможного. К тому же каждое поколение несет на себе отпечаток новой эпохи: эталон нормативного поведения и нравственности начала века меняет свои оттенки в его середине, тем более в конце, а новый век несет нам уже совершенно иные критерии нравственности и морали; меняется ценностная ориентация, отношение к семье, к сексу, к жизни и смерти, к роли искусства в нашей жизни. Так же как мода в одежде, меняются взгляды людей на разные явления окружающей жизни. Развитие науки и техники вносит определенную новизну в мироощущение и накладывает отпечаток на людские отношения. Поэтому нередко можно услышать от представителей нового поколения реплику в адрес предыдущей генерации: «Как же вы НАС не понимаете и не хотите понять!!!» Упрек справедливый, заставляющий задуматься, может быть, даже прислушаться и попытаться ПОНЯТЬ. Ведь это — проблема экзистенциальная, из века в век повторяющаяся. А тот, кто старше, именно он и призван в первую очередь думать, как найти выход из этого вечного противостояния отцов и детей. Ведь «счастье — это когда тебя понимают...».

- Когда речь идет о взрослых детях (хотя для родителей все равно сын или дочь навсегда остается ребенком), не заедайте их век, не требуйте большего уважения и любви, чем заслужили. Если удалось привить такие чувства и воспитать такое уважение, то они сохранятся и будут все больше проявляться по мере их взросления (старения). Но требовать этого от них нельзя и бесполезно. Напротив, это может выз-

вать обратную реакцию. Следует смириться и понять, что «золотой шар любви всегда катится вперед» и что любовь к подруге, жене и друзьям в молодости более значимы, тем более дети самоуверенно (и не без оснований) считают, что их родители никуда не денутся и будут любить их вечно. В то же время они — не всегда осознанно — чувствуют за своей спиной крепкий тыл в лице родительской любви, и это прекрасно, так и должно быть. Родителям следует почувствовать себя перед лицом свершившегося факта — ребенок стал взрослым и ощутить некоторую свободу, реализовать возможность пожить для себя, в какой-то степени даже ощутить забытую беззаботность молодости. А детям предоставить учиться жизни на собственных ошибках, так как на чужих это редко получается даже у самых умных. Нельзя спекулировать на своем плохом здоровье и чувстве одиночества, привязывая невидимыми путями взрослого ребенка к себе: так можно вызвать на свою голову ненависть и исковеркать жизнь своему ребенку. По всем законам существующего мироздания, взрослый человек, чьим бы он ни был ребенком, должен самостоятельно решать свои проблемы и жить своей жизнью, в которой родителям отводится уже не самое первое место. Такова философия жизни, и это следует вовремя понять.

- В то же время каждый из нас — тоже взрослый ребенок, настаивающий на полной самостоятельности, требующий независимости и проявляющий раздражение в ответ на попытки родителей все еще поучать и оберегать. Понимание того, как мы не правы, придет, когда мы сами состаримся и начнем получать в ответ на наши заботливые советы резкие и жесткие реплики, демонстрирующие стремление наших подрастающих деток отгородиться от назойливой опеки. А тогда будет уже поздно. Но, пока не поздно, в ответ на приставания наших пожилых родителей (поесть вовремя и одеться потеплее, пить поменьше, гулять потише), идущие от любви, от желания уберечь нас от бед, скажем им что-нибудь не жесткое, не грубое, может быть даже ласковое, и хотя бы сделаем вид, что собираемся следовать их советам. Ведь им так мало надо!

- Инфантилизм современного поколения молодежи — результат неправильного воспитания, и вина за это ложится на нас, взрослых: на родителей, школу, на влияние окружающего социума. Чтобы формирование личности происходило своевременно и гармонично — читайте заново все с первого пункта до последнего и попытайтесь реализовать это в жизни.

Жизнь сложна и богата огорчениями, детство — самая беззаботная пора. Зачем же омрачать этот период жизни, если есть возможность уберечь ребенка от лишних негативных переживаний! Иногда с иронией говорят о слепой материнской любви. При этом имеется в виду, что мать не замечает и не хочет объективно оценивать недостатки своего детища. Но только благодаря тому, что на свете есть такая беззаветная любовь, на которую способна только мать, человечество выжило. Лишь мать способна любить не за какие-то заслуги, а просто — любить, потому что не может иначе. Это совершенно особая, бескорыстная и самоотверженная любовь, высшая форма любви, вырастающая из материнского инстинкта. Она оберегает ребенка от преждевременного цинизма, сохраняет иллюзии, формирующие доверие к людям и к окружающему миру. Эти добрые отношения образуют тот фундамент, из которого произрастает умение любить себя, а затем и других. Ожесточенный, лишенный в детстве материнского тепла человек, вырастая, изначально не верит в доброту других людей, становится злобным эгоистом, не испытывающим любви ни к самому себе, ни к другим.

Только любовь и терпение могут дать хороший результат. Огромное значение имеет личный пример значимых окружающих. Это подчас трудновыполнимо: подростки временами чрезвычайно задиристы и колючи. Да и ориентировать их на светлые идеалы в наше время тяжело. Но все другие пути разрушительны, конструктивен только один: путь любви и терпения.

О чем вся эта небольшая книга?

Все о том же: о любви. О том, что она наполняет нашу жизнь и проявляется в разных сферах человеческих отношений, о том, как ее сбросить, а теряя, как остаться человеком и пережить эту катастрофу достойно. «Страдание, делая нашу жизнь невыносимой, в то же время наполняет ее такими сильными переживаниями, что они делают неосязаемой ее пустоту», — пишет знаток человеческих душ Андре Моруа.

В современной жизни произошел большой перекоп в сторону голого прагматизма. Высокие человеческие чувства подменяются расчетом и цинизмом. Все менее значимым становится институт семьи, все больше брошенных детей, разводов, холостых, занятых работой, мужчин, незамужних Деловых женщин. Входят в моду по аналогии с порядками, введенными в ряде западных стран, брачные контракты. Пока еще в душах

россиян хранится запас тех традиционно сопутствующих любви чувств, и считается, что о материальных вещах на первых порах говорить как будто неудобно. Зато, разводясь, еще недавно любившие друг друга люди, перестают стесняться и норовят чуть ли не распилить пополам телевизор или холодильник. Резко снизился уровень культуры отношений. Задеть побольнее, принизить, втоптать в грязь — вот чем нередко заканчивается то, что так хорошо начиналось и называлось любовью.

Уважающий себя человек не должен ронять свое достоинство, должен в любых обстоятельствах оставаться человечным. Если любовь ушла, то ситуация должна быть разрешена наиболее щадящим для обеих сторон способом. Мне известны многие пары, которые и после развода дружат вновь образовавшимися семьями. Начинайте диалог со слова «Дорогая» («Дорогой») или другого теплого, уважительного слова, пусть даже ироничного (сударь, сударыня), и тогда все остальные слова, даже если в них содержится несогласие или упрек, прозвучат мягче. Разгул вседозволенности, пропитавший насквозь души многих людей и (что особенно опасно) людей молодых, делает как бы официально одобряемой так называемую «свободу» сексуальных проявлений: оголенность любовных отношений, в том числе и однополый любви, уравнивание секса с понятием «любовь», садизм и насилие, декларируемые как вариант проявления любви и т. д. Рискуя навлечь на себя упреки в несовременности, хочу напомнить: не следует пренебрегать теми заповедями, которыми спасалось человечество многие века. Известный российский кинорежиссер Герман, комментируя свою работу над фильмом «Трудно быть Богом», сказал: «Бог умер, его сердце не выдержало мерзости человеческой». Это — страшные слова, полные скорби и отчаяния. Над этим стоит задуматься, прежде чем дать себе индульгенцию за безудержность в реализации своих инстинктов.

Хочется пробудить в людях желание подняться над повседневностью и примитивными потребностями, сказать им: «Не нужно гнать романтику из сферы наших отношений, она так украшает жизнь».

Как жаль, что ушло из нашей жизни такое хорошее слово «нежность». Верните его, пустите его в свою душу, и тогда легче станет жить и вам, и окружающим, потому что в нем и содержится та самая любовь, которой нам так недостает. «Красота спасет мир», — писал Достоевский. Думается, он имел в виду красоту и доброту человеческой души. Тогда можно сказать чуть-чуть иначе: «Любовь спасет мир». Да будет так!

МЕТОДИЧЕСКИЕ РАЗРАБОТКИ ИНСТИТУТА ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Комплект психологических методик, необходимых каждому психологу:

- цветовые эталоны восьмицветового теста Люшера;
- фрустрационный тест Розенцвейга;
- рисованный апперцептивный тест Собчик (адаптированный ТАТ);
- невербальные шкалы измерения интеллекта Векслера;
- исследование интеллекта по Кеттеллу;
- исследование интеллекта по Айзенку;
- классификация предметов по Зейгарник;
- исключение предметов («Четвертый лишний») по Выготскому;
- таблица отыскивания чисел по Горбову;
- метод определения установки и внушаемости Собчик;
- «Обучаемость» по Когану.

Стимульный материал представлен в виде **17 цветных разрезных плакатов**. К ним прилагается **методическое руководство** с описанием методик (автор Л. Н. Собчик).

Книга Л. Н. Собчик «Введение в психологию индивидуальности. Теория и практика психодиагностики», 4-е издание. Москва. ИПИ. 2002.

Практические руководства (автор Л. Н. Собчик, СПб.: Речь.)

1. Многофакторный метод исследования личности **СМИЛ** (ММРІ). СПб. Речь, 2002
 2. Метод цветовых выборов (тест **Люшера**) вместе с набором цветовых эталонов. СПб.: Речь, 2002.
 3. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений. СПб.: Речь, 2002.
 4. Методическое пособие и стимульный материал — 48 портретов к адаптированному методу восьми влечений Сонди. СПб.: Речь, 2002.
 5. Методическое пособие и стимульный материал (6 картинок) к мотивационному тесту Хекхаузена. СПб.: Речь, 2002.
 6. Вербальный фрустрационный тест ВФТ. СПб.: Речь. 2002.
 8. Рисованный апперцептивный тест РАТ. СПб.: Речь, 2002.
 9. Психодиагностика в профориентации и кадровом отборе. СПб.: Речь, 2002.
- Книга** Белого Б. И. «Роршах-тест. Практика и теория» (СПб, 1993) вместе со **стимульным материалом**.

Тренинг: «Формирование делового имиджа», «Школа женского обаяния»

Компьютерные программы к личностным тестам (версии в режиме WINDOWS): **1) СМИЛ** (модификация теста **ММРП**).

2) Метод цветowych выборов **МЦВ** (**Люшер-тест**).

3) Метод диагностики межличностных отношений **ДМО** (**тест Лири**).

4) Метод портретных выборов (модификация теста **Сонди**).

5) Индивидуально-типологический опросник **ИТО Собчик**.

6) Индивидуально-типологический детский опросник **Собчик**.

7) Интеллектуальные тесты **Айзенка—Горбова**.

8) Вербальный фрустрационный тест **ВФТ Собчик** (уровень агрессивности, сфера ее максимального проявления и иерархия ценностей).

9) Психологическая автоматизированная экспертная система—**ПАЭС**. Включает разносторонний портрет личности, описание профессионально важных черт, рекомендации по выбору вида профессиональной занятости, возможность получения усредненных данных в групповом исследовании и отчет о динамике состояния.

10) Компьютерная обработка данных **Роршах-теста**.

11) Многоуровневый портрет личности САВИТ — (сравнительный анализ ведущих индивидуально-личностных тенденций) — графический вариант сопоставления образов «Я» на базе данных множества тестовых методик, относимых к разным уровням самосознания.

12) Психологическая база **Пси-бэйз**, позволяющая анализировать и сопоставлять данные многочисленных исследований по тестам СМЛЛ, ДМО (Лири), МЦВ (Люшер), Айзенка—Горбова и МПВ (Сонди) в режиме DOS с усреднением и статистической обработкой — незаменимое подспорье для научного анализа и составления отчетов по различным массивам тестовых обследований.

В Институте прикладной психологии систематически проводятся двухнедельные **курсы повышения квалификации** для психологов, педагогов и врачей, посвященные изучению психодиагностических методик, методологии исследования личностных свойств и индивидуализации коррекционного подхода.

Контактные телефоны: (095)156-64-08 (т/ф), **156-21-11**, 193-87-83.

Адрес: 125080 Москва, а/я 49. ИПП. E-mail apilns@online.ru

Сайт в Интернете <http://sobchik.nevvmail.ru>

Людмила Николаевна Собчик

ДИАГНОСТИКА
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СОВМЕСТИМОСТИ.
ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ
(психолог о любви, о семье, о детях)

Главный редактор *И. Ю. Авидон*
Зав. редакцией *Т. В. Тулупьева*
Литературный редактор *Е. М. Клиорина*
Художественный редактор *П. В. Борозенец*
Технический редактор *Л. В. Васильева*
Директор *Л. В. Янковский*

ООО Издательство «Речь»
199004, Санкт-Петербург, В. О., 3-я линия, 6 (лит. «А»)
Лицензия ЛП № 000364 от 29.12.99 г.
(812) 323-76-70, 323-90-63, (095) 502-67-07
E-mail: rechff@mail.lanck.net
www.rech.spb.ru

Подписано в печать 21.10.2002. Формат 60 x %%%Ч_л.
Печ. л. 5. Тираж 2500 экз. Заказ № 231.

Отпечатано в типографии ООО «ИПК "Бионт"»
199026, Санкт-Петербург, Средний пр. В. О., д. 86.
322-68-43