

Секреты  
почерка

Инеcса Гольдберг

# ЯЗЫК ПОЧЕРКА, ИЛИ ПРОБЛЕМЫ НА БУМАГЕ



## Annotation

В седьмой книге серии «Секреты почерка» израильский графолог Инесса Гольдберг предлагает с помощью анализа почерка выявить различные психологические проблемы личности. Кроме основных приемов графоанализа, автор использует дополнительные графологические методы (тесты, рисунки), позволяющие судить о психологическом, ценностном и социальном аспектах личности, выявить психологические сбои не только у взрослого человека, но и ребенка. Преимущество книги в том, что она написана простым и доступным языком.

Предлагаемые сведения будут интересны практическим психологам, врачам, педагогам, воспитателям, а также всем, кто интересуется графологией и стремится разобраться в себе с помощью возможностей анализа почерка.

- 
- [Инесса Игоревна Гольдберг](#)
  - [Об авторе](#)
  - [Предисловие](#)
  - 
  - [О графологии](#)
  - [Применение графологии \[1\]](#)
  - [Чем особенна графология: преимущества перед другими методами](#)
  - [Психомоторная основа метода. Развитие навыка почерка и отклонения от учебного стандарта](#)
  - [Графология – наука или искусство?](#)
  - [Анализ почерка – предварительные условия](#)
  - [Правила подготовки качественного материала для анализа почерка](#)
  - [Необходимая информация об авторе почерка](#)
  - [Графология в поисках «правильного» почерка...](#)
  - [От мачо до поэта – особые приметы](#)
  - [Почерк и пол человека](#)
  - [О людях из группы риска](#)
  - 
  - [Социальные и антисоциальные проявления в картине почерка](#)
  - [Вредные привычки и почерк](#)
  - [Алкоголизм](#)
  - [Игромания](#)
  - [Несколько «настоящих проблем на бумаге»](#)





# **Инесса Игоревна Гольдберг**

## **Язык почерка, или проблемы на бумаге**

*Почерк напрямую связан со всем существом человека, с условиями его жизни, занятиями, с его нервной системой... Поэтому наша манера писать носит на себе такую же несомненную материальную печать индивидуальности, как и все, с чем нам приходится соприкасаться...*

*Гёте*

## Об авторе

Инесса Гольдберг – сертифицированный эксперт-графолог, обучавшаяся в соответствии с последними стандартами и требованиями европейской графологической школы, действительный член Научного графологического общества Израиля. Специализируется по европейским языкам, русскому языку и ивриту.

Первое образование (ученая степень в философии и классической культуре) получила в Тель-Авивском университете. Там же, в Kibbutzim College, обучалась общей психологии, психопатологии и теории личности.

Инесса Гольдберг – основатель Графологического агентства, основная деятельность которого – профессиональная графологическая психодиагностика и консультации, преподавание графологии. Являясь полномочным судебным экспертом-графологом, дает независимые заключения по запросам адвокатов.

Одной из своих главных задач автор считает просвещение в области графологического анализа.

Инесса Гольдберг – основатель Русской школы графоанализа, активно занимается преподавательской деятельностью, просвещением, проведением семинаров и лекций.

Авторская деятельность включает работу над серией из 8 изданий, посвященных обучению графоанализу. Публикуется в прессе, печатных и интернет-журналах, участвует в журналистских расследованиях. В качестве консультанта задействована в теле-и радиопередачах о графологии, является постоянным автором графологического раздела журнала «Kadrovik.ru» (издание Национального союза кадровиков), экспертом в проекте «Пси-Фактор, Особое мнение» ИТАР-ТАСС, ведет рубрику «Тайны почерка» в журнале «Шарм».

Инесса Гольдберг руководит созданным ею двуязычным информационным графологическим порталом Агентства и Русской школы графоанализа, объединяющим любителей графологической науки разных стран: [www.grafologia.co.il](http://www.grafologia.co.il)

Проект, не имеющий аналогов в русскоязычном Интернете, предлагает вниманию широкого круга читателей и специалистов-практиков тысячи страниц эксклюзивных материалов, авторских статей, ценной информации о научной графологии, интересных фактах, новостях мировой графологии и проходящих конференциях.

Интерактивная часть проекта представляет собой единственный в русскоязычном Интернете открытый профессиональный графологический форум. Здесь можно задать вопрос лично Инессе Гольдберг, почитать сотни анализов почерков (публикуются только с разрешения их авторов!), получить анализ собственного почерка. Здесь же, на форуме, можно стать участником круглого стола, где обсуждаются не только графологические, но и интересные психологические, философские и общечеловеческие вопросы.

Инесса Гольдберг родилась на Урале в 1974 году, покинула СССР в 1991 году. В настоящее время проживает в Израиле.

## Предисловие

Свое предисловие я решила начать мнением, высказанным знакомым психодиагностом, занимающимся анализом и подбором кадров в бизнесе, постигавшим в свое время азы графоанализа:

...

*...Следы личности, если внимательно наблюдать, – во всем. Суть (если угодно, сущность, душа, личность, черты характера, модели поведения и т. д.) человека проявляется через жесты, походку, обороты речи, интонацию, манеру одеваться, вкусы и предпочтения, взгляд, через любые повседневные занятия. Следовательно, правильно анализируя всевозможные проявления личности, можно составить верное представление о человеке.*

*Процесс письма – один из самых удобных и информативных способов проанализировать черты личности человека. Например, в отличие от жестов, рукопись (почерк) статична, а, кроме того, содержащаяся в ней информация о человеке целостна и объемна. Огромная информативность и валидность психографологии доказана научно и практически. Конечно же, всего человеку знать не дано, однако можно сколь угодно близко подходить к истине...*

Именно так! Мы имеем дело с рукописными отпечатками личности на бумаге. Человек оставляет свои «отпечатки» во всем, с чем соприкасается в жизни. И глупо было бы не воспользоваться этим фактом в психодиагностике, если не жизни вообще.

В самом деле, почерк особенно удобен из-за своей доступности, статичности, информативности (поскольку четко отражает и бессознательное). В сочетании с немаловажным фактором защищенности от манипуляций со стороны проверяемого, почерк как источник информации о человеке становится особенно ценным.

Эта книга посвящена рукописным отпечаткам личности на бумаге – во всех ее проявлениях, и прежде всего, проблемам, особенностям, странным или необычным явлениям, которые оказываются очень важными в жизни.

Являясь мощным инструментом психодиагностики, графология позволяет взглянуть на тему личности со всеми ее проблемами с практической точки зрения, то есть проанализировать их проявления в почерке, а объективный и наглядный анализ переоценить невозможно.

Эта книга, как и остальные книги данной серии, является продолжением и во многом опирается на первое издание серии «Графология шаг за шагом: Как расшифровать почерк». Желающим системно ознакомиться с основами графологического анализа можно порекомендовать это издание. Его изучение не является обязательным, материал этой книги будет изложен достаточно простым и доступным для читателя языком. Жизненные проблемы, различные ситуации, случаи из практики автора в диалогах и анализ происходящего сопровождаются примерами соответствующих почерков.

Доступность объяснений, интересная подача материала позволяют рекомендовать издание для широкой аудитории: всем интересующимся психологией и саморазвитием.

В дополнение к разборам образцов почерка, в эту книгу были включены вопросы и ответы из психологических консультаций. Надеюсь, это поможет разъяснить мою позицию по обсуждаемым вопросам – ведь графологический анализ должен стать отправной точкой для самосовершенствования и разрешения конфликтных ситуаций. В том числе и в случае внутренних конфликтов – с самим собой.

***Внимание!***

**1. Все иллюстрации почерков в этой книге обезличены и анонимны, любое внешнее сходство с какими-либо почерками лично или опосредованно знакомых читателям людей – случайно.**

**2. Качественные, с оригинальными полями и масштабом, в цвете образцы, черно-белый вариант которых представлен в издании, вы сможете найти на сайте [www.grafologia.co.il](http://www.grafologia.co.il) .**

## О графологии

Графология – прочно зарекомендовавшая себя в Европе, Америке и Израиле технология психодиагностики.

Графологический анализ базируется на понимании того, что почерк формируется мозгом и в большей степени, чем моторикой, определяется подсознательными процессами. В процессе письма рука является лишь инструментом мозга, личности пишущего.

Научная графология основана на физиологических, психологических, психопатологических и других знаниях, а также научных исследованиях в перечисленных областях и богатом статистическом материале.

*Примечание:* интересные эксперименты, подтвердившие связь мозга и почерка, были проведены с помощью гипноза, также – с помощью измерения процента алкоголя в крови пишущего.

## Применение графологии [1]

Графоанализ используется *в области кадрового менеджмента* – прежде всего, это подбор персонала, головных позиций в организации, управляющей команды, оценка наиболее соответствующих кандидатов в специфических профессиях, а также оценка совместимости деловых партнеров в бизнесе.

Следующее по распространенности направление в графоанализе – обращение к нему частных лиц:

- *персональная консультация* с целью разобраться в себе, в своей карьере;
- *парная консультация* (диагностика проблем во взаимоотношениях, проверка совместимости в паре и т. д.);
- *благонадежность и личные качества третьего лица* (например, няни для своего ребенка и т. д.);
- *диагностика подростков и детей* (использование в том числе и рисунков, проективных графических тестов).

Графологический анализ в Израиле также применяется в спецслужбах, полиции, армии, судах (судебная графология).

## **Чем особенна графология: преимущества перед другими методами**

Любой достоверный и качественный вид психодиагностики или психологического тестирования должен отвечать следующим требованиям:

- Тестирование должно быть защищено от возможности подготовки к нему со стороны тестируемого.
- Не должно терять своей эффективности при последующих его применениях к одному и тому же лицу.
- Должно вскрывать характеристики личности, лежащие на уровне подсознания и определяющие поступки человека.

Графологическая экспертиза почерка отвечает *всем вышеизложенным требованиям*, включая при этом преимущества проективных методов.

## **Психомоторная основа метода. Развитие навыка почерка и отклонения от учебного стандарта**

Правила, законы и норма в графологии, ее точка отсчета – стандарт школьных прописей того или иного языка. Но главный предмет изучения в графологии – не стандарты и прописи (иначе она была бы уже искусством каллиграфии), а именно *особенности отклонений от них*. Графология занимается нестандартными, сугубо индивидуальными проявлениями личности в почерке, то есть отклонениями – будь они обусловлены исключительностью или деградацией, способностями или комплексами, особенностями мышления или мира чувств и т. д.

Любое отклонение, отличие, импровизация, искажение или странность по своему определению всегда подразумевают наличие основы, стандарта, который бы позволял обратить внимание и указать на эти особенности. Эти отклонения вырабатываются не сразу, только со временем, с возрастом наше письмо становится полностью индивидуальным.

Формирование почерка и приобретение черт личной индивидуальности включает следующие этапы:

1. Этап *сознательного* овладения навыком письма – в начальной школе.
2. Приобретение *автоматизма*, инерции – в средней школе.
3. Графическая зрелость моторных навыков – после примерно 14-летнего возраста.

На этом этапе формируется индивидуальный почерк, проявляются *отклонения от стандарта*, почерк уже отражает не сознание, а подсознание – появляется подсознательное содержание. Его-то и можно анализировать с позиций современной графологии.

## **Графология – наука или искусство?**

Пожалуй, если постараться дать наиболее точное определение графологическому анализу, правильнее всего было бы сказать, что он включает в себе элементы и науки и искусства.

Графология системна, основана на исследованиях, наблюдениях и изучении закономерностей, а также на специальных экспериментах. Теоретической базой графологического метода являются многочисленные научные труды.

Графология научна также и в том смысле, что позволяет подтверждать дедуктивные теоретические построения на практике. Этим она выгодно отличается от некоторых других направлений психодиагностики, где экспериментальное подтверждение предлагаемых классификаций личности затруднено.

С точки зрения используемого понятийного аппарата графология предполагает знание ряда психологических дисциплин – от теории личности до психопатологии. Более того, она отлично коррелирует с основными учениями классической психологии, частично опираясь на них.

При этом важно отметить, что графология (как и некоторые другие психологические и медицинские дисциплины) не является точной наукой в математическом смысле слова. Несмотря на теоретическую базу, системность закономерностей, таблицы и т. д., качественный графологический анализ почерка невозможен без участия живого специалиста, чей опыт и психологическое чутье незаменимы для наиболее точной интерпретации вариантов, сочетаний и нюансов графических признаков. Одного дедуктивного подхода недостаточно; требуется способность синтезировать из многочисленных признаков целостную картину исследуемой личности. Поэтому процесс обучения графолога предполагает длительную практику, задачи которой, во-первых, приобрести навык опознания нюансов почерка, а во-вторых, научиться эффективно сопоставлять графические признаки между собой.

Таким образом, графология содержит в себе и элемент искусства. В частности, потребуется немалая доля профессиональной интуиции. Поскольку каждое из многочисленных явлений в почерке не имеет одного специфического значения, а включает широкий диапазон интерпретаций (в зависимости от сочетаний друг с другом, формирования в «синдромы», степени выраженности и т. д.), то необходим синтезный подход. «Чистая

математика» ошибется, поскольку совокупность признаков может равняться большему или иному, чем просто их сумма.

Интуиция, основанная на опыте и знаниях, необходима в той же мере, как она необходима врачу при постановке диагнозов. Никакой, даже профессиональный материал сам по себе не гарантирует его обладателю успешного проведения анализа почерка. Все дело в умении верно, избирательно оперировать, сопоставлять, манипулировать существующей информацией.

В связи с указанными особенностями, графологический анализ плохо поддается компьютеризации, подобно многим областям, требующим не только знаний, но и личных навыков их применения.

Несмотря на большой соблазн изобрести компьютерную программу для автоматического анализа почерка, пока это также нереально, как использование полиграфа без полиграфолога или использование данных анализов и обследований и лечение без живого врача.

Абсурдно полагаться на «опыт и интуицию» машины, оценивающую такие тонкие материи, как взаимосвязанные или противоречивые особенности личности, лишь по произвольно введенным простым отдельным данным. Не говоря о составлении «на выходе» по-настоящему адекватного и последовательного анализа, а не бессмысленного набора цифр или противоречивых качеств, – будет просто непонятно, что с этим всем делать.

Соблазн просто «написать программку» велик, но слишком многое, если не все, зависит от уровня квалификации, проницательности, понимания самого человека, и нет гарантии, что программа не придет к недостоверным частично или даже полностью выводам.

Сейчас идет серьезная работа по созданию такой компьютерной системы, но это будет именно вспомогательная программа для работы с ней опытных графологов. Она сможет здорово оптимизировать процесс анализа для специалиста, однако ни в коем случае не является «легким решением», заменяющим эксперта.

## **Анализ почерка – предварительные условия**

Максимальная информативность и достоверность зависит не только от профессионализма графолога, но и от качества, а также количества исследуемого материала. Разумеется, в особых ситуациях, например, если имеется только крошечный клочок бумаги и получить образец почерка, отвечающий всем правилам, никак невозможно, специалист работает с тем, что есть. Однако в таких случаях даже у очень опытного специалиста процент погрешности значительно возрастет.

Наша цель – минимизировать эту погрешность. Для профессионального графолога реально добиться погрешности в 5—10 %. Но для этого принимаемый на анализ почерк должен максимально отвечать некоторым требованиям.

Наилучший способ получить приемлемый материал для анализа – попросить написать образец при вас: вы сможете удобно усадить человека за стол, снабдить «правильными» ручкой и бумагой, подложить несколько листов, лично убедиться, что человек не списывает с книги или не пишет стихи.

Итак, ниже – основные правила для получения качественного образца почерка.

## **Правила подготовки качественного материала для анализа почерка**

### 1. Письменные принадлежности, стол.

Для образца пригоден только чистый белый лист (без клеток и полос) формата А4, под который следует подложить несколько листов бумаги (слишком твердая или мягкая поверхность искажает почерк). Поверхность письменного стола – без трещин и неровностей. Писать только шариковой ручкой (лучше синей), не протекающей и хорошо работающей.

### 2. Состояние, поза.

Поза – удобная, сидя за столом; настроение – относительно спокойное.

### 3. Что и как писать.

Текст: объем – произвольный; содержание – произвольное, оно не имеет значения. Подойдет любая свободная тема, которая придет в голову: предложите написать о себе, об отпуске, о детях и т. д. Объясните пишущему, что не нужно тревожиться относительно выбора темы, поскольку она не влияет на определение интеллекта, способностей или недостатков. Самое главное требование – писать в привычном темпе, спонтанно, не списывая, не под диктовку, и не стихи в столбик. Затем – расписаться.

### 4. Язык.

Писать на родном языке, для двуязычных – на обоих языках. Языки могут быть любыми (кроме иероглифов).

## Необходимая информация об авторе почерка

До написания текста предложите автору почерка указать:

- пол;
- возраст;
- пишущую руку;
- носит ли очки;
- состояние здоровья (в том числе: принимает ли сильные лекарства, имеется ли инвалидность, с чем или с каким органом именно связаны проблемы, дислексия и т. д.).

*Примечание* . На первый взгляд, можно удивиться тому, что нужно указать пол и возраст, ведь вроде бы уж это-то элементарные вещи для графологии! Это так и не так. Дело в том, что у почерка есть «свои» пол и возраст, которые запросто могут не соответствовать биологическим. И при обнаружении такого несоответствия можно сделать важные выводы.

## **Графология в поисках «правильного» почерка...**

«Правильные» люди – кто это и есть ли такие? Казалось бы, ответ на этот вопрос о «правильных» людях очевиден: это те, кто в словах и делах руководствуется совестью, чье суждение объективно, а намерения – добры.

Безупречный ответ! Осталась лишь самая малость: пояснить, что есть «добро» или «зло», как выглядит «объективность» и как распознать «совесть»? Наконец, как жизнь «правильного» человека может согласоваться со свободой выбора и свободой совести, где баланс? Попробуем ответить на эти вопросы.

Понятия «правильно – неправильно», как и «добро – зло», «хорошо – плохо» и многие другие, на самом деле являются относительными и неоднозначными, они в большой степени приобретенные особенности системы ценностей, норм или законов конкретного общества или личности.

Поскольку здесь отсутствует абсолют и какая-либо очевидность либо категоричность (чтобы можно было сказать про «всегда и везде»), то не может существовать и единственно объективный ответ по поводу «правильности» личности.

Субъективность и относительность на первый взгляд очевидных истин – вот в чем все дело. Суждение «правильно» или «неправильно» всегда создает и использует сам субъект, создающий то или иное суждение. Объективно же ничто: ни сама наша жизнь, ни любые явления, все происходящее в ней – не имеют своей собственной внутренней оценки «правильно» или «неправильно». Все течет, изменяется, происходит с нами, на самом деле, совершенно нейтрально.

Это именно мы, обладающие сознанием, субъекты (люди), будучи таковыми по своей природе, просто не можем (пусть и в несколько разнящейся степени) не оценивать, не анализировать, не формировать свое отношение к происходящему – это часть нашей природы, часть процесса психической и психологической адаптации в жизни. Осознавая что-то, формируешь свое отношение или восприятие этого, чтобы создать определенность и чувство безопасности, контроля в своей жизни (опять, здесь степень может разниться).

Таким образом, подходов к проблеме «правильно – неправильно» два:

1. Сказать, что правильно, а что неправильно, – невозможно, так как в природе нет этих понятий. Хотя условно, наверное, можно сказать, что

всесозидательное и естественное – правильно, а разрушительное или неестественное – неправильно...

2. Но если уж люди судят об этих понятиях, то для каждого из них будет свой субъективный набор «правильностей», зависящих от врожденных и приобретенных факторов, среды, особенностей мышления и восприятия, специфического жизненного опыта, комплексов, склонностей, склада личности.

Вполне возможно, что у многих людей из одного общества, окружения, культуры можно найти и общее.

Скажем, довольно много людей не сочтут правильной с точки зрения своей совести (как культурной традиции) либо объективно верной эскимосскую традицию отправлять своих немощных или умирающих родителей на льдине «лишь в один конец». Многие примерно также воспринимают дома престарелых. А в другом социуме дом престарелых вместо одиночества – голубая мечта заботливых детей для престарелых родителей: курорт, удовольствия, общение и никаких бытовых забот (мечта, которую позволить себе могут только избранные престарелые или их дети).

Ничего не бывает в мире абсолютного и совершенного, но, тем не менее, такие присущие живым людям качества, как стремление к объективности в суждениях, наличие совести и т. д., не могут исчезнуть! Почему?

1. Во-первых, критичность, оценка и анализ – неотъемлемая и обязательная часть сознания. Более того, это цена за право человеческого существа быть человеком разумным.

2. Способность к процессу осознания [2] и мышления (осмысление, анализ, сравнение) заложена генетически и начинает развиваться в раннем детском возрасте, когда человеческое существо начинает понимать что-то – слова, жесты, правила игры и поведения, отношений и оценивать все это.

3. Человек от природы существо социальное, как другие стайные существа. Изгнание, отлучение от человеческого общества, неприятие, одиночество губительны для психики человека не менее, чем для одинокого волка, оставленного его стаей на неминуемую гибель в одиночку. По сути это приговор. Эволюционная память до сих пор (повышением ли адреналина, давления либо агрессии, уровня стресса или депрессии и тревожности) дает понять, что приятие в социуме, контакты, потребность в принадлежности, идентификации и т. д. почти жизненно необходимы.

4. Несмотря на врожденную природу добра, полное отсутствие хотя бы минимальных позитивных приобретенных социальных факторов не даст потенциалу проявиться. Если взять крайность, «синдром Маугли» и представить, что брошенный в лесу современный ребенок смог бы

выжить, – каким бы высоким ни были его потенциальные IQ и EQ, при наличии в его мозге центров речи, письма-чтения и т. д., коммуникационные и социальные навыки будут отсутствовать. Более того, эти навыки не развить, так как они формируются в самом раннем детстве.

5. И напоследок, вот такое соображение: как правило, «злой, плохой» человек не хочет быть таким и, даже не осознавая этого, не получает удовольствие от своих недостатков, видя социальную реакцию на себя (если все же речь не о «маугли» и не о патологиях – психозах, маньяках, убийцах и тиранах). Любой хочет приятия, симпатии, хорошего отношения. Как минимум, благополучия и спокойствия.

Поэтому, если не считать приведенные выше патологии, я и придерживаюсь в жизни и работе позиции «нет плохих людей – есть люди, которым плохо». [3]

А здоровый баланс между совестью и эгоизмом, позволяющий не прогибаться, оставаясь собой, но и не задевая таких же прав других, – это как раз то, что называется ассертивностью.

Ниже даны примеры «правильного» почерка – объективной, социально «правильной» личности, мужской и женской:

Я сижу и пишу сочинение  
на тему, которую еще не  
предумал. А вообще – то неплохо  
было бы предумать что-нибудь

Люблю путешествовать с друзьями –  
ми, стараюсь вести активный  
образ жизни. Но, к сожалению,  
спортом занимаюсь мало, хотя

## От мачо до поэта – особые приметы

Для большинства пар, вне зависимости от стажа их отношений, для женщин и мужчин, для представителей любого возраста принципиально важно не разочароваться в своем избраннике.

Противоположностью понятия «разочаровываться» является, конечно же, «очаровываться».

Женщины и женская психология достаточно популярный предмет обсуждения, поэтому поговорим на страницах нашей книги именно о мужчинах, о мужской психологии, которая так мало обсуждается, но которая не менее интересна, чем женская.

Попробуем понять, что женщин очаровывает в мужчинах, почему это происходит и, конечно, как искомое обнаруживается в почерке – вот наша следующая тема.

Сначала немного теории о мужской психологии и об отличии ее от женской.

Оказывается, мужчины и женщины говорят совсем на разных языках. Высказываясь или ведя себя определенным образом, мужчины подразумевают совсем не то и не так, как понимают женщины. Оказывается, что та самая «мужская логика» понятна и логична только для самих мужчин!

Хочу представить основные (конечно, обобщенные) «формулы» в психологии полов.

Женщина – это накапливающее, принимающее, внимающее начало. Поэтому женщина более склонна к надежному, знакомому, традиционному, склонна беречь, сохранять, заботиться. Основная жизненная энергия (внимание) женщины вкладывается во внутреннюю жизнь, мир чувств и отношений. В этом ее главный смысл.

Мужчина – это активное, растрачивающее, вкладывающее, выражающееся «внешне» начало. Мужчина более склонен к риску, к новому, экспериментальному. Понятия – действовать, инициировать, завоевывать. Основная жизненная энергия (внимание) мужчины вкладывается во внешнюю жизнь, мир решений, расчетов и действий. В этом его главный смысл.

Мужская психология, мужская логика – что это?

Изначально, по ходу эволюции, сложилось так, что мужчине для выживания своего и своей семьи, для охоты и т. д. нужны были совсем

другие качества, чем женщине. Мужчина – человек «действия», активной интеракции с окружающей средой.

Все же, что касается общения, важно для него лишь в смысле конструктивной, продуктивной информации. То есть говорить больше, чем необходимо для передачи основной информации, мужчине кажется пустой тратой времени. Причем, получив такую информацию, он рассматривает ее только с точки зрения «что с этим нужно делать».

Эволюция, а также нормы и ожидания общества, всегда заставляли и воспитывали мужчин быть сильными. Но автоматически сильнейший берет на себя не только больше ответственности, но и, кроме этого, у него появляется больше прав, выше статус. Несмотря на то что уже XXI век и сила в буквальном, физическом, смысле практически потеряла превосходство (прокормиться, защититься и т. д. можно не хуже, не имея мускулов или более приспособленного для схваток и бега тела), женщины продолжают пожинать эти плоды.

Все происходит подсознательно. С одной стороны, он чувствует обязанность и ответственность быть кормильцем (неважно, что на практике часто бывает, что кормилец – женщина), быть главным, старшим в семье. С другой стороны, все эмоциональные, душевные потребности отвергаются как непродуктивные, лишние, непонятные или «глупые». Вот она, истина: многие мужчины не бесчувственны, они просто не хотят и не умеют выражать свои чувства, говорить об этом.

### 1. Мачоизм

*Я работаю с маминистами! Электрошок и огень плохо прошел маминистам, которые проводили в нашем де по впервые. Ктроберялись сразу все еще на расстоянии: выжили, каляды, скорость реакции, выжили, выжили и т.и. А при повторной атаке, через неделю, угнатыкь собственная олимпиа и опыт также обилие тесно прошли с нами ишли результаты т.и.и. Вырзет, пишу все это не из желания похвалить себя.*

Когда мужская природа проявляется гипертрофированно, такой «слишком мужской мужчина» придерживается крайностей, презирая все «иное» или непонятное ему, проявляя категоричность и агрессию, считая все это признаками слабости и несостоятельности.

Такие мужчины настолько боятся быть слабыми, потерять мужскую состоятельность в глазах окружающих, что не позволяют себе никаких выражений эмоциональных потребностей, имеющихся (!) и у них, а не только у женщин. Это крайнее неприятие «женского начала» в самом себе. Мужчине-мачо смерти подобно попросить помощи как реальной, так и в виде сочувствия, разговора по душам. Но не потому, что он бесчувственный

чурбан, а потому, что это сидит очень глубоко в его подсознании и противоречит мужскому достоинству, потому, что это будет означать не что иное, как его личную слабость и несостоятельность! Он позволяет слабости только женщине.

Эмоциональное высказывание вслух женщиной того, что она чувствует или чего опасается, мачо назовут «просто женской истерикой». «Слабостью» назовут уступчивость или душевную гибкость, способность признать свои ошибки. Мачоизм – это односторонность, агрессия и шовинистическое, предвзятое отношение к женщинам.

Часто в таких, практически полностью лишенных женского начала мужчин женщины влюбляются с первого взгляда. «Крутые парни» привлекают сексуально, ибо и неосознанно, и сознательно подчеркивают свое отличие от женщин, свои мужские качества: напористость, доминантность, агрессивность, внешне – крутизну, мускулистость и силу. Однако, выйдя замуж за такого мужчину, женщина часто тяжело разочаровывается. С мачо (особенно в его крайнем проявлении) не поговорить по душам: он шовинист, полон предубеждений и ненависти ко всему, что интересно женщине, и, как правило, домостроевец или тиран в доме (словесный или даже физический)...

*Основные графологические признаки, характерные для почерка мужчины-мачо.* Для «мачо» характерны признаки чрезмерно мужского почерка, в котором сильно преобладают угловатые формы букв, заметная упрощенность форм – до нечитабельности, прямонаклонность или легкая правонаклонность. Буквы высокие, узкие, разброс высоты в почерке (учитывается расстояние между верхними и нижними отростками) велик. Линии четкие и твердые, штрихи оканчиваются острыми росчерками, либо оборваны решительным движением (тупое окончание). Нажим сильный, характерна динамичность, стремительность – линии и буквы стремятся вперед. Экспансия в распределении написанного в пространстве, интенсивность, загруженность, дефицит просторности и легкости в почерке.

## *2. Полная противоположность – женоподобный мужчина*

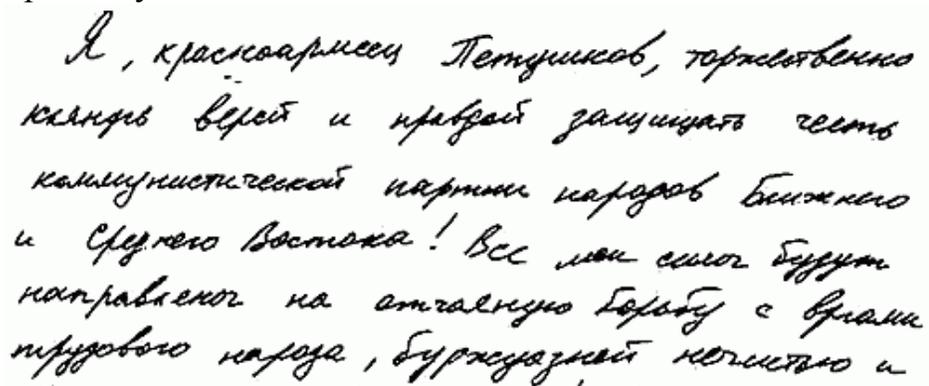
*Любопытство, желание приобрести всемогательные навыки для основной работы.*

Мужчину этого типа обычно нетрудно распознать и без почерка: во всем его облике, манерах, голосе будет излишняя мягкость, чувствительность,

сентиментальность, робость и пассивность. В мужчине это создает сексуально не аттрактивное впечатление инфантильности или маменькиного сынка, есть в нем что-то девичье, то ли в незащитности характера, то ли в тонкокожести. Однако этот человек может быть отличной «жилеткой», всегда поймет, терпеливо выслушает, проникнется сочувствием.

*Основные графические признаки, возможные в почерке женоподобного мужчины.* Преобладают мягкие формы, похожие на гирлянды или открытые сверху чаши. Форма менее упрощенная, подробная, почерк обычно крупный, имеющий прямонаклонность или правонаклонность. Буквы широкие, цельные или имеющие продолжения-связки. Центр почерка обычно крупнее верхних и нижних отростков, которые не очень длинные. Линии сочные, яркие. Почерк «любящийся» потоком, мягкий и округлый, лишенный жесткости и угловатостей.

3. *Золотая середина* – «идеальные» мужчины с точки зрения пропорции мужского и женского начала:



Я, красноармеец Петушков, торжественно  
клянусь верой и правдой защищать дело  
коммунистической партии народов Ближнего  
и Среднего Востока! Все мои силы будут  
направлены на отважную борьбу с врагами  
трудового народа, буржуазной несправедливости и

Мужчины же, по знанию или от природы понимающие «женское начало», выгодно контрастируют с мужчинами первого типа. Они чутки и могут быть своей половинке ближе «самой лучшей подруги». Факт, несомненно, оскорбивший бы «настоящих мачо».

Наличие у мужчины в личности женского начала (конечно же, как меньшая часть мужской личности) обеспечивает ему наличие высокого коэффициента «душевного интеллекта» (EQ), что позволяет понимать женщин и придает ему душевную привлекательность, кроме того, приносит успех в общении, карьере, воспитании детей, придает мужчине терпимости.

В почерке этого практически безупречного мужского типа будет примерно поровну признаков как от первого, так и от второго типа.

Этому типу мужчины до идеала – рукой подать. И он таким станет, если кое-что усвоить:

1. Стоит многое понять в мужской психологии, и понимание это сотворит чудо: можно совсем иначе взглянуть на того, кого знаешь годы, а

может, и десятилетия. Это позволит перестать обижаться и даже наоборот, посмотрев его глазами на его поведение или слова, понять, что по-другому он и не представляет происходящее...

2. Секрет мужской психологии в том, что в отношениях с ними (в отличие от «типичных» женщин, которые способны понимать с полуслова, полувзгляда и все замечают) необходима буквальность.

Если у женщины неприятности, проблемы или просто хочется, чтобы поддержали, пожалели, приласкали, поняли, ей нужно прямо так и сказать об этом. Можно прибегнуть к юмору или своему обаянию: «Я знаю, что тут ничего не изменить, но мне так необходима твоя поддержка!»

Кроме того, что с мужчинами нужна конкретность, можно «сделать его для себя идеальным», просто объяснив ему свои особенности: то, что в его откровенности женщина видит доверие с его стороны, а не унижение его достоинства или мужественного имиджа. Что его забота, внимание к внутреннему миру его половины опять же, не означает вмешательство в чью-то душу, а как раз доказательство его любви.

## Почерк и пол человека

Многих интересуют такие вопросы: изменяется ли почерк после операций по перемене пола и отражается ли прием тех или иных гормонов (мужских или женских) в почерке?

Ответ на оба этих вопроса таков. Почерк – рентген всей личности, зеркало самоощущения человека. Поэтому ни сам по себе факт операции по изменению пола, ни прием лекарств-гормонов не произведут особых изменений напрямую, если они не произвели изменений в самом человеке.

Однако косвенным образом (!), в результате своего влияния или значения для личности человека, такие вещи могут повлиять и на почерк. Если после операции или принятия гормонов что-то меняется в личности, это отразится и в почерке. Если же абсолютно ничего не меняется для человека и в человеке, не будет и следа этого в его почерке.

Другими словами, можно предположить нестандартную сексуальную ориентацию человека, но невозможно напрямую сказать, делал ли человек по ее поводу операцию. Можно видеть сильное мужское начало в женщине, но невозможно напрямую утверждать, что это как-то связано с мужскими гормонами.

Все сказанное подтверждается исследованием почерка, полученного под гипнозом. Не так важно (для отображения в почерке), где у человека болит, важно – страдает ли он от этого сознательно или подсознательно. Вся информация проходит и трансформируется через наш мозг. Однако если все же учесть, что в большей части случаев субъективное страдание и объективные факты совпадают, то есть высокая вероятность «увидеть» по почерку человеческие недуги. Поскольку, с другой стороны, выводы эти неоднозначны, такие предположения не должны отображаться в официальном графологическом заключении.

## О людях из группы риска

Ко мне часто обращаются с вопросами, подобными следующему:

...

*Инесса, обращаюсь к вам за помощью. Прошу ответить вас на следующий вопрос: как распознать по почерку людей, имеющих нездоровый интерес к чужой собственности или имеющих склонность употреблять наркотические вещества и т. д.?*

Действительно, это тема одна из самых важных и интересных – особенно для «третьих лиц», потенциальных работодателей, партнеров, а порой и клиентов.

Но тут есть много нюансов. Давайте разберемся, что означает понятие «группа риска»?

Существует множество вариантов и форм, в которых может выражаться склонность к какому-либо риску (это понятие тоже можно определять по-разному) или к какой-либо неблагонадежности, и упомянутая склонность к воровству – только одно из ее проявлений.

Неблагоприятные склонности (к воровству, наркомании) могут быть следствием как *слабой* воли и внутреннего контроля, так и, наоборот, следствием *силы* необузданных импульсов. Неблагонадежность может быть неявной и касаться только определенных ситуаций. Она может быть и прямым симптомом бедственного психологического состояния или страданий человека. Вариантов и причин ненадежности или нечестности может быть много. Приведу примеры мотивов к этому, которые могут быть определены графологическим путем.

Человек (работник), который «может солгать», в принципе честный, верный, совестливый, надежный. Но его ахиллесова пята в его слишком заниженной самооценке и опасении «не угодить», «не оправдать», «рассердить» и т. д. Именно из этих побуждений он будет слишком бояться ошибок. Казалось бы, он такой честный и щепетильный, при чем здесь обман?

Но именно из страха ошибок и неуверенности в себе этот человек предпочтет замалчивать некоторые детали, касающиеся его ошибок или

оплошностей в работе или частной жизни. Например, если он обсчитал свою же фирму или не так оформил документы и т. д. Будет переживать, но скроет. Признаться вслух не решится, ведь придется столкнуться лицом к лицу с недовольством начальства (или, например, супруга).

Другой, который «может солгать», – слишком импульсивен, несознательно<sup>^</sup>) может приукрашивать факты, сам того не замечая. Ведь его воображение и темперамент заставляют его почти поверить в то, что он говорит!

Третий, который «может солгать», – интересант, эгоист: его ложь сознательна, она направлена на достижение личных выгод. Он будет готов идти по головам, его кредо «цель оправдывает средства». Такой может быть вполне честен в быту, в мелочах, почему бы нет? Он играет по-крупному.

Четвертый, который «может солгать», – нарциссичен и инфантилен, безынициативен, эгоцентричен. Он врет автоматически: на все найдет для себя оправдание. Он манипулирует окружающими с целью добиться от них помощи и внимания, которые не получишь, не произведя нужного впечатления и не понравившись. Мотив такого человека – потребность компенсировать отсутствие любви к нему в детстве чрезмерной самовлюбленностью, внешней аттрактивностью или многообещающим имиджем...

Определить такие вещи возможно, и кроме обычного подхода к анализу почерка графология использует специальную «Шкалу неблагонадежности» и «Шкалу бедственного состояния» (признаки которых часто могут совпадать), затем делаются выводы в соответствии с количеством и степенью выраженности определенных признаков в почерке.

Эти шкалы своего рода списки некоторых «проблемных» графологических признаков (некоторые из них менее значительны и однозначны, другие очень важны). Если их количество (и качество) «не добирает» до «критической массы», нет оснований для того или иного заключения, если набирает или перебирает – смотрят, где и в чем именно, и делают выводы.

Тонкость же в том, чтобы уметь различить, где определенный графический признак – выражение внутренней зажатости, закомплексованности, неспонтанности и т. д., а где – уже скрытности или нечестности.

Важно понимать, что заключение – еще не обвинение. Это означает, что, даже если обнаружится, что данный человек нечист на руку или не способен устоять перед соблазнами, – юридически это не будет иметь силы, не будет являться доказательством участия этого человека в том или ином преступлении. Факт, что он вор и обманщик, еще не доказывает его

виновность, так как не доказывает его причастность к данным специфическим преступлению или махинации.

Признаки неблагонадежности (при различных ее видах и мотивах) в почерке

**Важно!** 1. Чем больше указанных особенностей вы обнаруживаете, тем выше риск. Если во всем анализируемом вами почерке наберется 4–6 таких признаков, то ситуация нормативная, хотя и «пограничная». Если же вы обнаружите в почерке человека 8 признаков – уже хуже, нужно «бить тревогу», если же 10, то речь идет о явной патологии. Начиная с 7 признаков – будьте осторожны, не доверяйте – лучше проверяйте!

2. Признаки актуальны для людей с 18 лет, так как некоторые подростковые внутренние конфликты и проблемы иногда могут давать кое-какие из признаков «лжи».

1. Медленный, не спонтанный, не беглый почерк.

При таком почерке у человека есть время, чтобы скрыть свои спонтанные порывы. Такой почерк может быть обусловлен и потребностью производить впечатление, выглядеть «красиво». Однако в любом случае, так или иначе, речь идет об искусственности и сокрытии своего истинного лица.

2. Наивный стиль школьных прописей.

Этот признак имеет связь с предыдущим и говорит о «делании вида» и необходимости понравиться. Большая вероятность личных психологических проблем. Иногда эти вещи вынуждают человека кое-что утаивать или промолчать...

3. Общая изменчивость и непостоянство: переменчивость наклона, нечитаемость.

Это свидетельствует о чрезмерной податливости внешнему влиянию, а также о трудности устоять перед соблазном. Изменчивость в почерке говорит обычно о нехватке дисциплинированности. Настолько, что ни логика, ни воспитание, ни совесть не могут здесь помочь.

4. Нечитаемость, либо двусмысленность букв.

Человек упускает важные детали, либо отвечает двусмысленно, способность избегать ответственности.

При неспонтанном почерке нечитаемость обычно говорит о пренебрежении, а порой – о скрытности или сокрытии чего-то: человек не заинтересован, чтобы его поняли.

5. Прямонаклонность или левонаклонность.

Специфика этих видов наклона почерка в том, что они говорят либо о сдержанности (сдерживании себя), либо о скрытности (сокрытии своих настоящих чувств).

6. Выделение первых букв в словах.

Ощущение своей значительности и самонадеянность. Может не счесть (или, наоборот, счесть) нужным сказать или сделать что-либо исключительно на свое собственное усмотрение, не думая о других.

7. Замена, пропуск букв либо одинаковое написание разных букв (если нет дислексии).

При медленном письме, например, есть достаточно времени, чтобы писать не запутываясь.

8. Исправления.

Говорят часто о попытке скрыть правду или личные ошибки, недостатки. Особенно «подозрительны» исправления, не способствующие читаемости этой буквы или слова.

9. Бессмысленные случайные точки.

Внутреннее беспокойство (проблемы), чувство вины, тревожность. Контроль своих действий.

10. Перекрывающие (двойные) линии.

Скрытность, скованность своего выражения, так же – психологические проблемы.

11. «Поломанность» линий или «дрожащие» линии.

Страх, запуганность, большая неуверенность.

12. Аркады – закрытые сверху формы в буквах.

Скрытность, закрытость, неестественность, беспокойство (может быть, однако, вызвано и просто болезнью).

13. Сильная нитеобразность в форме букв.

Хитрость, манипулятивность, отсутствие четкой позиции, колебания, может рассказывать не все, а «примерно».

14. Завитки, повернутые назад (влево).

То же значение.

15. «Кресты», перекрещивание линий. Скрытность, закрытость в себе.

16. «Висящие в воздухе» буквы. Страх перед обязательствами.

17. Сложные «петли» и «пузыри». Несбыточные фантазии (человек может мечтать, но по сути – невольно обманывать).

18. Буквы, открытые снизу, у основания.

Нечестность.

19. Неразборчивая либо отличная от почерка подпись (автограф).

Человек, публично представляющий (или изображающий) себя не таким, каким он является на самом деле.

20. «Залитые» буквы (чернильными кляксами).

Скрытность в сочетании с необходимостью удовлетворения чувственных потребностей.

21. Слишком сильная правонаклонность.

Легко подвергается влиянию сильных и авторитетных.

22. Два разных стиля в одном почерке.

Неискреннее представление себя с целью создания желаемого образа.

23. Внезапные перемены в нажиме.

Неожиданные перемены поведения.

24. Сильно петляющий ход строк и/или отступающие начальные поля.

Нахождение поводов и отговорок, приспособляемость.

25. Крупный почерк с вторичной узостью.

Преувеличение своего Я вкупе с неготовностью действовать.

26. Украшенный почерк.

Искусственность.

27. «Крючки» в конце линии по типу вязального крючка. (См. также раздутую нижнюю зону букв, крупные раздутые цифры, пункты 13, 16, 24.)

Алчность.

28. Двойные петли.

Лишние «телодвижения», сбивающие с толку.

29. В тексте: слова, уменьшающие определенность и однозначность («наверное», «видимо», «примерно», «кажется» и т. д.).

Рассмотрим следующий образец почерка.

когда-то было очень тяжело,  
не знала языка, без друзей, чужая  
страна, незнакомые люди...

Но пошла в школу, я взяла себя в  
руки... начала учить язык, пошла  
в школу... жизнь закружилась:  
новое знакомое, новые интересы

после школы я призвалась в армию,  
а после начала исполнять свои заветные  
мечты: моя профессия.

Если внимательно присмотреться, в почерке этой девушки можно обнаружить несколько «признаков ненадежности», в зависимости от количества и выраженности которых уже можно сделать определенные выводы.

*Признаки следующие.* Почерк очень медленный, неспонтанный. Стиль наивный, банальный, «прописной». Двусмысленность некоторых букв (см. «я» перед «призвалась», «т», «н», «п», «м», «и»). Замена, пропуск букв («заветных», в «жительство», в «профессия»), а также одинаковое написание

букв («ч», «н», «и»; «т», «ш»). Отступающие начальные поля текста. Висящие «в воздухе» буквы (см. «ы», «п»). Пузатость, надутость букв («з», «у», «б»). Кресты в «р». Прямоуклонность многих букв. Исправление, не способствующее читаемости буквы (см. «и» в слове «руки»).

В нижеследующих образцах почерка – попробуйте сами отыскать признаки из списка неблагонадежности и оценить, насколько человеку можно доверять, можно ли положиться на него или его слово и т. д.

И я слышал что иногда просят  
при приеме на работу написать  
автобиографию от руки, это работо-  
судья знает или нет?

И еще вопрос интересует ли почерк.

НА ДОБРУЮ МАМАТЬ, Ч  
НА ДОЛГУЕ РАДЫ!  
Я к вам пишу чего же  
бала? Что я могу еще  
спросить?

01 ручки

1, но огнев уже  
мо боитьно, что такое слово знает обо  
мне мой босс ???

Зоркие ваши благодарны и  
огнев надеюсь, что вы разобрали  
хоть 30% из моего произведения!  
С уважением к вашему труду!

Задержание подозреваемого  
 мера процесс. принуждения, применяемая  
 доп. орган. должностных лиц, следователя, прокурора на свое усмотрение  
 в отношении лица, подозреваемого в соверш. пр.  
 Основания задержания лица, подозреваемого в соверш. пр.  
 преступлений, за кот. может быть назначено наказание в виде лишения  
 свободы:  
 а) лицо застигнуто при совершении преступления либо непосредственно после  
 или непосредственно после его совершения  
 б) потерпевшие или свидетели указали на данное  
 лицо как на совершившее преступление

## Признаки

психологического неблагополучия

Кроме признаков неблагонадежности, когда речь идет о риске при «внешнем» взаимодействии или отношении с человеком, существует и группа признаков, свидетельствующих о бедственном психологическом, психоэмоциональном состоянии человека, когда ущерб наносится прежде всего самому себе, своему качеству жизни.

Крайне важно поговорить о том, как определить те случаи, когда человеку необходима как воздух, психологическая реабилитация или терапия.

Перед тем, как перейти непосредственно к списку таких признаков – «крика о помощи», важно исключить те случаи, когда в эту «группу риска» по неопытности можно включить подростков, бурно переживающих временный «переходный возраст», или людей, страдающих серьезными физическими недугами или имеющими инвалидность. Поэтому, прежде чем делать окончательные выводы, нужно исключить такие варианты.

Помните: чем больше обнаружится признаков из нижеследующего списка, тем случай серьезнее и тем острее человек нуждается в помощи.

Вот список этих признаков – там, где это необходимо, будут даваться дополнительные пояснения: [4]

1. Наиболее значительный признак: недостаток или отсутствие гибкости, эластичности, гладкости линий. Например, различные виды «сбоев», дрогнувший или дрожащий штрих либо более или менее заметные надломленности линии.

2. «Миандерово письмо», то есть лишние, ненужные, непродуктивные элементы, как правило, закругления или завитки на вертикальных линиях.

Такие явления часто обусловлены сильным давлением Супер-эго («Я Идеальное»), что заставляет человека проявлять преувеличенно, навязчиво усилия к адаптации, к приспособлению в жизни. Попытки избавиться от чувства безволия, а также слишком жесткие требования к себе, желание «быть в порядке», нравиться, искусственность.

3. Очень «представительный» почерк: слишком стилизован, суперкаллиграфический или украшенный, при этом обычно медленный.

Свидетельствует о служении форме, выкладыванию (о большой трате сил) ради нее. Это играние роли, поведение и внешность человека искусственны. Человек устроен в соответствии с внешними ожиданиями, живет, чтобы отвечать этому соответствию.

4. Пустоты, дыры в распределении текста, очень большие расстояния между буквами или словами. Эти явления могут быть свидетельствами проблем с концентрацией, прыгающих мыслей из-за внутреннего смятения, затруднений коммуникации с другими людьми и в личных отношениях. В случае же очень неоднородной и неустойчивой средней зоны – депрессивное расстройство.

5. Расслабленность (безвольность) движения, нетвердость в линиях («Пофаль, 1–2»).

6. Излишняя жесткость и негибкость линии, когда несбалансированность напряжения и расслабления дает искаженное движение, до надломленности или сбоев («Пофаль, 4–5»). О такой жесткости линии свидетельствует сочетание постоянного нажима, тупых окончаний штрихов, угловатостей и негибкости линий.

7. Левый наклон в почерке. При, как правило, напряженном, аркадном почерке с проблемными штрихами либо при очень высокой однородности почерка.

Движение, с одной стороны, избегает наиболее естественного наклона вправо, а с другой стороны, не справляется с вертикальным поставом букв. Это свидетельствует о нарочитости в поведении, отторжении спонтанности, защитно-оправдательной, противопоставляющей позиции, скрытности, сокрытии.

8. Движения, направленные назад. Опасения, избегание, неприятие контактов.

9. Серьезные ограничения окончаний: обрезанные окончания слов или штрихов, когда дальнейшее продвижение вперед пресечено. Это – значительные проблемы и затруднения в коммуникации, в отношениях, в связях, а также отсутствие «отдачи», умения отдавать, нести тепло.

10. Узость букв, теснота в буквах. При сочетании с п. 9 – неготовность действовать, проявлять инициативу, пробиваться, закрытость.

11. Текстура линии «мягкотелая», не чистая (не эстетичная, загрязненная), слабая (безвольная) линия, аморфность, «шершавость». Все это, при медленном почерке, дает бессилие, отсутствие собственного мнения, «стержня», слабость, возбудимость и безволие, состояние душевного «ступора», возможно – и физическая парализованность. Человек не функционирует, находится в глубокой депрессии или страдает алкоголизмом.

12. Почерк словно обсессивным образом «прилеплен» к основанию строки. Последняя – служит «ограждающей чертой», защитой от страха окружающего мира, которого человек боится, но и от которого зависит. Личность не в состоянии справляться с требованиями действительности и занимается рационализацией.

13. Верхняя зона в почерке искажена, чрезмерна либо с завитками в правую или левую сторону. Это – манерность, притворство, позерство, искусственная, демонстративная общительность, самоуверенность, может быть также гиперактивность.

14. Нижняя зона почерка искажена или чрезмерна. Неуверенность в своем тыле, защищенности, безопасности, проблемы со своим прошлым, с корнями. Трудно даются будничные дела, ни в чем нет определенности. Также – протест, упрямство. У подростков – сексуальные проблемы.

15. Закрученность вовнутрь, «улитки», центрипитальное движение в себя. Защита уходом в себя, характерно для переходного, незрелого возраста.

16. Нечеткость пространства, неконкретность и несбалансированность организации в пространстве. Обычно это – дезориентированность, неспособность разобраться или организовать в обстоятельствах окружающей среды, обыденной жизни. Проблема сориентироваться, не потеряться самому или не терять вещи.

17. Навязчивая, нарочитая организованность текста в пространстве. Это – хроническая тревожность, неуверенность, неспонтанность.

18. Перекрывающиеся штрихи или части букв. Состояние напряженности, неуверенности, страх неудачи.

19. Обилие исправлений или помарок. Постоянное ощущение неудачи, страх провала, неуверенность, проблема своего Я, самооценки. Кроме того – большой разрыв между намерением и способностью это выполнить. Нехватка энергичности, веры в свои силы.

20. Чрезмерность движения при ущербности формы. Импульсивность, агрессия, гиперактивность.

21. Линии надломленные либо просто разбитые, или «разобранные», распадающиеся на части буквы. Человек ощущает, что живет в состоянии неопределенности и неизвестности. Его нервозность, раздражительность и разочарование – из ощущения, что он задавлен, задыхается душевно. Иной вариант – когда данное графическое явление обусловлено врожденной органической дислексией.

22. Очень мелкий почерк. Скрытность, скрывание чего-то.

Вкупе с таким признаком, как большие расстояния между словами, – «отключенность» от окружающей жизни, обособленность, комплекс

неполноценности, желание спрятаться, укрыться. Страх быть замеченным, обнаруженным, разоблаченным (например, в своей лжи).

23. Множество резких изменений в почерке. Почерк нервный, очень неоднородный, частая смена размеров, наклона, скорости, форм и т. д. Чем их больше, тем выше степень бедственного состояния, которое ударяет по функционированию в каждодневной обыденной жизни, становится хроническим.

Неустойчивость эмоциональных реакций, подверженность смене настроений, беспокойство, гиперактивность, злость, агрессия. Проблема концентрации, которая влечет проблему, связанную со способностью удерживать постоянство в действиях. Плохая приспособленность (адаптивность), конфликты как внешние, так и внутренние.

24. Как дополнительный к п. 23 признак – почерк, меняющийся полностью (будто разные почерки).

25. Проблемы нажима, когда нажим очень слаб либо практически исчезает. Почерк расслаблен, вял, нажим и наклон меняются непредсказуемо и неожиданно.

Это – отсутствие физической и психической (душевной) энергии, беззащитность (вялый штрих), отсутствие мотивации. При штрихе надломленном или даже разбитом – нервозность, безнадёжность, чувство неопределенности, неизвестности.

Теперь, глядя на данные образцы, попробуйте посчитать количество «признаков бедствия» и, соответственно, вычислить степень проблематичности, а также охарактеризовать душевное состояние автора почерка.

**Важно!** Не пытайтесь делать выводы по содержанию написанного

Результат улет. Хорошо училась, принимала участие в художественных конкурсах талантов. Наверное успела, так как работала, пытаясь меня за самозанятость, сделал прокладку под стул и его повесили в техникуме. Не считали 3 года. Меня увлекло в техникуме, потому было хорошее расписание. Я пошла на первую форму, где работала в лет в бухгалтерии, чл. Ник. 13.06.19, 19.06.19 - в бухгалтерии, работа в кредитном банке бухгалтер-предупредитель. Параллельно училась в институте "Народного хозяйства", который затем переименовали в "Экономический университет", на факультете бухгалтерского учета и экономики бюджетных учреждений. Впоследствии закончила его в 1993 году. В том же 1993 году я встретилась с нашим бухгалтером турки. Он кандидат наук, считал меня на 11 лет. Этот человек 3 раза делал мне предложение, вообще, это шло. Он мне нравился. Мы были красивыми парами. Я решила, что он мой любимый, а он просто меня выбрал. Несмотря на разницу в возрасте (он старше меня на 10 лет), я была счастлива. Мы поженились, и мой будущий муж оказался через много лет был ответ на этот сон. У меня было психическое плохое самочувствие. Сильная депрессия и страх смерти. С 2000

Я хотел бы обратить внимание на достижение вами, личные качества, способности и возможности, насколько вы независимы или наоборот, насколько вы способны добиваться успеха, восторженный мир. Я люблю все хорошо, а особенно больше всего я хочу знать историю и географию. С Я хочу, чтоб вы мне посоветовали, что можно убрать в парке или, что добавить

Обратное спасибо.

с уважением

текста!

## **Социальные и антисоциальные проявления в картине почерка**

Еще Аристотель пришел к той истине, что человек является социальным созданием, чьи успехи и судьба вообще чрезвычайно зависимы от поведения по отношению к обществу: насколько он социален, асоциален либо антисоциален.

Между двумя крайностями – социальностью и асоциальностью (которые ясно определены законами общества, уголовными законами), находится антисоциальное поведение человека, которое формально не нарушает закона, однако мешает окружающим, использует их и т. д. Граница между асоциальностью и антисоциальностью определяется формально, с точки зрения закона данного общества, то есть поведение оценивается по результату и в меньшей степени по намерениям.

Графологический анализ дает информацию не о внешних событиях, а именно о личных факторах, то есть намерениях, позиции, импульсах, комплексах, восприятии, честности, влияемости, алчности, провокативности, моральных ценностях и т. д.

Поскольку это только качества личности, и ни в коем случае не свидетельства о совершении конкретных преступлений, графология не может определить внешние обстоятельства и сказать, совершил ли человек уголовное действие или оставался в рамках формального закона. Можно не быть преступником, проявляя, например, признаки словесной агрессии, конфликтности, подавления, эгоизма, не считаясь с другими, манипулируя их чувствами или обманывая в чем-то.

Законы, рамки приемлемости условны и могут разниться от одного общества к другому, взять хотя бы права человека.

Учитывая все сказанное, подчеркнем, что речь пойдет именно о «внутреннем содержании» личности как она есть, без связи с определением законности, нейтрально.

Если говорить о социальном поведении, то здесь важно понимать, что оно не связано с образованием или интеллектом человека, его социальным статусом, и даже – не связано (напрямую) с его воспитанием или другим внешним влиянием. То, что определяет социальность или асоциальность поведения, – это структура характера, степень внутренней гармонии и соотношение движущих человеком импульсов, страстей, энергии – и сдерживающих, направляющих их сил.

Перед вами краткое описание нескольких характерных сочетаний графических признаков, прочитав которое вы будете иметь представление о проявлении неблагополучия в социальном поведении и адаптации человека.

#### Проблемы самовосприятия

Когда человек не в ладу с собой, это всегда влияет на его восприятие окружающих и подход к ним. Он (ошибочно) ищет причины этому в других, становится подозрительным или даже агрессивным. Если этому человеку присуще чрезмерное самомнение, он будет выставлять неадекватные претензии и требования, что может навредить окружающим.

Проблемы самовосприятия в почерке проявляются нарушениями однородности, ритмичности и организации. Особенно характерна для проблем самовосприятия заметная разница между текстом и подписью. Также – чрезмерно крупный или мелкий почерк, преувеличенные первые буквы в словах, меняющийся наклон и слабые нисходящий линии.

#### Антисоциальные импульсы и страсти

##### *Собственнические импульсы и страсть приобретения, накопления.*

Характерны узость почерка (с движениями, направленными назад), выгнутые и угловатые формы связок, нижние удлинения крупнее верхних, добавления у букв линий слева. Стремление к обогащению покажут признаки, характерные для определения нечестности, а также почерка человека, не считающегося с окружающими, в сочетании с острыми и колючими формами букв. Страсть к обладанию и хранению – отсутствие полей, максимальное использование пространства листа – вплоть до нечитабельности.

##### *Импульс власти, властность, превосходство, сила.*

Этот импульс может принимать разные формы. Например, стремление к опекунству или материнству до не считающейся ни с чем деспотичности. В основе этого импульса лежит желание захватить, подчинить, подавлять, использовать для своих целей.

Властность держится на двух главных основах: сила (силовая позиция) и заметность (выделение на фоне окружающих). Обе – выражение особой формы собственности, направленного на людей. Характерные этому черты – гордыня, жестокость, до садизма.

Такой агрессивный подход у стремящихся к власти, превосходству и силе выражается в линиях и штрихах с сильным нажимом, направленные вправо и вправо-вниз в конце слов, в подчеркиваниях, в угловатом (углы заострены) почерке.

##### *Стремление выделяться, эгоизм.*

Это стремление часто сочетается с желанием понравиться, душевной пустотой, либо с желанием добиться признания и признательности. Оно

может быть направлено против людей прямо либо косвенно.

Желание «особенности» требует подняться над окружающими и отрицать их, поскольку, по мнению такого человека, они хуже его.

У этого стремления есть, на первый взгляд, «социальные» формы – делать другому хорошее, одолжения и т. д. Однако эти вещи делаются не бескорыстно, а только с расчетом получить какие-либо выгоды. Это поведение социально осуждаемо, так как всегда связано с негативными «побочными эффектами».

Эгоизм – распространенная форма социально нежелательного поведения. Эгоист находится в плену своего Эго, он способен замечать только свое страдание, боль или радость и старается привлечь к ним других. Он не понимает, что его субъективный подход не может быть приемлемым для окружающих. Характерные черты, сопровождающие эгоистическую личность, – подозрительность, осторожность, расчет, упрямство, зависть, страх, закрытость и склонность критиковать окружающих.

Такая концентрация на своем Я выражается в левонаправленности линий в почерке (не путать с наклоном букв), кроме того – на это будет указывать преобладание в почерке выгнутых, аркадических форм.

Теперь перейдем к более конкретным чертам характера и особенностям личности и тому, как их обнаружить в почерке. Обратите внимание, каждому качеству соответствует группа графических признаков, их сочетание. Здесь невозможно будет обнаружить ситуацию, когда какой-либо отдельно взятый признак почерка был бы отождествлен с отдельным качеством характера. Такой показавший себя поверхностным и ошибочным подход был популярен на заре графологии, и, если графолог утверждает обратное, – он непрофессионал.

Более того, перечисленные здесь сочетания признаков хотя и включают наиболее характерные элементы, относительно какого-то конкретного почерка мы можем обнаружить, что этот набор неполон. Важно понимать, что нижеследующий список – теория, ориентир.

Итак, вот некоторые конкретные черты характера и характеризующие их признаки в почерке.

*Агрессия.* Резкие (утолщенные), а также заостренные окончания штрихов, правый наклон, восходящие строки, чрезмерно сильный нажим по средней и нижней зоне букв, угловатость, внезапные и вырывающиеся штрихи и линии, резкое и восходящее вправо окончание подписи, почерк быстрый, расширяющиеся начальные поля, узкие промежутки между словами.

*Амбициозность.* Почерк спонтанный, быстрый, восходящие строки, правый наклон, сильный нажим, верхняя зона высокая, с цельными

формами, широкая средняя зона, вогнутые (гирляндические) формы, поднимающаяся подпись.

*Ассертивность.* Постоянство нажима, угловатость, твердые, ровные и напряженные линии, подчеркнутые окончания линий, почерк спонтанный, читабельный, строки прямые.

*Деловитость.* Почерк с упрощенными формами, узкие поля, небольшие расстояния между словами, длинная нижняя и короткая верхняя зона, короткие окончания штрихов.

*Депрессивность.* Медленная скорость, нисходящие строки, очень глубокие гирлянды, часто свисающие ниже уровня строки, очень вялые и расслабленные соединительные штрихи, мелкая средняя зона, очень слабый нажим, «съезжающая» ниже остальных букв, последняя буква в слове.

*Жестокость.* Резкие (утолщенные), а также заостренные окончания штрихов, буквы острые, правый наклон, восходящие строки, чрезмерно сильный нажим по основным линиям, угловатость, узость букв, «крючки».

*Искренность, честность.* Отсутствие полей или расширяющиеся начальные поля, формы простые, естественные, округлые, вогнутые (гирлянды) формы, слитность, широкие промежутки между словами, правый наклон, равномерность нажима, спонтанность, почерк читабельный.

*Лживость.* Накладывающиеся (перекрывающие друг друга) линии в средней зоне, замена букв, волнообразные строки, выгнутые (аркадические) формы, нитеобразные формы, «запущенный», нечитаемый почерк, линии вялые, с помехами, окружности закрытые, с многочисленными петлями.

*Лицемерие.* Перекрывающиеся штрихи, имеющая неоднозначный смысл последняя в слове буква, подмены букв, нитеобразность, петляющие строки, аркады, часто левонаклонность, открытые снизу формы, плохо читающийся почерк.

*Любезность.* Сниженная скорость, правый наклон, форма букв округлая, широкие начальные и верхние поля, стилизованные гирлянды и вторичная ширина, развитая нижняя зона букв, слабый нажим.

*Объективность.* Достаточно широкие (просторные) расстояния между строками и словами, прямой наклон, небрежная, скудная средняя зона букв, часто гирляндичность, сдержанная скорость, не слишком сильный нажим, отсутствие акцентирования начала слов, почерк некрупный.

*Равнодушие.* Широкие начальные и конечные поля, прямой наклон, медленная скорость, маленький вертикальный разброс, строки нисходящие, либо волнообразные, неспонтанные линии, частично или полностью раздельный почерк.

*Разговорчивость, болтливость.* Отсутствие полей при свободно, раскованно и быстро текущем почерке. Гирлянды превалируют в формах,

очень маленькое, тесноватое или изменчивое расстояние между словами. Структура букв искусственна, усложнена или запутана. При всем этом иногда использование места на полях до упора, так, что ничего более невозможно втиснуть, заполняется любое свободное пространство.

*Разносторонность.* Почерк быстрый, нитеобразный, вариативность и оригинальность (самобытность) форм, раздельность почерка.

*Субъективность.* Почерк, крупный в абсолютном размере и крупный в размере своей средней зоны, теснота, или строки находят одна на другую, акцентированное начало слов, путанность, либо левонаклонность.

*Трусость, опасливость.* Прямой наклон, почерк узкий, узкие промежутки между словами, основные линии не достигают линии строки (напечатанной или воображаемой), последние буквы в слове более узкие, широкие конечные поля, слабый нажим, низкая скорость, мелкий почерк.

*Хитрость.* Накладывающиеся (перекрывающие друг друга) линии, последняя буква слова меньше предыдущей, путанная или двусмысленная, нитеобразные формы, петли или завивания вокруг подписи, волнообразные строки, выгнутые (аркадические) формы, узкие промежутки между словами, левый наклон, внезапная узость или ширина в узком или широком почерке, открытые снизу окружности, замена букв, «запущенный», нечитаемый почерк, исправления при медленной скорости.

*Эгоцентричность.*

Прямые строки, отступающие назад начальные поля, прямой наклон букв, для верхней зоны характерно излишество, чрезмерный нажим по основным линиям, почерк слитный, гипертрофированный, левонаправленность (штрихов), крупный размер букв.

Выбирая няню

Когда речь идет о выборе няни для ребенка, нам не достаточно просто «честного человека», мы хотим, чтобы она занималась воспитанием и развитием малыша, поэтому требуется больше: нам необходимы многие другие человеческие качества для данной функции, нежели просто одна честность.

Те, кто непосредственно занимается развитием и воспитанием детей, дополнительно проверяются на специфические качества характера.

Качества, необходимые при работе с детьми

- EQ;
- душевная зрелость;
- эмпатия, мягкость;
- ассертивность (умение ставить рамки);
- творческий подход;
- воображение;

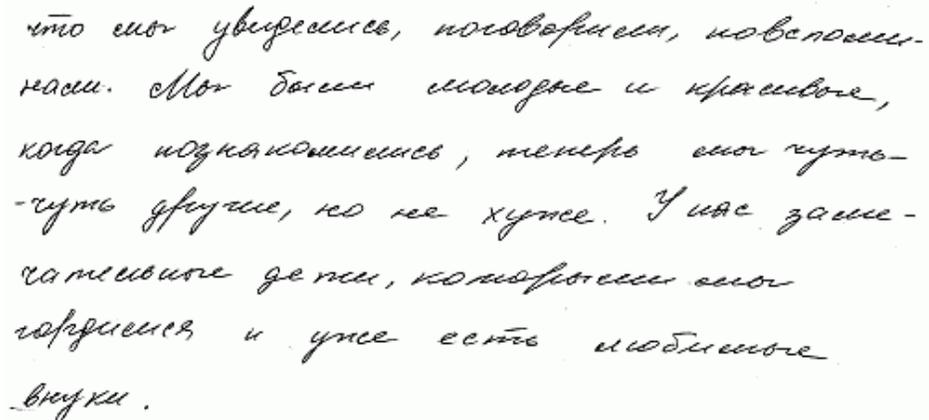
- коммуникабельность;
- устойчивость нервной системы;
- низкий уровень конфликтности и агрессии;
- терпение и терпимость;
- открытость, искренность;
- умение справляться с несколькими делами одновременно;
- динамичность, активность

и многое другое.

Таким образом, в целом почерк «идеальной» няни или воспитательницы будет характеризоваться следующими особенностями:

- живое, продвигающееся движение;
- умеренно быстрая или умеренно медленная (то есть не крайности) скорость;
- средний нажим, его естественная цикличность (его усиление на нисходящих штрихах и расслабление на восходящих);
- чередование заостренных и тупых окончаний штрихов;
- относительная однородность в почерке;
- хорошая читабельность;
- правонаклонность в сочетании с относительно свободным характером движения;
- частичная связность почерка (не все слово написано без отрыва от бумаги);
- форма букв, тяготеющая к стандартным, нормативным;
- структура букв – буква цельна и подробна (но без усложнений или украшений), проста (но не слишком упрощена или схематична);
- доминирование в почерке упругих, динамичных гирлянд либо мягких углов;
- абсолютный размер букв примерно средний, 3–4 мм, может легко варьироваться;
- строки прямые, могут иметь чуть заметный волнообразный ход;
- относительный размер: доминирует средняя зона почерка при средне выраженных верхних и нижних отростках либо с более акцентированными нижними;
- буквы по ширине средние или широкие;
- организация текста: отсутствие хаоса, относительно равномерные, но не очень большие расстояния между строками, словами, буквами, нет больших пустот;
- поля: текст на листе посредством не слишком широких полей создает впечатление ненарочито созданной «рамочки», поля относительно прямые, начальные (левые) поля могут чуть расширяться.

**Помните!** Почти не бывает ситуаций, людей, характеров «черно-белых». Сейчас я предлагаю взглянуть на нижеследующий образец и попробовать оценить, насколько автору этого почерка можно было бы доверить воспитание ребенка.



что мне увиделись, поговорила, поспомни-  
лась. Мои были хорошие и красивые,  
когда подрастали, теперь мои чуть-  
чуть другие, но не хуже. У нас замечательные дети, которых мои  
любят и уже есть любимые  
внуки.

Если внимательно и точно оценить почерк по приведенным выше общим критериям, можно заключить, что в целом эта женщина отлично подошла бы на роль воспитателя или няни. В данном почерке индивидуальной особенностью, немножко не укладывающейся в наш «профиль идеальной няни», является ее склонность к интроверсии, то есть время от времени этому человеку хочется подумать, поразмышлять, побыть в спокойной обстановке, чтобы собраться с мыслями. Ей можно посоветовать заниматься одним или двумя детьми, а не одновременно большим количеством детей, либо заниматься с несколькими, но если это дети более старшего возраста. Женщина умна, проста, чутка, организована – я бы посоветовала такой не просто нянчить ребенка (детей), а развивать их, проводить занятия, устраивать кружки, давать уроки творчества и т. д. Тогда и она будет получать большее удовлетворение от своей работы с детьми.

Теперь – пара почерков, авторы которых в той или иной степени способны заниматься детьми:

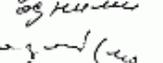
2. рождение, враг.

Хотелось бы познакомиться  
с характеристиками почерка  
людей, склонных к суициду,  
склонных ко лжи, предательству...

Сегодня прекрасная  
погода. Мы собрались  
в доме у ~~...~~ чтобы  
хорошо провести время  
в дружеском обществе

И в заключение несколько нижеследующих почерков, авторов которых трудно себе представить способными по-настоящему искренне и эффективно заниматься детьми – по многим причинам, но главное – по причине базового несоответствия, отсутствия психологического подхода, природных «педагогических навыков»:

На Византизм, на в Тед. Азаро  
не жалею, когда возвоит в редакцию -  
все отбрасываю - пишу и х. как Фанс, отдам  
ошибка не пишу. Заключено с м. м. м.  
Тед, что по поводу (а она у меня изменилась,  
она отбрасывает во-первых, потому что  
изменилась и эта часть письма, чтобы вернуться  
в нормальное состояние

погрешка (и сознательно)  
у меня это резко поменялось, и даже утончилось.  
Когда в это же время поменялось, у меня был друг  
который писал с наклоном вправо и буквы  
крючками, примерно так:  (мало)  
Т.е. поменялось было много, но потом не выдержало  
или изменилось в буквах. И в эту погрешку  
иногда, когда отбрасываю от нее мысли. В этом  
у меня в голове отбрасываю от нее мысли, и даже от  
"умень" каждого из этих погрешков, и даже от  
знаю, если бы у меня собственные погрешки,  
погрешку отбрасываю, утончилось бы все  
меньше. А если я, если пишу, то пишу именно  
теперь. И пишу и пишу пририсовать это и даже  
расход себе, а пишу ограничиваясь Тедом.

Я работаю как работаю на сайте  
электронных прикрас и вещей, мне  
работает интересно в основном. Работа  
и нас не только, у меня, но после работы

греем более иду в Овнуек. Со мной  
на юг. Дно как-то по всем картам  
Неважно. Пусть пропадет  
Не только очевидного Овнука. Но  
скорее всего, впрочем как и в  
на таком уровне. Не знаю писане  
Нет тебе, что у нас есть замечено

## **Вредные привычки и почерк**

Итак, поговорим о так называемых вредных привычках, а точнее – зависимостях. Когда они входят в жизнь человека и постепенно поработают его, вызывая как минимум чувство бессилия и как максимум – деградацию личности. Ситуация становится драматичной еще и потому, что удар наносится и по близким людям этого человека. Зависимость может оказаться настоящим монстром и сломать не только здоровье, но и семьи, и судьбы, и надежды.

## АЛКОГОЛИЗМ

Алкоголь – самое доступное «расслабляющее» и «успокаивающее» средство. Многие мужчины (да и не только они) прибегают к нему не просто так, а именно по причине напряжения либо депрессии или тревожности, сильных стрессов.

Вся проблема в том, что «антитревожное» и «антидепрессивное» действие алкоголя очень кратковременно, так как по сути (по прошествии этого эффекта) это самый настоящий депрессант, который угнетает нервную систему и психику человека еще сильнее (похмелье), а это вызывает в нем желание вернуться к первичному приятному эффекту вновь и вновь. Так рождается зависимость. Ошибка людей в том, что первый временный приятный эффект они считают главным свойством алкоголя, при этом похмелье – лишь его побочным эффектом. В то время как именно это неприятное состояние и есть основное воздействие алкоголя.

Мужчины, испытывающие такие внутренние конфликты, очень горды и могут считать, что сами должны справляться со своими проблемами. Обратиться за помощью, скажем, к психотерапевту (современная медицина обладает отличными средствами снять такое напряжение) означает для них «быть слабым». Вот и получается, что женщинам проще обратиться за помощью и «пожаловаться», а мужчины «лечатся» самостоятельно.

Можно ли определить злоупотребление алкоголем по почерку?

Пока личность не начинает деградировать, пока человек относительно нормально функционирует в жизни, пока не нанесен явный ущерб его личности – точно идентифицировать алкоголизм и даже употребление наркотиков практически невозможно.

Приведу такой пример. Мы имеем почерк трезвого человека и его же почерк, когда он немного выпил. Фактически мы можем обнаружить (имея «трезвый» образец для сравнения) во втором («чуть праздном») образце большую степень внутренней свободы, немного большую степень психомоторной расслабленности и более «легкого» настроения, а также чуть меньшую степень концентрации, внимания, применяемого волевого усилия... Но в целом в результате анализа почерка это будет тот же человек, та же личность, с тем же уровнем интеллекта, социальных навыков, склада мышления и склонностей, лишь несколько более «расслабленная».

Поскольку уровень алкоголя в крови не высок, а человек все еще контролирует и владеет собой, не теряя личностную целостность, не видя его почерка в трезвом состоянии, при анализе почерка не будет никаких

особых драматических или тревожных признаков, говорящих именно о том, что он «немного выпил». Только очень косвенно, сведя воедино информацию о рассеянности, дезориентации, затруднениях в концентрации вместе с имеющимся потенциалом и относительно молодым возрастом пишущего, можно сделать предположение о возможном «ситуационном» выпивании, но не более.

Проиллюстрирую сказанное.

1. Почерк трезвого человека:

Заявление  
Прошу Вас предоставить мне  
отпуск за свой счёт  
с 1/VI - 2008 по 15/VI - 2008г.

2. Почерк человека, находящегося под воздействием алкоголя:

Заявление  
Прошу Вас предоставить мне  
очередной отпуск за 2008г.  
с 14/IV - 2008 по 22/IV - 2008г.  
2/IV - 2008г.

Заявление  
Прошу Вас предоставить мне  
отпуск за свой счёт с  
25/IV - 2008г. по 13/V - 2008г.  
2/IV - 2008г.

То же самое касается и наркотиков. Пока личность еще не разрушена, а функционирование в обыденной жизни человека не вызывает ни малейшего отклонения (пока не наступает необратимого разрушения мозга), разумеется, не в сам момент их воздействия, а между – практически невозможно утверждать, что человек принимал наркотики.

Вот один образец из моей коллекции, иллюстрирующий сказанное наглядно:

Всех я не помню, инвалидностью  
мать Богу нею, но есть очень  
серьёзная проблема, в которой  
я иногда беру себе почти  
то же. Иногда получается,  
но через несколько месяцев (3-6)  
возвращаюсь к этому. Проблема  
моя в наркотиках. Я употребляю  
мало героина, не знаю на сколько  
это влияет на мой почерк, но на  
лице это влияет очень сильно,  
просто разбивает и разрушает  
качество. Это очень страшно и

#### Определение по почерку склонности к зависимости

Мы имеем возможность определить склонность к зависимости, то есть большую или меньшую предрасположенность к такому риску.

Что есть алкоголизм? Это зависимость. Что есть зависимость? Это особенность личности, которая развивается под влиянием сочетания определенных врожденных и приобретенных черт или, если хотите, проблем.

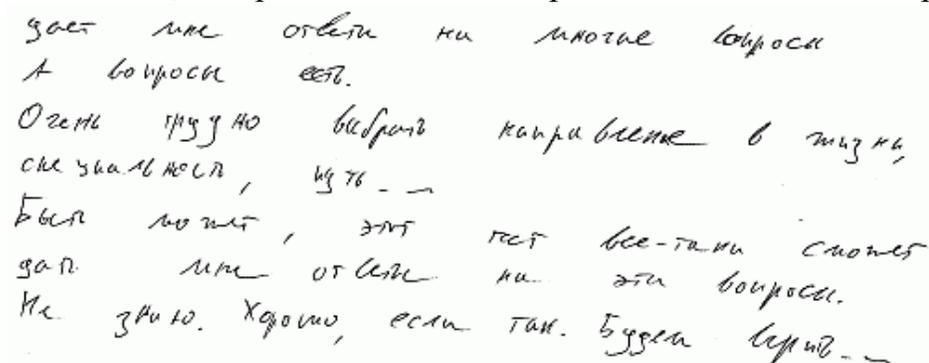
Так или иначе, но в личности (а значит, и почерке) прежде всего мы можем обнаружить два варианта, говорящих о потенциально большей предрасположенности «искать утешения» в алкоголе.

Первый вариант – когда склонность к алкоголю – свидетельство внутренней личностной слабости, несформированности, излишней влияемости, податливости, неустойчивости как эмоциональной вообще, так и восприятия собственного Я в частности. Все эти вещи вкупе снижают сопротивляемость, повышают чувство незащитности, а также обостряют потребность в допинге, который бы укрепил внутренний психологический иммунитет и придал уверенность личности, стабильность психоэмоционального фона.

По жизни можно обычно заметить склонность таких людей к зависимости от других людей, от обстоятельств, которые всегда оказываются «сильнее», склонность к негативизму (неверие), пессимизму и даже настоящим депрессиям.

В почерке – свидетельствующее о сказанном, сочетание графических признаков, будет следующим: общая неустойчивость признаков,

неоднородность, много невольных штрихов, нет постоянства в форме, размере и наклоне, при в общем-то слабом нажиме, который показывает непредсказуемые и неестественные перепады. Форма скорее аморфна, чем просто небрежна, как бы не имеет внутреннего стержня. Ход строк неровен. Почерк показывает как бы «распад», одни слова более-менее локализованы и цельны, но некоторые – уже показывают потерю волевого контроля и критичности. Расстояния между строк, слов и букв неравномерны, но большая часть расстояний между словами стремится к сокращению, и это при медленном, заторможенном или нервном движении в почерке.



зает мне ответа ни многие вопросы  
А вопросы есть.  
Очень трудно бороться как-то в жизни,  
они знают меня, и что —  
Был может, этот гад все-таки сможет  
займ мне от себя на эти вопросы.  
Не знаю. Хорошо, если так. Будет лучше —

Второй вариант – когда такая склонность – свидетельство, казалось бы, совсем других особенностей личности. Не «слабости», а чрезмерного напряжения. Когда контроль над собой и борьба со стрессами, внутренними конфликтами, раздражение и другие подобные факторы доводят человека до крайней степени напряжения, появляется трещина, рана. В результате, вместо того чтобы «переболеть», такой человек предпочитает силовой (волевой) метод – перебороть себя. Но поскольку больше уже «жать» не на что и нечем, он ломается. В результате, по причине своей негибкости и безвыходной перенапряженности, он приходит к тому же – безнадежности, травмированности, часто – к клинической депрессии. Так же как и в первом случае, велика вероятность того, что, испытывая острую потребность в душевной, психоэмоциональной реабилитации, он скорее обратится к доступному алкогольному допингу, чем к поиску специалиста.

Дело не только в частой неосознанности человеком того, что свое психологическое состояние оставляет желать лучшего. Многие люди сознательно не желают обращаться за помощью либо не верят, что им может помочь другой человек.

И здесь – самое время отметить причину, в которой кроется, как минимум, частичное объяснение того, почему среди зависимых от алкоголя в разы больше мужчин, нежели женщин.

Разумеется, не потому, что у женщин «меньше проблем» или женщины «меньше подвержены стрессам», «меньше заняты», «менее эмоциональны»

и т. д. Причина та же самая, по которой мужчины подвержены и более частым сердечным приступам.

Как правило, мужчины, с одной стороны, недооценивают роль и важность психологического состояния в жизни человека (и своей собственной), эмоций, душевных переживаний, страхов, сомнений, стрессов, разговоров о своих проблемах – считая это чем-то непродуктивным. А с другой стороны, именно поэтому для многих мужчин поделиться с другом, женой, попросить чьей-то помощи и т. д. считается ниже собственного достоинства.

Многие, даже пребывая в по-настоящему плачевном душевном состоянии, в депрессии, переживая сильный стресс и т. д., и тогда будут считать, что обратиться за помощью или рассказать о своем состоянии – значит «сдаться», стать «тряпкой», «перестать себя уважать», быть «безвольным слабаком» и т. д. Такое типичное мужское поведение обусловлено отчасти эволюционно, но еще в большей степени – социально.

Итак, в почерке – свидетельствующее о сказанном сочетание графических признаков будет следующим: общая неустойчивость признаков, как бы насильное стремление к однородности: человек слишком контролирует и фиксируется на удержании ровности, но она все равно страдает и выглядит вымученной, нарочитой. Попытки максимально контролировать все буквы, постоянство размера и наклона, однако все впечатление сводит на нет явное перенапряжение, и медленная, неспонтанная скорость – цена перенапряжения. Нажим обычно сильный, но имеет неестественные перепады. Форма резкая, угловатая, искаженная, нет гармоничности и плавности. Самое главное – нервные, доведенные предельным психомоторным напряжением линии со сбоями, изломами, внезапными исчезновениями линии. Почерк также показывает как бы «распад», одни слова более-менее локализованы и цельны, но некоторые – уже теряют волевой контроль. Расстояния между строк, слов и букв неравномерны.

Найти координаты м...  
о которых было в статье журнале "Издатель"  
и каталоге, судя по статье, работа в  
книжке "Начтоту" в  
на выкупе, на в том. аналогичные 4 по  
не нашел, когда издании в редакции -  
или в здании - пошл к нам Факс, одним  
и ... .. Заинтересован от меня

К сожалению, доступнее всего тот допинг, о котором мы говорим и который по своей сути ловушка не только потому, что является не решением, а суррогатом, иллюзией решения проблем, но потому, что вызывает потребность «повторить душевное облегчение». Искусственное состояние большего душевного спокойствия и внутренней свободы – кратковременно, а наступление протрезвления – к сожалению, не отрезвляет, а еще сильнее подавляет и вызывает потребность притупить душевную боль.

Алкоголь не «народное антидепрессивное средство», а именно депрессант. Проблема в том, что приносимое им облегчение, которое часто и устанавливает условный рефлекс к алкоголю, замечают все, в то время как отсроченный до похмелья истинный результат, еще более депрессивный и подавляющий эффект абсурдным образом не связывается напрямую с актом употребления допинга и воспринимается, скорее, как досадное недоразумение.

## Игромания

К зависимостям относится и игромания. Но в отличие от главного фактора при расположенности к алкогольной зависимости – слабости либо надломленности, но всегда – потребности в компенсации душевной или психологической травмированности, – здесь присутствует дополнительный деструктивный фактор, болезненно выраженный и подавляющий волю человека азарт, зависимость от адреналина. Другими словами, на первый план выходят первичные, непосредственные, необработанные внутренние импульсы.

В почерке об этом будет свидетельствовать такое сочетание графических признаков, как превалирование в движении «расторженности», раскованности и непосредственности над тормозящими, сдерживающими силами, то есть стремительный, легкий, летящий почерк, движущийся быстро вперед. Но это не ложная быстрота, а истинная, поскольку обязательно подпитана силой врожденных безудержных импульсов: при этом сильный нажим, интенсивное письмо, нарушаются такие признаки, как упорядоченность, организация, ритмичность, предсказуемость и рациональность письменного «поведения». Очень силен внутренний драйв, высок уровень витальности, энергии и поэтому почерк не может быть безжизненным, бледным, вялым или слабым. Кроме того, стоит обратить внимание и на признаки сильной личной вовлеченности, субъективности, а также иррациональности – человек «зашорен» и не в состоянии адекватно и ясно видеть происходящее. Это неровный и тесный ход строк, загруженность, усложненность, путаность или концентрация внимания на второстепенных элементах формы букв. Нетерпеливость и быстрая возбудимость при этом будут выражаться в плохой читабельности, зависающих, недописанных, обедненных формах. Неровные поля (особенно начальные, слева): человек раздраем противоречивыми чувствами, лишен стабильности и главное – не знает, чего хочет в целом, от себя и своей жизни.

ошибки - там!... и ты в какую-  
то и фин с ними вам все же  
равно, это с какой-то, так это,  
проще - "зовут меня (ага, проблема

с самоидентификацией кетая, это слово  
всегда напомнит тебе о тебе и тебе  
более лично "дефе...то" ... 😊), лет...

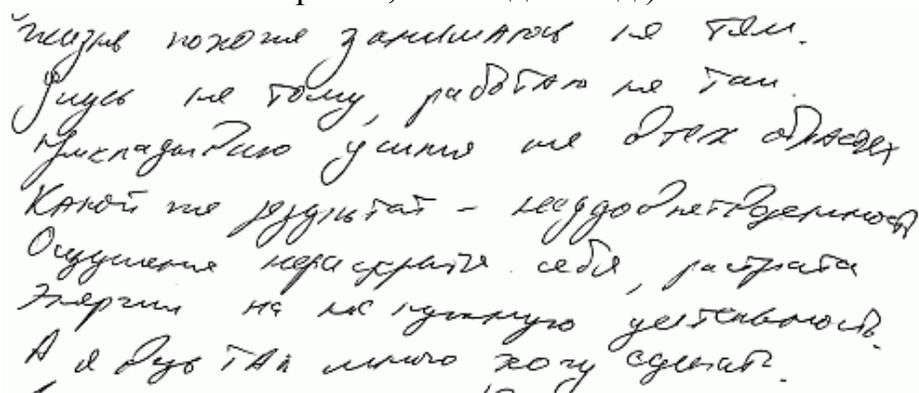
## **Несколько «настоящих проблем на бумаге»**

Если говорить в этой книге о человеческих проблемах, находящих свое отражение на бумаге, то есть в почерке, важно понимать, что выражение, ставшее названием этой книги, – образное. К сожалению, все психологические проблемы, и в особенности те, о которых сейчас пойдет речь, далеко не только «на бумаге», они наносят большой ущерб качеству всей жизни человека, приносят огромные страдания и ощущение неполноценной жизни.

Я уже касалась вопросов определения психоэмоционального неблагополучия и его патологических вариантов в своей пятой книге серии, которая называется «Почерк и подсознание», поэтому позволю себе направить любознательного читателя к ней за более подробным описанием. Однако некоторые из описанных там проблем перекликаются с тематикой этой книги, поэтому перечислю и опишу здесь в более лаконичной форме самое главное.

## Усталость

Усталость не является болезнью, но может быть симптомом таковой. В почерке она может проявляться слегка, но неровно поднимающимися или опускающимися строками, меньшей твердостью штриха, чем обычно, меньшим нажимом к вечеру, уменьшенными размерами и общей экономией движения. Чем сильнее усталость, тем более явными будут эти признаки. Почерк теряет упорядоченность и может становиться неразборчивым. Могут появляться многочисленные поправки и ошибки (перепутаны слова, больше или меньше штрихов, чем надо и т. д.).



Мозг не хочет замедляться и т.д.  
Руки не хотят, работа не та.  
Испытывая усталость не от тех дел  
Какой же результат - неудовлетворенной  
Осуждение не расстраивает себя, работа  
Энергия не на полную работоспособность.  
А в душе так много хочу сделать.

Хроническая усталость выражается в появлении и усилении вышеописанных признаков, которые будут проявляться не только вечером, но и в течение всего дня.

При наличии признаков особого страдания в почерке велик шанс более серьезного расстройства. О таких признаках мы уже говорили, но в целом при различных изломах, трясущихся штрихах, «вывертах» и искажениях, разделенности на фрагменты, толчках, перерывах или ненужных точках, нарушениях и сбоях в письме требуется дополнительная информация, поэтому, как я уже говорила, всегда рекомендуется не угадывать медицинские диагнозы самостоятельно, а послать проверяемого к врачу.

# Комплексы

На мой взгляд, выразительно объясняет понятие «комплекс» в своих лекциях Ренна Незос, в прошлом глава Британской графологической академии:

...

*...«комплекс» выражает комбинацию личных особенностей, стремлений, эмоций, чувств и отношений, противоречащих между собой и практически всегда неосознанных, составляющих интегральную часть личности.*

Комплексы складываются в течение первых лет жизни в рамках конкретного окружения. В их корне всегда лежит синдром «любви – ненависти». В противоположность распространенному мнению они не всегда патологичны и зачастую могут сами разрешиться со временем. Они могут, однако, развиваться и принимать большие масштабы. В таких случаях они создают личностные проблемы и превращаются в нервные расстройства, мешающие в реальной жизни.

Любое событие в детстве может вызвать создание комплекса. Например, возьмем рождение младшего брата или сестры в семье. Это часто вызывает приток противоречивых чувств (чаще всего к матери) в старшем ребенке. Эти чувства могут создать целый ряд комплексов и неврозов (о них ниже) в дальнейшей жизни, если мать не поведет себя правильно. Эти чувства болезненны и травмирующие и впоследствии остаются следы в подсознании, которые могут привести к чувствительности к вышестоящим авторитетам, к протесту против несправедливостей действительных или воображаемых, к подверженности влиянию фрустраций и травм, к комплексу бессознательного протеста против общества или определенных людей.

Существует много видов комплексов, наиболее часто из них встречающиеся – комплекс неполноценности, комплекс вины, эдипов комплекс, комплекс утраты (или лишения) и т. д.

Очень важно понимать, что практически у всех людей есть комплексы. Таким образом, это не является чем-то ненормальным.

Например, сексуальные комплексы и табу будут наблюдаться в почерке в штрихе и в нижней зоне букв (о зонах букв – см. книгу «Как расшифровать почерк, или Графология шаг за шагом»). Нижняя зона может быть по форме «взднутой» или странной (сексуальные фантазии) (а), может быть явной треугольной формы (табу) (б), быть чрезмерно развитой (сексуальность, чувственность) и т. д. Она при этом часто характеризуется и толстым, жирным штрихом либо тяжелым, так называемым смещенным давлением (нажимом), который идет в неестественных направлениях в горизонтальных штрихах или штрихах вверх (запреты с компенсацией) (в). Нижняя зона букв также может быть или загнутой влево (интровертированный эротизм, нарциссизм) (г), или статичной, короткой, поджатой, почти сравнявшейся со средней зоной (большие затруднения, отрицание своих чувственных или эротических потребностей), или выраженной «простыми палками», твердыми («обрубленными») или вялыми (нарушение функционирования) (д).

а)

какао и кофе, если бы  
 пока я бы все же такой же  
 и если прощай того кто и  
 любя на каре часе.

б)

Здравствуй тебе

срва ша е рева  
Уни лаев  
визу

в)

р аб лее,

г)

Заранее благодарна.

д)

## ГТР, или тревожное расстройство

Одно из самых болезненных психологических страданий – хроническое чувство страха, подспудное ощущение какой-то угрозы – себе, близким, стабильности в своей жизни. Особенно тягостно оно тогда, когда нет никакой явной причины для тревоги и человек испытывает сильнейший стресс, поскольку вынужден быть в постоянной боевой готовности перед неизвестностью, чем-то непонятным и непредсказуемым, что «ожидает за углом» и чего обязательно нужно опасаться. Такое состояние называется тревожностью, профессиональное определение этого психоэмоционального расстройства – «генерализованное тревожное расстройство».

Происходит то, что подсознательные механизмы защиты и самосохранения в той или иной степени выходят из-под контроля и завладевают жизнью человека.

Психологический, нервный иммунитет измучен и ослаблен, что, как правило, приводит к уязвимости и физического иммунитета и часто «включает» психосоматические проблемы.

Почерк тревожного человека передает сильнейшее беспокойство и страх. Его признаки – сочетание общей неоднородности, неровности, непостоянства графических признаков: формы, ширины, размера букв, расстояний, строк, нажима.

При этом движение будет скованным, неспонтанным, линии надломленными. Нажим – неравномерным. Конечные штрихи букв могут быть недописанными или «обрубленными». Либо – широкие правые поля как проявление страха перед будущим, либо поля отсутствующие – как проявление острой потребности в твердой опоре. Неровные левые поля как проявление овладевающих сомнений, страхов и колебаний. Также часто можно встретить много помарок (при том что приемлемо – не больше пары на весь лист).

*человека есть судьба от нее не уберечь давай А жаль, так  
хотел убежать спрячь от нее Я не буду больше писать  
каждый раз мы встретимся с тобой. Я обещаю тебе  
А сейчас я думаю о том добрый нежный голубой сон  
где все бессмертно и нет войны. Француз человек. 02*

Острое тревожное состояние может развиваться в так называемые «панические приступы» – острое ощущение угрозы (сам человек обычно прекрасно понимает, что оно иррациональное!) – это чувство паники и потери контроля, страх смерти, сопровождающиеся различными вегетососудистыми сбоями, сердцебиением, потливостью, ознобом,

онемением, болью в сердце и многое другое. В этих случаях наиболее важны в почерке характеристики линии, штриха. Мы обязательно увидим отсутствие «здорового» движения, эластичности и гибкости штрихов, ровно и спонтанно «текущих». Но неспонтанность – еще не все, именно дефекты линии выдают острую проблему страха. Особые признаки: при сильном напряжении (может сопровождаться и сильным нажимом) – признаки неожиданной, возникающей на долю секунды (долю буквы) внезапной вялости, с «дрогнувшим» или «запнувшимся» штрихом. Разумеется, необходимо исключить элемент случайности, то есть материала должно быть достаточно.

но причина  
 неудавшийся  
 непростой  
 4 жаммаев  
 открывшийся  
 Гайсая Булла  
 Я была в  
 отношения  
 с

всех психологических проблем не только  
 4-х летний брак (с 25 лет до 29), а 4  
 развод (1997-1998 год). В 1998 году после конкурентно  
 шма рачьям в Булактеево только, это  
 5-ти звонюной постановкой на Маратов твое,  
 где я работала в течение  
 Вильмот напряжении, были также  
 в Мухомат- хрибти

## Обсессия в почерке

Еще один защитный механизм – обсессия. Говоря по-простому, человек всеми силами, не вполне адекватно, стремится к обретению «порядка», «упорядоченности», «стабильности», «чистоты», контролирует свою жизнь и себя в более узком смысле, подсознательно испытывая огромный страх и ощущение того, что жизнь не под контролем и он сам не ее хозяин.

Обсессии, навязчивые страхи или невольные мысли бывают с компульсиями, то есть действиями, «ритуалами», которые иррациональны и не оправданны, и доставляют человеку большой дискомфорт, а порой и просто мешают его нормальному функционированию и адаптации.

В целом обсессия в почерке – это сочетание графических признаков, дающее внутреннюю навязчивость: медленный почерк при очень высокой однородности графических признаков, которая является скорее однообразностью, монотонностью. Правильные, ровные, напряженные повторяющиеся штрихи и линии букв, в которых нет места легкости или импровизации, часто – при некрупном почерке, организация в пространстве, как и форма, – нарочита. Как при любом страхе, живущем и владеющем душой человека, можно ожидать неровность строк (важно!) при медленном почерке.

Два варианта обсессивного компонента в почерке:

удрачана, делительная, в последней строке  
вдохновения, маняно вставать, беру бумагу  
домой, работаю модами.  
Это – самый тревожный, наиболее кричущий для меня  
момент. Работой занимаю большую часть времени (даже  
если выхожу гулять, в митковской работе день мне никак  
не отвлечь) и прихожу только домой. Поэтому пора  
либо как-то уйти из дома, либо надышаться, либо в конце  
меньше род деятельности. Но какой – мне неизвестно. \_\_\_\_\_

Я работаю кладовщицей на складе  
электрических приборов освещения, мне  
работает неинтересно в основном. Работа  
у нас не сложная, утомительная, но после работы  
отдыхаю в кругу наших детей, отдухаю  
от общения в семье от мужа и усталых детей.

## Социофобия

Помните, мы говорили о страхах? Перед нами – еще один страх, безжалостно ударяющий по жизненной адаптации человека. По-простому говоря, социальная фобия, или страх социума. Это не «просто застенчивость» или «скромность» в общении или небольшая неловкость при знакомствах. Хотя внешне такие люди и могут казаться просто «тихими», «стеснительными» или «неуверенными» в общении.

Это означает, что человек иррационально, необоснованно испытывает неконтролируемый, панический страх в отношении всего, что связано с общением, с обществом, с интеракцией с людьми. По сути, социофобия способна испортить человеку жизнь, как социальную, так и личную.

Итак, социофобия в почерке.

Ее степени бывают разные, но в целом – она покажет, прежде всего, скованность в почерке – в его динамике движения, часто – при негибкости структуры буквы, ее деталей. Могут также быть признаки обсессивности (навязчивости страха), описанные чуть выше. Узость почерка, в сочетании с большими пустыми, незаписанными пространствами, особенно – при «обрубленности» окончаний букв, это хорошо видно на резких, словно недописанных окончаниях слов, с большими расстояниями между ними. Часто, как и при любом страхе, мы можем встретить сильно выраженную неровность в не столько направлении, сколько ходе строк – при медленной скорости.

- 1) Какую бы профессию мне посоветовали, я уже начал бы учиться, но к социальным не уверенно, что много был сделан правильный выбор.
- 2) При выборе партнера, но кто-то бы мог мне посоветовать обратить внимание.

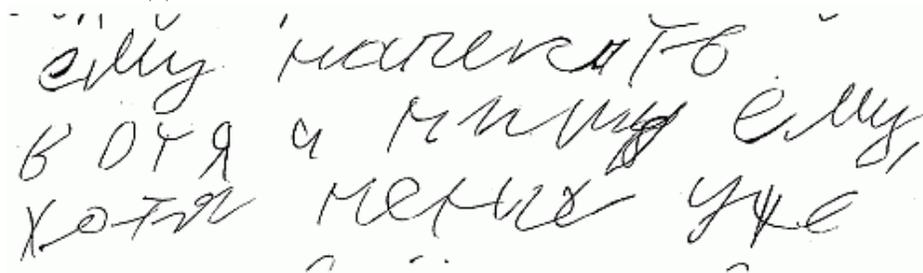
## Более серьезные расстройства

Важно предупредить: графология, как и психология, не медицина, и в частности, не психиатрия. Поэтому было бы безответственно обещать постановку медицинского диагноза по почерку. Я сама, по долгу профессии имея знания клинической психологии, психиатрии и ее современного направления – малой психиатрии, тем не менее никогда не занимаюсь постановкой диагнозов и тем более терапией.

Всегда, когда мы видим в почерке что-либо, вызывающее те или иные подозрения, важно понимать, что они требуют подтверждения «официальной медицины». В таких случаях все, что может сделать графолог, – это посоветовать человеку проверить те или иные вещи, проконсультироваться с медицинским специалистом, чтобы исключить ту или другую возможность.

Оговорившись таким образом, я могу рассказать, что можно с высокой долей вероятности различить в почерке слишком далекие друг от друга вещи, скажем, психоз и невроз.

Психоз, шизофрения и другие психические болезни, относясь к области так называемой большой психиатрии, являются необратимыми и намного более глубокими по своей природе, в том числе органически обусловленными заболеваниями. То же происходит и с различными старческими, психоневрологическими расстройствами. Почерки, как правило, претерпевают также необратимые и значительные, часто очень заметные изменения – не вдаваясь в это сильно, скажем, что они несут отпечаток неадекватности.



Сильно напечатано  
вот я и пишу пишу  
хотя мерно уже

## Маниакальные наклонности в почерке

Подробнее о том, кто такие маньяки, о маниакальности и маниах мы уже говорили в пятой книге моей серии, здесь же приведу только основу.

Человек, страдающий маниакальным расстройством, в эпизоды мании является своего рода «одержимым». Однако прежде всего маниакальные больные опасны для самих себя. Мания не «кровожадность» или «сексуальное извращение». Прежде всего мания – это овладевающее больным состояние эйфории, ощущение «всемогущества», в маниакальные моменты притупляется адекватное восприятие реальности, в основном притупляется чувство опасности и инстинкт самосохранения. Маниакальные больные, «маньяки», испытывают головокружительное чувство эмоционального подъема (эйфорию), огромный выброс энергии, грубо говоря, некое патологического «оптимизма», но при отсутствии реализма.

За патологическую маниакальность человек жестоко расплачивается: неоправданный, глупый риск не будет сходить с рук постоянно. «Игрок» расплачивается разрушенной семьей, долгами, разборками с криминальными элементами, которые обязательно придут забрать одолженные деньги... «Экстремал» – здоровьем, а то и жизнью – своей или своих близких (отсутствие чувства опасности, неоправданный риск, вождение на бешеной скорости, опасная деятельность в нетрезвом виде и т. д.).

Стоит указать наиболее распространенные графические признаки, которые могут говорить о маниакальности. Чаще всего, это очень ускоряющийся или максимально быстрый почерк, в сочетании с очень крупным размером, сниженной читабельностью и, главное, с импульсивными «выбросами» штрихов центробежными движениями, как вещество, разлетающееся из центрифуги – вверх и вниз. При этом – небрежная или беспорядочная организация текста в пространстве, резко расширяющиеся поля и другие пространства. Очень характерная черта для мании (в сочетании с другими признаками) – резко идущие вверх строки, иногда строки поднимаются почти по диагонали. Человек не в состоянии планировать на шаг вперед, но и не оглядывается назад.

Много черт мании-одержимости можно видеть в предыдущей иллюстрации.

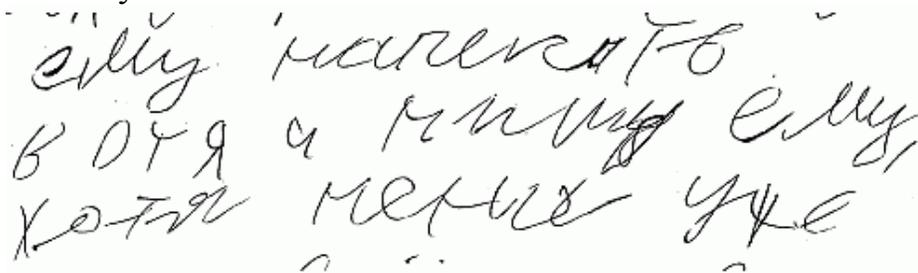
## Неврозы и почерк

В целом почерки людей, имеющих неврозы (и не всегда отдающих себе отчет в этом), – это почерки адекватных, нормальных людей, просто имеющие признаки тех или иных психоэмоциональных проблем – о части из них мы говорили выше. Таких почерков встречается в общем количестве – очень большой процент, намного больший, чем можно было бы себе представить. Невротические расстройства относятся к области малой психиатрии и психотерапии, обратимы и не являются характером человека, – наоборот, понижают качество его жизни, принося с собой дискомфорт, страхи, «нервы», конфликты, неудачи.

Эти почерки ничем особым, с точки зрения неграфолога, не отличаются, их макроструктура (см. мою первую книгу «Как расшифровать почерк, или Графология шаг за шагом»), то есть общий вид, может выглядеть вполне приемлемо, ничего «драматического». Проблемы заметны лишь на уровне микроструктуры – огромная скованность в движении и форме, статичность вместо скорости, неустойчивость или непостоянство в самых разных графических признаках.

Можно заключить, что есть два, пожалуй, наиболее бедственных явления в плане психоэмоционального расстройства (не психической болезни!).

Одно – это надломленность или различные почти незаметные «сбои» в линиях или штрихах. Иногда это выглядит как будто человек испытал микротолчок, словно дрогнула рука или поверхность, на которой он писал. Словно на долю секунды был потерян контроль и микродвижение пошло так, как получилось.



Сильно напрячься  
вот я и пишу Сильно  
хотя нервничать уже

Другое явление – сбои в ритмичном (в идеале) процессе «напряжение-расслабление», когда нарушена здоровая цикличность, свидетельствующая о нормальной циркуляции, распределении нервной и физической энергии и сил, когда не происходит ровного здорового обновления сил либо их тратится больше, чем возобновляется.

Это выражается в негармоничных перепадах нажима в почерке, когда либо отсутствуют (или почти отсутствуют) перепады напряжения и расслабления, цвета, толщины, интенсивности линии и постоянно сохраняется или напряжение, или крайняя слабость. Либо перепады нажима существуют, но с точностью до наоборот: там, где можно расслабиться, так как движение менее удобно и естественно (вверх или «от себя») – усиливается нажим, а там где он (в идеале) дается легче и ему легче проявиться (в нисходящих штрихах «или к себе») – он отсутствует.

Я никогда не беру ни в какие психологические тесты, но крайняя мера в их способности сказать что-либо о характере и возможностях души человека. Но даже утверждает, что из этого может быть толк, это тот тест...

# **Вспомогательные графические методы**

## О ручке и руке, мозге и графологии

Все сейчас пользуются компьютерами – на работе, дома, даже дети. От руки люди пишут мало. Создается впечатление, что скоро человечество забудет о ручке и карандаше. Япония – наглядный пример компьютеризации. Казалось бы, настало время серьезно беспокоиться: чем все это грозит, какие последствия могут быть, перестань вдруг в ближайшем будущем все человечество обучать дошколят и первоклашек написанию букв и отмени оно школьные прописи! Кто-то добавит: неизвестно, что ждет человечество, но зато можно себе представить, что ждет графологию...

Многие люди, а особенно те из них, кто склонен к обобщениям, часто рассуждают примерно таким образом. Затронутые проблемы показались мне интересными и стоящими обсуждения на страницах этой книги. Поделюсь своими соображениями на этот счет.

Во-первых, все же лишь маленькая обеспеченная часть человечества рискует совсем забыть о ручке, да и то такие опасения преждевременны. Во-вторых, процесс письма является слишком важной потребностью для развития человеческого мозга, чтобы можно было просто перестать обучать детей письму. В мозге, наряду с центрами речи, чтения и счета, есть и центр письма (такие расстройства, как дисграфия, дислексия и дискалькулия, связаны именно с этими центрами). Письмо является неотъемлемой частью развития человечества, его эволюции.

Что же касается компьютеризированной и умной Японии, то их мозгам точно ничего не грозит, даже повсеместная компьютеризация. Нельзя забывать про их традиционные «палочки» – ведь именно этим тонким манипуляциям мелких мышц рук и пальцев (мелкой моторики, развивающей мозг) японцы обучаются практически с младенчества! Этим искусством они овладевают в 2—3-летнем возрасте. Кроме того, маленьких японцев обучают выписыванию сложных иероглифов. А японские традиционные прикладные и спортивные искусства, даже их танцы – это максимум концентрации и внимания на мелкой моторике! Определенно, за их развитие волноваться не стоит, компьютер – не единственное «прикладное» занятие японцев!

В-третьих, человеческая природа устроена так, что всегда будет существовать потребность человека в изобразительности или в занятиях, требующих развития и использования мелких мышц кисти (мелкой моторики): разные хобби, искусства, рукодельные и прикладные занятия или профессии.

Попытаюсь выразиться точнее: не столько компьютеры или печатанье на клавиатуре, сколько само по себе отсутствие или малая развитость навыков сложной координации мелких мышц рук и постоянного их применения способно отрицательно повлиять на развитие определенных центров человеческого мозга. Письмо же идеально соответствует по всем параметрам таким навыкам, оно также наиболее доступно и распространено.

Конечно же, все не так страшно. Человек, давно не писавший рукой, не препятствие для проведения анализа его почерка. В таких случаях графолог, во-первых, дает возможность «расписаться», после чего навык письма восстанавливается. Как любой другой моторный навык, например, как езда на велосипеде: получив однажды в жизни, человек его уже не забудет. Во-вторых, графология это ведь не только почерк, отвыкший от ручки человек получает дополнительные задания: это рисуночные, проективно-ассоциативные, цифровые тесты и многое другое.

Ниже приведу вопрос одной читательницы о сравнительном анализе почерка и рисунка:

...

*Скажите, пробовали ли вы провести сравнительный анализ почерка и рисунка одного и того же человека? Делаете ли вы анализ рисунка? Относится ли это к графологии? Ведь по картинам художников мы иногда чувствуем, какое у живописца было настроение при работе над ней.*

Вопрос о рисунках очень уместный и интересный!

Рисунок, как и почерк, – это графическое явление, и в том и в другом случае проявляются моторные, психофизические особенности личности.

Хотя почерк – основной материал графолога, конечно же, графология – это не только он один. Графолог анализирует и автограф и рисунки. Особенно актуальны рисунки при работе с ребенком, когда он еще слишком мал и не умеет писать.

Любые почеркушки содержат важную информацию о человеке. Почерк несет информацию о личности, автограф информативен с несколько другой точки зрения, рисунок способен рассказать о чем-то еще, столбики с цифрами – еще кое о чем.

В своей работе я использую проективные и другие методики-тесты. Самые популярные, в силу своей эффективности, тесты в графологии – это такие, как «Цифровой тест», тест «Звезды и волны», тест Вартегга. Это *не* произвольные ассоциативные тесты, каждый нюанс в них имеет свое особое значение.

Итак, графические тесты.

***Внимание!*** В отличие от почерка, по прочтении объяснений уже очень трудно будет выполнять эти тесты объективно, то есть полностью абстрагируясь от этих объяснений, это значит, что и результаты интерпретаций теста, выполненного после объяснения значений, уже могут быть не такими информативными и точными.

## Тест Вартегга

Что собой представляет графический тест Вартегга? По сути, это набор раздражителей, призванный вызвать набор реакций. Разумеется, раздражители выбраны не произвольно, они были открыты в результате специальных многолетних исследований.

Восемь частей этого теста разработаны специально таким образом, что каждая часть представляет какой-либо отдельный аспект личности. Соответственно в каждом квадрате дан свой отличный от других раздражитель.

Ширина рамки, делящей тест на квадраты, или окошки, выбрана не случайно: подсознательно она помогает тестируемому сосредоточиться на каждом конкретном задании в отдельности, но вместе с тем не теряя восприятия всей рамки в целом.

Анализ теста поделен на 5 частей.

1. Анализ реакции (восприятия) на раздражитель.

Насколько вызванные ассоциации приемлемы как ответ на данное задание. Продолжает ли тестируемый следовать тому, на что оно намекает (продолжить линию, общий смысл, понять расположение).

2. Анализ выбранного тестируемым подхода к решениям заданий.

Предпочтение ли это внешней формы (геометрические или оформительские решения), или это содержательный подход (смотрим, статический или динамический). Подход ли это рисуночный (цветок, дерево, лицо), или ситуационный (выражает определенную атмосферу или событие).

3. Символическая интерпретация самая сложная часть с точки зрения анализа (когда в решениях появляются изображения типа змеи, ножа, гроба и т. д.). На этом этапе анализа необходимы знание психологии и психоанализа. Сложность здесь в возможной неоднозначности интерпретаций и для надежности рекомендуется сочетание с другими диагностическими приемами. Однако здесь можно обнаружить самое глубинное содержание личности, не известное (на сознательном уровне) и самому тестируемому.

4. Анализ качества линий, особенностей движений, нюансов нажимов, параметров линий, зачернений и т. д.

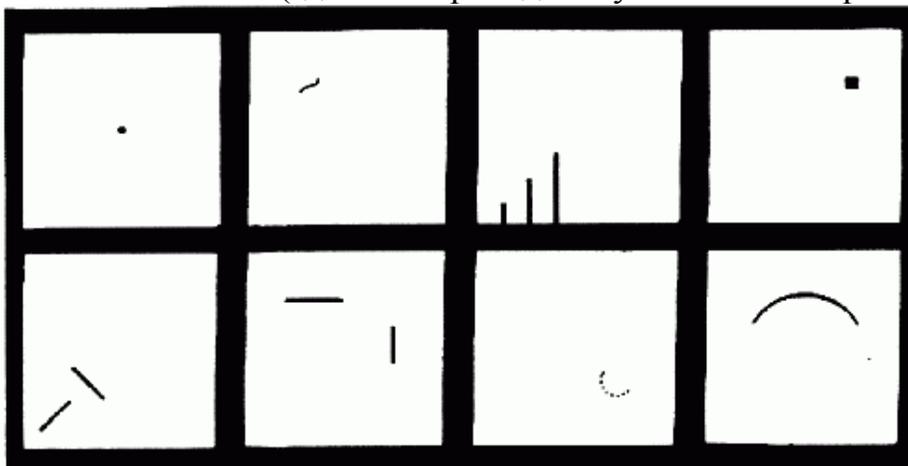
Такой анализ дает индикацию душевного состояния, психоэмоциональных расстройств, мотивации, витальности, пассивности и т. д.

## 5. Синтез.

Вывод по всем важным моментам, в сочетании с историей человека (жизненным опытом, травмами или важными для него событиями).

Итак, о самих заданных раздражителях.

Взглянем на тест (здесь он приведен в уменьшенном размере).



Прежде всего, важно сказать, что тест подразделяется на две части.

*Окошки 1, 2, 7 и 8:* форма всех раздражителей *округлая*. Хотя в поле 1 – просто точка, из-за своей круглой формы она все же относится к этой группе.

*Окошки 3, 4, 5 и 6:* форма всех раздражителей *прямая линия* (или линии). Поле 4 подпадает также под это определение из-за своей «квадратности».

Первая группа раздражителей рассчитана на *эмоциональные* реакции, к которым относятся *неосознанные* проявления причастности, отношения к другим людям, к природе и т. д.

Вторая группа раздражителей рассчитана на *рациональные* реакции, к которым относятся проявления *сознательного*, технического мышления или все, что создано человеческим разумом или руками, различные бытовые предметы и т. д.

По степени соответствия (более верного улавливания, более точных решений и реакций, направленно вызываемых каждой группой раздражителей) определяется степень объективности, открытости, гибкости восприятия человека, а также можно судить о способности к хорошей адаптации информации или впечатлений извне, информации окружающей среды.

Если решение не вполне отвечает правильной реакции, то интерпретация этого зависит от того, в каком именно поле произошло такое несоответствие, то есть зависит от конкретного значения данного поля.

Если же в своем решении тестируемый вообще никак не выразил отношение к раздражителю, практически или полностью не заметив его либо проигнорировав более сознательно («пропускает», «не смог придумать по смыслу» или «неохота», «не захотел придумать ничего лучше» и т. д.), – речь идет о человеке, чей подход ко всему в жизни крайне субъективен, который проецирует свое личное восприятие вещей на окружающих и всю окружающую его действительность.

...

*А что конкретно понимать под «верным улавливанием» ответов на раздражители?*

*Вроде бы получается, что самое простое – это создать симметрию или ей подобное из предложенных элементов либо с включением дополнительных, либо вообще изобразить что-либо отличное от приведенного элемента (элементов).*

Грубо говоря – да.

Подразумевается правильная реакция, верное восприятие имеющихся в каждом из полей раздражителей. Каждый из них выбран неслучайно и призван провоцировать человека на ту или иную реакцию.

Если человек провоцируется верным образом, то есть так или иначе логически продолжает или развивает идею данного элемента (а делать это можно, используя бесконечное количество вариантов и идей, это не обязательно должно быть у всех одно и то же), то это говорит о позитивном, благополучном значении (в чем – зависит от специфики поля). То есть человек внутренне свободен, открыт, гибок, хорошо приспособлен к жизни, адаптируется (интеграция) к новому, тонко схватывает и обрабатывает поступающие впечатления и информацию из окружающего мира.

Если человек не отвечает на элементы-провокаторы верным (психологически адекватно ожидаемым) образом, то, чтобы установить, в чем проблема, смотрим и соотносим со спецификой значения каждого поля, в котором найдено такое несоответствие.

Если же человек, выполняя тест Вартегга, вообще не соотносит то, что он там изображает, с предложенным элементом (элементами), речь идет об очень большой субъективности, когда человек упорно живет в своем мире, со своими ценностями и понятиями и не готов на сближение и понимание.

Игнорируя то, на что присутствует намек в данном поле, либо не входя в контакт с существующим контекстом, мы получим либо субъективиста, эгоцентрика, упрянца, либо аутиста, эдакого странного отшельника, холодного, неконтактного и отстраненного от окружающего мира, живущего по своим внутренним законам. Конечно, можно встретить и неадекватность, настоящую патологию, шизофрению.

Но в каждом из этих случаев «несоответствия данности» будет свой нажим, интенсивность, свои формы, заполненность либо пустота изображения.

...

*Учитывается ли компоновка элементов в квадрате?*

Да, если я верно поняла, о чем речь.

...

*Самое главное, что тестируемому предлагается вот такой листочек, разделенный на квадраты и с уже нарисованными в них элементами?*

Конечно! Именно такой, как видно у меня на иллюстрации выше (только здесь он немного уменьшен). Дело в том, что эти элементы, их точное расположение, количество, форма, порядок и т. д. подобраны неслучайно, а в результате долгих научных исследований.

Кстати, психологическое значение полей, определяющееся находящимися внутри их элементами, полностью коррелирует (соответствует) с графологической интерпретацией таких элементов в почерке!

Итак, ниже приведу значения полей.

**Важно!** Окончательная специфика для каждого тестирующегося определяется не только знанием общего значения того или иного поля (квадрата), но и нюансами того, что и как человек там выполнил, насколько интенсивно-скудно, насколько зачерненно-бледно и т. д.

Квадраты 1, 2, 7, 8 – это «сердце»: мир чувств, эмоций, переживаний, внутренний мир (условно говоря, «женское начало»).

Квадраты 3, 4, 5, 6 – это «голова»: мир расчета, логики, аналитического и рационального подхода, внешний мир действий (условно «мужское начало»).

Разумеется, женское и мужское – это только схематически, и имеют отношение не к половой принадлежности автора, а к его личности, мироощущению.

*Квадрат 1.* Точка в центре. Смысл: центр чего-то, требующий продолжения из себя. Говорит о себе, самовосприятии, чем-то наиболее важном и значительном для себя и в себе.

*Квадрат 2.* Маленькая легкая изогнутая линия в левом верхнем углу. Смысл: на психофизическом уровне этот раздражитель призван вызывать реакцию движения, размаха. Специфика расположения сигнала – верх и левая сторона поля – добавляет ожидаемой реакции акцент парения, полета. Наличие-отсутствие живости, чувствительности (вообще и к чему именно в частности), утонченности, внутренней эмоциональной подвижности. Конкретика, теплота, холодность, абстрактность.

*Квадрат 3.* Три вертикальные линии, каждая из которых постепенно становится выше предыдущей. Смысл: по ассоциативно-подсознательной логике ожидается, что провокация усиления, увеличения, роста вызовет в ответ движение по возрастающей, идущие вверх движения. Раздражитель заведомо усиливается своим расположением – слева снизу. Решение в этом квадрате дает информацию об амбициях и претензиях человека, его стремлении и готовности (мотивации) добиваться, достигать, продвигаться и развиваться выше.

*Квадрат 4.* Маленький черный квадрат в правом верхнем углу.

Смысл: символизирует и отражает тяготеющий (или тяготящий) пункт в жизни тестируемого. Иначе говоря, *груз* (и отношение к нему) в общем смысле или свои собственные бедствия. Насколько человек уязвим и как воспринимает трудности, как относится к проблемам в жизни.

Два фактора отягощают и усиливают данный раздражитель: расположение в правом верхнем углу, а также зачерненность и квадратность, придающие ему тяжесть и чувство, что он вот-вот упадет. Исключительно важное и информативное поле.

*Квадрат 5.* Две диагональные линии. Смысл: противоположность этих диагональных линий символизирует напряжение и динамику человека. Подразумевается, что высвобождение энергии (направление рисунка) будет направлено направо вверх. Важная информация: часто интровертированные или зажатые личности не позволяют себе заполнить пустое пространство в этом направлении.

*Квадрат 6.* Две линии, вертикальная и горизонтальная, на расстоянии друг от друга. Смысл: расстояние между линиями призывает проверяемого соединить их, каким-либо образом закрыть дыры между ними, создать цельность, цельную рамку чего-либо. Поскольку обе линии прямые, ожидается деловитый подход, прикладное конкретное или абстрактное решение. Решение или уход от проблем.

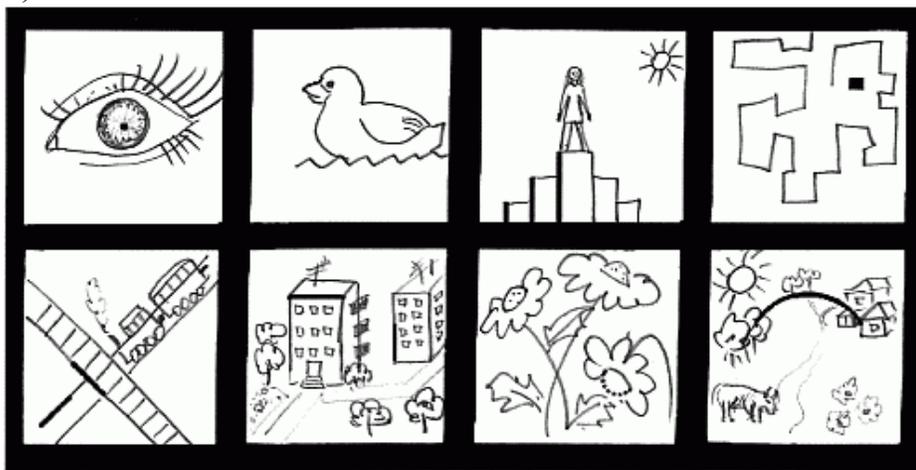
*Квадрат 7.* Элемент в форме точек, создающих маленькое полукружие. Смысл: призван возбудить в человеке реакции чувствительности, нежности, тонкости. В противовес выражению активности или импульсов в других квадратах, здесь выражаются утонченные, рецептивные особенности человека. Иногда (особенно подростки) отторгают этот раздражитель.

*Квадрат 8.* Аркаобразная округлая линия.

Смысл: внутренне данный элемент призван возбуждать чувство надежности и защищенности. Где и как (в чем) человек ищет убежища, тыла, есть ли они. (Например, закрытые предметы – уход в себя, интровертность. Гриб, черепаха и т. д. – одиночество.) Этот элемент связан с первичным безусловным чувством безопасности, приятия, защиты, которое закладывается с раннего детства матерью, семьей. Поскольку это связано с самовосприятием, нелишне сравнить значение решения, данного в этом квадрате, с данным в квадрате 1.

Примеры теста Вартегга

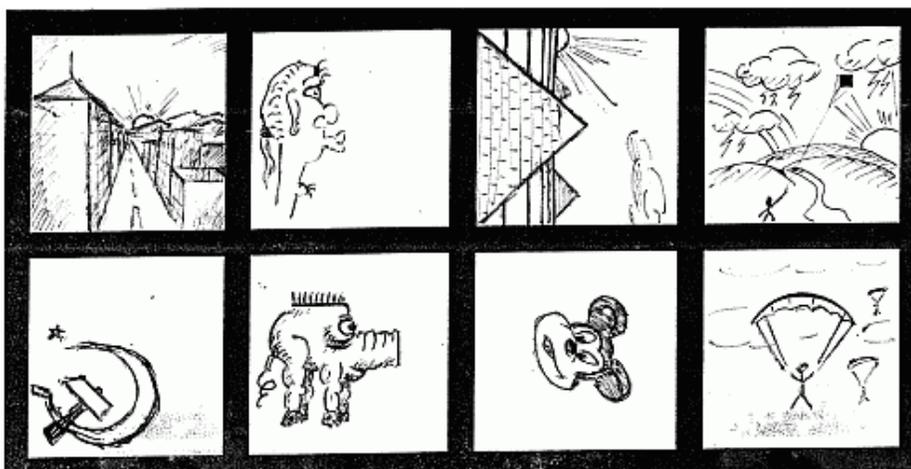
1)



Женщина, 30 лет.

Визуальное, эстетическое, демонстративное, пассивное, статичное решение. Штрихи интенсивные, уверенные. Нет эффективного ответа на некоторые раздражители.

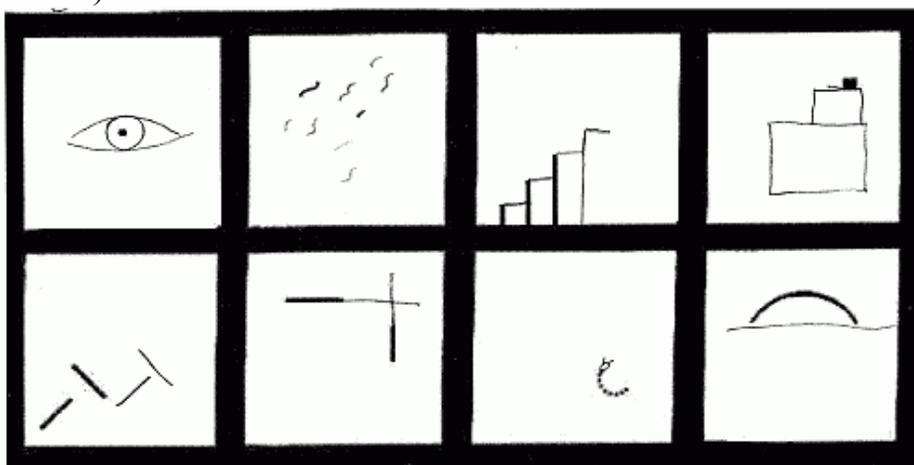
2)



Юноша, 19 лет.

Визуальное, объемное, пространственное, талантливое и с чувством юмора, решение. Светотень, перспектива, использование переднего и заднего плана, оттенения и разнообразие идей говорят об остроумном, сообразительном, чувствительном человеке, наделенном эмпатией и живым, свободным воображением.

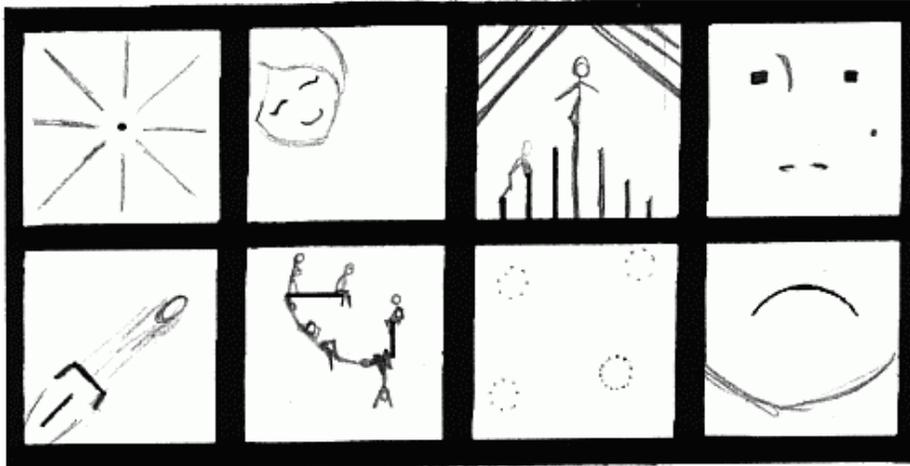
3)



Мужчина, 24 года. Скучное, одноплановое, плоское решение, раздражители не доведены до здорового разрешения. Незавершенность, пустота, невовлеченность, отрицание. Изображенные черви и гусеница – традиционно неблагоприятные элементы.

В заключение приведем один из необычных вариантов выполнения подростком теста Вартега.

4)



Юноша, 17 лет.

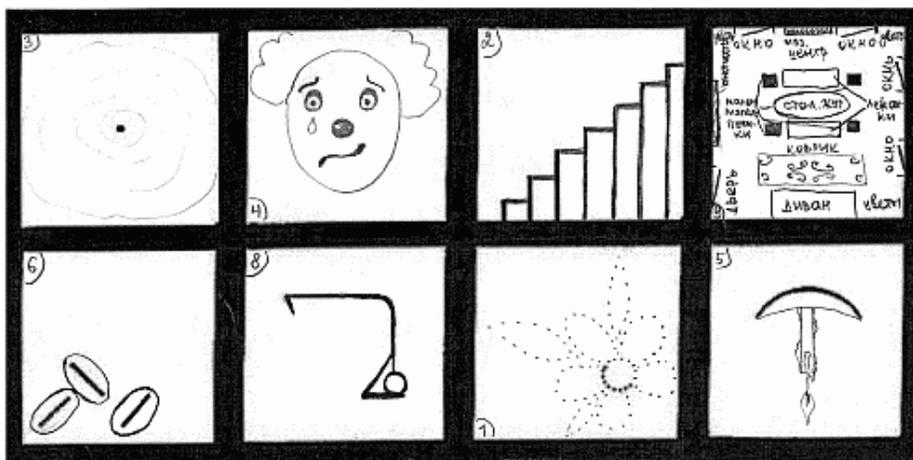
То, что бросается в глаза, – 4-й и 8-й квадраты составляют части одного целого! Обычно так не делают, выполняют задания по отдельности. О чем же говорит это и другие особенности теста?

О многом и очень разном. Например, о нестандартности мышления и воображения. Индивидуализм. Неприятие стандартов, общепринятых правил, затруднения находиться в каких-либо рамках (например, общественные, образовательные рамки). Создав такое изображение, не решается проблематика данных квадратов: «падающий» черный квадратик (тревога, душевный груз) удваивается и превращается в один из двух глаз, в то время как дуга (обозначающая тыл) превращается в разочарованно, печально или сердито сложенный рот, это то (те чувства), что автор увидел вместо убежища и защиты.

Обратите внимание еще на такие особенности: практически нет одиночных линий, они всегда перекрывают друг друга, подстраховка, вплоть до зачернений (тревога, страх, беспокойство, напряжение). А пять (!) из восьми задач решены, будучи связанными с человеческими образами, что дополняет картину душевного состояния человека: чувствительность, эмпатия, острая и неудовлетворенная потребность в близких людях, друзьях, в доверии.

Теперь взглянем на сочетание Вартегга и почерка, выполненные одним и тем же человеком.

5)



Женщина, 29 лет.

Грусть, сентиментальность, чувствительность и пассивность передает данное решение графического теста, а также характер штрихов и практически отсутствующий нажим. Зная аспекты каждого поля, мы получим более информативную подоплеку происходящего в душе этой девушки. Особенно бросаются исключительно слабый нажим в штрихах, первое поле: восприятие своего Я, себя – камень, брошенный в воду, от которого расходятся еле заметные круги по воде. Эмоциональные поля несут утонченный или печальный смысл, поле активности – рассыпанные кофейные зерна, а поле защищенности – догорающая перевернутая (!) свеча.

Ниже – этому же человеку принадлежит и тест «Звезды и волны» на рис. 2.

б)

Тей очень милая. Особенно сильно  
ей нравится играть, особенно у-за тою,  
что нет определенной ушей, а именно  
у-за тою, что такая ушей касается  
кожи и слишком мягкой, чтобы  
ей было больно.

Бывшая и хорошая ушей – иррациональное,  
но я её подталкиваю; именно, что для  
этой ушей можно может подтолкнуть  
много сюрпризов, кроме не всегда ирра-  
циональных.

Доминантность средней зоны говорит о том, что на первом месте у человека душевные, эмоциональные потребности, мир чувств. Однако, вместе с этим, мы видим неблагополучие в этой сфере, конфликт – средняя зона зажата, угловата, очень неоднородна, особенно тревожный признак – резкие перепады нажима, потери энергии. Аномалии в верхней зоне (см. «б»),

например, в «побаиваюсь») – конфликт с отцовским образом. В целом мы видим очень тонкого, уязвимого и ранимого человека, отрицающего и подавляющего собственные чувства и свое Я – источник его жизненной энергии. Признаки глубокой травмированности.

## Тест «Звезды и волны» (SWT, Stars-Waves Test)

Если говорить очень лаконично, данный графический тест несет в себе важную информацию о личности, которую можно получить, кроме собственно графических факторов, из глубинного анализа двух основных «архетипных» стихий – водных глубин («волны») и небесной бесконечности («звездное небо»). Это утверждение основано на большой экспериментальной базе (тест был опробован на пяти континентах).

Вода, море являются, согласно этой методике, как бы выражением иррационального, бессознательных желаний и импульсов, а небо и звезды отображают осознаваемые намерения, рациональное начало, ценности, волевые усилия личности.

Этот тест очень многогранен. Например, он может выявлять личностные проблемы, конфликты, но также и уровень развития умственного и эмоционального, уровень и способность к адаптации, к тому, чтобы самостоятельно справляться с проблемами, которые приносит жизнь. Тест может говорить как о незначительных психологических сбоях, так и о патологии.

Будучи графологом, всемирно известная автор данной методики Урсула Аве-Лаллемант использует подход пространственного анализа М. Пулвера, а также графологический подход К. Гросса, предложившего выделять три основные «картины почерка»: *движение, форма и организация*.

Итак, в тесте «Звезды и волны» происходит анализ как на уровне содержания и символики рисунка, так и на уровне графических особенностей и принятых в общей графологии подходах, упомянутых мной выше. Исследование штрихообразования, динамики, форм и т. д. дают возможность судить о психологическом, а также ценностном и социальном аспектах личности.

Условно можно разделить пространство теста по вертикали посередине, при этом верхняя его часть («небо») будет отражать рациональное, а нижняя («море») – иррациональное начало в личности. Зная это и анализируя их характер (то есть качественно), можно делать выводы, анализируя их также и количественно: обратив внимание на то, сколько пространства пропорционально занимает «верх», а сколько «низ».

В целом при анализе важно обращать внимание, какое было выбрано решение при выполнении задания, которое обычно должно звучать как

«Нарисуй звездное небо над волнами моря».

Решение может быть:

- предметным (то есть реалистичным, незатейливым, «что сказали – то и изобразил», все «по делу»);
- формалистическим (то есть стилизованным, скорее несколько декоративным, нежели содержательным. Маска, идеал, эффектность – более чем эффективность);
- смысловым (то есть изображение содержит в себе явный или скрытый символизм);
- образным (то есть рисунок проигрывается образно, с использованием богатого воображения. Такой рисунок отличается целостностью, «продуманной» продуктивной организацией);
- эмоциональным (то есть в рисунке может передаваться субъективное отношение к изображаемому, просматривается эмоциональная вовлеченность, внутреннее специфическое отношение, настроение или драматизм. Здесь проявление сентиментальности, чувствительности и, например, конкретные детали важны меньше, чем в образном варианте).

Решения, конечно, могут также и сочетаться – наиболее точная интерпретация зависит от профессионализма и опыта анализирующего.

Попробуйте, глядя на варианты выполнения этого теста, в целом классифицировать данные решения.

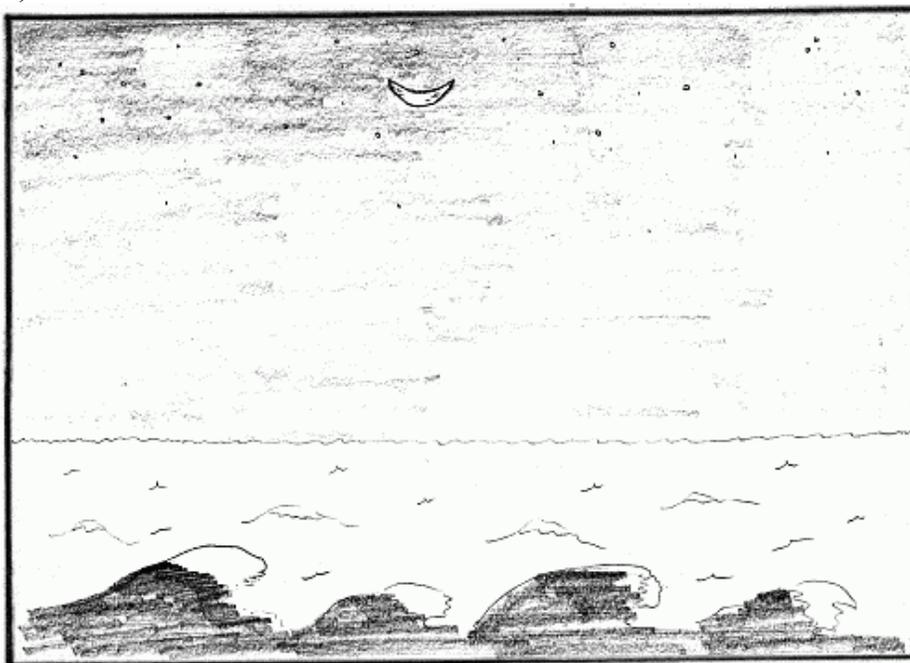
1)



Чисто формалистическое решение. Статичность движения, акцент – на форме. При раскате – водная стихия все же отбирает все больше

пространства. Волны передают рефлексивность и оценочность (направлены назад), выполнены более тонкими и бледными штрихами – чувствительность. Звезды стереотипны, остры, черны – стереотипность, консерватизм, стандартность мышления и категоричная принципиальность. Светило направлено вперед – «умом» человек стремится вперед, в будущее, в социум.

2)



Решение – образно-эмоциональное. Отмечена линия горизонта, четко отделяющая две «стихии» в пользу неба – рационализации. Затенения, оттенки передают утонченность, ранимость, сентиментальность. Слабый нажим, графическая обедненность средней зоны рисунка (несмотря на присутствие горизонта) несут чувство внутренней опустошенности, психологического неблагополучия, отрицания своих чувств, низкий уровень энергии.

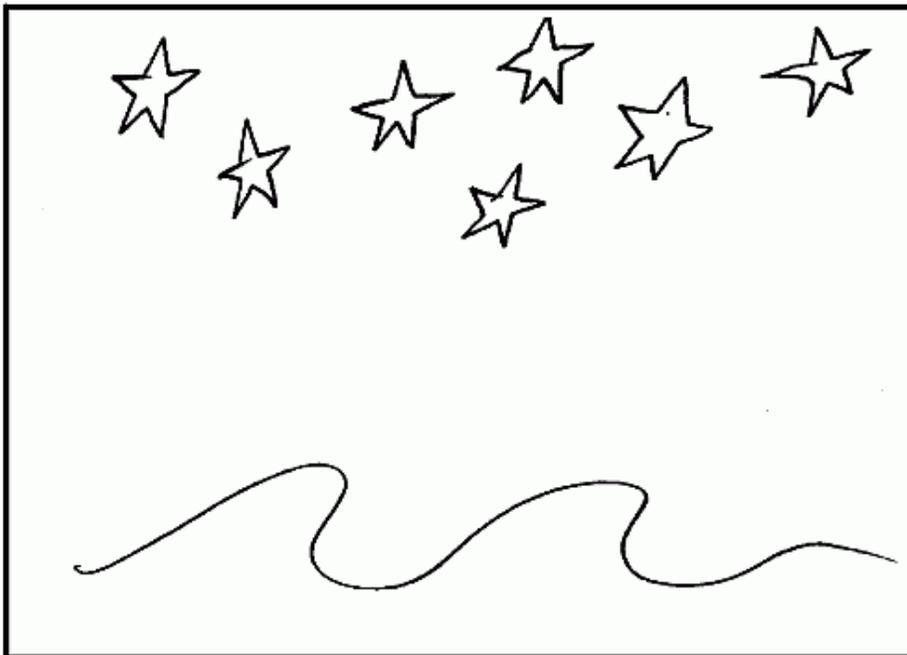
Автору этого теста принадлежит тест Вартегга на рис. 4.

3)



Решение – превалирует явно эмоциональное, несущее драматизм субъективного восприятия и душевное беспокойство. Доминанта водной стихии, графика и зачернения усугубляют ощущение психологического груза, тревожности и беспокойства.

4)



Вариант обедненный, пустота (не море, не небо) доминирует, налицо отсутствие вовлеченности, простота, двумерная поверхность. Решение – скорее формально-предметное.

## Другие вспомогательные тесты: Цифровой тест

Разумеется, есть множество рисуночных тестов, которые используются в графологическом исследовании, часть из которых известна психологам. Дополнительно к психологической интерпретации символизма, цветов, а также проективных и экспрессивных подходов, рисуночные тесты очень информативные и графически, то есть графологически. О рисунках речь пойдет ниже, сейчас же я хочу предложить вниманию читателя еще один особый, чисто графологический, и, наверное, пока не всем знакомый тест. Это так называемый «Цифровой тест» – TCFT (Three Colomnes Figures Test).

Поскольку невозможно охватить весь материал сразу, опишу принципы в целом.

Тест проводится следующим образом.

Тестируемый получает в свое распоряжение пустой лист бумаги размером А4.

Инструкция к тесту звучит так: «Напишите параллельно три колонки цифр, от 1 до 30, сверху вниз». Ничего, кроме этого, не поясняется. Все условия – удобное положение за столом.

Как обычно в графологии, необходимо указать свой пол, возраст и пишущую руку. Может быть нелишним попросить человека расписаться, для примерного сравнения его букв и цифр.

Во время выполнения теста нужно (не объявляя этого тестируемому) засечь время по секундомеру и записать результат. После этого – тестируемому сообщается, что теперь необходимо повторить этот же тест, но на скорость: он должен показать самый быстрый результат, на который только способен. По старту засекается время и записывается результат.

Как можно догадаться, первый вариант теста дает нам информацию о поведении и личности человека в обычных условиях жизни, второй – о том, как (и насколько) он способен действовать в стрессовых или критических обстоятельствах, насколько он действует эффективнее, продуктивнее, быстрее – не теряет ли при этом самообладание, самодисциплину и т. д.

Вообще интерпретация происходит на основе графологических принципов [5] и дополнительно соотносится со спецификой этого теста.

Основные составляющие, которые должны учитываться:

1. Особенности порядка колонок цифр, это пространственная символика.

Здесь важную роль для интерпретации играют использование пространства и расположение колонок. Право – лево – центр. Также направление наклона (если он есть) колонок – справа налево, либо слева направо. Затем оценивается степень упорядоченности колонок, длина каждой колонки, ее форма.

2. Скорость написания и нажим – внутренняя динамика.

К этим явлениям, скорости и нажиму – подход и интерпретации абсолютно идентичны таковым в общей классической графологии.

3. Графология цифр – учение о форме и структуре.

К анализу цифр мы подходим, прежде всего, с точки зрения размера, наклона, формы и соединений между цифрами от 1 до 30 (некоторые специалисты «взрослой графологии», включая меня, предпочитают давать цифры до 31 включительно, это дает дополнительный, небольшой отвлекающий, а значит, усложняющий фактор при выполнении – ведь изначально тест был применим преимущественно к детям).

Важно понимать, что точно так же, как и в общей графологии, в данном тесте каждый графический признак или явление может иметь более одного значения. Ни в коем случае нельзя интерпретировать одним простым значением – один отдельный признак, и почерк, и этот графический тест – требуют от нас синтеза, взгляда на себя – как на что-то цельное, единое целое, а не как на список частных и частных значений. Только так можно «вычислить» степень личностной зрелости, темперамент, психофизическое состояние и т. д. В приведенных ниже примерах интерпретации того или иного варианта нужно также помнить, что не все значения из списка будут одновременно верны!

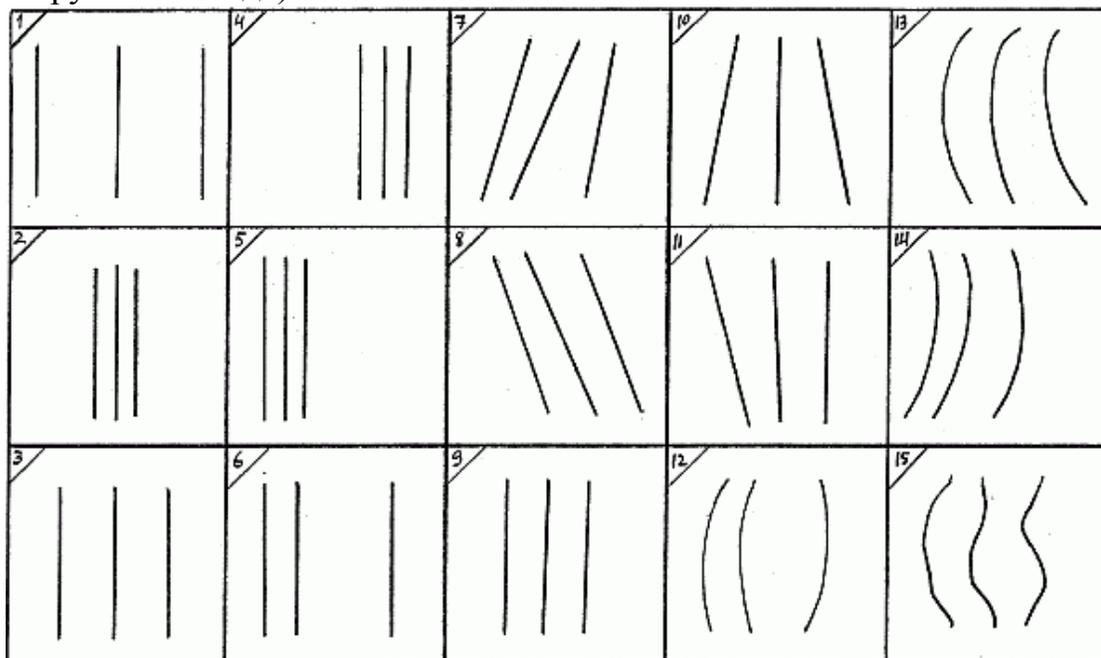
Как и в почерке, здесь также исключительно важно обратить внимание и верно оценить такие параметры, как читабельность, оригинальность, самобытность, скорость и ритм, организация, симметрия и т. д.

Приведем несколько основных конкретных значений (безусловно, требующих подкрепления другими дополнительными признаками) некоторых из многих и многих вариантов выполнения цифрового теста.

**Важно!** Как правило, люди начинают первую колонку цифр слева, однако иногда встречаются люди, предпочитающие начинать с правой стороны (левши, двусторонние, пишущие на арабском или иврите и т. д.). В этих случаях нужно отметить этот факт, поскольку первая колонка несет значение «начальной» и путаница может повлиять на интерпретацию. Особенно, например, в тех случаях, когда все три колонки оказываются прижатыми вместе с какой-то одной стороны листа.

Итак (см. илл. ниже), обратите внимание: в восьми первых вариантах речь идет о пространственном решении, вне связи с формой самих колонок

(колонки схематично обозначены прямыми, но могут быть разными по характеру своего хода).



1. Колонки распределены на равном расстоянии друг от друга по всему листу.

В целом:

- Широкое поле интересов.
  - Потребность в пространстве и месте.
  - Идеи, воображение.
  - Дружелюбие.
    - При высоком уровне развития личности:
      - Активность.
      - Инициатива.
      - Смелость.
      - Уверенность.
  - Самостоятельность мышления.
    - При низком (более примитивном) уровне развития:
      - Вальяжность.
      - Претензии, хвастовство.
      - Чрезмерность, вульгарность.
      - Влияемость.
  - Отсутствие критичности.
2. Колонки расположены сконцентрированно симметрично по центру:
- Одиночество, стремление к уединению.
  - Затруднения в коммуникации.

- Тревожность, опасения.
  3. Колонки расположены гармонично:
    - Чувство меры и вкуса.
- Аккуратность, точность.
  4. Все колонки сконцентрированы справа:
    - Экстравертность.
    - Вспышки импульсивности.
    - Спонтанность.
- Страх одиночества.
  5. Все колонки слева:
    - Интроверсия.
    - Самокритика.
- Концентрация.
 

Также:

  - Подозрительность, недоверчивость.
  - Потребность в поддержке.
  - Трудность при суждении, решении, риске.
- Эгоизм.
  6. Две колонки слева, а третья справа:
    - Непредсказуемая реакция.
    - Действует под влиянием внешних факторов.
    - Воля, объективность.
    - Гибкость.
- Амбиции.
  7. Направление колонок влево:
    - Интроверсия.
    - Депрессивность.
    - Отсутствие амбиций.
    - Осторожность.
    - Зависимость от прошлого, склонность к ностальгии, рефлексия.
- Возможная травма, неспособность справиться с утратой.
  8. Направление колонок вправо:
    - Экстраверсия.
    - Импульсивность.
    - Активность или гиперактивность.
    - Повышенная эмоциональность.
    - Непостоянство в действиях.
- Желание отдалиться от прошлого.
  9. Форма колонок прямая:
    - Решительность.

- Устойчивость.
- Способность решать проблемы.
- Умение планировать.
- Хорошее самообладание, дисциплинированность.
  10. Колонки прямые, не параллельные:
    - Амбивалентность.
  11. Колонки прямые, две последние параллельные:
    - Учится на собственных ошибках.
  12. Форма колонок дугообразная:
    - Иллюзии, фантазии.
    - Воображение.
    - Творческие способности.
- Приятный человек.
  13. Колонки дугообразные, выгнуты влево:
    - Реалист.
    - Способен превозмочь трудности.
- Справляется со своими проблемами и способен функционировать в стрессовых условиях.
  14. Колонки дугообразные, выгнуты вправо:
    - Привязан к прошлому.
    - Склонность к депрессиям.
- Под давлением уступает.
  15. Форма колонок петляющая:
    - Внутренняя борьба, конфликты.
    - Перепады между незрелостью и зрелым подходом.
    - Неустойчивость в поведении, нерешительность.
    - Деятелен.
    - Способный, но неуверенный.
- Часто – знания в разносторонних областях.

В заключение хочу сказать, что, даже если учесть всю информацию, которую способен дать данный тест, он никаким образом не способен заменить полную графологическую диагностику. Он подходит там, где можно обойтись меньшей глубиной анализа, либо – как дополнительный прием в работе графолога. Пример выполненного цифрового теста

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31

①

1,30 сек.

②

1,10 сек.

Перед вами очень интересный вариант выполнения цифрового теста: обратите внимание, с наступлением стрессовой ситуации, спешки и увеличением напряжения автор не только не теряет самообладания, он буквально группируется, собирается и действует продуктивнее, чем в ситуациях, лишенных стрессового компонента. Трудности только стимулируют этого человека. А судя по совсем небольшому временному разрыву в выполнении первого и второго варианта, можно заключить о высоком уровне его дисциплинированности и воли даже в располагающих к расслаблению ситуациях. Его слабая сторона, однако, именно в этом – в повышенной критичности, контроле и невозможности до конца расслабиться.

# Графология и изобразительное искусство

Однажды один архитектор обратился ко мне с таким вопросом:

...

*Наверняка значение линий и форм распространяется не только на интерпретацию почерка, но и на другие сферы, на изображение, рисунок например? Можно ли говорить о том, что какой-то тип рисунка более приемлем для человеческого восприятия? Можно ли определить, какие именно ассоциации вызывают у человека те или иные сочетания линий?*

Действительно, такое возможно. Однако рисунок дает информацию в несколько других аспектах, нежели почерк, потому что в рисунке отсутствует необходимость следования каким-то общим стандартам, как стандарты прописей, когда учатся писать. Рисунок или любое произвольное изображение – свободны.

Если я правильно понимаю второй вопрос, речь в нем идет о человеке (любом) вообще. Глобальный ответ очень обобщен, так как в зависимости от своего типа, каждому человеку понравится свой тип линий: у каждого свой вкус.

И все же, если говорить в общем, то дела обстоят следующим образом.

1. Обтекаемость форм, округлость, круги, полукруги (вогнутые, открытые сверху как чаша, напоминающая «и», или справа, как буква «с») или шары, овальные формы (неважно, о чем речь: о предметах интерьера или предпочтении в своем почерке) ассоциируются с отдаванием, вкладыванием, открытостью, чувствами, неконфликтностью, гармонией, потребностью в душевном спокойствии. (Наверное, учение фэн-шуй должно уважать такие формы.) В почерках «округленность и сглаживание углов» чуть сильнее статистически выражено у женщин.

2. Угловатости, остроконечность чего-либо, углы, треугольники, как и просто прямые линии, «палки» и «копья», коррелируют с сенсорикой, с практическим подходом, с решительностью, деловитостью, подходом ко всему «сразу и по делу». Любители «остроты и угловатостей» не церемонятся и не проявляют дипломатию, отличаются упорством или

упрямством, однозначностью (человек знает, что хочет), однако порой конфликтностью, подходом «цель оправдывает средства», неуступчивостью и внутренней негибкостью (не склонен менять свои стереотипы или проявлять внимание к чувствам других, у него все напрямую, непосредственная прямота). Довольно часто эти линии и формы встречаются у мужчин.

3. Симметричность форм, рассчитанность расстояний, их «разумность», организованность и логическая завершенность ассоциируются с первичностью влияния сознания, рациональности, с «мыслительным» типом. Об этом прямо и косвенно говорят также и полукруги (выгнутые, открытые снизу, как перевернутая чаша или арка, напоминающая перевернутую «и», или слева, как отражение буквы «с»): о не отдавании, сохранении, скрытости, власти рациональности, расчетливости над чувствами и импульсами, а также о неспонтанности, критическом подходе, привычке рассуждать и сравнивать, говорить взвешенные заранее вещи, а не то, что на языке. Возможна проблема в межличностных отношениях, с общительностью, а то и с внутренней зажатостью, признаком коей является слишком сильный сознательный контроль воли и рассудка.

Например, что представляет собой в психоаналитическом смысле квадратная форма листа, рамки или самой картины?

Если в двух словах – это:

- Симметрия, упорядоченность, сознательное, рациональное, приобретенное начало – заведомый контроль и последовательность намерений.
- Объективные ограничения: подобно кромкам бумажного листа, квадрат несет значение четких, равно ограничивающих факторов: низ – верх – право – лево, что позволяет человеку рисующему (или пишущему) легче планировать распределение своих ресурсов, композиции и т. д., другими словами, помогает адаптации.
- Формализм, симметрия традиционнее и наиболее приемлемы (комфортны) восприятию большинства. Предсказуемость и логичность четырех углов менее всего отвлекает внимание от центра. Интересно, почему и большинство окон делают именно квадратными, а не какой-либо неправильной формы (например, треугольные окна сильно бы помогли сэкономить материалы на раму, стекла и т. д.)?

По причине, связанной с эволюционными механизмами, все в природе (и человеческое восприятие) явно расположено и стремится к четкой симметрии, равновесию и т. д. Именно визуальная симметрия более привлекает и экономит внимание, энергию, усилия.

4. Нити, связки и тени. Последняя группа форм вообще не относится к стандартным геометрическим формам, это извивающиеся нестатичные «нити», «змейки», едва заметные связующие переходы между стандартными геометрическими деталями, едва уловимые «тени» и «связки» между элементами. Это изменчивость и нестандартность, непредсказуемость и любовь к переменам, быстрое восприятие, ведущее к быстрому надоеданию чего-то, потребности в новых впечатлениях, стимулах, смене обстановки, непостоянство и мощнейшая интуиция.

Безусловно, и проективно и графически рисунки представляют ценную информацию для психодиагноста и графолога. Не такую полную и точную, как в почерке, но тем не менее тоже очень полезную. Предлагаю взглянуть на следующий пример интерпретации картин, любезно предоставленных их владельцем.

Рассмотрим их, разумеется, только с позиций графолога, анализа подсознания художника, а не с позиций искусствоведа или художественной критики.

С графологической точки зрения материал интересный. Поговорим о том, что бросается в глаза.



1. Оттенения, тени. Но не равномерным образом, а селективно. Тени говорят об эмоциональном аспекте, а также о том, насколько человек близок со своим подсознанием. С одной стороны, видна сильная эмотивность (то есть эмоциональность, но не внешняя, а внутренняя), порой нарочитая, а с другой, имеют место и совершенно наивные, неоконченные, двухмерные элементы (обычно имеющие второстепенное значение в сюжете). Наивность и схематичность мышления.

2. Много черноты, точнее, образующих ее элементов: художник слишком тщательно, порой слишком много раз наносит линии одну на другую, основательно затушевывает и затемняет. Зачерняющие повторы (в его случае не импульсивные, а как раз очень сознательные и продуманные)

обычно признак внутренней тревожности, страха, порой чувства незащитности, очень часто признак некой обсессивности личности.

3. Много природы, ветвей, стволов и листьев, заполняющих сюжеты картин. Первое и второе изображение можно изучать бесконечно, это настоящие фрейдистские случаи! Стволы – это наше Я, наше самоощущение, наше Это. Корни (или их отсутствие) – это наши истоки, наше первичное ощущение основ, надежности. Крона, форма верха деревьев и кустарников говорит о сознательном, наполнение – листья – о чувствах и внутреннем мире человека. Каково все перечисленное – такова и суть интерпретаций.

4. Глаза (символика души, личности) не прорисованы или пусты везде, как тенденция.

Но ни в коем случае не нужно понимать буквально и отождествлять пустоту глаз с пустотой в душе! О чем это говорит – так это о душевной тревожности и беспокойстве.

Дело в том, что глаза не просто элемент картин и портретов, с точки зрения психологии у глаз есть глубокие значения в плане коллективного бессознательного (К.-Г. Юнг).

Любые аномалии с символикой глаз что-то значат. Например, рисунки одного человека постоянно и навязчиво крутятся вокруг тематики глаз и их изображений, другой зачерняет их, а третий демонстративно игнорирует, оставляя пустые глазницы или веки.

Во всех случаях человеком владеет страх, глубокий первородный страх. Но один предпочитает постоянно думать о нем, второй – усугублять, а третий делает попытки отречься от него, бросает вызов всему тому, что его так гнетет.

Из всего увиденного я решусь предположить, что этот человек из всех сил пытается отделить чувства от логики, точнее, старается жестко контролировать разумом любое проявление своих эмоций, воспринимает все это как слабость. Он неудовлетворен собой и своей жизнью, не имеет душевного спокойствия, постоянно обуреваем мыслями, лезущими из подсознания, и тревожен. Наверное, это беспокойство и приносит вдохновение людям искусства...

Поэтому он может быть в жизни (точнее, хочет быть) жестким, нетерпимым, даже протестующим против остального мира, общества.

Это заостряет конфликт с его внутренней неуверенностью и уязвимостью, чувствительностью, которые нужно еще сильнее маскировать, но которые требуют выхода. Поскольку он не хочет (точнее, не может и не умеет) выразить свои чувства и свой внутренний мир гармонично и

естественно (так как это в его глазах слабость и «не круто»), он делает это так, как может, – демонстративно.

Демонстрирует то, что он особенный, что он личность (такое характерно в случаях подавления в семье, например): демонстративно не принимает то, что общепринято в жизни, плюс демонстративно самовыражается (компенсация) в искусстве.

Хочу оговориться, что сделанные выводы проводятся по аналогии с графологическими принципами, самая же большая информативность могла бы быть найдена, конечно же, в почерке человека.

...

*Инесса, в любом ли рисунке человека можно отследить его заложенные качества? Или это невозможно?*

*Мы можем видеть в рисунках только то, что есть на данном этапе в жизни человека?*

Я считаю, что *не* в любом рисунке. И конечно же, не все заложенные качества. Думаю, нужны несколько картин и всевозможных, из разных периодов. Почерк в этом плане информативнее и, что важно, – объективнее, так как во многом при подходе к живописи, например, мы можем оказаться субъективными, меньше научно измеряемых факторов. Хотя для идентификации самого-самого внутреннего ядра, возможно, и хватит одной-двух картин.

Повторяющиеся детали в рисунке

...

*Часто мы рисуем бессознательно линии и фигуры при разговоре по телефону, от скуки или по другой причине, а если рисуются не просто линии, а конкретные детали, например глаза, волосы, руки, мышцы, можно общими словами рассказать, о чем это свидетельствует?*

Кроме того, что элементы сами по себе имеют свое подсознательно-символическое значение, графологически важно то, как эти зарисовки

выполняются, какими линиями, нажимом.

Глаза, как можно догадаться, подсознательно и в «коллективном бессознательном» играют очень важное значение. Люди, любящие рисовать глаза (зависит, как еще их рисуют), часто подвержены внутренней тревожности или беспокойны. Как бы есть такое внутреннее ощущение всевидящего ока над собой, что будто за тобой наблюдают, оценивают.

У детей (да и в кино, мультфильмах например), символ жути – это «страшные глаза». Неспроста ведь глаза заглядывают в душу.

Про волосы – нет такого драматического значения, это просто эмоции (ровные, всклокоченные, дикие или «прическа» и т. д.).

А вот именно мышцы, мощные ноги-руки – это скрытая агрессия, гнев. Обида. Не уверена насчет такого возраста, но в детских рисунках часто крупные руки, ноги, кулаки, пальцы, острые ногти, зубы, закрытые или закрасненные глаза – признак переживаемой (или пережитой) агрессии или подавления по отношению к себе.

...

*Инецца, а что известно про ресницы и губы?*

*А то я просто часто глаза рисую с пушистыми ресницами. Особенно почему-то в период всяких ожиданий.*

Именно губы, ресницы – сенсорика, мир ощущений, чувственность. Глаза – другое, это душа. Также тревожность. Или ощущение оценивания, слежения за тобой, давящая совесть, Бог. Рисующий без конца человек ощущает, что находится под всевидящим оком.

...

*..А еще некоторые люди рисуют разрастающиеся лабиринты, кто-то округлые и изогнутые, кто-то острые, снежиночные. Это к чему?*

Лабиринты обычно или сопровождают напряженный внутренний мыслительный процесс, проблему в принятии решения, колебания, либо означают внутренний хаос в душе и мыслях человека, путаницу и

неопределенность. Зачерненные лабиринты или много раз проходящие по одному и тому же месту линии – страх, комплексы, напряжение.

...

*А я вот все время рисую губы, глаза, женские профили, модели в одежде. Доктор, я скрытая лесбиянка?!*

Наоборот, это свидетельствует о стандартной ориентации!

...

*Инесса, интересно, а можно ли по почерку или рисункам узнать, склонен ли человек к алкоголю или другим вредным привычкам?*

Да, по проективным, графическим тестам и рисункам можно извлечь информацию о человеке, но моя основная специализация – это все-таки почерк. Отвечая на ваш вопрос об алкоголизме, да, посредством определенных выводов и определением склонности к зависимостям вообще, влияемости, слабости волевого контроля и т. д., а также благодаря анализу дополнительных факторов, например потребности в компенсации, наличия депрессивного или другого расстройства психоэмоциональной сферы, лишаящих воли и сил противостоять и продуктивно справляться со своими проблемами, это определить возможно.

...

*А когда человек меняет место жительства (страну) – почерк меняется?*

Нет. Почерк сам от этого факта не меняется.

Почерк – это почерк личности.

Почерк зависит от изменений в личности человека, и если человек ничуть не изменился с переездом в другую страну или с другим каким-либо объективным событием, то и почерк останется прежним.

Однако такой стресс и такие глобальные перемены, как при смене страны (особенно с совсем другой ментальностью), даже если у человека все складывается удачно, если он сам по себе чувствителен и эмоционален, скорее всего, приведут к изменению мироощущения, некоторых взглядов или же, например, к зажатости либо, наоборот, раскрепощенности и спонтанности, и это не сможет не отразиться в почерке.

...

*А у меня почерк изменился после поступления в университет. Ведь приходится писать много и очень быстро. И почерк у меня стал немного мельче и более наклонный. Неужели это у меня, точнее во мне, что-то поменялось?*

Да, изменения произошли именно в личности. Почему я так уверена, и в какую именно сторону – попробую объяснить.

Хотя почерк может меняться от обстоятельств, здесь речь идет об изменении общих тенденций, то есть о неслучайных изменениях. Когда влияния случайных факторов исключены, ответ однозначен – влияет наша личность.

Более того, по логике вещей, то есть по законам человеческой моторики и физиологии, при спешке или увеличении скорости письма, движения должны становиться крупнее и размашистее. За ускорение мы платим снижением концентрации и волевого контроля (увеличивается размер, уменьшается точность или аккуратность выполнения букв и т. д.).

Итак, что все это может означать? То, что присутствует противоречие: вместо того, чтобы расслабиться и свободно адаптироваться к изменяющимся или несколько напрягающим обстоятельствам или условиям жизни, происходит не облегчение, а усложнение адаптации.

Представьте, что человек спешит, ему нужно успеть. Но вместо того, чтобы, игнорируя несущественные мелочи и глядя на главную цель впереди, просто побежать или пойти широким шагом, он бы сделал свои шажки еще мельче, пытаясь при этом все равно бежать быстрее...

Это говорит о том, что в личности автора почерка все сильнее становятся сдерживающие силы. Что это за силы – логический контроль, моральные ценности, а может, комплексы, страхи и т. д., – можно сказать, лишь видя почерк.

Вот, это общая тенденция, связанная с описанным изменением почерка. Однако никогда нельзя судить по одному-двум признакам, только индивидуальное сочетание всех признаков почерка позволяет сделать точное заключение.

...

*Знаете, Инесса, я заметила, что пишу не всегда одинаково. Может ли настроение влиять на почерк? И душевное состояние? Например, влюбленность?*

Именно это все и может и должно влиять. На наш почерк влияет любое изменение в психоэмоциональной сфере, неважно, чем оно вызвано – влюбленностью, конфликтами, страхом или алкоголем.

Другое дело, что, кроме «местных» влияний, всегда остается в почерке и ядро личности (если человек психически нормален, конечно), оно неизменно для глаза специалиста, даже если обычному человеку и может казаться, что почерк меняется до неузнаваемости.

## Дети. Детская графология и рисунки

Важная тема, связанная с миром взаимоотношений в семье, – наши собственные дети. Пока они маленькие, бывает очень важно вовремя найти и понять их проблемы, если таковые имеются. А если особых проблем нет – важно понять внутренний мир ребенка, особенности его личности, чтобы лучше наладить взаимоотношения друг с другом.

Графология может помочь понять душу ребенка, а значит, при необходимости и пути решения многих проблем: эмоциональных, адаптационных, социальных и т. д.

Не у всех людей детство проходит гладко и счастливо по разным причинам, и это прошлое не может не отражаться затем в формировании личности, а значит, и в формировании будущего вырастающего человека.

Чтобы обнаружить психологическое неблагополучие или травмы в жизни маленького ребенка, который не может или не хочет сформулировать свою беду ни устно, ни еще письменно, графология – один из немногих инструментов, позволяющих выяснить, в чем дело, не причиняя, к тому же, ребенку дополнительного стресса.

Разумеется, речь идет о том направлении графологии, которая занимается рисунками, рисуночными графическими тестами и т. д. Это так называемая детская графология. Приглашаю моих читателей пуститься в небольшой экскурс по этому графоаналитическому направлению.

### Рисунок «Семья»

Попросите ребенка нарисовать свою семью. В случае душевного бедствия мы обнаружим аномалии или странности, на которые в другое время могли бы не обратить внимания или отнести к случайностям.

Например, при цветном рисунке ребенок изображает свою фигуру в черном цвете или не раскрашивает. Другой пример, когда ребенку плохо, он изображает себя либо в отдалении от остальной семьи, либо несоразмерно маленькой фигуркой, либо лишенным (как бы случайно забыв нарисовать) рта, рук, либо руки почти полностью спрятаны за спиной.

Обычно такие детали говорят об остром переживании ребенком подавления в семье. Ясно, что ощущения могут быть субъективными и родители никого сознательно не подавляют, однако, как правило, ребенок не страдает без причины. Это может быть чувствительная, творческая, тонкая натура, которой слишком критичное и оценочное воспитание не дает быть собой, развивать свою индивидуальность, а мнения и желания игнорируются (подавляются). Взрослея (и при этом не осознавая и не решая

своих проблем), такой ребенок всегда будет ожидать неуважения, игнорирования его желаний окружающими и, не веря в себя, не уважая свою личность, он не сможет полностью самореализоваться, каким бы замечательным потенциалом ни обладал. Кстати, интересная деталь: очень тонкие, душевно развитые дошкольники, уже задумывающиеся над вопросами добра и зла, морали и ответственности, изображая себя, никогда не крепят голову прямо к туловищу, всегда будет присутствовать посредник – шея. И чем раньше ребенок начинает так рисовать – тем важнее.

Ребенок может испытывать дискриминацию или ревновать к брату или сестре, – при этом другой ребенок (источник страданий) будет изображен угрожающе большим.

Рисунок семьи может рассказать о многом, в том числе об отношении к родителям. Если, например, ребенок рисует папу и маму, при этом разница в размерах родительских фигур более чем заметна, – тот, кто явно крупнее, воспринимается ребенком как более властный и авторитетный (или авторитарный), тот же, кто мелок, – как тот, кто в его восприятии явно слаб, ведом и мало способен влиять на ситуацию. Ребенок, не имеющий проблем в своем отношении к родителям, даже при большой фактической разнице в их росте изображает их обоих примерно одинакового размера! И конечно же, без усугубляющих признаков, о которых пойдет речь ниже.

Есть признаки в детских рисунках, свидетельствующие о наиболее тяжелых травмах, оставляющих шрамы на всю жизнь. Речь уже не идет о просто напряжении, психологическом дискомфорте, чувстве дискриминации, ревности, конфликтном отношении к родителям или о подавлении своего Я. Речь идет о жестокости, агрессии, насилии – душевном, физическом, сексуальном – в семье. Это вещи, которые ребенок никогда не расскажет из страха или боязни, а иногда – срабатывают защитные механизмы психики, которая как бы отрицает или отвергает происходящее. Именно поэтому, кстати, в случаях, когда ребенок слишком легко рассказывает о таких вещах, – есть большая вероятность, что они не происходят на самом деле.

В любом случае, унижения, рукоприкладство или сексуальное насилие имеет свое выражение в рисунках детей. Именно поэтому часто воспитателей обучают приемам рисуночной графологии.

Всегда нужно обращать внимание на усиленное обведение овала лица, кистей рук, ног (или обуви) персонажей рисунка. Так у обидчика будут непропорционально большие руки, ноги, пальцы, будут прорисованы ногти (острые) или зубы (как у хищника, даже если изображена улыбка). Нос или другие части тела или одежды обидчика будут напоминать фаллические формы. Может исчезать или зачерняться нижняя часть тела (отрицание).

У жертвы же (кстати, это не обязательно рисующий, он может быть просто в курсе происходящего и изобразит так в этом случае не себя, а объект насилия) могут вообще отсутствовать руки или кисти рук, рот, нос (беззащитность), нижняя часть тела. Глаза – пустые, без зрачков (глазницы) либо зачерненные полностью (ничего не видно) – дополнительные тревожные сигналы.

#### Рисунок «Море и звездное небо»

Кроме рисунка семьи, можно попросить ребенка нарисовать море и звездное небо. В этом случае мы сможем проанализировать, что вообще движет ребенком. Если море на его рисунке занимает в процентном отношении явно больше места – ребенок во власти своих чувств. По характеру волн и их вырисовыванию можно судить об экспрессивности этих чувств (буря) или о подавленности, депрессивности (штиль и пустота, слабый нажим на волнах). Если больше неба со звездами – ребенок все проводит через свой разум, старается быть рассудительным и меньше придает значения чувствам, мыслитель. От хаоса или организованности расположения или формы звезд зависит, присутствует ли в его мыслях хаос и неопределенность, или, наоборот, четкая рассудочность. Конечно же, самый благополучный вариант – тот, где обе стихии сбалансированы, примерно равны по силе, наполненности сюжета и проработанности, пустоты же или зачернения – всегда плохи.

#### Рисунок «Дерево»

##### *Размер дерева.*

• Большое (насколько) – от хорошо развитого и уверенного Я ребенка до властности и подавления других.

• Маленькое – низкая самооценка, подавленность, неуверенность.

##### *Ствол.*

Его вид соответствует тому, слаб ли внутренне ребенок или силен, эгоцентричен или довольтвуется очень малым.

• «Глазки» на стволе обычно говорят о травмах и трудностях, которые пришлось пережить ребенку.

• Широкий ствол – эгоцентричность.

• Узкий – неприяательность, неамбициозность.

• Зубчатый ствол – проблемы ребенка во взаимодействии с окружающим миром и в отношениях с другими людьми и детьми.

##### *Крона дерева.*

В целом говорит о социальной и эмоциональной активности ребенка.

• Детали кроны говорят о разных качествах и способностях.

• Богатая крона дерева – о высокой активности рисующего.

- Пустая, бедная крона – признак скудности эмоций либо трудностей в проявлении чувств.

- Круглая, мягкая крона – признак мягкости и чувственности.

- Угловатая и заостренная – признак трудного и колючего характера, проблем с адаптацией (приспособлением), упрямства и злости.

*Корни дерева.*

Является отражением чувства укорененности, основательности, проникновения.

- Если корней много и они извиваются – это говорит о властности, вездесущности, потребности влиять на других.

- Иногда аномалии корней дерева могут отражать физические проблемы с устойчивостью, равновесием или другие болезни.

*Непропорциональность в изображении дерева.*

Куда склоняется дерево, где его «больше», важно для понимания, справляется ли ребенок с трудностями, стимулируют ли его они, или заставляют сдаваться перед ними и избегать их.

- Дерево склоняется вправо – ребенком движет стремление вперед, к новому, к будущему, к обществу.

- Склоняется влево – ребенок находится под влиянием прошлого, происходящего дома, тянется домой.

Общая графологическая символика и закономерности в рисунках и почерке детей • *Лист* – жизненное пространство, как человек видит себя в нем и распоряжается своей жизнью, имеющимися ресурсами, силами и т. д.

*Поля листа.*

- *Левое поле* – начало начал, я – «внутри», мое прошлое, детство, дом, семья, рефлексия, избегание, скованность, пассивность.

- *Правое поле* – цель, я – «вовне», мое будущее, общество, социум, взаимодействие в нем, с другими людьми, продвижение, развитие, смелость, неуверенность.

*Организация рисунка или почерка детей в пространстве.*

- *Тесное или просторное расположение* – уровень объективности, способности ясно мыслить, умение концентрировать внимание, умение адаптироваться в обществе.

- *Большие промежутки или пустоты* – потребность в личном пространстве, застенчивость или одиночество.

- *Маленькие промежутки* – потребность в других людях, обществе, жизнь здесь и сейчас, либо зависимость, душевное стеснение, человек психологически задыхается.

- *Строки в почерке* – отражение настроения, тонуса, степени устойчивости нервной системы, стабильности и предсказуемости.

- *Пересекающие друг друга буквы* – конфликты в семье.

*Три зоны в рисунке.*

- *Верх* – сознательное, приобретенное, ментальное, духовное, мир идей, идеалов, мыслей, духовных ценностей и интеллектуального интереса. Вера, чаяния, притязания, претензии, амбиции.

- *Середина* – сочетание врожденного и приобретенного, борьба или сбалансированность «хочу» и «могу», душевное состояние, самовосприятие, мое Я, Эго, уверенность в себе, самодостаточность, мир чувств и их проявление.

- *Низ* – подсознательное, врожденное, первичное, жизненно необходимое, подсознательное и неизменное, темперамент, жизненная энергия, материальная сфера: деньги, секс, еда, удовольствия, влечения, чувство защищенности и стабильности, практичность. Возможности и резервы.

Основной склад личности ребенка в его почерке и рисунках

Что ребенком движет по жизни?

- *Голова:* логика, рациональность, соображения целесообразности, объективность.

*Графически:* особенности организации в пространстве, рациональное и продуктивное размещение текста или рисунка на листе, простор, отсутствие хаоса или тесноты, «рамка». Аркады, закрытые формы, выделяется верхняя зона. Упрощения, схематичность.

- *Сердце:* чувства, переживания, нравственные ценности и отношения.

*Графически:* округлость форм, много гирлянд, ширина почерка, достаточно плотное заполнение листа, буквы или изображения выполнены без упрощений, полностью, «как положено», хорошая читабельность, нормативность форм и расстояний, нажим средний.

- *Подсознание:* интуиция – «знание без фактов», проницательное видение скрытых возможностей, подсознательные озарения и идеи.

*Графически:* нитеобразность форм, нестандартность изображения, упрощенность: намеки на изображение буквы или предмета, слабый нажим, еле заметные на бумаге переходы линий, отдельные буквы или элементы рисунка висят в воздухе, очень большая просторность в распределении почерка или изображений на листе, слишком много остается белым.

- *Сенсорное чутье:* чувственность, практичность, приземленность, материальность, прикладные способности.

*Графически:* очень сильный нажим, толстые штрихи, формы очень угловаты или содержат прямые линии, резковатость и грубоватость почерка или рисунков (немного «как курица лапой»), тяжеловесность букв и строк, распределение на листе тесное либо хаотичное, беспорядочное.

Самые тревожные общие знаки в рисунках

- Использование *черного цвета или незакрашивание*, когда есть выбор цветов – особенно рисуя самого себя.

- Любые *зачернения* или *пустоты* в рисунках – страх, угроза. Темные руки – агрессия или насилие.

*При изображении себя:*

- в отдалении от других;
- несоразмерно маленькой фигуркой;
- лишенным различных частей тела (нижней части), особенно рта, носа, ладоней, рук – либо руки почти полностью спрятаны за спиной (беззащитность и бессилие);

- затененное или усиленное обведение овала лица, подбородка, изображение лиц в профиль;

- полностью зачерненные глаза или наоборот, пустые, без зрачков, глазницы.

*При изображении другого:*

- фигурка другого ребенка или взрослого (если он – источник страданий, дискриминации, ревности, обид) угрожающе большая;

- усиленное обведение и выделение кистей рук, ног (или обуви) персонажей рисунка;

- у обидчика непропорционально большие руки, ноги, пальцы, прорисованные ногти (острые) или зубы (как у хищника, даже если изображена улыбка);

- нос или другие части тела или одежды обидчика, напоминающие фаллические формы. Может исчезать или зачерняться нижняя часть тела (отрицание);

- присутствие острых или опасных предметов в рисунках.

*Изображение родительских фигур:*

- Разница в размерах родительских фигур более чем заметна:
  - тот, кто явно крупнее, воспринимается ребенком как более властный и авторитетный (или авторитарный);

- тот, кто меньше, в восприятии ребенка явно слабее, ведом и мало способен влиять на ситуацию или защитить.

- В почерке символика родителей – буквы «б» и «у».

**Важно!** Некоторые из данных признаков встречаются в рисунках не самой жертвы, а ребенка, который просто в курсе происходящего. «Свидетель» изобразит так в этом случае не себя, а объект насилия или подавления.

Дислексия (с дисграфией), обсессивность и склонность к суициду

*Дислексия* – проявляется в путанице при написании похожих звуков, даже похожих по внешней форме букв, часто – ребенок не может понять, где

начинается или заканчивается слово, также типичны ошибки (не чувствует разницы между буквами). Они меняют буквы в словах местами. Все это происходит, несмотря на обычно медленное письмо дислективных детей.

Они страдают от чувства неполноценности и часто в рисунках это выражается в крошечных размерах нарисованного, фигурок, предметов, часто фигурки зависают в воздухе, имеют странные руки (непродуктивные, неумелые – как у них самих). Часто они рисуют разные по размеру, цвету глаза, косящие или пустые.

*Обсессивность* (навязчивые страхи, мысли, идеи фикс) выражается в перфекционистических рисунках, где все должно быть идеально, совершенно, безупречно. Точность, много мелких деталей, украшения, много исправлений – особенно слишком тщательных и тотальных исправлений, также использование линейки. Важно такие вещи увидеть заранее, иначе человек вырастет разочарованным (ведь идеала не достичь) и склонным к депрессивным расстройствам и душевным страданиям.

*Суицидальные мысли и склонности.*

Как выглядит рисунок дерева у детей и подростков, склонных к совершению суицида? Сломанные ветки, надломленности и срубы, трещины в стволе, пни, выбоины, дупла. Крона – пустая, мертвая, нет листьев или плодов, признаков обновления, жизни и витальности, рисунок пустой или зачерненный.

Почерк: огромное противоречие между чрезмерной теснотой между букв (крик о помощи, зов о понимании к близким людям) и большими расстояниями между слов (бесконечному чувству одиночества), слишком много признаков из списка психологического неблагополучия.

## Про диагностику подростков

Подрастают наши малыши – и вместе с этим становятся совсем иными отношения, возникают новые проблемы. Вот те, с которыми чаще всего обращаются за консультацией родители.

...

*Мне надо проконсультировать у психолога сына 15 лет. У него проблемы с поведением в школе, с друзьями не находит общий язык, патологически врет и т. д.*

Могу ответить, учитывая сказанное, такому ребенку просто обязательно нужна помощь. В переходном возрасте идет гормональная революция, дающая неустойчивость нервную, психическую и т. д. Подросткам очень трудно – ведь это происходит против их воли, они непредсказуемы. Если бы он не был подростком, то его внутреннее неблагополучие и мучения были бы сравнимы с настоящими душевными расстройствами или неврозами. Все, что с ним происходит, не от хорошей жизни, а от ощущения беды, поэтому-то нужно не кричать, не разбираться и не заниматься нейтрализацией внешних симптомов поведения, а прежде всего нужна помощь.

...

*Подростки начинают курить, потому что... Почему? Хотят выглядеть взрослее? Или изведать неизведанное, но тогда уж лучше секс попробовать.*

На самом деле склонность к курению в определенном смысле обычно заложена от природы. Точнее, не именно к курению, а склонность к любым зависимостям вообще. Этим объясняется, например, нежелание курить у очень общительных и ярко социально настроенных людей, несмотря на большинство курящих в коллективе. Все причины, заставившие людей начать курить, – скорее, лишь толчок, спровоцировавший потенциальную склонность. Секс не зависимость, а жизненно необходимая функция

изначально. А вот соску некоторые психологи считают зависимостью и оттого, насколько кто ее любил, можно прогнозировать степень склонности к зависимостям. Хочу добавить: курить можно пробовать из любопытства или по другим причинам, но втянутся не все.

Из письма И.:

...

*Посылаю вам почерк сына, не знаю, что с ним происходит, посоветуйте, что нужно сделать, чтобы наладить с ним отношения?*



*Гитара, вероятно, самый паразитический музыкальный инструмент. Она не богата октавами, как например пианино или орган, зато только у одной гитары есть столько разнообразней звучания! Гитара – это целый оркестр в одном инструменте.  
На её звук вликает всё: начинаешь от дерева и места его происхождения заканчиваясь покрывшими струны.  
Апофеоз музыкальных инструментов! И шипит струна – Гитара!*

Сын И. – мальчик очень чувствительный, с сильной интуицией и тщательно скрываемыми душевными переживаниями. Душевно он надломлен, ему очень нелегко, он не может принять многие вещи такими, как они есть. Он очень зажат, внутренне несвободен, он пытается изо всех сил сдерживать себя и контролировать свои эмоции, но его нервная система реагирует на каждый раздражитель и тратит огромное количество энергии.

Многие из перечисленных мной явлений иногда сопровождают переживания переходного возраста – внутренний протест, раздражение, неуверенность в себе, отсутствие навыков гармоничных отношений с людьми вообще и с противоположным полом в частности. Подросток взрослеет быстро, а родители еще не перестроились и продолжают о нем заботиться (опекать) как о ребенке. Он сам уже (и еще) не знает, как воспринимать себя.

Мой совет П.: мальчику необходимо дать больше личного пространства и проявлять больше уважения. Не реагировать на его заявления, но и не говорить с ним о вопросах, касающихся того, что он поел, попил или надел. Следует вести себя с ним как со взрослым, по крайней мере так, если бы это был чужой ребенок.

В таком случае можно сразу почувствовать разницу – он увидит, что ему доверяют и уважают, не считают беспомощным ребенком, а родителям это поможет лучше «видеть» границы личной автономии ребенка. Кроме того, постепенно он действительно сам начинает контролировать и брать ответственность за свою жизнь.

Из письма Д.:

...

*Посоветуйте, как помочь моему младшему сыну. У меня их двое. Старший – успешный, целеустремленный, активный. Младшему я своими руками создала проблемы, постоянно их сравнивая: «Посмотри, а твой старший брат... А ты...»*

*Например, он гордо принес мне первые годовые оценки (он учится в норвежской школе) – мне они показались недостаточно хорошими в сравнении с оценками старшего. Я забыла, что три года назад, когда старший был в возрасте младшего, оценки у него были почти такие же, да еще при условии, что он учился в родной русскоязычной школе.*

*А младший, учась в норвежской школе, принес хорошие оценки, то есть мой сын не только успел художественно изучить язык, но и достиг предметных успехов, сравнимых и равнозначных с более легкими, как я теперь понимаю, успехами старшего.*

*Это только один пример.*

*Он постоянно слышит: «Старший брат сказал, посоветовал, сделал...»*

*И сражается за свою индивидуальность всеми доступными способами, оставаясь порядочным, мягкосердечным и упорным.*

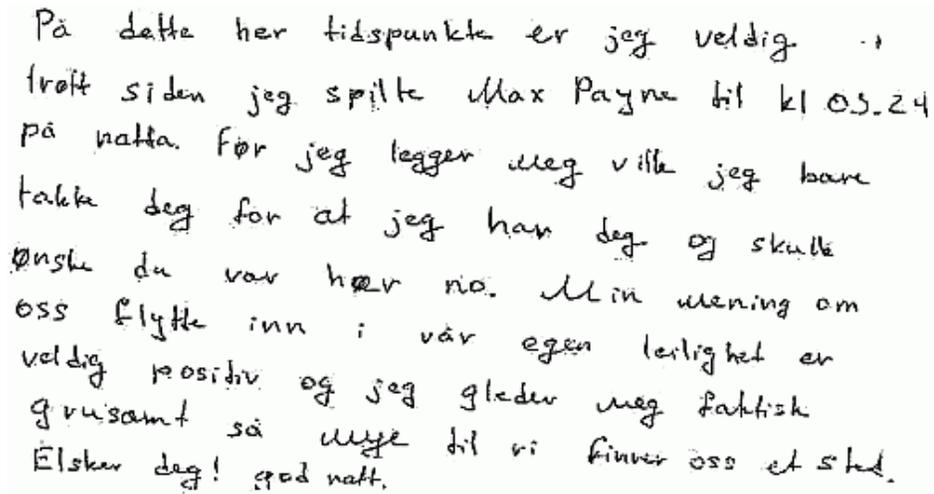
*Он просто теперь мне ничего не рассказывает. У него всегда все хорошо.*

*Но... он застенчив и не очень уверен в себе, в нем нет фонтанирующего жизненного напора.*

*Подскажите, как вселить в него уверенность, чтобы он мог расправить крылья?*

Он добивается всего, только тихо, незаметно и медленно. Не хочет опять сравнения с братом, который, как истинный лев, привык быть перфекционистом (что тоже невероятно трудно).

Прикрепляю отсканированный образец его почерка. Ничего, что текст на норвежском?



På dette her tidspunktet er jeg veldig  
trøtt siden jeg spilte Max Payne til kl 05.24  
på natta. Før jeg legger meg ville jeg bare  
take deg for at jeg har deg og skulle  
ønske du var her nå. Min mening om  
oss flytte inn i vår egen leilighet er  
veldig positiv og jeg gleder meg faktisk  
grusomt så mye til vi finner oss et sted.  
Elsker deg! god natt.

Прежде чем отвечать, мне хотелось бы проанализировать и почерк Д., а также уточнить, сколько ребенку лет (так как я чувствую, что возраст пограничный). Он правша? Не писал ли он на слишком твердой поверхности?

...

*Ему 19 лет.*

*Я не знаю, как он писал этот текст, я нашла его в книгах, потому что раньше видела, куда он положил. Я послала копию открытки, которую я получила от сына!*

Образец почерка Д.:

Дорогая Инесса!

Это я пишу для того, чтобы  
отсканировать и послать Вам.  
Ведь известно, что будет ма-  
ксимум, я имею Венду, текст  
необязательно должен быть от-  
рывком из художественного про-  
изведения типа "я все пишу,  
случайно, право... Не знаю са-  
м для чего...?"

Надеюсь на Вашу по-  
мощь, хотя действительно не  
знаю, зачем пишу.

Образец почерка сына:

Hei mine kjære foreldere  
og min aller beste bestem  
Jeg vil bare skrive en lit  
hilsen og si at alt går  
bare bra. Jeg trives  
i bodø og begynner å  
adoptere meg til større  
byer enn Hammerfest.  
Være her er flott. Gla i dere.  
Håper dere har det bra.

Что ж, кажется, все, что нужно, имеем.

Прежде всего могу сказать: перфекционизм старшему достался по наследству, от Д. Я не знаю, в какой степени у старшего выражен

перфекционизм, не могу знать и характер его отца, но в почерке Д. определенно есть хорошая доля стремления к совершенству. Перфекционизм – это не только трудно, но и вредно.

Оценочность по отношению к себе и другим лишает нас безусловного, чистого восприятия и самовосприятия. Лишает нас возможности быть когда-либо полностью удовлетворенными и довольными своей жизнью. Постоянный поиск самых лучших результатов, чрезмерно развитая самокритика, подход «черное или белое», «все или ничего», «победа или катастрофа» – не дает человеку достичь внутреннего, душевного спокойствия, другими словами – стать счастливым.

Это, но в намного более выраженной форме происходит с младшим сыном. Однако по причине меньшей силы темперамента, большей интравертности и чувствительности (тонкокожести) он выбрал для себя менее энергозатратную тактику справляться с перфект-давлением и оценочностью. Что поделать – в его положении и при его особенностях характера избегание – это действительно наиболее оптимальный вариант:

Душевно и внутренне младший сын чувствителен как девочка! Его мир чувств очень богат, более того, именно чувства управляют им, хоть он и старается этого не показывать, сознательно контролировать себя и т. д. Ничего не поделаешь, этот паренек думает сердцем! Более того, именно поэтому оценочное отношение ударяло по нему вдвойне сильнее, чем по среднестатистическому мальчишке!

Как «помочь ему расправить крылья», дать «фонтанирующий жизненный напор»?

Во-первых, фонтанировать от рождения могут не все, это зависит от природного склада человека, от темперамента, типа нервной системы и т. д. Главное – не внешнее выражение, а внутреннее благополучие само по себе. Что Д. может сделать, чтобы помочь младшему сыну прийти к нему? Много. Но это будет постепенный процесс.

В идеале, прежде всего, поменять некоторые свои установки и позиции. Перестать вообще контролировать его или высказывать авторитетные родительские суждения в однозначной форме. Попробовать стать для него равной. Только поддерживать при неудачах, не допуская и взглядом своего неодобрения (ведь его самооценка пока все еще зависит от внешних мнений, так его приучили) и восхищаться (не один раз) удачами.

Не надо бояться: он уже почти вырос, главные ценности в нем давно заложены. Это порядочный, чуткий и добрый человек. Поэтому не бойтесь его избаловать похвалами и снижением своей авторитетности. В плохую сторону он не изменится, не перестанет критически относиться к себе, к сожалению, его зашкаливающая низкая самооценка еще очень долго не

будет давать ему поверить в свою состоятельность и безусловную любовь и уважение.

Наиболее эффективен был бы подход, при котором общение и поведение с сыном строились так, как если бы это был не сын 19 лет, а просто человек, друг или знакомый, которого Д. очень уважает и любит. Хорошие отношения и доверие важнее всего на свете, поэтому не стоит позволять себе таких слов или даже телодвижений, которые могли бы показаться для другого человека бестактными, обидными или могли бы повлиять на его расположение к окружающим или дружбу.

...

*Не могу поверить, неужели все это видно по одному лишь почерку?*

*Очень насторожили слова: «его зашкаливающая низкая самооценка еще очень долго не будет давать ему поверить в свою состоятельность и безусловную любовь и уважение». Но ведь поверит же?*

*А как вы думаете, какая профессия подошла бы ему?*

Отвечу по порядку.

1. Да, все это видно «по одному лишь» почерку, но почерк – это целый мир!

Обычно в такие моменты мне приходится признаваться, что на самом деле у меня есть оперативные агенты по всему миру, вот и у вас, в Норвегии... (Конечно же, это шутка.)

2. Поверит ли в себя вообще?

Да, потом поверит. Через полгода-год – не могу сказать, но нельзя не учитывать целых 19 лет.

3. Какая профессия подошла бы ему?

Это достаточно ясно. Ему исключительно подходит деятельность, связанная с реальной помощью окружающим людям либо связанная с воздействием на человеческий внутренний мир, на чувства. От медицины до искусства. Может быть инструктором, преподавателем и даже писателем... Вопрос в том, к чему у него самого лежит душа? Он очень закрыт сейчас и наверняка даже не представляет такого!

Кстати говоря, именно такие сферы деятельности хороши для него еще и тем, что имеют терапевтическое воздействие: ему крайне важно не только

отдавать, но и получать в ответ человеческое тепло, доверие, благодарность. Это принесет чувство собственной состоятельности, а оно будет ему настоящей терапией: поднимет самооценку и придаст уверенности, самоуважения. В этом будет компенсация того, что было недополучено когда-то.

...

*Он хотел поступать на психолога. Но у него не хватило баллов. Я думаю, а может, оно и к лучшему? Такое иногда в человеческих душах творится – врагу не пожелаешь. А психологи перед всем беззащитны. Носят груз чужих бед на своих плечах (хорошо, если только на плечах!).*

*Сейчас он учится на спортивного администратора. Пока нравится, потому что учеба в первый год заключается именно в спортивной активности плюс он еще изучает анатомию и физиологию. А вот когда начнется экономика, администрирование и – смерть всему живому – статистика, я не знаю...*

*Может, окрепнет к тому времени? А сменит направление – у меня, надеюсь, теперь ума хватит поддержать...*

Забавно... Дело в том, что именно про психологию я и подумала, анализируя его почерк! Однако я намеренно не стала писать о психологии, поскольку на данном этапе, не решив еще собственных проблем, он не только беззащитен, но главное – он не сможет оптимально помогать другим людям.

Иметь склонности – это одно, но нужны и возможности, нужно быть сильным изнутри, чтобы объективно оценивать чужие психологические проблемы.

А вообще, насчет спортивной администрации... Я упоминала профессию инструктора, спортивный же инструктор тоже неплохо бы подошел ему. Но вот что касается спортивной администрации... Не знаю, в чем заключается эта работа, но если это только администрирование – это далеко не самый лучший выбор для этого юноши. Разве он никогда не говорил (может, мимоходом или как бы случайно), что ему это не интересно? Возможно, он еще не дошел до самых скучных предметов, но он

по природе своей не администратор! Это душевный, эмоциональный, тонко переживающий человек, такому должны симпатизировать и тянуться к нему за помощью.

## Графотерапия – что это?

*Почерк напрямую связан со всем существом человека, с условиями его жизни, занятиями, с его нервной системой... Поэтому наша манера писать носит на себе такую же несомненную материальную печать индивидуальности, как и все, с чем нам приходится соприкасаться...*

*Гёте*

В этой главе мы поговорим на тему, которая, судя по количеству приходящих ко мне вопросов, занимает многих из моих читателей. Это тема графотерапии. Поэтому я отвечу на вопросы, связанные с этой темой.

Например, многих интересует такой вопрос:

...

*Если известно, что личность влияет на почерк, то действительно ли есть и обратная зависимость? Можно ли выработать изменение в почерке и измениться? Действительно ли, используя такой метод, есть вероятность как-то изменить себя, свое отношение к жизни, решить свои психологические проблемы. Если так, то, как я понимаю, надо заново учиться писать?*

Вы правы, это и называется графотерапия, в этой области есть интересные исследования. Но надо не просто выработать какое-то изменение в почерке или подписи. Необходимо, чтобы оно стало спонтанным, автоматическим, твоим изнутри. Только тогда наступит эффект, когда изменение станет подсознательным, то есть будет совпадать с сутью, естеством человека.

Поэтому важно знать: выполняя задания или привнося необходимые изменения в свой почерк, не стоит сразу же, на месте, ожидать чуда – графотерапия начнет действовать только через тот период времени, который необходим, чтобы привыкнуть к новому настолько, что движения перестанут быть сознательными. Только тогда происходит обратная связь

моторики, мышц и подсознания, настоящего, сокровенного Я. Решить все свои психологические проблемы графотерапией вряд ли возможно, а вот снять некое хроническое психоэмоциональное напряжение, несколько внутренне расслабиться, кое-что скорректировать – это вполне реально.

Еще вопрос:

...

*А если мой почерк все время меняется – что это значит? Нет связи между моторикой и подсознанием?*

Связь моторики с подсознанием есть всегда. Как раз именно поэтому и происходят спонтанные изменения почерка у одного и того же человека. Другое дело, что частота и специфика изменений почерка или подписи может поведать о некоторых личных особенностях. Например, это может говорить о чрезмерной внутренней динамичности – насколько это плохо или хорошо, будет зависеть от амплитуды изменений и других показателей. Возможно, речь идет также о повышенной возбудимости нервной системы: легкая отвлекаемость, тонкокожесть, неусидчивость.

...

*Хотелось бы заострить вопрос на обратной связи (почерк – характер). Любая работа над собой (тем более осознанная) дает определенные результаты. Следовательно, графотерапевтические занятия – это и своеобразная медитация, и развитие мелкой моторики руки (что развивает мозг) аналогично тому, как японские палочки для суши или написание сложных иероглифов постоянно развивают мозг японцев?*

Прежде всего уточню: невозможно, изменив что-то в написании, изменить конкретную плохую черту, привычку или, например, свое воспитание, отношение к чему-то или кому-то. Другое дело, если говорить о душевном или психофизическом состоянии.

Графотерапия может снять внутреннюю (а часто, значит, и внешнюю – мышечную) зажатость, ослабить душевную и мышечную боль, меньше будут болеть шея, плечи, запястья, спина.

Поскольку душа и тело взаимосвязаны, графотерапия способствует достижению расслабления мелких мышц руки при письме, то есть в действии. Важно обратить внимание на то, что не напрягаться в действии намного сложнее, чем не напрягаться в состоянии покоя и бездействия.

С приходом автоматизма психофизически человек привыкает пребывать в более спокойном и менее стрессовом состоянии.

В заключение хочу сказать, что графотерапия безусловно имеет, как минимум, не меньше прав на существование, чем арт-терапия, или танс-терапия, или трудотерапия. Все это, так или иначе, направлено на душевную реабилитацию путем внешних воздействий на внутреннее состояние человека, на его личность.

## Приложение Графологическая мастерская в вопросах и ответах

О влиянии тремора, мышечного напряжения и нарушении координации

...

*Влияют ли тремор, мышечное напряжение, нарушения координации на почерк?*

Влияют, и сильнее всего! Если об этом не сообщать и анализировать почерк с обычных позиций, то заключение немного будет стоить.

Например, графолог может подумать, что перед ним типичный почерк престарелого человека, и никак не коснуться, не прокомментировать эти явления! А если, например, сказали возраст человека (что он молод), но не сообщили, что он принимает лекарства, дающие определенные побочные эффекты (мышечное напряжение, тремор, плохую координацию) – тоже ничего хорошего, получится «ужасающее» заключение, тогда как в реальности у человека все не так и плохо...

Что означает постоянная обводка букв?

Из письма М.:

...

*Человек пишет текст, а потом еще раз обводит буквы, примерно через одну-две. И весь текст получается испещрен такими обводками. Пишет сначала коряво, а потом обводит, как будто боясь, что не сможет потом прочесть свой же почерк.*

Прежде всего приведу общее объяснение. В графологическом анализе практически нет ни одного графического элемента, признака и явления, которые бы интерпретировались однозначно, то есть сами по себе. У одного и того же явления могут быть как минимум два разных, а часто – диаметрально противоположных значения! И «хорошее» и «плохое». Все

зависит от сочетания со многими другими чертами, то есть от конкретного почерка (от личности, возраста, ситуации, проблем и т. д.). Та особенность, о которой говорится в письме, также может означать разные вещи. Вот самые распространенные варианты:

1. Человек просто находился в задумчивости и обводил машинально. В таком случае это практически не имеет значения.

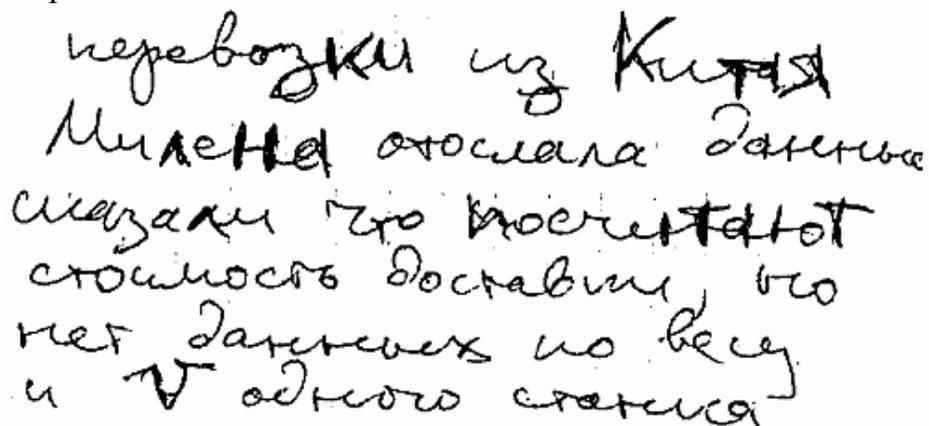
2. У человека имеется глубокое психологическое неблагополучие. Осознанно или неосознанно, но он находится в состоянии сильного внутреннего страдания, душевной беды. Хроническое чувство вины.

3. Человек обсессивен (навязчивости).

4. Если исправления не помогают ясности, а только усугубляют нечитабельность, вкупе с дополнительными признаками, это может говорить о нечестности, скрытности и лжи.

Вот основные объяснения, если не видеть почерка.

Если видеть почерк, откроются более конкретные мотивы и характеристики:



перевозки из Китая  
Милена отослала данные  
магазину что посчитают  
стоимость доставки, но  
нет данных по весу  
и V одного предмета

В контексте конкретного почерка данное явление в сочетании с общей высокой неоднородностью, несбалансированностью, нечитабельностью и перепадам многих других параметров в почерке дополнительно к перечисленным выше значениям может говорить и о том, что его автору «есть что скрывать»; не имея четкого внутреннего «стержня», он может как бы невольно втягиваться в разные истории. А окружающим его людям не стоит излишне доверяться ему, стоит в общении с таким человеком проявлять большую критичность.

Что мешает мне жить?

Из письма С:

*Здравствуйте, Инесса Игоревна. Примерно полгода нахожусь в кризисе, из которого до сих пор не могу выбраться. Не могу принять решение и начать хоть какое-то поступательное движение, чтобы эти мучения наконец прекратились. Я сильно обидел близких мне людей и переживаю сильнейшую драму по этому поводу дополнительно ко всем своим комплексам, блокам и барьерам. Чувствую себя потерянным. Теперь мучаю себя и близких, и все чаще в голову приходят мысли о суициде. Головой понимаю, что надо что-то предпринимать. Но не могу расставить приоритеты и решить, чего хочу и что делать. Куда двигаться. Окончательно запутался в себе и не могу адекватно оценить ситуацию, в которой нахожусь. Посмотрите, пожалуйста, на мой почерк и подскажите, какие барьеры мешают мне начать нормально жить, научиться осознанно принимать решения. Я боюсь в какой-то момент понять, что мне прямой путь в психбольницу, и надеюсь, что с вашей помощью смогу перебороть свое состояние.*

*Здравствуйте, Инесса Игоревна.  
Возможно мое сообщение в форуме покажет на крик о помощи, но это действительно крик о помощи. Потому что я на перекутке жизненных путей и не вижу абсолютно ничего хорошего впереди. Заранее благодарен Вам за помощь*

Несмотря на перечисленные допущенные ошибки и причиненные другим обиды, почерк (подсознание) этого человека позволяет увидеть истинное положение вещей.

Изучив особенности личности, я прихожу к заключению, что это собственное восприятие невольно несколько искажает и драматизирует ситуацию. Дело в том, что с самого детства этому человеку приходилось заставлять себя чему-то соответствовать, он постоянно контролирует себя, кожей чувствует критику извне и потребность быть в норме. Этот внутренний контролер уже стал второй натурой, и очень трудно быть настоящему непосредственным, быть собой в общении и отношениях с окружающими. Таким образом (я ни в коем случае не хочу как-либо обидеть и знаю, сколько мучений причиняет человеку то, о чем буду говорить

далее), главная проблема – в маске, социальной маске, которую нелегко снять, которая обязывает.

Возможно, разговор об этом понятии для С. неожидан, но стоит задуматься об этом, не протестовать сразу, ведь речь пойдет о подсознательном (а значит, неосознанном, невольном) механизме. Часто проще бывает объяснить это третьему лицу, чем самому автору почерка, однако надеюсь на понимание.

Маска – это защитный механизм, который обычно развивается в условиях угрозы подавления своего Я, своей личности. Это почерк закрытого и внутренне, душевно одинокого человека. Также можно утверждать, что он очень чувствительный, многое переживает внутри, опасаясь откровенно поделиться своими чувствами и переживаниями с другими. Это благодатная почва для формирования своеобразной формальной маски. Однако на самом деле она не столько защищает, сколько ограждает человека от жизни, сближения с окружающими, ставит барьеры по всем направлениям в жизни и не дает двигаться дальше.

Интересно, в какой атмосфере рос С? Почерк указывает на конфликт в отношениях с матерью, какие чувства он испытывал(ет) к ней, какими были отношения с ней? Так или иначе, его жизнь наполнена жесткими запретами, он живет, как бы лавируя между разными табу и ограничениями. Отдушину для себя находит в интеллектуальной области, в размышлениях, познании нового, любознательности.

Чувствуется сильное желание подняться выше и неудовлетворенность своим положением, я вижу, что в С. есть все для этого, есть хороший потенциал и в личностном плане, и в карьере.

Единственное, что нужно, – это начать понемногу принимать себя таким, как есть, поверить в себя, перестать постоянно заниматься самообвинениями и уважать себя. Тогда и та самая маска начнет растворяться, да и сам С. сможет более объективно смотреть на ситуации, понимать, что не все его проблемы действительно его.

Так же как долгие годы сидящие в нем чрезмерный самоконтроль и четко выученная, выдрессированная маска-имидж являются тормозом в жизни, так и хорошая самооценка, внутренняя свобода и необходимая доля разумной спонтанности, естественности станут двигателем, позволяющим снизить общее психологическое и физическое напряжение, понять лучше, что хочет С, легче и увереннее принимать важные решения.

*Инесса Игоревна, вы очень точно упомянули многое из того, что меня беспокоит, если не сказать – ненавижу в себе, и что сыграло со мной злую шутку. Я рос во внешне благополучной семье. Постоянно работающие отец-водитель и мать-педагог (начальные классы). Большое влияние на мое воспитание в младенчестве оказывала бабушка (тоже педагог), которой меня часто отдавали в раннем детстве.*

*Мать довольно сложный человек, и отношения с ней были и остаются такими же. В памяти осталось то, что мне практически не отказывали, а иногда и навязывали мелкие радости (мороженное, карусели и т. п.), но я точно помню, что отношение ко мне было такое, будто я ученик из ее класса. Это было и в детсадовском возрасте, и в начальной школе, и потом, когда мои сверстники укреплялись в своей самостоятельности. Причем это отношение, как правило, выражалось в критике и нравоучениях по отношению ко мне и тому, что я делал. По крайней мере, поощрений за хорошо сделанную работу я не помню. Становясь старше и нуждаясь в каком-то авторитетном мнении и правильной оценке своих действий или хотя бы разумных ответах на свои вопросы, я вместо этого получал все те же нравоучения и критику детского уровня.*

Как я уже говорила выше, действительно, посредством почерка подсознание, мозг «рассказывает» про конфликтность с матерью и сложную атмосферу в семье в период формирования данной личности, более того, даже травмирующие переживания в этой связи. Поскольку особенно явно это видно, в частности, в «треугольных» петлях букв «у» и «д», намекающих на более чем просто повышенную самокритику, на настоящие внутренние запреты и табу.

Как найтись и не потеряться?

Из письма Е.:

...

Меня интересует вопрос самореализации и отношения с окружающим миром: коммуникативные способности и общение с людьми. Правда, хотелось бы еще узнать, какие можно сделать выводы в области соционики? Интересует состояние дихотомий, кроме I/E. С указанной и так все понятно...

Здравствуйте, Ивесса!.. Надо сказать, что была в восторге, когда случайно обнаружила ваш сайт, пожалуй это ваши материалы для меня интересны и увлекательны, и вообще. Самообразование занимает немалое место в моей жизни. Так хочется наконец-то себя познать и удивиться от всех существующих табуированных.

По поводу соционических дихотомий, подразумевает ли E., что она прежде всего интуитивный этик? Причем, если она считает себя экстравертом – это неверно, так как в ней присутствует большая доля интроверсии. За экстраверсию часто может приниматься присущая таким людям эмоциональность.

Именно интуитивная составляющая постоянно вносит смятение в мысли E., заставляет сомневаться и колебаться в принятии решений. Ослабленная функция сенсорики делает конкретику ее слабым местом. Кроме того, хотелось бы узнать: пойдя в экономическую область, какое именно направление E. выбрала? Это важно, так как профессия должна приносить удовлетворение. Надо сказать, что часто типология не отвечает на все вопросы индивидуальности, более того, иногда она просто не подходит для понимания особенностей конкретной живой личности.

Вот, например, индивидуальность E. С одной стороны, сильная этическая составляющая не оставляет сомнений. По законам типологии это означает, что она не может уже быть логиком. Однако случилось так, что вследствие определенных своих затруднений и появившихся со временем комплексов то, что мы видим на поверку (ставшее как бы ее второй натурой) – это постоянная рационализация (поиск объяснения, логики) своих чувств, критический подход, прикладываемые волевые и сознательные усилия по самоконтролю. То есть, несмотря на то что она была рожденной «мыслить сердцем», она заставляет себя жить по законам логики. Таким образом, так или иначе, но E. – человек, который очень старается быть рациональным и независимым от влияния эмоций или других людей. Вот и имеем внешне приобретенного логика.

Однако часто ей быть такой, как хочется, то есть вопреки своей природе, не получается, и это порождает некоторый внутренний конфликт. Дело в том, что происходит следующее: то она излишне укрощает себя, то ее натура все-таки прорывается, и она об этом жалеет. В результате это выражается в несбалансированности в общении с окружающими: то в излишнем увеличении межличностной дистанции, то в ее сокращении до тесноты. Происходит то, что она не удовлетворена своими отношениями из-за проблемы коммуникации, стиля интеракции с людьми. Е. чувствует, что ей есть много, очень много чего выразить и высказать, но она пресекает это в себе, не позволяет из-за своей критичности, чтобы «не надоест».

...

*В чем выражается наличие эмоциональности? В неуравновешенном расположении букв/слов в строчках? Их движении?*

Нет, описанные Е. явления не имеют отношения к эмоциональному (как и этическому) типу, это как раз признаки интуитивного начала, непостоянство. Эмоции, как ни странно, в основе своей рациональны, поскольку имеют под собой конкретную систему ценностей, на которую опираются все реакции и восприятие человека. Только в отличие от логиков у эмоционалов система более субъективна и связана с личной вовлеченностью, кроме же этого, и те и другие постоянны и предсказуемы в своих стилях.

Наличие эмоциональности, богатого внутреннего мира чувств выражается и проверяется в форме, размере букв, выраженной срединной зоне букв, организации текста на листе, расстояниях между строк и слов.

...

*Каковы черты почерка состоявшейся, сформировавшейся личности? Чем он отличается? Уверенностью, постоянством, определенной аффектированностью букв?*

Вопрос на миллион! Для этого надо изучить графологию, и тогда можно понять, каковы эти черты. Говоря очень грубо, можно

сформулировать так. Самый главный признак – такой почерк создает впечатление умеренности и гармоничности, этакой золотой середины. Это включает, как верно предположила Е., постоянство (своего рода устойчивость) в исполнении элементов, в движениях, напряжении-расслаблении, нажиме, скорости, уверенности и спонтанности. При этом отсутствие аномалий и крайностей (что не означает банальности или монотонности). Все это немного трудно объяснить, но главный смысл в том, чтобы было сбалансированное выражение в почерке желаемого и имеемого, общего удовлетворения своей жизнью.

...

*В чем выражена та логика в моем образце? В восходящем направлении/нажиме штрихов/элементов букв?*

Нет, с этим нет никакой связи. Но мне интересен ход мыслей Е., а почему она предположила связь именно этих особенностей почерка с логикой?

Е. не логик, но в ее случае есть постоянное стремление к рациональному подходу, взвешенности, логической критичности. Об этом говорит, например, распределение текста и расстояния между строк и слов, прямонаклонность почерка, сдержанная скорость почерка, неспонтанность.

Она не логик от рождения, но невольно призывает себя жить и вести себя как логик, привила себе даже чересчур сильный самоконтроль и самокритику. Стремясь к внутренней независимости от влияния извне, посредством рационального, рассудочного подхода она пытается страховать себя от ошибок или разочарований, но побочный эффект этого подхода в подавлении своих чувств и самовыражении, приятии себя такой, какая есть.

...

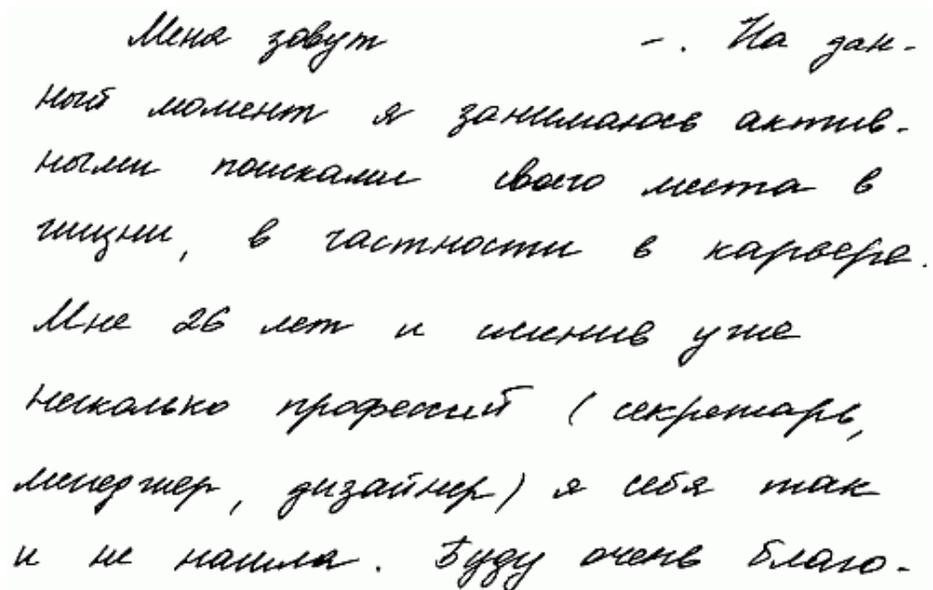
*По чьим трудам можно изучать современную графологическую науку? Есть ли оно на русском языке?..*

Таких трудов немало, есть просто-таки гениальные авторы и отличная литература (например, см. раздел «Библиография» на этом сайте), однако подобного уровня трудов по современной графологической науке на

русском языке, к сожалению, просто не существует, можно говорить лишь о популярной литературе. Наиболее стоящая литература написана на языках тех стран, где графология очень развита и популярна: на немецком, французском, иврите и английском языках. Есть кое-что на итальянском. Но у не читающих на этих языках, к сожалению, есть проблемы с качественным материалом.

О выборе профессии

Из письма К.:



Меня зовут - . На данный момент я занимаюсь активными поисками своего места в жизни, в частности в карьере. Мне 26 лет и шеннв уже несколько профессий (секретарь, менеджер, дизайнер) и себя так и не нашла. Буду очень благо-

К. спрашивает о работе, но в этом контексте не избежать разговора о личности. В ее случае – несколько более подробного, нежели обычно. Да и она сама, скорее всего, понимает, что графологический анализ почерка не может сводиться к паре перечисленных специальностей. Наверняка ее также интересует и то, почему ей подходит одно и не подходит другое, и то, что она за личность, каковы ее сильные и слабые стороны – их очень важно знать, чтобы далее уже самостоятельно принимать различные решения в своей жизни.

Итак, прежде всего – К. умна, несмотря на молодой возраст в ней уже давно отсутствует детская незрелость или инфантилизм, она и в более юном возрасте ко всему относилась исключительно серьезно и по-взрослому.

Отчасти своему раннему взрослению и потере непосредственности К. обязана своему прошлому (раннему возрасту, воспитанию и самовоспитанию), отчасти своим психологическим затруднениям. Хотя и достаточно поверхностно, но мне кажется, что стоит о них также упомянуть.

Поскольку мы коснулись слабых сторон личности К., я бы сформулировала их так. Это абсурдно, но ее слабые стороны – в недопущении слабости, в чрезмерной силе и применяемом к себе волевом

усилии! Возможно, ей не сразу удастся понять и принять это определение – ведь это ее «форма жизни», которая настолько стала другой натурой, природой К., что и не осознается. И тем не менее это так и есть.

Я хотела бы поговорить о проблемах – судя по почерку, К. согласится выслушать и очень внимательно отнесется к сказанному, хотя некоторые вещи и ей придется еще обдумать, поскольку она не до конца свободна от стереотипов, в том числе и тех, которые касаются и ее самовосприятия, главное, не торопиться – мы поднимаем глубинные подсознательные вещи, которые часто не принимаются на сознательном уровне.

Итак, К. – человек, который буквально не может пережить неопределенности и состояние неизвестности. Неопределенность в жизни – личной или профессиональной – ею воспринимается достаточно драматически, вызывает много беспокойства, она не смогла бы спокойно жить, не замечая «подвешенного состояния». В этом смысле ею движут не столько амбиции, сколько внутренний подспудный страх, тревога оказаться беззащитной или зависимой от недостаточно надежной работы или какой-либо нестабильности, когда нет всех ответов. К. и риск – два несовместимых понятия, К. и перестраховка – понятия, сочетающиеся куда лучше.

Происходит то, что, находясь во власти вот такой озабоченности, она «боится сметь», проявлять инициативу, видна несколько излишняя осторожность, которая тормозит ее в жизни от того, чтобы просто полностью быть самой собой. Кроме того, масла в огонь подливают перфекционизм (подспудно не прощает и не разрешает себе ошибок) и внутренние запреты. Ключевое слово – контроль, завышенный контроль, желание (конечно, несознательное) максимально, а лучше тотально контролировать свою жизнь. Но это утопия по определению – отсюда развивается разочарование, недовольство несовершенством – и собой, и устройством мира. Внутреннее закрывание от него начинает проявляться глубоко сидящим опасением доверяться и доверять. Со стороны это может восприниматься как скрытность, недоговаривание или излишняя осторожность.

А на деле это прежде всего зажатость чувств, контроль, не дающий им проявляться. Конечно может не пострадать «социальный аспект»: нет полного доверия и понимания с людьми недостаток легкости, душевной вовлеченности, интерактивной адаптации в социуме, навыков полностью открытого, откровенного общения – ведь стоит бронированная отстраняющая защита от него, чтобы не допустить уязвимости. Наконец, на деле – постоянное ощущение внутреннего одиночества (неважно, каков семейный статус или сколько бы человек ее при этом окружало),

дистанцирования в отношениях, неспонтанности, скованности, отсутствия внутренней свободы.

Есть следы детских травм или относительно ранних переживаний, желание забыть прошлое, убежать от него (от себя) в будущее или вовне, полностью углубиться в какую-то активность или действия.

Важно распознать и уличить движущего К., жесткого и негибкого внутреннего цензора. Мироззрение – скорее «жизнь – борьба», а не «принцип удовольствия». Этот суперстрогий цензор привел к привычке много думать, анализировать, критиковать себя, чтобы не допускать ошибок. Привел к напряжению, неудовлетворенности. И область карьеры, о которой говорит К., только часть этого недовольства собой, так как у нее слишком оценочное отношение к себе, без права на ошибку. Много энергии тратится на «самоукрашение» и жизнь – не столько «своим путем», сколько волевым усилием, и это не дает до конца расслабиться (со временем могут возникнуть боли в крупных мышцах тела, шейном или плечевом отделах).

Разумеется, что у любой медали – две стороны. Даже психологические затруднения могут давать свои преимущества! Этим-то и нужно воспользоваться, размышляя о наилучшем направлении для самореализации.

К., безусловно, присуща четкость мышления и действий, стремление к ясности и определенности во всем. Рациональный, логический подход – предпочитает семь раз отмерить, все перепроверить. К. присущ высокий моральный и этический уровень, честность, формальная вежливость, законопослушность, принципиальность (может даже превращаться в категоричность). Движущие силы – это больше, чем просто воля, К. движет прежде всего чувство долга, слово «надо» – и никаких сантиментов!

Обладает ровностью (нет перепадов) в самовосприятии, настроении, тоне, работоспособности, поведении. К. излучает постоянство, предсказуемость, надежность. Хорошо воспринимает жесткость рамок, они даже нужны ей. Обладает мерой формализма, умением соответствовать «уровню», держать «марку». К. не человек настроения. Особое уважение вызывает ее высокая самодисциплина. Кроме того, К. достаточно стрессоустойчива и не импульсивна – это редкость.

Кстати, рутина не плохое слово, и она, как и предсказуемость, как и достаточная доля консерватизма, ограничивающие и одновременно страхующие рамки, К. нужна. Именно такие компоненты деятельности будут для нее надежны и позволят спокойнее работать, не опасаясь неожиданностей, подвохов, необходимости каждый раз импровизировать и на ходу выкручиваться в сложных ситуациях, принимать решения

одновременно по нескольким вопросам, порой не имея возможности добыть все факты.

Работа, сфера или род деятельности больше всего подойдут такие, где ценят критичность, анализ, конкретику, рациональный подход, прагматизм. Где ориентация не столько на субъекты, сколько на объекты.

Не стоит ориентироваться на области, где в центре – человеческий фактор (а если это работа с людьми, то должна быть достаточная дистанция и рамки общения, а не разговоры по душам).

Для К. подойдет то, что включает обязательно точные рамки работы, – хотя терпения как такового у нее хватает запросто и на длительные проекты. То, где может найти применение ее любовь изучать, вникать и углубляться. Менеджмент (хотя она и писала, что пробовала), но не людей, а проектов, там где говорят больше не словами, а делами, результатами. При этом – не в умозрительной области, а в осязаемой, наглядной.

Воображение, фантазия, импровизация, метафизические сферы, которые интересны для мыслителя, философа, теоретика, ученого или чистого креативщика-импровизатора, не принесут ей наибольшей самореализации. Только реалистичные, естественные области или дисциплины.

Исходя из всего, рассказанного выше, можно выбирать из следующего списка: инспектор, критик, редактор, офис-менеджер, инструктор, гид. Работа с людьми в конкретных областях, где помощь советами или действиями, и не требуется заниматься ими как личностями, психологически реабилитировать и т. д.

Специальности или должности, связанные с информацией и знаниями: ее сбором и упорядоченной передачей людям.

...

*Как вы думаете, Инесса, осилю я собственное дело, если уберу свои страхи?*

Избавиться от страхов – дело очень полезное без связи с предпринимательством! Но с другой стороны, не страхом единым, точнее, его отсутствием, жив предприниматель.

К. осилит собственное дело, но не в одиночку, а при условии, что подберет себе партнера(ов), который сможет прикрыть ее там, где это необходимо больше всего: ей нужен верный партнер, который силен в плане предпринимательской жилки, был бы талантливый дельцом, обладал

тактическим подходом и пробивными способностями, то есть знал, где и как стоит действовать. Неплохо было бы, если бы у него была пиарская хватка.

Это может быть просто более опытный партнер, и не обязательно один человек, а может быть команда единомышленников.

Но в одиночку К. не сможет нести слишком непомерный для нее груз всевозможных рисков. Если она пойдет в бизнес, человеку ее склада прежде всего необходима подстраховка, которую можно получить в лице верных друзей по делу.

Я не знаю, о какой области К. думает, но если это позволяет быть фрилансером или работать в режиме свободной профессии – можно попробовать. Но надо помнить: главное для К. слово – «стабильность», и возможно, не стоит рисковать всем (даже ради своего дела), часто там слишком много головной боли.

#### Примечания

1

Прежде всего показаны области применения графологического анализа в Европе и Израиле.

2

Важно не путать процесс осознания с интеллектом, поскольку последний присущ и некоторым животным, что помогает им в процессе выживания или адаптации, но не делает их совестливее и не создает у них моральных ценностей.

3

Понимание этого не является оправданием или легитимацией с моей стороны антисоциального поведения. Моральная оценка сама по себе, исследовательски глубинная – отдельно (психолог или графолог не судит, а анализирует).

4

Многие признаки не так очевидны, как кажутся, и, как всегда в профессиональной графологии, требуют прежде многих «живых» тренировок.

5

Об этом уже подробно рассказывалось на страницах первой книги серии, под названием «Как расшифровать почерк, или Графология шаг за шагом».