

# БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ



МИФЫ  
И  
РЕАЛЬНОСТЬ

ПАВЕЛ СОБОЛЕВ

**Павел Соболев**  
**Бессознательное:**  
**мифы и реальность**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=39470270](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=39470270)*

*SelfPub; 2023*

*ISBN 978-5-532-11337-4*

**Аннотация**

О бессознательном (или подсознании) слышали все. Для большинства людей этот феномен плотно связан с работами Фрейда и других психоаналитиков. Но в силу неоднозначного статуса психоанализа в современном мире возникает и столь же неоднозначное отношение к самому бессознательному, то порождая фантастические его интерпретации в духе невиданных сил Вселенной, то вовсе отрицая его существование. Мало кому известно, что бессознательное активно изучалось и средствами академической науки и полученных данных достаточно, чтобы развеять или подтвердить многие бытующие мифы.

# Содержание

ВВЕДЕНИЕ	4
1. Сознание и бессознательное	7
2. Неосознаваемые мотивы и память	42
Конец ознакомительного фрагмента.	84

# Павел Соболев

## Бессознательное: мифы и реальность

### ВВЕДЕНИЕ

Явление бессознательного, под влиянием революционных работ Зигмунда Фрейда эффектно ворвавшееся в философские диспуты начала XX века, со временем из сферы сугубо научной перекочевало и в сферу обывательского сознания. Постепенно вся культура оказалась буквально пронизана идеей бессознательного, и в итоге об этом явлении не слышал, пожалуй, только слепоглухонемой, не владеющий азбукой Лорма. Следствием этого ухода концепции "в массы" непременно стала **мифологизация** бессознательного – поскольку никто изучением явления утруждать себя не хотел, а вот посудачить желал каждый. Так бессознательному суждено было превратиться и в "мост с памятью предков", и в "кладовую инстинктивных образов", и в "проводник к источнику Космического Разума", и во много что ещё, чего без доли юмора точно никак придумаешь. Кочуя из одной обывательской фантазии в другую, феномен бессознательного об-

растал всё более непробиваемой толщей мифов. Мифологизация бессознательного даже породила целые квазирелигиозные культы сродни пресловутому фильму "Секрет" по одноимённой книге Ронды Берн и отлично продаваемые книги Джо Диспензы, и многих других авторов, утверждающих, что "Подсознание может всё", и усиленно призывающих людей практиковать визуализацию и многие другие методы с целью "программирования" бессознательного для достижения необходимых целей. А параллельно этому явление бессознательного достаточно активно исследовалось в научных лабораториях, где с каждым десятилетием устанавливались реальные механизмы его функционирования. Но поскольку именно наука представляет для обывателя реальное эзотерическое знание (так как сокрыто от него в скучных текстах толстых книг и, как правило, без картинок), то две эти сферы представлений (обывательского и научного) продолжили нигде не пересекающееся существование: учёный продолжал ставить удивительные эксперименты, а обыватель продолжал создавать удивительные фантазии.

На данный момент явление бессознательного изучено если не вдоль и поперёк, то очень и очень добротнo и под самыми разными углами. Целью данной работы и является донести всё, что известно современной науке о бессознательном, до обывателя, чтобы избавить его от мучительного неведения и от сладкого фантазирования одновременно.

## **Из этой книги вы узнаете:**

- 1) Правда ли, что в глубинах психики сохраняется почти всё однажды увиденное и услышанное?
- 2) Правда ли, что мыслительные процессы (включая счёт и понимание слов) происходят в глубинах психики без нашего ведома?
- 3) Правда ли, что на поведение человека можно влиять с помощью скрытых воздействий (пресловутый 25-й кадр)?
- 4) Правда ли, что наша личность проста и однозначна, как часто видится нам?
- 5) Правда ли, в нашей психике существуют некие врождённые архетипы, как об этом писал Юнг?
- 6) Правда ли, что сновидения могут нам о чём-то сообщать?
- 7) Есть ли смысл читать сонники?
- 8) Видят ли сны слепые от рождения люди?
- 9) Существует ли вытеснение нежелательной информации, как об этом писал Фрейд?
- 10) Что такое интуиция, если сдуть с неё налёт мистики?
- 11) Правда ли, что мы взрослеем окончательно и бесповоротно?
- 12) У всех ли людей бессознательное одинаково?
- 13) Что из себя представляет бессознательное в принципе?

# 1. Сознание и бессознательное

*"...я думаю, что ненамеренное проявление моей собственной душевной деятельности вполне может разоблачить что-либо скрытое, опять-таки относящееся лишь к моей душевной жизни; если я и верю во внешний (реальный) случай, то не верю во внутреннюю (психическую) случайность".*  
Зигмунд Фрейд, "Психопатология обыденной жизни".

Кто-то считает, что человек рождается с интеллектом.

Кто-то считает, что человек рождается и с сознанием уже в готовом виде – а по ходу взросления лишь происходит накопление опыта, расширение багажа знаний.

Если даже в ограниченной научной среде до сих пор присутствуют сторонники точки зрения, что интеллект передаётся по наследству, то что уж говорить в таком случае о глубоко бытовом уровне понимания данного вопроса.

Но на деле психика человека – сложнейшее явление, которое только можно придумать. И ещё лет сто пятьдесят назад, на самой заре научной психологии, взгляды на человеческую психику были неопишимо просты – словно это нечто, свойственное человеку изначально, до всякого опыта.

Да что ссылаться на взгляды вековой давности: и по сей день много наивных сторонников той позиции, что и заро-

дыш в утробе матери уже обладает сознанием и оперирует категориями "мама", "папа", "Я" и "биржевой опцион".

Несмотря на тот факт, что ещё около сто лет назад была высказана и доказана точка зрения, что ребёнок человека от рождения не обладает высшими психическими функциями (Пиаже, Выготский), и что они сами по себе не развиваются, но только в контакте со средой и другими людьми, сейчас этот немаловажный факт известен лишь тем, кто этим глубоко интересуется.

Первые годы жизни ребёнок проживает совершенно бессознательно. Он не понимает, что происходит вокруг, как происходит, почему, он даже не понимает, что именно он сам делает и как.

Мышление ребёнка в самую раннюю пору освоения речи представляет собой попытки совмещать несовместимое, увязывать неувязываемое, придавать значение случайному.

В своих суждениях ребёнок никогда не замечает противоречий – всё потому, что ему пока что напрочь неизвестна какая бы то ни было логика.

Если спросить ребёнка, почему деревянная лодка не тонет, он ответит, потому что она лёгкая. Если же его спросить, почему и корабль не тонет, он ответит, потому что он тяжёлый.

И для ребёнка это нормально. Противоречий для него не существует. Он ещё слишком мал, чтобы оценивать всю полноту взаимосвязей между явлениями. Его психический ап-

парат ещё слишком незрел.

Если же спросить ребёнка о некоторых причинных связях, то его ответы также не будут содержать никакой логики – обычно ребёнок только лишь ограничивается перечислением признаков объекта, как будто бы это что-то объясняет. К примеру, когда ребёнка спрашивают, почему солнце не падает, он отвечает "Потому что жарко" или "Потому что оно жёлтое".

Самый маститый исследователь формирования человеческой психики прошлого века Жан Пиаже не просто создал обширную теорию происхождения и развития интеллекта у ребёнка, но буквально по кирпичикам фактов и экспериментов собрал гигантский теоретический замок, которого не существовало прежде.

Теория возникновения и развития интеллекта Пиаже сложна и многогранна (кто захвётся только прочесть его 52 книги и 458 статей, написанные единолично и в соавторстве, тому уже памятник ставить можно). Даже его основной оппонент – гений отечественной психологии Выготский – признавал, что теория Пиаже это шаг вперёд по сравнению с традиционной детской психологией, и восхищался колоссальным потоком приводимых фактов самой разной степени значимости.

Не будет преувеличением сказать, что с момента смерти Пиаже в 1980-ом не нашлось ещё в научном мире исследователя или даже группы исследователей, которые бы внес-

ли в понимание развития мыслительных процессов человека столь же значительный вклад, что и Пиаже.

Пиаже установил, что хотя определённые умственные способности и появляются у детей примерно в одинаковом возрасте, у некоторых они могут выявиться раньше или позже. Но, как бы там ни было, а порядок появления тех или иных мыслительных способностей у каждого ребёнка строго неизменен, поскольку развитие интеллекта – это формирование нового качества на основе уже существующего.

Развитие мышления – процесс непрерывный. Согласно Пиаже, этот процесс всегда разворачивается в строгой последовательности – от стадии к стадии.

На первой из них ребёнок даже не имеет представления о том, что предметы существуют и вне его поля зрения. Если ребёнку до 2 лет показать какой-либо предмет, а потом закрыть его ширмой, то в его понимании этот предмет попросту перестаёт существовать. Если предмет исчез из поля зрения, значит, он исчез совсем. Другими словами, в представлениях ребёнка ещё нет концепции постоянства предметов.

Пиаже прямо говорил, что самые первые месяцы жизни ребёнка – это чистый солипсизм (то есть убеждение, что в мире нет ничего, что может находиться за пределами восприятия в данный момент). В представлении ребёнка весь окружающий мир слит с ним самим воедино, поскольку ещё нет никакого осознания, что вот это – **мои** руки и **мои** ноги. Нет вообще никакого понимания, что вот это **я**. У ребёнка

ещё отсутствует какое-либо самосознание и понимание того, что он – это **он**

Но ребёнок с первых минут рождения начинает активно взаимодействовать с окружающей действительностью. Он наблюдает и вступает в контакт с миром предметов.

Это самые зачатки понимания мироустройства. Открытие мира для себя. И начинает ребёнок это понимание с первых ощупываний руками, захватов ртом и слабых поползновений. Такими черепашьими методами он познаёт мир вокруг себя. Открывает его с самого нуля. И всего за несколько лет совершает самый настоящий прорыв, вознося свою психику на совершенно новый уровень развития.

Изначально у ребёнка не имеется даже никаких представлений о причинности. Ребёнок не понимает, что одно явление происходит в силу того, что сначала происходит какое-то иное явление, не только предшествующее первому во времени, но и делающее возможным его возникновение. То есть и причинность – феномен, который ребёнок **сам** открывает для себя на своём собственном опыте в ходе многочисленных манипуляций с предметами и наблюдений за окружающей действительностью.

В своей операциональной концепции развития интеллекта Пиаже настаивал, что мыслительные операции, которые со временем осваивает ребёнок, первоначально осваиваются им в предметно-действенной сфере – сначала ребёнок контактирует с предметами, вставляет один в другой, перевора-

чивает их, преобразует во взаимодействии друг с другом, пересыпает, переливает, надламывает. И только потом он научается проделывать с ними все те же операции, но уже в уме.

Так, операции, совершаемые в предметно-действенной сфере, переходят в операции, совершаемые в уме. Не было бы активного контакта с действительностью, то не было бы и мышления как такового.

Процесс, который обозначает переход операций, первоначально осуществлённых во внешнем плане, в план внутренних (мыслительный), называется **интериоризацией**

В научной психологии интериоризация – одно из ключевых понятий, которое лежит в основе развития всей психики человека.

Говоря житейским языком, интериоризация – это впитывание.

Или вращивание, как любил говорить А.Н. Леонтьев.

Вращивание структур некоторых внешних событий в психический аппарат человека, которые дальше образуют там определённую схему для взаимодействия с окружающей действительностью – это и есть интериоризация. То есть общие схемы внешних событий вращиваются в психику, внедряются в неё и формируют там схемы внутренних событий – то есть мыслительные операции.

*"Для того, чтобы познавать объекты, субъект должен*

*действовать с ними и поэтому трансформировать их: он должен перемещать их, связывать, комбинировать, удалять и вновь возвращать. Начиная с наиболее элементарных сенсомоторных действий (таких, как толкать, тянуть) и кончая наиболее изоцирэнными интеллектуальными операциями, которые суть интериоризированные действия, осуществляемые в уме (например, объединение, упорядочивание, установление взаимно-однозначных соответствий), познание постоянно связано с действиями или операциями, т.е. с трансформациями" (Пиаже, 2001. С. 107).*

Обозначая суть теории Пиаже в самых общих чертах, можно сказать, что развитие мышления человека – это непрерывный процесс интериоризации внешних операций с предметной действительностью во внутренний, психический план. Так возникают зачатки мышления, самые общие его контуры. Иными словами, свою логику человек развивает не как некий абстрактный, независимый от реального мира конструкт, а исключительно как результат активного взаимодействия с этим миром.

Ребёнок черпает свою логику из самих предметов, из тех операций, которые он самостоятельно с ними проделывает в ходе многих и многих повторений – изначально логика заключена именно здесь, во взаимодействии с предметами и между предметами.

*"... практическая деятельность человека миллиарды раз должна была приводить сознание человека к повторению разных логических фигур, дабы эти фигуры могли получить значение аксиом" (Ленин В.И.).*

Образно говоря, изначально психика человека – снаружи. Она "рассыпана" по разным аспектам культуры и материального мира, и только в процессе контакта со средой, в ходе деятельности человек "потребляет" свою психику в виде общих схем из внешних событий.

*Думается, здесь не надо даже говорить о несуразности того, слава богу, редкого в научных кругах взгляда, но довольно распространённого в кругах обывательских, согласно которому интеллект может наследоваться, передаваться от родителя ребёнку генетическим путём.*

Между 4 и 7 годами ребёнок уже многое знает и немало понимает, но до сих пор колоссальная часть явлений и взаимоотношений всё ещё сокрыта от его несформированного мышления. Так, если ребёнку показать два куска пластилина, скатанные в два одинаковых шара, и спросить, в каком из комков пластилина больше, ребёнок ответит, что одинаково. Затем, если один из комков раскатать в длинную колбаску и снова спросить, где теперь пластилина больше – в комке или колбаске, он ответит, в колбаске.

Или если выложить перед ребёнком две нити с одинаковым числом бусин и спросить, равное ли число бусин в обо-

их рядах, ребёнок ответит "да". Но если затем взять бусы одного из рядов и растянуть, разложив на большем расстоянии друг от друга, то ребёнок скажет, что в этом ряду бусин стало больше, потому что увеличилась длина всего ряда.

Пиаже окрестил такие суждения неспособностью к сохранению, что означает неумение ребёнка понимать, что количественные характеристики предмета (вес, объём, длина, количество вещества) не меняются вне зависимости от того, каким образом они представлены.

Подобных интересных нюансов в формирующемся мышлении ребёнка очень много.

Но в ходе опыта, совершая всё больше и больше разнообразных операций в предметно-действенной сфере, ребёнок путём интериоризации постоянно усложняет схемы отображения действительности в своей собственной психике. Мышление ребёнка в своём развитии непрерывно перешагивает с одной стадии на другую.

И если у кого-то на сугубо бытовом уровне когда-то и существовало мнение, будто человеку какая бы то ни было логика присуща от рождения, то Пиаже со всей обстоятельностью доказал, что интеллект человека – величина динамическая, формирующаяся в отношениях со средой и в этих же отношениях развивающаяся.

Но важно также и другое, что и сознание тоже не дано ребёнку от рождения.

Первые годы своей жизни ребёнок живёт исключительно

бессознательно. Он может совершать невероятное множество движений, большая часть его действий будет иметь очевидную целесообразность для достижения какого-либо конкретного результата, но осознания этого у него всё равно ещё нет.

Даже совершая сложные действия, требующие невероятной координации и расчёта, ребёнок всё равно не понимает, как он это делает. Они получаются у него как бы спонтанно, сами по себе, без участия сознания.

Пиаже и Выготский показали, что даже и потом, когда ребёнок постепенно научается говорить, он употребляет часть слов пусть и совершенно правильно, с кажущимся осознанием смысла этих слов, но на самом деле это не совсем так. Когда ребёнка просят объяснить, что означает слово, которое он только что употребил, причём употребил в совершенно верном контексте (к примеру, союзы "потому что", "так как" или "хотя"), ребёнок не может объяснить, что оно значит. Этот факт указывает на то, что понимание слова произошло, что и демонстрируется верным употреблением этого слова в нужном контексте, но понимание это произошло не на сознательном уровне, а где-то глубже – на уровне бессознательном.

Тут мы можем задаться естественным вопросом – а что же тогда такое сознание? Если даже неосознаваемые действия могут обладать намеренностью, целенаправленностью и даже расчётом?

Что такое сознание тогда?

Вообще, интересен тот факт, что дать наиболее точное определение сознанию гораздо сложнее, чем бессознательному. Большинство из нас как бы на интуитивном уровне понимают, что такое сознание, исходя из своего собственного опыта, но вот точно описать феномен сознания в словах – это задача не из лёгких. И уже одно это, кстати, указывает на то, что мы на самом деле не осознаём, что такое сознание, как бы это забавно ни звучало.

В то время как на основе анализа некоторых косвенных признаков у нас имеется вполне сознательно понимание того, что такое бессознательное, у нас нет сознательного понимания самого сознания. У нас есть лишь смутное представление о нём, глубинное интуитивное знание, которое мы не можем выразить в словах. Что такое бессознательное – мы можем сказать относительно легко, а что такое сознание – мы точно сказать не можем. Таким образом, у нас имеется сознательное понимание феномена бессознательного и бессознательное понимание феномена сознания.

Парадокс, но так и есть.

Но, наверное, было бы в какой-то степени забавно начинать речь о бессознательном, не объяснив перед этим, что же всё-таки такое сознание.

Наиболее основательный подход к проблеме сознания продемонстрировал в своих исследованиях гений отечественной психологии Лев Семёнович Выготский. Он вели-

колепно показал и обосновал, как развитие сознания напрямую, даже самым непосредственным образом зависит от овладения речью ребёнком. Именно сам факт овладения речью вызывает развитие сознания как такового.

Но если говорить точнее, то развитие сознания вызвано освоением не только одной лишь вербальной речи, но и вообще всякой знаковой системой (то есть даже языком жестов, используемого глухонемыми).

Каждый из нас, кому доводилось наблюдать маленьких детей, замечал, как склонны они зачастую бормотать что-то себе под нос – совершенно независимо от того, слушает их кто-то или нет. Ребёнок занимается какой-то вознёй с пластилином и говорит об этом вслух – "Сейчас сделаю так, а потом вот так... Вылеплю человечка, пусть маленький будет... Так, сейчас нужно ногу ему сделать" и всё в таком духе... Пиаже считал подобный речевой акт своеобразным эпифеноменом, который не играет сколь-нибудь значимой роли в развитии ребёнка – он назвал это явление **эгоцентрической речью**, то есть речью для себя. Ребёнок делает что-то и параллельно говорит о том, что именно он делает. С позиций Пиаже, эгоцентрическая речь не имеет никакой функции и с возрастом (примерно к 7 годам) просто отмирает.

Но Выготский имел совершенно иной взгляд на это говорение детей.

В своих экспериментах с детьми гений отечественной психологии умело доказал, что на ранней стадии развития ре-

бёнка его речь способствует лучшему решению поставленных задач. Ребёнок начинает проговаривать возникшую проблему вслух (как бы для себя самого), и в этом месте происходит перелом в решении.

Когда всё идёт гладко, и деятельность ребёнка ничем не нарушается, он разговаривает сам с собой не так много. Но стоит только внести в его деятельность некоторые затруднения, так речевая активность **для себя** существенно возрастает. Ребёнок вдруг начинает проговаривать возникшую трудность, оглашать её вслух для себя самого, тем самым чётко очерчивая диапазон возникшей проблемы.

*"Где карандаш, теперь мне нужен синий карандаш; ничего, я вместо этого нарисую красным и смочу водой, это потемнеет и будет, как синее"* – так ребёнок обозначает для себя возникшую проблему и тут же вербально её и разрешает в умственном плане, а затем уже следует сказанному на практике. Здесь можно видеть, как эгоцентрическая речь ребёнка (речь для себя) является не чем иным, как речью планирующей, то есть как бы словесной инструкцией, которую ребёнок даёт сам себе и тут же сам и выполняет. Выготский прямо пишет: "Эгоцентрическая речь [...] легко становится средством мышления в собственном смысле".

Так гений отечественной психологии показал, что первые речевые акты ребёнка, которые он совершает для себя, то самое говорение себе под нос, являются его первейшими актами по осознанию действительности.

Это он просто **мыслит** вслух.

То, что ребёнок называет вслух, им и осознаётся.

Именно вслух ребёнок производит первые свои **сознательные** мысли.

В другом эксперименте перед ребёнком ставили задачу – на шкаф кладут конфету, и он должен её достать. По изначальному замыслу он должен сообразить и воспользоваться для этого палкой, которая тоже имеется в комнате. Пока опыт разворачивается без вмешательства экспериментатора, дети справляются с задачей с переменным успехом. Потом в неудачные попытки детей достать конфету вмешивается взрослый и просит: расскажи, как достанешь? Тогда ребёнок начинает комментировать свои действия вслух, но что особенно интересно, это тот факт, что в таких случаях число успешных решений задачи существенно возрастает.

*Девочке Любе 4 с половиной года. Ей нужно достать конфету со шкафа. У шкафа стоит стул. Также в комнате имеется палка, лежащая на полу.*

*Сначала девочка становится на стул и молча тянется к конфете. Не дотягивается.*

*Вслух говорит "На стуле". Меняет руку и пытается тянуться уже ей. Тоже не выходит.*

*Говорит: её можно уронить вот на тот стул, встать и уронить...*

*Приносит второй стул, ставит рядом с первым, снова взбирается на первый стул и снова тянется. Вслух говорит*

*"Нет, не достать". Молчит, затем видит на полу палку и добавляет "Палкой можно".*

*Девочка поднимает с пола палку и теперь ей удаётся дотянуться до конфеты.*

*Говорит "Сдвину сейчас". Сдвигает, роняет на пол.*

*"Если б на стуле, не достала бы, а палкой достала".*

Вот в этом и состоит секрет сознания. Выделить с помощью слов нечто главное, из всей совокупности информации, имеющейся в поле восприятия.

Пока человек не обладает никакой речью, он не способен выделить для себя самое существенное, что необходимо для решения какой-либо задачи. Потому что в этот момент его внимание как бы рассеивается на все предметы, которые попадают в поле его зрения-слуха-осознания. В голове содержится будто облако разных мыслей, но никакую из них нельзя вычленивать конкретно и обособить от всех остальных. Это облако мыслей так и остаётся всего лишь облаком. Но именно речь делает возможной конденсацию той или иной имеющейся мысли, делает возможным сосредоточение внимания на каком-либо одном конкретном предмете.

Как отмечает ученица Выготского Р. Е. Левина, "что молча воспринимается как нечто единое, целое, сразу же аналитически разбивается на составные элементы при попытке словесно формулировать воспринятое. Легко убедиться каждому, как часто в ещё неосознанное впечатление вносит ясность попытка его охарактеризовать словами" (Левина)

на, 1968).

В своей фундаментальной работе "Мышление и речь" Выготский писал: "Оратор часто в течение нескольких минут развивает одну и ту же мысль. Эта мысль содержится в его уме как целое, а отнюдь не возникает постепенно, отдельными единицами, как развивается его речь. То, что в мысли содержится симультанно (*одномоментно, в единой целостности* – С.П.), то в речи развертывается сукцессивно (*последовательно, поочерёдно* – С.П.).

И затем Выготский говорит: "Мысль можно было бы сравнить с нависшим облаком, которое проливается дождем слов".

Таким образом, именно овладение речью (не только вербальной речью, но и любым знаковым отображением реальности вообще, включая язык жестов) приводит к возникновению такого обыденного для нас явления, как сознание. Не овладей каждый из нас речью в раннем возрасте, наша жизнь так и оставалась бы совершенно бессознательной, как у всех прочих животных.

Вы задумывались когда-нибудь над тем, на каком языке вы мыслите? Да, это совершенно правильная постановка вопроса – те мысли, которые человек осознаёт, непременно производятся на его родном языке.

Как показал Выготский, в дальнейшем эгоцентрическая (планирующая) речь ребёнка переходит в так называемую **внутреннюю речь** – это то самое, что каждый из нас на-

зывает своими сознательными мыслями. Это наш разговор внутри себя, "про себя".

На ранних этапах нашего развития все мы сначала выражаем свои мысли исключительно вслух – именно эти мысли нами и осознаются. Затем мы научаемся проделывать всё то же, но уже в уме. Мы интериоризируем нашу речь, и именно в ней отныне находят своё выражение мысли.

Только облачённая в речь мысль становится **осознанной**. Именно этот аспект и имел в виду Выготский, когда говорил, что речь становится **средством** мышления. Без речи (без какой-либо знаковой системы) мысль так и останется невыраженной – даже для самого субъекта. Человек не сможет мыслить даже "про себя", если он не обучен языку. В голове будет иметься лишь то самое "облако мыслей", но никакая конкретная мысль не будет выделена, она попросту не сможет быть выделена, поскольку её не во что облачить. И именно речь, язык становится средством этого выражения мысли. Иными словами, язык становится **орудием** мысли (подробнее об этом см. Соболев, 2018).

Таким образом, изначально ребёнок во взаимодействии с взрослыми потихоньку начинает осваивать и усваивать речь. Он применяет речь в ситуациях, которые требуют некоторого разрешения, и поначалу проделывает это исключительно вслух. На данном этапе его речь развёрнута и похожа на настоящий монолог. Затем, со временем, эта его внешняя речь становится всё более сжатой, более сокращённой (*предика-*

тивной – то есть в такой речи остаются только существительные как те узловые, ключевые моменты, которые требуют концентрации внимания). И на самом последнем этапе эта речь вовсе "сворачивается" и уходит вовнутрь, вращивается в психику ребёнка и формирует непосредственно его сознание.

Помню, как давно, когда мне было лет 13, у нас дома остался мой двоюродный брат – ему было что-то около 5 лет. Я лежу и смотрю передачу по телевизору, а он сидит рядом и пытается читать комикс, который я ему дал, чтобы хоть чем-то занять.

Сначала он смотрит картинки, а затем проводит пальцем по тексту и читает его. Читает вслух. Медленно так, по слогам.

Меня это немного отвлекает от просмотра, и я начинаю на него шикать : Вовка, читай про себя...

Он замолкает на время, но затем снова начинает читать. И снова вслух.

Я опять шикаю на него : читай молча, Вовка. Читай про себя...

Он снова замолкает, но через некоторое время снова начинает.

Я смотрю на него и думаю, блин, какой же он дурной... Тогда я ещё не понимал, что ребёнок изначально не умеет читать про себя, но только вслух.

*Все первоклашки, записывая диктуемое слово, проговаривают его вслух. Если мешать ребёнку проговаривать услышанное слово (к примеру, попросив его держать рот открытым или зажать язык зубами), то письмо будет сильно нарушено (число ошибок возрастает в 6 раз) (Лурия, Цветкова, 2008).*

*Даже потом, у взрослых, при чтении текста "про себя" регистрируется увеличение электромиографической активности мышц нижней губы, и чем сложнее или бессмысленнее текст, тем эта активность выше (Соколов, 1967).*

Так возникает наше сознание – способность с помощью слова избегать рассеивания внимания по всей совокупности воспринимаемых явлений и сосредоточивать его на одном конкретном аспекте действительности. То есть сосредоточение на какой-либо ситуации осуществляется благодаря неуловимому проговариванию её аспектов про себя, которое благодаря существенному сокращению характеристик внутренней речи становится почти мгновенной и неосознаваемой.

В этом и состоит суть сознания – обособлять и упорядочивать воспринимаемые явления.

Если в обыденном представлении человека сознание – это скорее просто само восприятие действительности, то данный взгляд является категорически неверным, поскольку мы знаем и можем наблюдать, что и прочие животные тоже вос-

принимают действительность и реагируют на неё. Но в чём же разница между восприятием действительности человека и прочих животных? А разница именно в последовательном, упорядоченном восприятии действительности. У животных такая способность отсутствует. Человеку же она становится доступной только в результате освоения знаковой системой отображения действительности – в результате освоения языка. Именно язык упорядочивает поступающую информацию. Именно он делает возможным "высвечивать" из общей картины восприятия нужные фрагменты. Как замечательно говорит психолингвист Черниговская Т. В., язык – это "средство противостояния сенсорному хаосу" (Черниговская, 2013. С. 67).

Таким образом, сознание (*в узком, психофизиологическом смысле*) – это не восприятие вообще, но лишь один из его способов, высший из них, позволяющий производить восприятие не в целом, но фрагментировать его, выделяя наиболее значимые его аспекты, про которые мы и можем сказать, что вот именно они и осознаются.

В итоге можно сформулировать определение сознания следующим образом: сознание – это такой способ восприятия действительности, в котором происходит последовательное (дискретное) отображение явлений, осуществляемое благодаря направленному вниманию и которое, следовательно, может быть выражено вербально.

И развитие направленного внимания происходит именно

под воздействием освоения речи. Тогда название, присваиваемое каждой вещи, заставляет активизироваться мыслительную деятельность и воссоздавать в мозгу образ той самой вещи, о которой только что было упомянуто. Именно под воздействием слова развивается направленное внимание.

Если какое-либо переживание не может быть выражено вербально, в виде слова, то оно не является осознанным.

*Обратите внимание : Пиаже показал, как мышление формируется путём интериоризации своих внешних операций*

*Выготский показал, как сознание формируется путём интериоризации своей внешней речи, в ходе социального контакта со взрослыми.*

*Именно поэтому интериоризацию совершенно справедливо можно считать основным средством формирования человеческой психики. В принципе, Выготский так и утверждал : любая функция психического аппарата человека сначала происходит в виде некоего внешнего события и только потом переходит во внутренний план, образуя новую психическую структуру.*

*Джулиан (Jaunes, 1976) разумно обосновывал тот факт, что вся наша мыслительная и сознательная деятельность являются результатом отображения лишь неких внешних*

событий, приводя в пример термины, которыми мы описываем работу своей психики. Мы говорим, что мы "нашли" решение проблемы, мы "видим" проблему, мы "разбираемся" в ситуации, мы "подошли" к вопросу"; решения же могут быть "ясными" или "блестящими", а ум бывает "острым" или "тупым", "глубоким" или "ограниченным".

Джейнс говорил прямо: "не существует ни одной операции в сознании, которая бы не происходила прежде в поведении. Все перечисленные признаки узнаются в своих аналогах во внешнем поведении" (Jaynes, 1986). Таким образом, он вторил идеям Выготского о формировании высших психических функций путём интериоризации (вращивания) своей внешней деятельности.

Исходя из справедливых посылок своей культурно-исторической теории развития высших психических функций, гений отечественной психологии говорил, что сознание может быть сформировано **только** в ходе социального взаимодействия.

Не зря же люди потом смогли обучать шимпанзе языку жестов, в результате чего одна из них – эпохальная обезьянка Мойя (хотя все обезьянки там были эпохальными) – смогла подойти к зеркалу, посмотреть на своё отражение и сказать: **это я...** (Зорина З. А., Смирнова, 2006).

В этом коротком " **Это я** " заключается колоссальнейшее для животного достижение вселенских масштабов.

*Осознать себя. Осознать себя обособленным от всего прочего предметного мира, не его частью, а **самим собой**. Это грандиозное достижение для психики существа.*

*И заметьте, только в контакте с людьми животное смогло это сделать...*

Но сознание – это не то же самое, что и мышление. Разумеется, не стоит их путать.

Мышление может происходить и без участия сознания (и это мы увидим в главе 3 "Разумное бессознательное"). Сознание лишь помогает вычленять из всех мыслей нужную, наиболее подходящую в данный момент.

Этот факт на примере многих своих действий доказывают сами малые дети, совершающие сложные действия, но не понимающие, как они это делают, а в случае объяснения дающие совершенно неверные истолкования.

Пиаже показал, что мышление начинает развиваться с первых контактов ребёнка с окружающей его действительностью, мышление формируется посредством манипуляций с предметами. Сознание же, как показал Выготский, развивается только с периода освоения речи в результате контакта с социальным окружением. Следовательно, в онтогенетическом плане мышление совершенно чётко и однозначно предшествует сознанию (но только в сотрудничестве с сознанием мышление впоследствии может перейти на совершенно иной уровень развития, но эта тема – за рамками данной работы).

Таким образом, первые годы жизни ребёнка – абсолютно

бессознательны. Для него все события окружающего мира слиты воедино, представлены в виде одного целостного образа, в котором почти невозможно вычленить какое-либо одно явление и долго удерживать его в поле своего внимания. На данном этапе только происходят первые попытки осмысления реальности – но попытки эти неказисты и неумелы. Мышление развивается, но достичь уровня формальной логики ему будет невозможно без параллельного возникновения и развития сознания – поскольку именно сознание способствует упорядоченному восприятию действительности в виде раздробленных образов, а не одним скопом сразу, откуда трудно что-либо вычленить.

Всё это говорит о том, что сознание совершенно не обязательно для функционирования мышления. Оно обязательно только для развития высших способов мышления, но самые примитивные весьма успешно справляются и без него.

Выготский и сам неоднократно подчёркивал, что не стоит путать мышление и сознание, поскольку сознание возникает лишь с освоением речи, а мышление (пусть и в значительно более слабом виде) присутствует уже и до речевой стадии.

Различные психические акты в голове человека легко могут происходить бессознательно. Человек может даже об этом и не догадываться, не осознавать их.

*Я только что умылся. Пока бреюсь, включаю утренний выпуск новостей по "НТВ".*

Диктор сообщает что-то про Муамара Каддафи. Не очень интересно.

Я собираюсь ехать в Центр – надо пройтись по книжным магазинам да купить билеты на Алана Парсонса, который вдруг решил навеститься со своим грандиозным музыкальным шоу в нашу глухомань.

Диктор сообщает что-то про Барака Обаму.

Я смываю с лица гель для бритья и начинаю одеваться. Сначала белые носки (серые, конечно же, ужасе, но изначально именно белые).

Диктор сообщает что-то о Ватикане, о холокосте, об инквизиторе Игнатии Лойоле.

Вдруг в связи с последним именем у меня в ассоциативном ряду всплывает другое имя – Дэнни Айелло.

Лойола – Айелло...

Я на мгновение замираю с носком в руке...

Кто такой Дэнни Айелло?

Что-то очень знакомое... Но откуда именно? Кажется, это то ли певец, то ли артист... Или писатель?

Носок продолжает висеть в моей руке.

Чёрт, кто такой Дэнни Айелло?!

Вопрос не жизненно важный, но всё же...

Диктор сообщает что-то о пенсионере из Рязани, который переделал велосипед в тёрку для капусты – крутишь педали, а капуста измельчается.

Ладно, надо собираться. Надеваю джинсы, иду на кухню,

наклеиваю пластырь с гиоксизоном на лоб поверх прыща – уж лучше пусть будет похоже на заклеенную рану.

Диктор сообщает что-то о пингвинах-гомосексуалистах из Маньчжурского зоопарка, которые повадились воровать яйца у гетеросексуальных пар, а вместо них подкидывать округлые камни.

Вот бывает же в мире, улыбаюсь я. Достаяю из тумбы зажим с деньгами и сую его в задний карман джинсов. Затем убираю мобильник в магнитную сумочку и креплю её на пояс.

Так, а может, позвонить Игнату? Вдруг ему сейчас тоже в Центр надо?

Вместе всяко веселее будет.

Пока диктор в новостях вещает о чём-то ещё, набираю Игната. Вызов идёт. Раз гудок, два, три... Проходит секунд сорок.

Ну да ладно, чёрт с ним, думаю я и снова убираю мобильник на пояс.

Начинается прогноз погоды. Выключаю телевизор и иду к шкафу за свитером.

Сам же на ходу думаю, вот хорошо было бы в книжном обнаружить Малкину-Пых и её "Психологию поведения жертвы". Тысячестраничный труд по всем вопросам виктимологии. Серьёзная работа, которую сейчас вообще нигде не достать, даже во всех интернет-магазинах её нет в наличии.

Ну или что-нибудь из того же Выготского. Тоже мало

где продают. Лурию легко можно найти, а Выготского нет, странно.

Начинаю напяливать через голову свитер, как вдруг проскакивает невесть откуда вынырнувшая мысль – "Гудзонский ястреб".

Останавливаюсь.

"Гудзонский ястреб?" – задумываюсь я. – Причём здесь это?

Почему вдруг вспомнил об этом фильме?

Забавную комедию с Брюсом Уиллисом я впервые посмотрел ещё в 92-ом, она мне нравилась, но почему вдруг ни с того, ни с сего вспомнилась?

Медленно продолжаю натягивать на себя свитер, а сам же думаю, почему вдруг вспомнился этот фильм?

Пока думаю, на ум тут же приходит сцена из самого начала, где герой Уиллиса с другом грабят музей. Как вырезают стеклорезом с присоской дырку в окне, как шутя, игриво насвистывают какую-то мелодию... Такие весёлые, непричуждённые – юморист Уиллис и этот... Как его... Крупнолицый такой... Как же его? Как этого второго актёра...

Тут я ещё раз замираю. Но на этот раз от удивления... Дэнни Айелло! Точно!

Этот самый крупнолицый друг Уиллиса из "Гудзонского ястреба"! Это и есть Дэнни Айелло!

Напялил свитер, стою в коридоре, смотрю на себя в зеркало и думаю...

*Это что получается? Пока я тут собирался и думал о своём, что-то внутри меня продолжало усердно вспоминать, кто такой Дэнни Айелло?*

*Пока моё сознание было занято своими делами, в подсознании происходили свои процессы, которые я запустил некоторое время назад?*

*Когда бессознательное нашло ответ (идентифицировало искомого Дэнни Айелло как актёра из "Гудзонского ястреба"), оно тут же предоставило этот ответ в распоряжение сознания. Вытолкнуло на поверхность. Потому-то я и не сразу сообразил, к чему вспомнился этот фильм – потому что его отношение к Дэнни Айелло было прослежено бессознательно, вне контроля моего внимания.*

*Я давно понимал, что все озарения в нашей жизни, внезапные догадки, интуиция – это всё работа нашего бессознательного. И никаких чудес.*

*Хотя, с другой стороны, разве сам факт того, что в нашей психике сосуществуют сразу несколько уровней одновременного мышления, не является чудом?*

*Именно так. Иначе не скажешь.*

В свете этого подхода к пониманию сознания, психоаналитик Фил Моллон (Моллон, 2002) справедливо отмечает, что сознание имеет много общего с понятием внимания (хотя далеко им не исчерпывается). Мы осознаём только то, на что направлено наше внимание и не осознаём того, на что

внимание не направлено. Это касается не только восприятия действительности, но и осознания собственных внутренних психических процессов (самосознание).

Сознание как внимание похоже на свет ручного фонарика, которым мы освещаем тёмную комнату. Мы не освещаем всю комнату сразу, мы технически не можем этого сделать, а потому вынуждены освещать лишь определённый участок стены, пола, потолка...

То, что выхватывает луч фонаря из темноты, нами и осознаётся. И наша собственная мысль подобна бегущему таракану – пока мы её освещаем, мы её хорошо осознаём, но стоит нам отвести луч света в сторону, как таракан пропадает из поля нашего зрения.

Но что самое интересно, этот "таракан" никуда не исчезает. Он остаётся. И продолжает бежать туда, куда собирался.

К своему Дэнни Айелло.

Просто свой бег он совершает уже вне поля нашего внимания.

Именно подобная аналогия, со светом ручного фонарика, позволяет наглядно показать, что в психике человека одновременно происходит несколько большее число процессов, чем мы обычно предполагаем.

Если выразиться в витиеватой манере восточных мудрецов, то мы думаем не только о том, о чём мы думаем, что мы думаем в данный момент. Но мы так же думаем о том, о чём бы мы ни за что не подумали, что мы можем об этом

думать вообще.

Та часть нашей психической деятельности, что не является объектом нашего внимания в данный момент, и является бессознательной. Но это бессознательное не представляет собой некий статичный склад отпечатанных в гипсе воспоминаний. Нет, как мы увидим дальше, наше бессознательное активно. Динамично.

В нём происходят свои процессы, свои способы осмысления действительности, кодирования информации и её же расшифровки. И одно из самых интересных свойств бессознательного – его мотивирующее свойство, которое исподволь влияет на поведение индивида. Именно по этой причине неосознаваемые психические процессы Фрейд предпочитал называть не просто бессознательным, но динамическим бессознательным.

Феномен бессознательного в истории человечества навеки сплетён с именем Зигмунда Фрейда. Но не потому, что Фрейд был первооткрывателем бессознательного, и даже не потому, что он одним из первых принялся его изучать, а просто потому, что сделал он это чрезвычайно искусно.

О существовании некой движущей мотивационной силы, которая есть в каждом из нас, но при этом не всегда осознаётся, мог догадываться любой человек. Даже на бытовом уровне мы можем порой наблюдать в поведении других людей (и своём тоже) наличие некоторой скрытой мотивации – для этого достаточно лишь самой малой наблюдательности.

Но Фрейд не просто констатировал этот факт, а предпринял беспрецедентную попытку исследовать деятельность той части психики, которая не осознаётся самим человеком.

Проявление бессознательной психической деятельности Фрейд усмотрел во многих действиях человека, которые можно охарактеризовать невинным словом "случайность" или "ошибка". Оговорки, опечатки, забывания некоторых фактов или определённые ошибочные действия – всё это было демонстрацией бессознательной мотивации. Фрейд был первым в том, что усмотрел за всяческим ворохом "случайностей" логическую связь со скрытыми желаниями индивида (Фрейд, 2008а).

В жизни и поведении человека постоянно присутствует огромный ком косвенных признаков, по пути движения которого всегда можно проследить, откуда он "прикатился", из какого неосознаваемого мотива, из какого отрицаемого желания.

Именно косвенные признаки – своеобразный указатель на дороге к лесу бессознательного.

*"Бессознательное влияет на наши поступки, обнаруживается в нашем поведении, и по этим следам и проявлениям мы научаемся распознавать бессознательное и законы, управляющие им"* (Выготский, 1986).

Фрейд стал наглядным историческим примером, как кон-

кретный человек совершает открытие, имея на руках все те же данные, что были доступны всем, начиная с финансового воротилы в Нью-Йорке и заканчивая крановщиком из Воркуты. С этим может сравниться лишь Ньютон, которому первому пришло в голову задуматься, а почему это мы, собственно, ходим по полу, а не по потолку?

Воистину прав был нелепый персонаж Джина Хэкмена из первого "Супермена", когда говорил, что есть люди, которые, глядя на состав жевательной резинки на упаковке, видят лишь состав жевательной резинки, и есть люди, которые, видя всё то же самое, вдруг понимают секрет мироздания.

Фрейд был именно таким.

Но описки, оговорки и прочие жизненные мелочи из нашего личного опыта своей порой удивительной целесообразностью говорят лишь о самом факте существования неких бессознательных мыслительных процессов, но, к сожалению, мало что говорят о самой сути этих процессов, не раскрывают всех принципов их действия. Вот тут-то на помощь Фрейду и приходят сновидения – этот таинственный феномен, издревле беспокоящий умы людей и у некоторых народов имеющий даже сакральный статус. Фрейд обратил внимание, что любой сон несёт в себе сведения о психическом мире конкретного индивида, если уметь правильно на это посмотреть. Взгляд на сновидения как на замаскированное субъективное исполнение скрытых желаний оказался революционным для начала XX-го века.

Можно скептически относиться ко многим последующим работам Фрейда, можно не принимать его теорию инстинктов и либидо, но его труд "Толкование сновидений" – это памятник психоаналитической мысли, значительная часть идей которой актуальна и в наши дни. В середине прошлого века психоаналитическое движение претерпело дробление на многочисленные школы и направления, у каждой из которых был свой собственный взгляд на причины неврозов и психозов, но взгляд на сновидения и участвующие в них механизмы работы бессознательного был признан всеми.

Единственным уточнением, отклоняющимся от теории сновидений, предложенной Фрейдом, можно считать тот пункт, что сейчас далеко не все аналитики смотрят на сновидения исключительно как на закодированную реализацию скрытого желания (это был один из важнейших постулатов фрейдизма). Часть нынешних психоаналитиков больше склонна смотреть на сновидения как на бессознательную проработку тех сфер нашей психики, которые участвуют в некотором эмоциональном соприкосновении с окружающей действительностью. Другими словами, в сновидении мы можем наблюдать работу бессознательного над рядом жизненных ситуаций, которые пока что не решены и вызывают в нас определённое психическое напряжение – либо отрицательное, либо положительное.

Тот факт, что даже в бессознательном состоянии мышление человека всё равно осуществляется, мало для кого уже

будет большим откровением. К примеру, когда мы спим, наше сознание отключено. Но стоит только возникнуть неподалёку какому-нибудь шуму, так мы пробуждаемся. А почему? Именно потому, что психика даже у спящего человека воспринимает поступающую информацию и обрабатывает её. В тех случаях, когда в бессознательном принимается решение, что возникший шум требует разъяснения, включается сознание. Если же на бессознательном уровне к шуму не возникает никаких "претензий", то сознание так и не активируется, и человек не пробуждается.

Если в обыденной жизни человека всё протекает успешно и без хлопот, то и сон его крепок и безмятежен. Но если же вдруг в жизнь вторгается опасность, и требуется быть начеку, то и сон становится чутким к малейшим звукам, человек просыпается буквально от собственного дыхания. Всё именно потому, что психика его мобилизуется и пропускает к осознанию уже гораздо больше поступающей извне информации. То есть даже без сознания, но мы всё равно продолжаем осмысливать входящие ощущения и принимать решения, что с ними делать, куда направлять. Мыслительная (когнитивная) деятельность так или иначе всё равно присутствует в нашей психике, даже если мы этого и не осознаём.

Наверное, в силу того, что жизнь Фрейда пришлась на Викторианскую эпоху с буйным цветом её пуританской атмосферы, его основное внимание оказалось прикованным именно к тем "проступкам" психики человека, которые

непосредственно соприкасались с многочисленными социальными табу. Именно данное стечение условий позволило наблюдать чёткое противостояние между социальными требованиями и "случайными" огрехами в поведении людей. Все эти "огрехи" были чрезвычайно и даже удивительно целесообразны, если принимать во внимание существование у человека скрытых даже от него самого желаний, которые никак не согласуются с общественными запретами.

По всей видимости, если бы не пуританская атмосфера того времени, благословенный австриец так никогда бы и не принялся за изучение бессознательного, а продолжил бы свои эксперименты с кокаином...

Но Фрейд, по сути, только положил превосходное начало исследованиям бессознательного. Он совершил мощный рывок в этом деле, но на этом процесс познания не остановился – в XX веке было совершено немало открытий, которые пролили на феномен бессознательного яркий свет, делающий это явление много понятнее и определённое.

Мы же начнём рассмотрение этого, на первый взгляд, мистического явления с теоретизирований самого основателя психоанализа и уже дальше перейдём к более поздним изысканиям на данную тему, которые срывают пелену малейшей таинственности и всё расставляют по своим местам.

Приступим.

## 2. Неосознаваемые МОТИВЫ И ПАМЯТЬ

*"Очень часто мотив скрыт. Это не значит, что он не действует, он действует, он побуждает, он смыслообразует, и вместе с тем скрыт".*

*Леонтьев А.Н.*

*"Лекции по общей психологии".*

С точки зрения фрейдизма, те желания, которые в силу личностных или культурных факторов не могут быть осуществлены конкретным индивидом, не отбрасываются за ненадобностью, никуда бесследно не исчезают – они остаются, но лишь вытесняются из сознания в сферу бессознательного.

По сути, индивид просто перестаёт обращать на своё желание внимание.

**Активно** перестаёт обращать внимание.

Но желание это продолжает существовать в закромах его психики и всё так же сохраняет свои мотивирующие свойства – на то ведь оно и желание, чтобы мотивировать к действию. Отсюда и возникают многочисленные жизненные си-

туации, когда мы невзначай совершаем какие-либо огрехи, которые, казалось бы, совершенно не входили в наши планы.

В сознательные планы...

И очень часто такие огрехи идеально логически вписываются в те желания, которые когда-то блуждали на окраинах нашего сознания. Всё это – косвенные признаки, с той или иной степенью достоверности указывающие на наши потаённые мотивы. Фрейд не исключает случайности в явлениях, происходящих вокруг нас. Но он исключает случайности, происходящие внутри нас. В психике всё строго взаимосвязано, там не может быть случайностей, утверждает основатель психоанализа.

*"Известные недостатки наших психических функций и известные непреднамеренные на вид отправления оказываются, будучи подвергнуты психоаналитическому исследованию, вполне мотивированными и детерминированными, причём мотивы их скрыты от сознания."* (Фрейд, 2008а. С. 179).

Из всего этого можно прийти к выводу, что Фрейд считал психику человека, выражаясь современным языком, неким суперкомпьютером, который не имеет никаких сбоев. Вообще никаких. "Не верю в случай", говорил Фрейд (Фрейд, 2008а. С. 196). А всё то, что мы зачастую воспринимаем как этот самый сбой (забывания, оговорки, очитки, ошибоч-

ные действия), на самом деле является не чем иным, как **намеренной** "ошибкой" в работе психики. Но намерение это неосознаваемо, вследствие чего может быть выявлено только в процессе анализа.

Что интересно, уже в наше время имеются данные для подобных утверждений. На основании некоторых таких фактов возникла даже сравнительно недавняя научная дисциплина под названием когнитивистика. Яркий представитель этого направления В. М. Аллахвердов даже ввёл идеализацию о психике человека, которая созвучна идеям Фрейда. Этот исходный пункт в подходе когнитивистики к изучению психики человека звучит так: *идеальный мозг не имеет никаких ограничений на приём, переработку и хранение информации, предполагается также, что идеальный мозг автоматически выделяет все потенциальные закономерности в предъявляемых сигналах. В реальности наличие физиологических ограничений на работу мозга не отрицается, но предполагается, что они являются настолько менее мощными, чем ограничения, накладываемые логикой познавательной деятельности, что не должны использоваться при объяснении психических явлений.* (Аллахвердов, Воскресенская, Науменко, 2008).

Фрейд был уверен, что наша психика не допускает сбоев, что всё в ней отлажено и работает с удивительной целесообразностью. В своей работе "Психопатология обыденной жизни"

ни" он постарался изложить замеченные им по ходу жизни доказательства этому – как те или иные "ошибки" или "случайности" на деле же вполне обоснованы, если принимать в расчёт скрытые мотивы человека.

Он описывает пример (Фрейд, 2008а. С. 16), как ехал с одним весьма образованным юношей, и тот решился процитировать стих Вергилия. Стих был на латыни, и в последней строке парень вдруг запинаясь, позабыв какое-то слово. На помощь приходит сам Фрейд и подсказывает, что забытым словом было "aliquis" (на латыни это неопределённое местоимение "некий").

Юноша был знаком с теориями Фрейда и сам же спрашивает у него, мол, вы вот утверждаете, что ничего в нашей психике просто так не бывает, так объясните мне, почему я забыл именно это слово?

Фрейд отвечает "Легко" и просит парня отвечать ему по методу свободных ассоциаций (который впоследствии стал одним из основных приёмов в сеансах психоанализа).

Что у него ассоциируется со словом "aliquis"? Какая цепочка мыслей проходит в голове?

Юноша начинает отвечать...

Сначала он говорит, что ему приходит мысль расчленить слово на "a" и "liquis".

Зачем? Он не знает сам.

Дальше ассоциативный ряд развивается по принципу включения в слова корня "liqui".

Парень упоминает "реликвию" затем "**ликвидацию**". Далее в ассоциативном ряду возникает "жидкость", поскольку в "**ликвидации**" есть корень "liquid", что с немецкого и английского переводится как "жидкость".

Далее по цепочке парень упоминает о христианских **реликвиях**, о христианской крови и о чуде святого Януария, которое состоит в том, что в качестве **реликвии** в одной из церквей якобы хранится его кровь, которая в особый праздничный день чудесным образом становится вновь **жидкой**.

Продолжая свою ассоциативную цепь, парень упоминает, что ежегодно этого чуда с трепетом ждут многие верующие, и каждый раз, когда по неизвестной причине этого вдруг не происходит, народ волнуется... Тут парень припоминает случай, когда во время французской оккупации чуда святого Януария не случилось, его кровь в назначенный день не стала вновь жидкой. Народ разволновался. Тогда генерал армии указал на волнующихся солдат и сказал священнику, что они очень надеются, что чудо скоро свершится...

Тут парень вдруг запинается и сообщает, что дальнейшая ассоциация напомнила ему кое-что, о чём он не хочет говорить дальше.

В общем, в итоге юноша всё равно откровенничает до конца – просто недавно он получил известие от одной своей знакомой, состоящей с ним в связи, что у неё не случились месячные... И его эта новость неприятно встревожила.

Фрейд и резюмирует, что вся цепочка, если прокручивать

её в обратном направлении, и вела бы к "случайно" забытому в стихе Вергилия слову "aliquis". Оно и было "забыто" именно потому, что через мгновенную проработку всей ассоциативной цепочки в бессознательном вновь напоминало о тревожащем известии о ненаступлении месячных, чего юноша так боялся.

Чудо святого Януария... Народ волнуется, что кровь не стала жидкой, и надеется, что это ещё произойдёт. Задержка месячных...

Хоть и замысловатый, но, безусловно, изящный расклад.

Таким образом, по утверждению Фрейда, "забываются" те слова, которые по какой-либо ассоциации в бессознательном являются для нас нежелательными.

Но всё же, скорее всего, не стоит торопиться с категоричностью в подобном заявлении. Кажется, лучше предположить более общую схему – забывания, описки, очитки и ошибочные действия происходят не по причине исключительно лишь неприемлемости каких-либо скрытых мотивов, но также и по причине вполне осознаваемых мотивов. Это ведь тоже очень распространённое явление – когда ты сознательно чего-то желаешь или ожидаешь, и психика срывает так, что в любых явлениях начинает улавливать ожидаемые сигналы (**интерпретирует действительность так, как ей хочется**). Когда знаешь, что тебе сейчас должны позвонить, а сам чистишь в ванной зубы, то легко можно услышать звонок телефона, когда его на деле и не было, а

твой мозг всего лишь "сформировал" его из шума льющейся воды. И именно по такой же схеме может происходить часть оговорок, очиток и прочего – когда вполне осознаваемое ожидание выдаётся за действительное, воплотившееся.

Таким образом, в концепцию Фрейда о подобных "случайных" феноменах к первому виновнику (неприемлемое желание, вытесненное в бессознательное) надо добавить и второго – желание осознанное (приемлемое). Любая из этих причин может порождать кажущиеся нам сбои в работе психики.

*Помню, лет десять назад читаю Фрейда "Остроумие и его отношение к бессознательному" (Фрейд, 2008b). В одном месте совершаю очитку. В оригинале написано : "... формы "двусмысленности" или "игры слов", издавна общеизвестные и оценённые как приёмы остроумия. Зачем же мы тратим усилия на открытие чего-то нового...?"*

Ошибку же я совершаю в слове "тратим" и читаю его как "утратили".

*И ведь целесообразность данной очитки очевидна, если принять во внимание общий смысл первого предложения. Там говорится, что все вскрытые в работе факты были известны уже давно, но Фрейду по какой-то причине приходится вновь это всё открывать. По какой же причине?*

*Вариант только один – что всё, известное раньше, было забыто, потеряно в прошлом. Именно в ожидании та-*

кой дальнейшей логики повествования я подвергаю искажению возникшее слово "тратим" и превращаю его в "утратили", таким образом реализуя свои ожидания относительно смысла дальнейшего текста.

Слово "тратим" наиболее из всех подошло для того, чтобы без особых сложностей исказить его и придать ему смысл чего-либо забытого, потерянного... Достаточно было лишь добавить букву "у", и смысл становился таким, как мной ожидалось.

То есть очитка была, но не было никакого вытесненного желания по причине его неприемлемости для сознания. Было вполне невинное желание, витавшее на периферии.

Всё это кажется чем-то незначительным, но когда понимаешь, что вся эта мыслительная искажающая деятельность произошла в десятые доли секунды, это всё-таки поражает и восхищает.

*Психика человека – это нечто поистине удивительное.*

Кажется, в своей "Психопатологии обыденной жизни" Фрейд не обозначил ещё один вид психической деятельности, на примере которого можно видеть вытеснение из сознания нежелательного для него момента. Речь идёт о преднамеренной несообразительности, о преднамеренной недогадливости, когда верный ответ неприемлем для нашей личности. В таком случае бессознательное уже верно обо всём догадалось, но не пускает эту информацию к осознанию, в

силу чего человек так и "не может" догадаться насчёт того, о чём идёт речь.

Вот пример подобной "недогадливости". Совсем недавно на "Одноклассниках" я отписал серию юморных комментариев к фотографиям одной барышни и заодно сделал несколько замечаний насчёт ошибок у неё в словах.

Она мне отвечает: Павел, я сражена наповал! Откуда такие глубокие познания великого русского языка?! И остроумно ещё так. Может, у вас образ такой, похожий на Вашего тёзку с экрана..."

О каком тёзке речь, задумываюсь я?

Павел... Павел... Хм, не пойму, о ком она.

Думаю я, думаю, что за тёзка с экрана... Никого придумать не могу. Думал секунд 30, наверное. В итоге и отвечаю опять с юмором: "Тёзка с экрана? Это кто? Барак Обама? Нас иногда путают. А вообще, русским языком владею так себе. Просто с ранних лет прозой увлекаюсь, вот и приходится осваивать потихоньку наш великий и могучий".

Но тут вдруг что-то мне не нравится в конструкции последнего предложения. Я задумываюсь.

Смотрю на слова, перечитываю. В голове возникает фраза "волей-неволей", которая, кажется, может приукрасить это предложение, заставить его звучать лучше.

В итоге удаляю написанное и пишу иначе.

Получается: "Просто с ранних лет прозой увлекаюсь, так что волей-неволей пришлось осваивать".

В таком виде и отправляю.

Через минуту от девочки приходит ответ. Пишет: "Волей – неволей"! Вот как раз про Павла Волю я и говорила!"

Фрейд бы сказал, что бессознательно я понял, что речь идёт о Павле Воле, но в силу того, что питаю к нему неприязнь (а к его экранному образу я питаю самую сильную неприязнь), вытеснил из сознания даже само предположение о том, что меня могут сравнить с этим пренеприятнейшим типом. Но сама догадка всё же выскочила наружу в виде фразы "волей-неволей"...

Вообще, интересен, конечно же, момент, когда я уже написал предложение, но вдруг что-то остановило меня – потому что в голове возникла фраза "волей-неволей". В то мгновение я просто подумал, что с этим оборотом предложение будет смотреться лучше...

О феномене преднамеренного препятствования осознанию некоторых фактов мы ещё поговорим подробнее, когда будем упоминать исследования психофизиологов о регистрации мозгом неосознаваемых импульсов с применением целого ряда беспристрастных приборов.

Подумаем же вот о чём – если в бессознательном человека продолжает "сидеть" некое скрытое желание, то оно не может не проявлять себя в каких-либо действиях. Желание по определению обязано мотивировать. Поэтому могут ли забывания и очитки быть единственными свидетельствами существования неосознаваемых мотивов в глубинах психики?

Или должны быть и другие их проявления?

Такие проявления, безусловно, есть. Например, "случайные" действия или "ошибочные".

Фрейд описывает (Фрейд, 2008а. С. 134), как однажды нечаянным движением руки он разбил мраморную крышечку своей чернильницы. Сидел в своём кабинете за письменным столом, писал что-то, неловко махнул рукой, задел эту самую крышечку, вследствие чего она слетела на пол и разбилась.

Он указывает, что рядом с чернильницей стояли различные бронзовые статуэтки и терракотовые фигурки (Фрейд был знатным коллекционером). Но рукой он "случайно" сбил только мраморную крышечку своей чернильницы. Он задумывается.

Всего несколько часов назад к нему заходила его сестра. Она хотела посмотреть недавно приобретённые им вещи – всякие античные безделушки из камня и глины. Осмотрев всё, она оказалась довольна и заметила ему, что теперь-то его письменный стол выглядит вполне красиво – осталось только приобрести новый письменный прибор. Это она о его простенькой чернильнице. Сестра сказала, что теперь ему нужна более красивая чернильница.

И вот, спустя несколько часов, Фрейд совершает то самое неловкое движение, и крышечка чернильницы разбивается.

Сам он пишет об этом: *"Заклучил ли я из слов сестры, что она решила к ближайшему празднику подарить мне бо-*

*лее красивый прибор, и я разбил некрасивый старый, чтобы заставить её исполнить намерение, на которое она на-мекнула? Если это так, то движение, которым я швырнул крышку, было лишь мнимо неловким; на самом деле оно было в высшей степени ловким, так как сумело пощадить и обойти все более ценные объекты, находившиеся поблизости".*

Если в глубинах психики есть какое-то скрытое желание, которое по разным причинам не осознаётся, то, тем не менее, оно так или иначе всё равно будет давать о себе знать в самых различных действиях человека.

Определить истинный мотив в поведении человека можно лишь при совокупном анализе многих его поступков – только при объединении, казалось бы, разрозненных действий можно обнаружить некий общий для них вектор, направленный к определённой цели. Надо искать в поступках человека нечто общее, тогда можно обнаружить и истинный мотив, который определяет всё его поведение.

Иными словами, только косвенные признаки в деятельности человека говорят о его настоящих целях, и делают они это гораздо точнее и правильнее, нежели может он сам.

Как верно упоминает в своих лекциях Леонтьев (Леонтьев, 2007), известное и обычное для всех нас дело – видеть, как человек всем своим поведением демонстрирует, что ему откровенно нравится конкретный представитель противоположного пола. Он суетится, волнуется, совершает ещё ряд

каких-то действий, и все окружающие понимают, что ему нравится данная особа. Но сам он этого не осознаёт, и когда ему говорят об этом наблюдении прямо, искренне удивляется и принимается отрицать. Он даже может так или иначе разумно объяснять своё поведение от случая к случаю. И только когда у двух этих персон действительно начинаются отношения, мы понимаем, что выводы, сделанные нами на основании всех косвенных признаков, оказались верными. Это действительно распространённое явление, каждый может вспомнить.

Именно анализ косвенных признаков, всех этих "случайностей", позволяет понять истинные мотивы человека.

Иначе говоря, если желание есть – оно будет давать о себе знать, даже если сам человек об этом желании ничего не знает.

### **Эпизод из жизни.**

*Я уже не первый раз провожу ночь у этой женщины. Ей 32, и она невероятно красива.*

*Ради такой хочется вывернуться наизнанку, но лишь бы она всегда улыбалась.*

*К сожалению, это удаётся нечасто.*

*Тяжёлая жизнь с эксцентричной матерью под одной крышей маленькой квартирке, неудавшийся брак, непрекращающаяся депрессия и многое другое... Собственно, потому*

и стараюсь проводить время с ней – чтобы она не чувствовала себя одинокой и никому ненужной. Чтобы хоть иногда дарить ей улыбку.

У неё есть сын. Минувшим вечером у него как раз отмечали шестилетие. Парень смекалистый, но характер со сложностями. Мне происхождение его неоднозначного поведения ясно сразу. Только вот самой его маме, похоже, это невдомёк.

После вечерних посиделок и вручения сыну подарков гости начинают расходиться. Но тут по самому незначительному поводу бабушка закатывает маме истерику...

Я слышу это всё из зала, где со стола уже почти всё убрано.

Шестилетний парнишка замирает рядом со мной – он тоже всё это слышит.

Мама и бабушка осыпают друг друга проклятиями на самых высоких нотах.

До чего же сложная ситуация... Я стою и не знаю, куда себя деть. Пойти вмешаться? Но кто я здесь такой? Всего лишь один из приглашённых.

А парнишка стоит у серванта в своей сорочке с бабочкой, и на лице его растерянная улыбка. Как будто улыбается от безысходности.

Мама уже входит в комнату, бабушка идёт за ней вслед и проклиная её на чём свет стоит. У мамы лицо напряжено. Оборачивается к бабушке и кричит, чтобы она убралась.

*Громко кричит, с надрывом.*

*Мы с парнишкой невольно наблюдаем всё это. Обратив внимание на нас, бабушка делает ещё несколько неллищеприятных высказываний своей дочери и уходит на кухню. Дочь, готовая зарыдать, кричит что-то ей вслед...*

*– Катя, Катя, тише, – говорю я как можно более спокойным и уверенным голосом и обхватываю её лицо ладонями, заставляя посмотреть на меня. – Не нервничай, всё хорошо...*

*– Боже... – тяжело со вздохом вырывается из неё, – ну как же всё это можно терпеть. Она же из меня всю кровь уже выпила... Не могу я больше так.*

*Она смотрит на меня, и её несчастные глаза начинают слезиться.*

*– Господи, как же мне всё это надоело, – почти шепчет она.*

*Её плечи несколько раз вздрагивают.*

*Вдруг снова слышится, как бабушка громко и раздражённо что-то ворчит на кухне...*

*– Боже ты мой, – снова закипает Катя, а глаза продолжают блестеть.*

*Она отрывает взгляд от меня и смотрит на стоящего в сторонке сына.*

*– А ты чего стоишь?! Иди спать! – вдруг через слёзы повышает она голос. – Я тебе уже постелила...*

*Тут с кухни опять залетает бабушка и с новой силой*

атакует дочь.

– А ты чего это на него орёшь?! – кричит она. Глаза её почти навывкате. – Он что тебе – игрушка?!

– Мама, уйди!!! – уже откровенно рыдая, кричит дочь. – Я тебя прошу, уйди!!! Оставь меня в покое!!!

Катя отстраняется от меня и делает несколько шагов навстречу матери.

– Уйди!!! – рыдает она. – Когда ж ты наконец всё это прекратишь?!

Я смотрю на парнишку – он всё так же обречённо стоит в сторонке и не знает, как себя вести. Лишь наблюдает за орущими друг на друга женщинами.

– Закрой дверь! – рыдает Катя и почти вплотную подходит к матери. – Выйди отсюда!!!

Бабушка что-то кричит в ответ, продолжая разжигать истерику, и стоит на самом пороге комнаты.

– Выйди!!! – умоляющим голосом надрывается Катя и берётся за ручку двери с намерением её закрыть. – Убери ногу!!! Убери!!!

Давит на дверь, пытаясь сдвинуть с порога ногу своей матери. Та продолжает кричать в ответ.

– Уйди отсюда!!! – Кате удаётся закрыть дверь в комнату, оставляя мать с той стороны.

Вот так жизнь у людей... Я стою в двух метрах от Кати и не знаю, как именно вести себя в подобных ситуациях. Её сын тоже продолжает растеряно стоять у серван-

та... Всего час назад ему дарили подарки, поздравляли с днём рождения и целовали, а сейчас... Стоит в сторонке в своей белой нарядной сорочке и с чёрной бабочкой...

Мелкий шестилетний пацан. И смотрит на такую дичь. Как два любимых им человека проклинают друг друга на весь дом.

Что творится с этим миром?

Катя стоит у двери. Поворачивается ко мне – по лицу бегут слёзы, плечи трясутся.

Никогда и никого в жизни мне не было так жалко, как её в тот момент.

– Прости за всё это, – говорит она дрожащим голосом.

Я ещё не сообразил, что ответить, как вдруг из-за стола выскакивает их старый кот и устремляется к закрытой двери.

– Ух! Ты ещё тут! – снова через слёзы выкрикивает Катя, резко открывает дверь и пытается подопнуть кота ногой в нужном направлении. – Пошёл отсюда!

– Мама!!! – вдруг взвизгивает молчавший до этого парнишка. – Ты что делаешь?!!

Бежит к двери.

– Зачем ты его так?!! – визжит он.

– Ваня, – мама приседает на корточки и пытается взять пробегающего мимо сына за плечи.

– Ваня... – говорит она со слезами на глазах.

– Ты... – тяжело дышит сынишка, – Ты...

– Ты дурра!!! – кричит он ей прямо в лицо.

И выбегает вслед за котом из комнаты.

Боже ты мой...

Мама поднимается на ноги, слёзы струятся по лицу. Она смотрит на меня и хочет что-то сказать... Но не может.

Из лёгких вырывается такой тяжёлый стон, какого я не слышал никогда. Как будто её ранили... Тяжёлый, как камень.

Я обнимаю её, прижимаю к себе. Она вся дрожит в моих руках и плачет.

И что говорить в такие моменты? Где и кто может этому научить?

– Не плачь, Катя, не плачь, – говорю ей тихо, продолжая прижимать к себе. – В жизни и не такое бывает.

– Как можно так жить? – Её голос у моего плеча похож на постанывание. – Я не знаю, что делать.

– Ничего, всё поправимо, – говорю я. – Всё поправимо.

Прижимаю её, хрупкую, трясущуюся к себе и осознаю, как во мне от бессилия в этой ситуации закипает злость. А Катя всё плачет и плачет, упершись в меня лицом... Плачет и плачет.

Минут через десять, успокоившись, она пойдёт заплаканная за заплаканным сыном, уложит его в постель и будет, склонившись над ним, гладить по голове, целовать и шептать, чтобы он простил её.

Что она его очень любит. Что его любимого кота не оте-

ла пинать. Чтобы он простил её. Чтобы он простил.

А его торчащая из-под одеяла светлая головка будет так же горячим шёпотом говорить ей : и я тебя очень люблю, мамочка. Больше всего на свете люблю. Я сейчас боженьке тихо помолился, чтобы он сделал так, чтобы ты больше не злилась и не кричала так, и всё у нас будет хорошо.

Они ещё раз, заплаканные, признаются друг другу в сильнейшей любви, целуют друг друга, и парнишка закрывает глаза. Он засыпает.

Потом у нас с Катей происходит ночь любви, и теперь уже она засыпает с улыбкой на лице, абсолютно счастливая на тот момент.

А я лежу, обнимаю её, и думаю...

Катя рассказывала, что её сын порой ведёт себя невыносимо. И что слово "дурра" в её адрес одно из самых невинных в его репертуаре.

Рассказывала, как у него часто происходят истерики, стоит ей только действительно его о чём-то попросить, чего он не очень хочет. Тогда в ход летит и "дурра", и прочие ругательства – даже вплоть до ударов своими кулачками по её ногам.

И как поразительный контраст всему этому развешанные по квартире тут и там детские рисунки с часто встречающимся обращением – "Мамочка, солнышко, я тебя люблю", "Мамочка, я тебя абажаю".

Пожалуй, я никогда не видел, чтобы дети так часто

стремились обнимать и целовать свою маму, как в случае с Катей и её сыном. Порой парнишка демонстрирует свою нежность аж через край. Слово "люблю" он с лёгкостью произносит несколько раз за день.

А в промежутках между этим... Он срывается на маму по малейшему поводу. Посреди магазина в ответ на её отказ купить ему игрушку начинает громко и при всех визжать на неё "Кляча!" и с гримасой злости на детском личике колотить кулачком по её ноге.

– Ты кляча! Кляча! – зло визжит он на весь магазин.

Она же стоит красная и не знает, куда себя деть.

Сама Катя не догадывается, почему её Ваня растёт **таким**. Она не знает, что она делает не так, и не знает, что делать дальше.

Я же видел сегодняшнюю сцену. И видел ряд других. Слышал их.

И мне, стороннему наблюдателю, всё в значительной степени ясно.

Наверное, глупо, что обнимая среди ночи безумно красивую женщину, глядя на безмятежное выражение её спящего лица, я думаю о Джоне Боулби.

Боулби – британский психоаналитик, развитие взглядов которого проходило в небезызвестной Тэвистокской клинике. Основное внимание Боулби и его соратницы Мэри Эйнсворт было направлено на исследование феномена привязанности.

Главный труд его жизни – трёхтомник "Привязанность и утрата". Если вы слышали о теории привязанности, то это как раз Боулби.

Суть теории привязанности можно выразить так – основываясь на качестве привязанности к матери, формируется психика ребёнка. Качество привязанности же зависит от конкретного поведения матери при контакте с ребёнком, от степени её чуткости к его нуждам.

В рамках этой теории, привязанность по качеству делится на три основных типа:

1. **Надёжная привязанность** (она же **безопасная**) – формируется, когда мать очень чувствительна к потребностям ребёнка, создаёт для его психики минимум стрессующих обстоятельств, всегда рядом с ним, старается отлучаться как можно реже. Она постоянно поддерживает своё чадо и формирует у него ощущение полной защищённости, которое с возрастом генерализуется, и происходит становление доброжелательного и уверенного в себе человека.

2. **Избегающая привязанность** – формируется, когда мать постоянно во всём ограничивает ребёнка или же относится к нему совершенно нечутко, наплевательски, запросто может оставить его надолго одного. В итоге ребёнок формируется замкнутым, мрачным, он стремится избегать каких-либо доверительных отношений и привязанностей. Такие обычно предпочитают дружить с животными.

3. **Амбивалентная привязанность** (она же **тревожно-сопротивляющаяся**) – формируется, когда мать ведёт себя в отношении к ребёнку противоречиво, непоследовательно: сейчас она ласкает его, расцеловывает, выражает страстную любовь, но уже через полчаса из-за резкой смены настроения срывается на него, кричит или даже бьёт. Обычно матерями детей с развитой амбивалентной привязанностью являются истеричные женщины, поведение которых в высшей степени зависит от настроения, которых очень легко вывести из себя. В итоге ребёнок то получает от матери неопишущую волну любви, то невыносимые сцены истерик и визгов с ворохом личных претензий. Со временем у ребёнка и формируется амбивалентное отношение к матери – он её то чрезвычайно любит, то чрезвычайно ненавидит. В поведении таких детей и в выражении ими чувств всё происходит с повышенной эмоциональностью – он очень горячо обнимает и говорит "Люблю, люблю, люблю", а при смене настроения бьёт кулачком и кричит "Ты кляча! Кляча!".

Эти перепады настроения случаются часто. Несколько раз на дню – это легко.

Боулби и Эйнсворт были тысячу раз правы, думаю я, лёжа в темноте.

В общей сложности я буду общаться с Катей всего 1,5 месяца, но уже в первые две недели успею понять неуравновешенность её натуры. Малейшее несогласие с её мнением по

самому незначительному вопросу приводило к такому эмоциональному возбуждению, что в её голосе с лёгкостью начинали звучать повышенные напряжённые нотки, и звенящим тоном произносилась коронная фраза "Мы сейчас поссоримся"... Такой мягкий намёк, чтобы я не спорил с ней.

Диалог – не самый её любимый способ общения. Вывести Катю из себя – вопрос нескольких секунд и одной фразы "А вот я не согласен"...

А насчёт сына... Учитывая нестабильность эмоционального состояния самой матери, этиология конфликтов с сыном и его поведения представляется очевидной.

Что интересно, амбивалентность в отношении к сыну прослеживалась и у неё самой. Так, после одного из скандалов она убитым голосом твердила мне, что он невыносим, что он неуправляем, что с ним невозможно. Но стоило мне тут же поддержать её, ободрить, так она помолчала несколько секунд и тут же стала говорить прямо противоположное тому, что говорила только что.

– Да, вообще, он у меня самый замечательный. Он очень умный, талантливый. Он самый лучший...

И опять же она твердила это, как замороженная. Я в тот момент несколько напрягся от её неадекватности, это честно.

В общем, утром следующего дня, когда мы просыпаемся, в комнату вбегает Ваня. Он сияет, он цветёт!

Подбегает к маме – в его руках сложенная пополам бу-

мажка. Протягивает её и говорит: мамочка, тебе подарок!

Счастливая Катя разворачивает лист – на нём изображены какие-то каракули и надпись "Люблю тибя!".

– Ой, Ванечка, спасибо, – улыбается Катя во всё лицо, продолжая лежать в кровати.

– Я обожаю тебя, мамочка! – взвизгивает Ваня и с распростёртыми объятиями вспрыгивает на маму.

Ваня вытягивает губы для поцелуя – он любит маму.

Резко наступает коленом на её грудь – он ненавидит маму (Катя громко охает).

Он склоняется над ней, чтоб поцеловать – он любит маму.

При этом локтем упирается ей в горло – ненавидит маму (Катя хрипит, но сохраняет удивлённую улыбку).

– Я люблю тебя, люблю, – радостно щебечет Ваня и целует маму, целует – любит её.

При этом ударяет лбом в её глаз – ненавидит маму (Катя снова охает).

Мама отвечает на поцелуи сына и одновременно охает от его грубых тычков в её тело. Я впервые вижу такое, это честно. Я опешил... Настолько это всё выглядит дико.

После минуты жарких объятий и поцелуев Ваня убегает из комнаты. Я спрашиваю Катю слегка растерянно, часто ли **такое** бывает?

Она с улыбкой переспрашивает: это ты о его неуклюжести? Случается иногда...

*Она улыбается. Бывает слегка неаккуратным, добавляет она.*

*Вот оно как, думаю я.*

*При желании, конечно, можно такие действия назвать неаккуратными, неуклюжими, но если смотреть глубже, то во всех этих тычках в грудь, горло и в лицо, во всех "неуклюжих объятиях" сына усматривается чёткая логическая связь с событиями минувшего вечера. А вероятно, и всего детства.*

*Даже проявляя любовь к своей маме, такой ребёнок, движимый бессознательной мотивацией, будет завуалировано выражать и свою злобу на неё.*

*– Мама, смотри! Я помыл твою любимую вазу! Ой, упала...*

С позиций психоанализа, мало того что никакие случайные ошибочные действия не случайны и не ошибочны, так даже и те действия, которые приводят к, казалось бы, ужасающим последствиям для самого человека, тоже вполне намеренны и закономерны. Если человека периодически грабят, если он периодически становится жертвой мошенников или если же он периодически попадает в опасные для жизни обстоятельства, то ему есть над чем задуматься. Такому человеку резонно задать себе вопрос, зачем он всё это подстраивает? Какие цели этим преследует?

Если с вами какая-либо конкретная неприятность проис-

ходила в жизни более чем один раз, то вам есть над чем задуматься. Неоднократности события уже достаточно, чтобы попытаться вскрыть свои глубинные неосознаваемые мотивы для таких "случайных", но закономерных происшествий.

Подход психоанализа к подобным явлениям даже частично переняла такая отрасль психологии, как виктимология – наука о психологии жертвы (Малкина-Пых, 2006). Согласно некоторым её концепциям, те ситуации, в которые попадает жертва – это не случайное стечение обстоятельств, но такое, которое жертва сама же целенаправленно и организует, сама того не осознавая.

Жертва вполне намеренно создаёт все необходимые условия, чтобы стать жертвой...

В рамках всё той же виктимологии разработано типичное описание личности жертвы – то есть, собрана совокупность черт, которые необходимы для того, чтобы опасное деяние в отношении личности было совершено. А тот факт, что если мы знаем, какие факторы необходимы для возникновения "случайности", просто уже никак не позволяет назвать это случайностью (в некотором роде это совпадает с таким явлением, как **навязчивое повторение** – когда после определённого психотравмирующего события человек снова и снова неосознанно стремится воспроизвести его на практике).

Человек сознательно может и не помнить событий самого раннего своего детства, но, даже будучи взрослым, под действием бессознательного стремиться воспроизводить их

в своей жизни. Безусловно, это в первую очередь относится к такой сфере, как отношения с родителями – схему этих самых отношений "ребёнок" будет неосознанно транслировать и на отношения со своим супругом или даже на отношения со многими другими окружающими его людьми.

Тот факт, что человек не помнит какого-то события, не означает, что оно не может оказывать влияния на его поведение. По Фрейд, человек не способен забыть вообще ничего. Он лишь думает, что забыл. На деле же, вероятно, в памяти сохраняется **абсолютно всё**. И именно эта "подавленная" память и оказывает влияние на все дальнейшие поступки человека.

Мы уже говорили о том, что даже забывание Фрейд считал преднамеренным процессом.

Тут мы соприкасаемся с таким интересным моментом, как память.

Стоит отметить, что в наши дни феномен памяти всё ещё продолжает оставаться чем-то неизведанным. Как происходит забывание? И что означает забывание вообще?

Можно ли тот факт, что человек не может что-то вспомнить, объявить свидетельством того, что данная информация больше совсем не представлена в его памяти?

Как известно, если человек не может что-то сделать именно в данный момент, то это не доказывает, что он не может этого сделать в другое время. Каждому из нас известно по личному опыту, как раньше мы знали нечто, что сегодня за-

были, но наступает завтра, и мы снова это вспоминаем.

Так возможно ли тотальное забывание в том смысле, что из памяти бесповоротно уничтожается та или иная информация?

Судя по всему, вряд ли такое возможно. Больше данных указывают как раз на то, что если мы восприняли что-то однажды, то эта информация навсегда остаётся в нашем мозге. Другое дело, что она далеко не всегда способна быть нами осознана, воспроизведена.

Что же препятствует порой вспоминанию известных нам фактов?

Конечно, это сложный вопрос, но имеются данные, что именно бессознательное преднамеренно препятствует осознанию (то есть вспоминанию) каких-то конкретных событий из прошлого. Аллахвердов называет подобное явление **неосознанным негативным выбором** (Аллахвердов, 1993).

В ряде экспериментов этот феномен проявлялся следующим образом: испытуемым предъявляют набор разных символов (пары букв, буква-цифра, названия игральные карт и всё в таком духе) и просят запомнить их как можно больше из списка. Когда позже происходит проверка запоминания, то выясняется, что какие-то символы забыты...

Но это ничего.

Интересно же становится, когда выясняется, что и в последующих новых наборах символов, куда специально были

включены забытые символы из первого теста, именно они же снова и не вспоминаются. То есть позабытый в ходе первого эксперимента ряд символов имеет тенденцию "забываться" и в последующих экспериментах.

Таким образом, "забывание" – это не что иное, как преднамеренное, но неосознаваемое решение не воспроизводить именно данный конкретный стимул. Или, как выразился житейским языком Агафонов А.Ю (Агафонов, Волчек, 2005), для того, чтобы не вспомнить что-то, необходимо помнить, что именно не следует вспоминать.

Похоже, на бессознательном уровне какой-то стимул имеет косвенное отношение к чему-то неприятному из личного опыта индивида, и именно этот стимул и будет иметь тенденцию "забываться" чаще других.

В другом исследовании (Аллахвердов, 2000) испытуемые – участники детского хора – должны были нажать на рояле именно ту клавишу, звучание которой только что слышали. Оказалось, что и в данном случае ошибка имеет устойчивую тенденцию к повторению. Если при демонстрации "ми" малой октавы испытуемый ошибочно нажимал "до" первой октавы, то затем, некоторое время спустя, после ряда удачных попыток определения других нот, когда ему уже предъявляли "до" первой октавы, в ответ он "ошибался" и нажимал "ми" малой октавы. То есть ошибка снова повторялась, но уже наоборот.

Такая устойчивая "ошибка" говорит о том, что звуки всё

же чётко различаются испытуемым, но в силу неизвестных внутренних причин подменяются один другим.

Интересный "эксперимент" поставил и Клапаред в 1911 году: общаясь в клинике с больным, страдающим синдромом Корсакова (вид амнезии, при которой человек не способен запоминать все текущие события, но сохраняет относительно хорошую память на общие события прошлого). Несколько дней подряд Клапаред снова и снова "знакомился" с одним таким пациентом и в момент рукопожатия незаметно колол того иголкой... Спустя несколько дней пациент перестал при "знакомстве" подавать Клапареду руку, несмотря на то, что самого Клапареда он не помнил (цит. по Зейгарник, 1986).

Примерно то же самое проделывал в 1935-ом и Леонтьев – у пациентов с синдромом Корсакова вырабатывал условный рефлекс на болевой раздражитель, тогда как сами они ничего не помнили.

Потом Леонтьев и задаётся вопросом относительно свойств памяти: "А бывает ли исчезновение хранимых следов? Действительно? А может быть, никогда не бывает? Все дело в том, что меняется возможность воспроизведения, а след существует независимо. Раз он образовался, то он существует. Это необратимый процесс – следообразование. Припоминание – вот где проблема стоит" (Леонтьев, 2007).

В "Толковании сновидений" Фрейд (Фрейд, 2008с) пытался классифицировать "моменты мышления", которые продолжают свою работу, даже когда наше сознание отключено

– в процессе сновидения. Он выделяет ряд групп, которые можно охарактеризовать одной общей сутью – незавершённые действия и незаконченные впечатления.

По сути, Фрейд предвосхитил тот самый феномен человеческой психики, который лишь 20 лет спустя в одном из берлинских кафе вкрадётся в виде догадки в пытливого ум Курта Левина и дальше будет всесторонне исследован его ученицей Блюмой Вульфовой Зейгарник (Зейгарник, 1927).

Речь идёт о феномене, который и получил название в честь своей исследовательницы – **эффект Зейгарник**. Суть его как раз и состоит в том, что человек лучше запоминает ту задачу, которую ему не удалось довести до конца. Экспериментально этот эффект был проверен и перепроверен многократно и он наглядно демонстрирует, что наше отношение к какой-либо неразрешённой жизненной ситуации продолжает сохраняться в глубинах нашей психики, даже если сознательно мы уже давно о ней не думаем.

*Вспомним случай с Дэнни Айелло.*

*"Начатый и оставленный ход мыслей может быть продолжен [...] без участия внимания, если только он в каком-либо пункте не достигает особенно высокой интенсивности, приковывающей внимание"* (Фрейд, "Толкование сновидений").

Задумываясь над эффектом Зейгарник, может возник-

нуть резонный вопрос – как долго может сохраняться в памяти человека след от незавершённой задачи?

Иными словами, как долго мы помним то, что собирались сделать, но так и не сделали?

Для Фрейда ответ однозначен – нереализованные желания, незавершённые задачи остаются в нашей памяти навсегда. Правда, доступными нашему сознанию эти воспоминания становятся в самых чрезвычайных ситуациях, в остальное же время находясь исключительно в царстве бессознательного.

То же самое Фрейд говорит не только о памяти насчёт нереализованных желаний, но и о памяти насчёт жизненных явлений вообще. Всякие мелочи, которые хоть однажды и хоть на долю секунды соприкоснулись с нашим психическим аппаратом.

Фактически Фрейд говорит, что мы помним **всё**  
Вообще, **всё**

*"Я утверждаю, что уже впечатления второго года жизни, а иногда даже и первого, оставляют прочный след в душе... Для подтверждения я перебираю в уме несколько примеров, когда ребёнок теряет отца в раннем детстве, и когда позднейшие факты, иначе не поддающиеся объяснению, доказывают, что ребёнок сохранил всё-таки бессознательное воспоминание о столь рано утраченном им близком человеке"* (Фрейд, "Толкование сновидений").

В пример он описывает со слов другого толкователя сновидений Дельбефа сон, который тому однажды приснился. Это случилось в 1862-ом году. Во сне фигурировали ящерицы и папоротник, название которого во сне он даже знал – *Asplenium ruta muralis*. Затем в сновидении возникла дорога, буквально усыпанная ползущими ящерицами...

По пробуждении Дельбеф задумался над латинским названием папоротника – в действительности оно не было ему знакомо. Но в дальнейшем ему удалось узнать, что действительно существует такой папоротник, только называется он правильно *Asplenium ruta muraria*. Однако это не пролило свет на то, откуда Дельбеф знал этот термин во сне, если, насколько он помнил, в бодрствующем состоянии его он не знал.

Лишь шестнадцать лет спустя Дельбеф в гостях у старого друга увидел гербарий. В его голове всплыли смутные воспоминания, он принялся листать альбом и обнаружил-таки засушенный экземпляр того самого папоротника, а под ним и подпись – *Asplenium ruta muraria*.

Подпись его собственным почерком...

Так всё и прояснилось. Дельбеф вспомнил, что за два года до сновидения (*значит, в 1860-ом году, тогда как по непонятной причине во всех переводах "Толкования сновидений" написано о 1800-ом годе; явно кто-то что-то не доглядел*) сестра этого самого друга навестила его. С собой у неё был

и этот гербарий, купленный брату в подарок. Тогда же Дельбеф из любезности под диктовку ботаника и сделал под экземпляром каждого растения подпись оригинального названия на латыни...

Вот тебе и *Asplenium ruta muraria* в его сне. На деле он просто подписал все названия и тут же, казалось бы, забыл. Но два года спустя этот самый незначительный факт проскочил в виде компоненты сновидения.

Ещё позже, в 1877-ом, на глаза Дельбефу попался старый номер журнала, в котором была иллюстрация, изображающая сезонное шествие ящериц – то самое, которое он видел во сне в 1862-ом... Журнал был уже старым и датировался 1861-ым годом.

Дельбеф вспомнил, что в ту пору он как раз был подписчиком этого журнала.

На основе анализа множества сновидений (в первую очередь – своих) Фрейд приходит к совершенно разумному выводу, что в сновидениях мы никогда не видим ничего нового. Но всё, что нами там увидено, либо было нам известно ранее, но просто позабыто, либо представляет собой визуальную компиляцию сразу из нескольких прежде известных нам явлений.

По всей видимости, человеческая память обладает поистине впечатляющими возможностями – в ней откладываются самые незначительные детали, которые хоть однажды лишь на долю секунды попали в зону нашего восприятия.

Человек продолжает всё это помнить и годы спустя – то, что видел и слышал, может, всего мгновение.

Фрейд описывает целый ряд примеров, когда в сновидениях обнаруживаются фантастические возможности нашей памяти. Приведённый случай с ящерицами и папоротником, конечно, охватывает временной промежуток всего в два года (в 1860-ом узнал название папоротника, а уже в 1862-ом увидел его, забытое, во сне) – в общем-то, не такой и большой срок, чтобы очень уж впечатлить нашу психику, которая видела развал СССР и правление Ельцина...

Другой описываемый случай более интересен.

Один знакомый поведал мэтру, что недавно ему приснился сон, в котором он видел, как управляющий его отца находится в постели с его, рассказчика, няней (которая давным-давно жила в их доме, пока мальчику не исполнилось 11 лет).

Этот забавный сон рассказчик изложил своему старшему брату. Тот в ответ рассмеялся и пояснил, что много лет назад всё это происходило на самом деле. Тогда главному герою было всего 3 года, а его старшему брату 6 лет.

Когда у любовников (управляющего их отца и няни) выдавалась возможность, пока отлучались хозяева, провести ночь вместе, они накачивали шестилетнего пацана пивом, чтобы никаких вопросов не задавал, и сами приступали к своим незамысловатым телодвижениям. На младшенького же, лежащего в люльке, попросту не обращали внимания – ему все-

го три года, что он понимает?

Увиденное в три года осело в глубинах психики и дало о себе знать лишь десятилетия спустя.

Или другой пример: с детства тридцатилетнему мужчине регулярно снился загадочный жёлтый лев. Откуда он взялся в его воображении, он не имел понятия до тех пор, пока однажды в доме своей матери не нашёл старую фарфоровую фигурку жёлтого льва. Мать тут же пояснила ему, что в самом раннем возрасте это была его любимая игрушка. Сам он об этом совершенно не помнил.

Но хватит с Фрейдом. Двадцатый век предоставил исследователям человеческой психики новые возможности изучения феномена восприятия и бессознательного в частности.

Исследуя вопрос о запоминании событий самого раннего детского возраста, в 1941 году Х.Барт поставил интересный эксперимент (цит. по Зинченко, 2000). Пятимесячному ребёнку каждый день в течение 3 месяцев зачитывали три отрывка текста на греческом языке.

Каждый день один и тот же текст в течение 3 месяцев.

Когда ребёнку исполняется 8 месяцев, его оставляют в покое.

Затем то же самое с ним проделывают в период между 18 и 21 месяцами – только на этот раз ему ежедневно зачитывают три новых отрывка текста.

И так продолжается до тех пор, пока ребёнку не исполняется три года. За всё время ему в общей сложности был за-

читан 21 отрывок текста на греческом.

В три года ребёнка оставляют в покое на целых пять лет. Вплоть до той поры, пока ему не исполняется 8,5 лет.

Естественно, ребёнок не помнит ничего из того, что ему зачитывали с пяти месяцев до трёх лет – он даже и слов тогда ещё не знал, тем более греческих.

Но вот в 8,5 лет ребёнку вновь предлагают заучивать текст – тот же самый. Предоставляют семь "уже известных" ему отрывка и три новых, которые никогда прежде ему не зачитывались...

Выяснилось, что заучивание "уже известных" семи отрывков происходило на 30% быстрее, чем заучивание новых трёх. Такие результаты позволили говорить о том, что неосознаваемые воспоминания всё же присутствуют в нашей психике. Если людям показать определённые картинки всего лишь в течение 1-3 секунд, то они будут склонны припоминать их даже спустя 17 лет (Mitchell, 2006). Известный канадский дирижёр Борис Бротт вдруг узнал никогда прежде им не слышанное произведение, которое, как оказалось потом, регулярно репетировала его мать-виолончелистка, будучи ещё беременной им (цит. по Медина, 2017).

Совсем интересные данные предоставляет психофизиолог В. Ротенберг (Ротенберг, 2000). Он описывает, как ещё несколько десятилетий назад в НИИ, в котором он работал, изучались способности одного советского гипнотизёра. Во время одного из сеансов тот ввёл испытуемого в глубокий

гипнотический транс и сказал "Тебе два дня". Раздавшийся детский плач мало кого сильно удивил, но вот когда обнаружилось, что у загипнотизированного движения глаз вдруг стали нескоординированными – один глаз смотрит в одну сторону, а второй в другую, то удивились многие. Всё дело в том, что у здорового взрослого человека такие движения глаз невозможны, но это нормальное дело для новорожденного, у которого нервный аппарат ещё не сформирован.

В другом ряде проб под гипнозом испытуемому внушали, что ему 6 лет и просили написать что-нибудь – выяснялось, что почерк становился именно таким, каким был в пору его детства.

Или же более радикально – испытуемому внушали, что он ещё не родился. Его дыхание прекращалось, но сердце продолжало биться. Всё так же, как и у ребёнка в утробе матери.

Хотя гипноз – явление, к которому пока не сформировано в научном мире однозначного отношения, но задуматься есть над чем. А именно над тем, что память человека гораздо объёмнее, нежели он сам может догадываться, если помнит даже свои состояния, о которых нет никаких сознательных воспоминаний.

Некоторыми исследователями отмечается, что сознательное подражание (даже актёрами) поведению детей не отображает действительную картину в полной мере. В то же время поведение взрослых испытуемых, погруженных в гипнотическом транс в состояние возрастной регрессии, в мель-

чайших нюансах соответствует таковому у детей соответственно внушённому возрасту (меняются не только интонации голоса, но и почерк, рисунок). Помимо всего прочего изменяются даже психофизиологические характеристики человека, которому под гипнозом внушено, что он снова ребёнок. "Полученное электроэнцефалографическое исследование состояний детского возраста является принципиальным и важным доказательством объективности гипнотической регрессии возраста" ("Психологические исследования творческой деятельности", 1975.).

По некоторым данным, под гипнозом возможно даже вспоминание языка, который использовался испытуемым в детстве, но с тех пор был забыт (Зинченко, 2000. С. 104). Современной нейробиологии известно, как пища, употребляемая беременной женщиной во второй половине беременности, запоминается ещё формирующимся мозгом плода и впоследствии определяет вкусовые предпочтения родившегося ребёнка (Медина, 2017).

В начале всё того же XX-го века ещё более интересные результаты дали эксперименты Пётцля и Фишера с применением тахистоскопа.

Тахистоскоп – прибор, который способен демонстрировать изображение в течение строго отмеренного сверхкороткого промежутка времени – от 1 до 100 миллисекунд (то есть от 1/1000 до 10/100 секунды).

Если визуальный стимул имеет длительность меньше

определённого времени, то он не воспринимается нашим сознанием – это называется порогом восприятия или порогом осознания. Исследования же показали, что даже те сверхкороткие визуальные стимулы, которые не осознавались испытуемыми, в последствии всё же возникали в их сновидениях и фантазиях, демонстрируя, что даже неосознаваемый стимул сохраняется в нашей психике и воздействует на её деятельность, так и продолжая оставаться неосознаваемым (цит. по Брунер, 1977).

Опыты Клейна также показывают, что, несмотря на то, что подпороговый сигнал (ниже порога восприятия) остаётся для испытуемого незамеченным (неосознаваемым), он всё равно способен воздействовать на отчёт испытуемого о последующем, но уже надпороговом уровне (Klein, 1956).

Предел чувствительности каждого рецептора нашего организма (зрительные, слуховые, тактильные и т.д.) называется физиологическим порогом. За этим термином кроется тот минимум воздействия, который необходим для активации данного рецептора. Но на этом всё не заканчивается... Дальше сигнал, воспринятый рецептором и переданный в мозг, должен преодолеть второй порог – порог восприятия. За этим термином, в свою очередь, кроется тот минимум воздействия, который необходим для **осознания** субъектом стимула, который уже преодолел физиологический порог.

Но дело в том, что преодолеть физиологический порог может несметное число сигналов, а вот для дальнейшего

преодоления порога восприятия (осознания) многим из них не хватает интенсивности. Порог восприятия преодолевается только наиболее мощными сигналами. Если всего один квант света уже способен активировать колбочку в сетчатке глаза, что приведёт к передаче импульса в мозг, то чтобы **воспринять** малейшую точку света, осознать её, требуется уже от 8 до 47 таких квантов (Александров, 2014. С. 61).

Грубо говоря, можно прикоснуться к человеку так, что он это чётко ощутит, а можно проделать это и столь нежно, что восприятия касания не произойдёт, но сигнал о раздражении рецепторов кожи всё равно дойдёт до мозга.

Тут-то и возникает справедливый вопрос: что происходит с сигналами, которые смогли пройти физиологический порог, но не смогли пройти порог восприятия?

В целом на данном этапе наших знаний можно утверждать, что ничто и никуда бесследно не исчезает. Как замечают Нисбетт и Де Камп Уилсон, "сегодня на исходный вопрос (могут ли стимулы, о которых испытуемые не в состоянии дать вербальный отчет, вызывать реакции) гораздо большее, чем десятилетие назад, количество исследований позволяет ответить утвердительно" (Нисбетт, Де Камп Уилсон, 2011). Так устроен мир.

Неудивительно было, когда в ряде работ Диксон (Dixon, 1971) предложил гипотезу, которая утверждала, что слабые сигналы, прошедшие физиологический порог, но не обладающие достаточной интенсивностью для преодоления и поро-

га восприятия, принимаются и обрабатываются в зоне, подпороговой сознанию (иначе говоря – в бессознательном). Такая гипотеза была ожидаема, и, по сути, её целиком можно отнести к ранним предположениям Фрейда.

Из предложенной Диксоном шкалы, градирующей способность стимулов преодолевать порог восприятия (Dixon, 1987), следует, что в бодрствующем состоянии нашим сознанием преимущественно воспринимаются сигналы от тактильных, визуальных и слуховых рецепторов. Самым же слабым потенциалом к осознанию обладают сигналы от внутренних органов – это так называемые висцеральные сигналы.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.