

**ЕЛЕНА ЛЕВЕНТАЛЬ**

# ***ХАРАКТЕРЫ И РОЛИ***

- ТИПЫ ХАРАКТЕРОВ
- ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ:  
ДЕТИ, ПОДРОСТКИ,  
ВЗРОСЛЫЕ
- СЕМЕЙНАЯ ЖИЗНЬ
- СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ
- ТЕСТЫ НА ХАРАКТЕР

В книгах особенный интерес у нас вызывает то, что написано как будто именно про нас.

Есть удовольствие особенного рода.  
Но нам его дарит не баловня природа,  
А разума затейлива игра –  
Когда дневных забот закончена пора,  
И так не хочется довольствоваться  
малым:  
Зевнув, замылить глаз дешевым  
сериалом,  
Но книгу распахнув, скользнуть в  
диковен мир,  
Что так изысканно построил твой  
кумир...  
...Бродить во граде сем, страницы  
теребя,  
Тот редкий дом найти, что строен для  
тебя...  
...Вбежать по лестнице, перил лаская  
локон,  
И в лунный свет шагнуть, струящийся из  
окон.  
Дань уважения зодчему отдать  
И в зеркалах резных свой образ  
угадать...

Григорий Бройдо

## О Г Л А В Л Е Н И Е

ПРЕДИСЛОВИЕ	9
ВВЕДЕНИЕ	13
ГЛАВА 1. ЦИКЛОТИМИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР	27
Детство	28
Подростковый возраст	41
Взрослый	49
Поведение в семье	56
Социальные роли	60
Отношение к циклотимикам	72
ГЛАВА 2. ЭПИЛЕПТОИДНЫЙ ХАРАКТЕР	74
Детство	74
Подростковый возраст	84
Взрослый	93
Поведение в семье	105
Социальные роли	119
Отношение к эпилептоидам	127
ГЛАВА 3. ШИЗОИДНЫЙ ХАРАКТЕР	134
Детство	135
Подростковый возраст	141
Взрослый	148
Поведение в семье	161
Социальные роли	167
Отношение к шизоидам	174
ГЛАВА 4. АСТЕНИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР	176
Детство	177
Подростковый возраст	192
Взрослый	200
Поведение в семье	223
Социальные роли	235
Отношение к астеникам	242
ГЛАВА 5. ИСТЕРОИДНЫЙ ХАРАКТЕР	244
Детство	244
Подростковый возраст	253
Взрослый	260
Поведение в семье	271
Социальные роли	275
Отношение к истероидам	282
ГЛАВА 6. СМЕШАНЫЕ ХАРАКТЕРЫ	283

ГЛАВА 7. ТЕСТЫ ПО ДИАГНОСТИКЕ И САМОДИАГНОСТИКЕ	
Психологическая зависимость	286
Заниженная самооценка	286
Циклотимический характер	287
Астенический характер	292
Эпилептоидный характер	297
Шизоидный характер	302
Истероидный характер	307
СЛОВАРЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТЕРМИНОВ	311
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	313
ПОСЛЕСЛОВИЕ	313
ОБ АВТОРЕ	314

## ПОСВЯЩЕНИЕ

- *Моей матери* и в ее лице, всем людям, еще живущим среди нас, людям уходящего поколения, которые сломались под ударом сталинских репрессий, обрушившихся на их семьи. Не будем винить их за слабость. Кто-то становится крепче на изломе, другие необратимо теряют себя..

Ее отца арестовали, когда ей было 20 лет, она сама чудом не погибла. Однажды сломавшись, она уже не могла выпрямиться в течение всей жизни. Я поменяла профессию в надежде помочь ей, но мои усилия и моя любовь были бессильны.

- *Моим сверстникам*, третьему поколению в семьях репрессированных. На нашу жизнь легло облако той психологической травмы, которую перенесли наши родители. Мы хорошо знаем, что такое депрессия родителей, которая была частью нашего детства и нашей юности. Лишь понимание причин невротизации родителей помогло нам снизить нашу обиду и предотвратить разрыв с ними.

- *Моим пациентам*, с благодарностью за их доверие и откровенность, за их уроки мужества в борьбе с психологическими проблемами и ментальными дефицитами.

## **О Ч Е М Э Т А К Н И Г А ?**

Как трудно нам разгадать окружающих нас людей. Ведь их лица могут быть скрыты под масками, за которыми они прячут свои истинные чувства и мотивации.

Часто поведение человека определяется не его истинной сутью, а той ролью, которую он принимает в социальной игре, скрывающую от нас тайну его мыслей и желаний.

Однако за этими наслоениями, масками и ролями находится истинное лицо, созданное Всевышним, - характер личности.

Эта книга поможет нам совершить увлекательное путешествие, в течении которого мы будем заглядывать под маски, срывать их, разгадывать роли и погружаться в увлекательную игру - созерцание характеров человеческих существ, детей и взрослых, здоровых и невротиков.

Характер Пушкина, Бальзака, Эйнштейна, наш собственный характер, характеры наших детей, близких, друзей и врагов - все они пройдут перед нами и предстанут в новом освещении.

Будем надеяться, что эта книга поможет выработать более терпимое отношение к странностям и нестандартности окружающих нас людей и более успешно предугадывает поведение.

**В А М   С Т О И Т  
П Р О Ч И Т А Т Ь   Э Т У   К Н И Г У ,  
Е С Л И   В Ы   Х О Т И Т Е . . .**

**ЛУЧШЕ ПОНЯТЬ СЕБЯ . . .**

Осознание своего характера открывает возможность более точно определить свои потребности, а также сформировать свой

психогигиенический режим, т.е. те условия, в рамках которых человек сохраняет наибольший уровень ментального здоровья, максимальный комфорт и наибольшие шансы для самореализации.

### **НЕМНОГО ИЗМЕНИТЬ СЕБЯ...**

Понимание своего характера, его сильных и слабых сторон, дает возможность увидеть его как на дисплее, перепрограммировать собственную личность и активировать потенциал своего развития.

### **БОЛЕЕ ТОНКО СОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В ПАРТНЕРАХ ПО БИЗНЕСУ...**

### **УСТАНОВИТЬ НА РАБОТЕ БОЛЕЕ ПРОДУКТИВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С ПОДЧИНЕННЫМИ, КОЛЛЕГАМИ, НАЧАЛЬСТВОМ...**

### **ЛУЧШЕ ПОНЯТЬ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ...**

Раскрытие типов характера окружающих людей помогает более терпимо относиться к ним и, следовательно, более успешно общаться с ними.

### **ПОНЯТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА...**

Разгадка индивидуальности ребенка, осознание его уникальных потребностей, сильных и слабых сторон его личности позволяет построить более правильные отношения с ним и заложить фундамент его психологического здоровья.

### **ПОНЯТЬ ПОДРОСТКА И ПОМОЧЬ ЕМУ...**

Понимание характера подростка помогает семье сохранить отношения с ним в трудное время подросткового возраста, снизить риск его невротизации, оказать ему помощь в период социализации и вхождения в мир, а также помочь ему осуществить правильный выбор профессии.

### **УЛУЧШИТЬ КЛИМАТ В СЕМЬЕ...**

Огромное количество семейных конфликтов связано с непониманием индивидуальности близкого человека. Осознание характера своего супруга (супруги) может стать основой для более адекватного к нему (к ней) отношения и создания более гармоничной семьи.



# Предисловие

## ЧТО ТАКОЕ ХАРАКТЕР?

Жизнь потому и интересна, что нас окружает многообразие человеческих индивидуальностей, их неповторимые поведенческие и эмоциональные реакции. Однако в этом многоголосьи можно различить отдельные партии, исполняемые представителями различных характеров.

Характер (character - печать, чеканка) является своеобразной основой личности, представляющей собой совокупность ее индивидуальных особенностей, которые в значительной степени наследственно предопределены (1, 2, 3).

Понимание характера здорового человека сложно в силу конформизма людей, а также их готовности подчиниться социальным нормам и общепринятым стандартам поведения. Определение характеров здоровых людей осложняется еще и тем, что люди вовлечены в различные социальные игры, где роли известны и определены заранее. Кроме того, многие люди выступают под масками.

Однако, при невротизации начинают отбрасываться социальные условности и пиететы, сбрасываются маски. Невротизация делает все более очевидными подсознательные импульсы и как бы обнажает биологический компонент психики.

Здоровые люди в силу тяготения к конформизму могут не очень отличаться друг от друга. Люди разных характеров вступают в одни и те же социальные игры, исполняют одни и те же роли. Поэтому, на первый взгляд, их поведение схоже.

Однако любое давление окружающей жизни, каждый самый незначительный стресс выявляют их

неповторимость, водоразделы и пропасти, лежащие между представителями разных характеров.

Любой незначительный налет невротизации усиливает их несходство, а уж невротики разных типов характеров проявляют самое разительное отличие.

### **ОНИ ВСЕ РАЗНЫЕ.**

Люди с разными типами характера отличаются друг от друга довольно резко. Они по-разному относятся к себе и окружающим их людям, по-разному общаются. Различно их поведение в семье и на работе. Они по-разному едят, шутят, любят. У них различная вероятность невротизации, они по-разному выходят из стрессовых ситуаций. Отличаются особенности их сексуальной жизни. По-разному они работают, творят, врут и фантазируют. Они совершают разные преступления и болеют разными болезнями.

Как они не похожи друг на друга...

Циклотимики очаровывают нас своей любовью к жизни и умением наслаждаться ее многообразием.

Эпилептоиды отпугивают нас своей властностью, и мы можем легко стать жертвой их манипуляций.

Шизоиды удивляют своими бесцветными эмоциональными реакциями, за которыми скрывается яркий, подчас неповторимый внутренний мир.

Астеники подкупают своей мягкостью и желанием оказать поддержку, в то время как их слабость вызывает досаду и даже раздражение.

Истероиды делают все, чтобы произвести на нас впечатление, оставаясь при этом равнодушными к случайным зрителям, ненароком забредшим в их театр.

**ЦИКЛОТИМИК**



Я люблю жизнь и хочу наслаждаться ею вместе с вами.

**ЭПИЛЕПТОИД**



*Я люблю власть и хочу доминировать над вами*

**ШИЗОИД**



*Оставьте меня в покое вместе с моими мыслями*

**АСТЕНИК**



Я люблю вас и готов принести себя в жертву ради вас

**ИСТЕРОИД**



*Мне так хочется понравиться вам*

**КАЖДЫЙ ИЗ НАС ИСПОЛНЯЕТ МНОЖЕСТВО РОЛЕЙ.**

Жизнь – только тень  
Она – актер на сцене  
Сыграл свой час,  
Побегал, пошумел и был таков...  
Шекспир «Макбет»

Наш жизненный успех зависит во многом от таланта принимать роли, от умения одевать маски и включаться в социальные игры (5, 6).

Участие в этом драмкружке является драгоценным навыком, который социум ценит больше, чем интеллект или доброе сердце.

Каждый из нас исполняет в жизни одновременно множество ролей:

Супруг  
Родитель  
Сын пожилых родителей  
Друг  
Хозяин собаки

Водитель машины  
Чиновник (бизнесмен, служащий)  
Рыболов

Люди, у которых все роли удачны, встречаются довольно редко. У большинства людей лишь определенные роли сыграны должным образом.

Нет людей счастливых, есть люди компенсированные. Человек, неудачно играющий одни роли, компенсируется успешным исполнением других ролей.

**ЛЮДИ ВСЯКИЕ НУЖНЫ, ЛЮДИ ВСЯКИЕ ВАЖНЫ.**

Нет характеров плохих или хороших. Их разнообразие создано, по-видимому, для выполнения различных функций в жизни человеческой популяции, для выполнения своей особой роли.

Жесткие эпилептоиды защищают порядок.

Энергичные циклотимики осваивают новые пространства и обладают талантом руководства.

Шизоиды развивают интеллектуальный потенциал нашей цивилизации.

Доброжелательные астеники сохраняют и увеличивают потенциал добра.

На истероидах держится индустрия развлечений...

# Введение

## Немного теории

### Как мы устроены

#### ТРИ ЭТАЖА

Каждый человек похож на 3-х этажный дом, где на I этаже обитает подсознание, на II этаже - сознание, и на III этаже - социальные и родительские нормы.

<b>3. СУПЕРЭГО</b> Социальные нормы Родительские нормы
<b>2. ЭГО</b> Сознание Воля Самоконтроль
<b>1. ПОДСОЗНАНИЕ</b> Черты, обусловленные характером. Прошлый жизненный опыт. Память о травмах и потерях.

#### Этаж 1. Подсознание.

Подсознание человека не меняется в течении жизни.

Это приводит к одной из самых сильных драм человеческого существования. Душа 3-летнего ребенка полна тех же светлых желаний, что и душа 50-летнего человека, а душа 70-летнего старика в инвалидном кресле та же, что и у

7-летнего мальчика. Лишь временная пропасть разделяет эти два возраста. У ребенка есть шанс осуществить хотя-бы сотую долю тех восхитительных порывов, которыми полна его душа. У старика, имеющего точно такое же подсознание, те же самые желания, уже нет этого шанса в земном существовании, и лишь будущая встреча с Всевышним обещает его душе, сбросившей оболочку износившегося тела, обрести покой и утешение.

Помимо наших желаний в подсознании хранится наш отрицательный жизненный опыт, воспоминания о всех потерях и жизненных ударах. Именно здесь зарождается мотивация многих наших поступков и эмоций.

## **Этаж 2. Сознание**

Если подсознание не меняется в течении жизни, то это, сознание, претерпевает изменения каждый день. Подобные изменения происходят под давлением окружающего мира или под влиянием самовоспитания самого человека.

Уникальность этой части нашего внутреннего «компьютера» заключается в том, что сознание способно анализировать собственное содержание и корректировать его.

Наше сознание должно выполнять необычайно важные функции (7, 8) :

### **1. Тестирование реальности.**

Сознание ответственно за точное восприятие окружающей нас жизни и нашего внутреннего мира. Именно сознание создает в нашем мозгу то волшебное зеркало, в котором отражается мир.

### **2. Суждения о жизни.**

Человек должен оценить, какой тип поведения наиболее адекватен в данных условиях, к каким последствиям оно приведет. Из нескольких вариантов поведения человек должен выбрать то направление к достижению желаемой цели, которое влечет за собой минимальные негативные последствия.

### **3. Контроль подсознания.**

Сознание – разумное, рациональное начало нашей личности – ведет постоянную битву с желаниями и страстями, рвущимися из глубин подсознания. Как часто поведение человека определяется порывами его души, а не его разумом и волей.

### **4. Адаптация к социальным нормам.**

Наш разум имеет не только сложные отношения с обитателями первого этажа.

Установки нашего сознания необычайно чувствительны ко всему, что происходит этажом выше. Сознание часто оглядывается на «мнение княгини Марьи Алексеевны», на социальные нормы и стандарты, которые оказывают на него огромное давление.

#### **5. Посредничество между подсознанием и социальными нормами.**

Наше эго (разум, сознание) существует как бы между Сциллой и Харибдой, зажатое в клещи. С одной стороны, на него обрушиваются протуберанцы подсознания, толкающие его во власть страстей, в то время как, с другой стороны, властная рука суперэго (социальных норм) пытается подогнать его под общепринятые стандарты и стремится лишить его индивидуальности.

#### **6. Ощущение себя и других людей, создание отношений с окружающими людьми.**

#### **7. Мышление.**

#### **8. Психологическая защита.**

### **Этаж 3. Социальные нормы.**

Наше поведение во многом определяется окружающей нас жизнью. Наша психика, как чуткий компьютер, реагирует на воздействие родителей, школы, культуры, религии.

И если взрослые приспособляются к требованиям окружающей жизни часто не меняя своей внутренней сути, то у ребенка воздействие окружающей жизни влечет за собой резкие изменения его психологической программы.

Сильнейшие изменения социальных норм происходят у иммигрантов. Трудности процесса адаптации во многом связаны с мучительной хирургической операцией встраивания в «третий этаж» нашей психики норм и стандартов новой культуры.

Между тремя этажами постоянно происходит обмен информацией, и весь «дом» наполнен суетой, движением, жизнью.

Представители разных характеров резко отличаются силой подсознания и чувствительностью к мнению родителей и общества.

В рамках одного характера люди могут отличаться соотношением между «этажами», разным вкладом каждого «этажа» в поведение человека.

У людей одного характера различна степень уважения к социальным нормам, сила их «эго» и контроль в отношении импульсов, рвущихся из подсознания.

### **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА (8) .**

Каждый из нас ощущает свою неадекватность окружающему миру. Мы не подходим друг к другу, как ключ к замку. Наши требования к окружающему миру редко становятся реальностью. И вот тогда мы пускаем в ход великий дар, дарованный нам природой, – наш арсенал психологической защиты.

По узким ступеням мы спускаемся в подвалы нашей души, где висят доспехи и копья психологической защиты. Мы верим в их силу, и они уже не раз доказали нам свою верность. Общаясь с миром, ощущая его удары, его мучительное несоответствие нашим внутренним схемам, каждый из нас применяет различные виды психологической защиты.

Они – щит, которым мы прикрываем свое лицо от нестерпимых ударов. Они помогают нам снизить тревогу, сбросить внутреннее напряжение. Они так часто помогают нам обмануть самих себя, когда мы не справляемся с жизнью, ощущаем свое одиночество и свою беспомощность. Они также дают нам возможность оправдаться в своих глазах. В ситуации стресса они защищают нас от чувства вины или неприемлимых мыслей.

Люди с разными характерами применяют для защиты от стресса разные виды психологической



защиты. Беспечный и позитивно настроенный циклотимик применяет **отрицание**, что позволяет ему не замечать травмирующих ситуаций и отмахнуться от негативной информации. Он постоянно сохраняет доброе расположение духа благодаря именно этому мощному способу психологической защиты.

Эпилептоиды любят применять **проецирование**, когда они приписывают другим людям свои неблагоприятные мысли, желания или особенности своего характера.

**Смещение** позволяет личности излить свои подавленные негативные чувства на замещающий объект. Например, человек, боящийся выразить свой гнев на начальника, легко срывает его на своей семье. Мы все грешны по части применения этого вида психологической защиты, но наиболее часто его применяют эпилептоиды или невротики.

Трудно представить наше существование без еще одного могучего вида психологической защиты - **подавление, репрессия**. С его помощью мы вытесняем в подсознание наши мучительные воспоминания или желания в том случае, если они не могут быть осуществлены.

Особенно часто репрессию применяют астеники в те моменты, когда они не осмеливаются требовать от жизни осуществления своих желаний.

Доброжелательные и нежные астеники также любят применять идеализацию, при которой они приписывают другим людям их собственные положительные черты.

Удары судьбы, жестокость со стороны окружающего мира могут вызвать к жизни и такой вид психологической защиты как **идентификация с агрессором** (см глава 2, «Отношение к эпилептоидам»).

Наиболее совершенным видом психологической защиты является **сублимация**. Желания, которые являются неприемлимыми или неосуществимыми,

трансформируются при помощи сублимации в творческую активность, которая приемлема личностью и обществом. Этот вид психологической защиты применяется людьми, находящимися на высоких уровнях развития.

## **Как мы воспринимаем мир**

### **ЗЕРКАЛО.**

Насколько наш мозг может точно отразить реальность? Насколько «зеркало», находящееся в нашем сознании, отражает ее?

Даже если мир вокруг нас не меняется, наше подавленное настроение, восторг, влюбленность или тревога, любое изменение нашего ментального состояния влияет на чистоту «зеркала» и создает каждый раз новое отражение реальности.

Кроме того, окружающий мир воздействует на нас, и наш мозг вздрагивает под его ударами. Любое вторжение извне также вызывает изменение чистоты «зеркала», искажая тем самым отражение мира.

Редко два человека видят мир одинаково. Редко два человека могут создать на своих внутренних «зеркала» одно и то же отражение мира. Влюбленные и друзья, члены одной семьи общаются часто в надежде найти, наконец-то, человека, от которого им нужно так мало – чтобы он увидел мир точно таким же, как видят его они.

### **ПРИЗМА.**

Информационные лучи не сразу попадают на «зеркало». Они проходят через некую внутреннюю схему, призму, преломляются в ней, и лишь после этого создают на внутреннем «зеркале» изображение окружающего мира.

Следствие 1. Изображение реальности, возникающее на внутреннем «зеркале», всегда,

хотя бы в какой-то степени, будет отличаться от оригинала.

Следствие 2. При восприятии одного и того же факта у людей с разными характерами, и, следовательно, с несхожими внутренними схемами, будут возникать различные изображения реальности.

Следствие 3. Люди всегда преувеличивают степень своего внутреннего сходства с другими людьми. Одним из наиболее распространенных заблуждений является мнение о том, что другой человек воспринимает некое событие точно также, как мы.

## ***Как мы растём***

### **ПОДГОТОВКА К ЖИЗНИ.**

Самой природой родители уподоблены талантливым программистам, которые создают уникальные программы и загружают ими самый удивительный компьютер в мире - психику их ребенка.

На родителях лежит огромная ответственность. Ведь именно в детстве рукой талантливой, неумелой или равнодушной вводятся в психику ребенка такие важные параметры как вера в собственные силы, отношение к другим людям и окружающему миру, отношение к родителям и даже поведение в его будущей семье.

Конечно, многое зависит от генетики, характера. Однако заложенная родителями программа обладает магической, часто роковой властью над поведением взрослого человека.

Одной из важных задач программирования психики ребенка является создание программы подготовки его к жизни. Она связана с формированием у ребенка нескольких ролей, связанных с определенным типом поведения.

Можно выделить шесть основных ролей, которые ребенок должен принять уже в дошкольном возрасте.

**«Робинзон Крузо»** – умение удовлетворять биологические потребности, стремление самостоятельно прокормить и согреть себя, умение выживать в условиях стресса, не терять надежды в самых, казалось бы, безвыходных ситуациях, стремление постоянно улучшать условия своей жизни.

**«Коммуникатор»** – проявление потребности в общении, владение успешными навыками общения, интерес к миру людей, умение угадывать чувства и настроения окружающих, дружелюбное отношение к людям, что сочетается с уважением к себе и возможностью постоять за себя.

**«Колумб»** – выражение потребности в поиске, новизне. Интерес к миру соединен с его исследованием, что совмещается с потребностью в принятии самостоятельных решений и занятием активной жизненной позиции.

**«Лауреат Нобелевской премии»** – проявление потребности в интеллектуальной работе, в потреблении интеллектуальной информации, в освоении новых интеллектуальных навыков. Получение радости от соприкосновения с интеллектуальной информацией.

**«Отличный семьянин»** – проявление важнейшей потребности принадлежности к семье, отработка навыков общения в семье, потребность заботы о членах семьи, привязанность к ним, получение радости от заботы о близких, стремление делать им подарки и доставлять им маленькие радости.

**«Босс»** – Умение заставить других делать то, что хочет ребенок. Умение подчинить своей

воле, манипулировать, руководить. Выражение потребности во власти.

### **ПЕРЕРЕЗАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПУПОВИНЫ (отделение, индивидуализация).**

При рождении ребенку дается жизнь как биологическому существу, и врач, перерезая пуповину, отделяет ребенка от материнской плоти и крови.

Но в жизни человека должен произойти еще один великий момент – перерезание психологической пуповины, психологическое отделение ребенка от родителей с последующим становлением его как личности, индивидуальности. При этом родители должны выполнить нелегкую задачу – быть акушером при психологическом рождении своего ребенка.

Если первые роды совершаются быстро и вызывают общую радость, то вторые роды проходят часто мучительно, затягиваются на годы и окружены конфликтами.

Перерезание психологической пуповины и становление индивидуальности должны в основном произойти в дошкольном возрасте. Ее заключительным аккордом является реакция эмансипации.

В норме, по окончании подросткового возраста между родителями и детьми должны установиться отношения двух индивидуальностей, которые связаны нитями любви, равенства и взаимной поддержки.

### **ПРАВО НА ЧАСТНУЮ ЖИЗНЬ.**

Животное метит границы своего ареала, определяя территорию, внутри которой оно находит жилище и питание.

Человек также отделяет себя от окружающего мира, создавая крохотное пространство, отражающее его индивидуальность. Нарушение

границ воспринимается им как агрессия и сигнал к необходимости защиты.

Однако люди, окружающие нас, часто с трудом признают за нами право на наше невидимое крохотное королевство. И если родители хорошо понимают поведение молодого оленя или волка, метящего границы своей территории, то как сложно им признать право на собственную территорию за собственным ребенком.

Дети и подростки разных характеров дают различные поведенческие реакции на нарушение границ их маленького и хрупкого мира.

Американский менталитет, пронизанный идеей индивидуализации, с легкостью предоставляет ребенку право на частную жизнь. Он советует родителям очерчивать границы в отношениях с детьми и не нарушать их.

Однако менталитет русского иммигранта в какой-то степени уходит корнями в другую модель семейных отношений. Как непросто родителям, воспитанным в иной культурной традиции, отказаться от идеи тотального контроля над жизнью своего ребенка. Как сложно им, видя его неизбежный отход в непонятное и чуждое им культурное пространство, принять идею его свободы и права на частную жизнь.

### **РЕАКЦИЯ ЭМАНСИПАЦИИ.**

#### **ОТНОШЕНИЯ СО СТАРШИМ ПОКОЛЕНИЕМ.**

В подростковом возрасте ребенок определяет себя как личность, как индивидуальность. Он требует от старшего поколения признания значимости своей личности и ее прав. Он пересматривает ту программу, которую заложили в него родители, и отказывается от некоторых ее положений.

Идет так называемый «кризис авторитетов». Иногда протест против авторитета распространяется не только на родителей, но и на весь мир взрослых.

Период реакции эмансипации является важным моментом в формировании самооценки человека. В этот момент закладываются новые отношения между детьми и взрослыми, отношения личностей, понимающих и уважающих друг друга. З. Фрейд писал о подростковом возрасте: «Отныне индивидуум должен посвятить себя великой задаче отхода от родителей, лишь по достижении которой он перестает быть членом семьи и становится членом общества. И редко эта задача решается корректно».

Реакция эмансипации проявляется в конфликтах со старшим поколением в связи с желанием подростка освободиться из-под контроля, опеки старших.

### **ИЕРАРХИЯ.**

По мере нашего вхождения в мир мы вступаем в иерархические отношения с другими людьми.

В любом коллективе, семье, группе. люди располагаются вдоль невидимой лестницы (иерархическая лестница), где они занимают определенную ступеньку, ранг. Люди, находящиеся на одной ступеньке, ведут борьбу за удержание ранга. Главным видом борьбы является демонстрация силы.

Циклотимиков выносит на верх иерархической лестницы их коммуникативный талант.

Эпилептоиды рвутся туда любой ценой.

Шизоды равнодушны к этой возне и могут оказаться в положении «гадкого утенка».

Астеники не могут постоять за себя и оказываются часто в самом низу.

Истероиды так хотели бы блистать на самой вершине, однако редко могут подтвердить свои претензии.

***Нам нужно измениться***

### **ТРИ КАРТЫ.**

В каждый момент времени поведение человека будут определять 3 фактора: генетика, влияние среды (родительское воспитание и влияние общества) и способность человека управлять своим развитием. В руке судьбы три карты, и они определяют выбор нашего жизненного пути.

Подавляющее большинство людей пассивно раскручивают свою генетическую программу, следуют родительским инструкциям, полным ошибок и недоработок, склоняют голову перед нормами и стандартами несовершенного человеческого общества.

Лишь немногие люди стремятся осознать свою психологическую программу, корректировать ее и направить свои обновленные ресурсы на саморазвитие и самореализацию.

### **УРОВНИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ.**

Поведение людей одного характера меняется в зависимости от уровня их психологического и морального развития.

На первом уровне психологического развития находятся люди, которые все свои потенциалы направляют на биологическое выживание, стараясь при этом сделать его более комфортным. В их жизни нет внутреннего конфликта. Однако это может быть конфликт потребителя. Их не волнуют проблемы других людей, перепетики социальной и общественной жизни. Они начинают замечать окружающий мир, если он вносит помехи в их незамысловатую жизнь. К ним применимо выражение Одоевского «люди мышинового горизонта».

На втором уровне психологического развития оказываются люди, для которых жизнь – это весы, где на одну чашу положено то, что принадлежит им, в то время как на другой чаше находится то, что принадлежит другим.



Это сравнение всегда мучительно, потому что вторая чаша всегда перевешивает, перетягивает, и ощущение обделенности заливают разум. Оно порождает зависть, зависть многогранную, съедающую человека, трансформирующуюся в сильнейшие энергетические удары, которые люди второго уровня производят по объектам своей зависти.

Эти люди хотят взять от мира как можно больше, давая взамен как можно меньше.

Однако большинство людей стремятся построить с миром симметричные отношения. Они проявляют при этом чувства любви, нежности, потребность заботы о другом человеке. В это же время они страдают от несовершенства мира, обижаются, испытывают боль. Это люди третьего уровня. У них существуют четкие идеалы о том, как нужно строить жизнь. Однако невозможность изменить свою жизнь и организовать ее в соответствии со своими новыми целями порождает мучительный конфликт. Его создает личность в надежде изменить свою жизнь, и эта ситуация приводит личность к неврозу.

Новое возникает лишь через разрушение старого. Для создания новой психологической программы необходимо пройти переплавку, нужно пересмотреть, а затем уничтожить огромные фрагменты старой программы. Невроз необходим и полезен для человека как для развивающейся личности. «То, что гусеница называет смертью, Творец называет бабочкой» (Р. Бах).

Человек выходит на четвертый уровень психологического развития. Происходит расширение сознания, избавление от невротического эгоцентризма, при котором ощущение собственной боли закрывало интересы других людей. Мышление становится позитивным, усиливается эмпатия и появляется выраженная тенденция помощи другим людям.

Вершиной психологического развития является пятый уровень, где все свои потенциалы человек направляет на служение другим людям. На этом уровне находятся такие личности, как Альберт Швейцер, Махатма Ганди, мать Тереза, мать Мария...

Поведение людей одного и того же характера может отличаться в силу различий уровней их морального и психологического развития.

Циклотимики, астеники и шизоиды способны подниматься до пятого уровня. Себялюбивые, эгоистичные эпилептоиды и истероиды крайне редко совершают подобное восхождение.

### **В КАКОМ НАПРАВЛЕНИИ НУЖНО РАЗВИВАТЬСЯ**

Мы являемся удивительной системой, системой, способной управлять собственным развитием. Нашей важной жизненной целью является активизация потенциала развития. Понимание своего характера помогает определить вектор саморазвития.

Коррекция слабых сторон нашей личности и укрепление ее сильных особенностей, весь сложный процесс модификации собственной психологической программы лучше всего осуществлять на основе понимания своего характера.

То, кем мы были вчера, зависит от нашей генетики и влияния на нас окружающей нас жизни. То, чем мы станем завтра, во многом зависит от нас самих.

# ГЛАВА 1

## ЦИКЛОТИМИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР

*За мгновением мгновенье  
И жизнь промелькнет.  
Пусть весельем мгновенье  
Это блеснет...*

*Омар Хайям*

Представители каждого типа характера внесли свой своеобразный вклад в развитие человеческой культуры.

Циклотимики – веселые, жизнерадостные люди – создали искусство общения и любви, хорошую кухню и дружеское застолье, фривольный юмор и умение шутить в любых ситуациях. Они всегда утверждали красоту и значимость человеческой личности. Удивительная поисковая активность толкала их вперед, навстречу неизвестности и риску. Они открывали новые земли и создали институт менеджеров. Они радовались жизни и умели заразить этим чувством представителей других типов характера.

Циклотимики управляли людскими потоками в качестве лидеров, как это делали Черчиль и Теодор Рузвельт. Они овладевали сознанием людей и управляли им, как это делали Пушкин и Бальзак. Жезлом и пером указывали они направление движения для людской массы. Они подталкивали ее на освоение новых пространств, как это делали Магеллан и Колумб.

Как часто циклотимики выбирали движение к зыбкой, чуть угадываемой цели, предпочитая ее неподвижности и устроенности жизни. Они были в жизни игроками, любили рисковать и делать высокие ставки, отвергая саму идею проигрыша, ценя более всего на свете движение вперед.

«Но истые пловцы – те, что плывут без

цели:  
Плывущие, чтоб плыть! Глотатели широт,  
Что каждую зарю справляют новоселье  
И даже в смертный час еще твердят: -  
Вперед!»

Ш. Бодлер.

## ДЕТСТВО

В нашу жизнь, полную потерь, непредсказуемых изменений в мире и в любимых нами людях, полную неконтролируемых ситуаций, ненужных и неизбежных стрессов, циклотимики вносят светлый поток радости и благодарственного отношения к жизни.

Такой ребенок похож на маленькое солнце. Уже с первых дней он освещает свой маленький мирок улыбкой и смехом. Он постоянно делится своей радостью вступления в этот мир.

Он ощущает себя гостем на королевском пиршестве, где все вокруг играет красками, наполнено музыкой и ароматами. Ребенку-циклотимику все хочется потрогать своими жадными до удовольствий и новых ощущений руками.

У него всегда прекрасный аппетит, причем проявляется присущее ему стремление к разнообразию как в смене блюд, так и в декорациях, на фоне которых происходят его маленькие пиршества. Для него характерна социализация пищевой потребности, т.е. сочетание еды с общением, болтовней и задаванием бесконечных вопросов.

Красота и многообразие окружающего мира настолько поражает его, что он хочет поделиться с другими своим весельем и смехом.

## Самооценка .

**Здоровый ребенок** обладает чувством самоуважения, самостоятельностью, верой в свои силы.

Он хочет сам принимать решения, он видит цель и готов прилагать усилия для ее достижения.

Ребенок-циклотимик пытается построить отношения со взрослыми на принципах равенства и проявляет недостаток дистанции со старшими. Он удивительно независим, и у него отсутствует опасение сделать ошибку или промах.

Его любимая фраза «Я сам» – и измазан кашей стол и пол, любое упорядоченное пространство превращается в хаос, над которым, как улыбка чеширского кота, царит улыбка ребенка-циклотимика, в высшей степени довольного результатами своей самостоятельности.

Хорошо, если родители понимают удивительное чувство собственного достоинства, которым обладает маленькое существо, демонстрируют свое уважение к ребенку, всячески стараясь избежать его подавления.

Столкнувшись с любым сопротивлением ребенка («я не хочу есть суп», «я не хочу одевать носки», «я не хочу туда идти») взрослые должны объяснить ему смысл своих требований.

Ребенку предоставляется определенная доза полной свободы и запрещается лишь то, что ставит его безопасность под угрозу. Он сам выбирает одежду, его не кормят насильно, из нескольких блюд, стоящих на столе, он выбирает себе еду, он решает, по какой дороге идти во время прогулки.

Несмотря на свою занятость, родители находят время для объяснения своих предложений и требований. Со временем у ребенка происходит спокойное принятие мнения взрослых, так как он уже знает, что его права, потребности, чувство достоинства не будут попорнены.

**Невротизация.** Как это ни обидно родителям, но вина за невротизацию ребенка лежит, в основном, на их плечах.

Она возникает, если взрослые хотят подавить волю своего питомца, подчинить его,

применить силу, мелочный контроль и диктат, что наталкивается на яростное сопротивление этого еще недавно веселого и коммуникабельного ребенка.

Пока это еще только домашние стычки, сменяемые периодами перемирия. Взрослые часто не принимают во внимание, что сражение с ребенком по мелочам не позволяет им достигнуть желаемой цели, т.е. подчинения ребенка своему авторитету, а лишь делает его сильнее и учит его более последовательно отстаивать свои интересы.

Возможен вариант, когда авторитарный родитель, особенно обладатель эпилептоидного характера ломает ребенка, системой физических наказаний и унижений сминая его волю, уничтожает его восхитительную потребность самоуважения и свободы. Но для родителей это Пиррова победа. Ребенок со сломленной психикой уже не сможет реализовать свои потенциалы в будущем.

Довод взрослых «ты будешь делать так, потому что так надо» построен на праве сильного и совсем не убеждает циклотимического ребенка. Он лишь понимает, что его волю хотят подавить. И маленькое существо вынимает шпагу из ножен и ведет нелегкую и священную для него войну за свободу мнений и право на диалог.

Диалог, а не подавление – вот что хочет и ждет он от взрослых. У него уже достаточно развита сфера сознания, ему присуще чувство справедливости и прирожденной доброты. Если объяснить ему разумность наших требований, то он легко согласится быть нашим союзником.

При усилении невротизации кратковременные стычки с миром взрослых могут перейти в постоянные военные действия. Они выражаются в домашних скандалах по поводу непослушания ребенка, его желания делать все наоборот.

Война выплескивается за пределы дома и ведется в детском саду и на детской площадке. Конфликты на детской площадке, отчисления из детских садов, летних лагерей и подготовительных классов школы – вот плата за невротизацию ребенка.

Невротизированному ребенку трудно принять мнение взрослых. Он отказывается следовать их рецептам, идет на конфронтацию. Отсутствие доверия ребенка к миру старших может создать угрозу для его безопасности.

### **Общение .**

**Здоровый ребенок.** Маленький циклотимик не только радуется и наслаждается жизнью сам. Уже с раннего детства он обладает талантом втягивать в искристый хоровод своих позитивных представлений о мире всех, с кем он сталкивается.

Такой ребенок обладает светлым коммуникативным даром. При любом взаимодействии с окружающими он щедро разбрызгивает радость, которая наполняет его внутренний мир до краев. В теплоте его любви к миру согревается душа окружающих его людей.

Уже с пеленок он гений общения, и оно доставляет ему высшее наслаждение. Он всегда проявляет неподдельный интерес к окружающим его людям. Маленький циклотимик способен и хочет понять других, он пытается помочь, что-то подарить, сделать, отдать другим часть своего еще маленького, но уже сверкающего, сильного, доброжелательного внутреннего мира.

Он всегда открыт для диалога, дискуссии, компромисса. Его можно переубедить, если апеллировать к его природной доброте.

Одиночества он не переносит, и лишение общения является для него самым суровым наказанием.

**Невротизация.** Однако родители должны присматривать, чтобы коммуникативный талант не вылился в пустопорожнее поверхностное общение, в желание бессмысленно тусоваться с утра до вечера. Ребенку мягко, но настойчиво нужно напоминать, что у него есть еще другие роли и обязанности.

## **Эмоциональность.**

**Здоровый ребенок.** Чудесной чертой здорового ребенка-циклотимика является его эмоциональность, мгновенное включение в любую ситуацию, в любой диалог, его сопереживание чувствам окружающих. Он всегда резонирует с состоянием окружающего мира. Каждый звук, жест, образ вызывает в нем живой отклик.

Но он не только испытывает это мгновенно вспыхивающее чувство. Он не может скрыть своих эмоций и в тот же миг делится ими с окружающими. На каждое, даже самое незначительное изменение окружающей жизни, он дает немедленный эмоциональный ответ.

Ребенок постоянно втягивает, включает нас в его процесс познания мира. При этом он открыт, доверчив. Он не в состоянии чего-либо скрывать и немедленно хочет поделиться с нами любой захватывающей информацией. Точно так же как он прекрасно угадывает наше состояние, точно так же он ждет от нас понимания и остроты сопереживания.

**Невротизация.** Мгновенно возникающая эмоциональная реакция, столь привлекательная в здоровом ребенке может вылиться в порывистость чувства. Выражение эмоции в виде слова, жеста, действия будут опережать мысль.

Контроль над выражением эмоций, контроль над чувствами все больше слабеет.

При невротизации мозг мгновенно впитывает какой-то один стимул, идущий из окружающего мира, проскакивает стадию его обработки и



стремительно выдает эмоциональный ответ. Эмоции захлестывают ребенка.

## **Импульсивность.**

**Здоровый ребенок.** Если маленький астеник пунктуален и прекрасно понимает время, ребенок-эпилептоид аккуратен, кладет вещи на место и откладывает деньги в копилку, то широкой натуре ребенка-циклотимика претит подобная упорядоченность.

Ему сложно следить за временем, трудно рассчитывать его. Ему кажется, что время легко растянуть или сжать. Он начинает опаздывать, одевается в последний момент. Его не дозовешься к обеду. «Сейчас, сейчас», - кричит он нам уже пятнадцать минут.

Импульсивность проявляется в его отношении к деньгам, тратить которые ему доставляет огромное удовольствие. При первой возможности в великодушном порыве спустит он все свои нехитрые накопления.

**Невротизация.** Все больше слабеет способность ребенка управлять временем и деньгами. Увеличивается количество опозданий в школу, трата денег становится все более импульсивной. Деньги как будто жгут руки, и ребенок словно старается избавиться от них как можно скорее.

Ему все труднее наводить хотя бы какое-то подобие порядка вокруг себя. В его комнате вещи, расбросанные на полу, скомканная кровать, мятые тетради.

Появляется новая проблема - стремительные необъяснимые движения, при которых какая-то невидимая сила словно подбрасывает ребенка.

Маленький ребенок делает неожиданный выпад - и разбито вдребезги стекло; падает в слезах малыш на детской площадке; в голову взрослых летит камень. На вопрос: «Почему ты так сделал?», - ребенок искренне отвечает: «Не

знаю». Он действительно не понимает, что с ним происходит. Он не может контролировать свои столь легко возникающие эмоции, порывы, импульсы. Контроль над ними утрачен, действия опережают мысли.

## **Трудность концентрации.**

**Здоровый ребенок.** Циклотимического ребенка отличает любопытство, любовь к разнообразию, которая уживается с хорошей концентрацией на одном занятии, на одной идее в течение какого-то времени. Однако глубокий интерес к самым различным сторонам жизни не дает здоровому ребенку возможности долго задерживать свое внимание на чем-то одном.

**Невротизация.** Малейший налет невротизации меняет способность к концентрации внимания. Ребенок легко отвлекается, ему трудно глубоко вникнуть в суть дела. Ему сложно закреплять полученную информацию и двигаться вглубь ее. В любой идее ребенок проявляет интерес лишь к «верхушке айсберга».

Как следствие, появляются проблемы с обучением, составлением расписания на день, с планированием времени. Все больше растет отвлекаемость, невозможность сосредоточиться на одном занятии. Ребенок не может усидеть на месте. Растет скорость, с которой он перебирает свои увлечения, хобби, дружеские связи.

Меняется внешний вид ребенка. Разбегающиеся глаза, рассредоточенное внимание, повышенная моторика.

Увеличиваются проблемы дома. Сложности концентрации выражаются в беспорядке в его уголке и комнате. Структурирование пространства, укладывание вещей на место является делом нелюбимым и даже ненавистным. Ведь оно отвлекает и занимает время, которое с таким успехом можно потратить на то, чтобы

увидеть новое, потрогать, попробовать на зуб этот мир, от которого разбегаются глаза.

С увеличением трудности в концентрации внимания, даже при большом желании ребенку трудно понять, с чего начать наводить порядок в своей комнате.

## **Обучение .**

**Здоровый ребенок.** Он проявляет интерес ко всем сторонам жизни. Он самый любопытный ребенок среди других, доводящий взрослых до изнеможения своими «почему?».

Видя яркий интеллект циклотимического ребенка, его способность легко усваивать информацию, его разнообразные интересы, родители хотят, чтобы всю свою неистощимую энергию ребенок направил на обучение, следуя при этом установленным правилам.

Ребенку-циклотимику нравится узнавать окружающий мир. Он схватывает все на лету, легко и быстро усваивает разноречивую информацию. Потребность в новой информации является его яркой особенностью, и «информационный голод» вызывает у него состояние фрустрации и раздражения.

Ребенок-циклотимик легко переключается с одного информационного потока на другой, проявляя при этом точное тестирование реальности, независимость мышления, яркие творческие способности.

**Невротизация.** Ребенок с удовольствием развивает свой интеллект, но ему хочется еще бегать, играть, общаться и направлять свое любопытство не только на процесс обучения. Что же касается следованию инструкциям, то он расценивает его как ущемление свободы и прямое насилие.

Познание мира связано с ролью ученика, с доверием к опыту, накопленному другими людьми, с освоением неких правил и методик, с

подчинением им. Именно в этот момент нонконформизм ребенка-циклотимика, его склонность к бунтарству, его независимость и доверие к своему еще такому крошечному жизненному опыту может создать сложности в выполнении инструкций, следовании общепринятым правилам.

«Делят в столбик вот так». «А я буду по-другому».

«Сейчас все идут на гимнастику». «А я буду рисовать».

Это сопротивление непонятно родителям. Оно вызывает у них раздражение и желание подчинить ребенка своей воле. Однако преодолевать это сопротивление взрослые должны спокойно, без апелляции к своему жизненному опыту, без применения силы.

В случае усиления невротизации нежелание ребенка следовать установленным правилам работы с информацией, его отказ соблюдать режим дня в саду, школе и дома, приводит к снижению успеваемости и конфликтам со взрослыми.

Снижаются отметки. Ребенка еще выручает его способность схватывать все на лету, но теперь это всего лишь поверхностные знания обо всем и не о чем. «Мы все учились понемногу, чемунибудь и как-нибудь», – замечает циклотимик Пушкин.

## **Нонконформизм.**

**Здоровый ребенок.** Высокая самооценка ребенка-циклотимика, его вера в себя приводит к развитию у него независимого мышления и нонконформизма.

Здоровый ребенок любит игру и легко включается в нее. Ему нравится одевать маски, становиться другим. Прирожденный ум и эмпатия дают ему возможность быстро понять выгоды, которые он может получить от удачного участия в социальной игре.

Сегодня это незамысловатые игры типа «Мы идем в гости», «Приход гостей», «Поездка в супермаркет», «Мы все любим нашу бабушку». Гибкость и ум ребенка, а также его великодушное желание не огорчать старших помогает ему легко входить в роль, покидать ее, вновь становясь самим собой.

**Невротизация.** Чрезмерная независимость маленького циклотимика может создать огромные трудности в следовании инструкциям и правилам.

Не только родители хотят подчинить ребенка и подогнать его под некие стандарты. Мир, пронизанный социальными играми, уже после года жизни, начинает требовать от ребенка подчинения.

В ответ на требования признать правила, движущие миром людей, ребенок пробует найти альтернативы или, в крайнем варианте, отрицать их.

Ребенок-циклотимик любит общаться. Однако участие в социальной игре несет не только столь сладостный для него момент общения и тусовки. Любая социальная игра предполагает тягостное принуждение, склонение его свободолюбивой головы перед чужим авторитетом, ненужными ему правилами и инструкциями, что вызывает у маленького нонконформиста раздражение и протест.

Отказ ребенка от участия в «драмкружке», сложность включения в простейшие социальные игры являются поводом для огорчения старших и конфликтов с ними.

Но часто родители не понимают саботажа ребенка и не обращают на него внимания. Однако, если двух- или четырехлетний ребенок, придя в гости, капризничает, топает ногой с требованием немедленного ухода домой, взрослые должны понимать, что перед ними первая ласточка будущих проблем и проигрышей.

Усиление невротизации стирает гибкость и дружелюбие, присущие циклотимическому ребенку. Теперь он протестует против любого желания взрослых, отказывается подчиниться каким-либо правилам и вступить в самую простую социальную игру.

## **Бесстрашие.**

**Здоровый ребенок.** Он самый бесстрашный ребенок, и никто так далеко не отходит от матери в парке, как он.

Это связано не только с его доверием к миру и детской презумпцией невиновности, но и с его верой в свои силы. Подобное бесстрашие также отражает любовь к неизвестному, опасности, борьбе, из которой, как ему кажется, он всегда выйдет победителем.

Здоровому ребенку-циклотимику приходится прилагать немалые усилия, чтобы следовать правилам, обеспечивающим его безопасность. Но все равно за ним нужен глаз да глаз. То он бежит за мячом под колеса машины, то он лезет на дерево, которое кажется ему совсем невысоким, то увлекся разговором с прохожим и готов пойти за ним куда угодно.

**Невротизация.** Бесстрашие ребенка, его импульсивность, коммуникативный талант, его склонность к переоценке своих сил могут завести его слишком далеко и подвергнуть опасности. Детей-циклотимиков часто обнаруживают далеко от дома. К сожалению, их неустрасимость и чрезмерное любопытство ведет к повышенному травматизму.

## **Роли** (см стр. 20).

Ребенок-циклотимик с восторгом принимает из рук природы роль **Робинзона Крузо**. Он удивительно самостоятелен, рано начинает ходить, одеваться, рано бросает пустышку,

ненавидит, когда его кормят. Он любит строить, забивать гвозди, участвовать в ремонте, поливать сад и пылесосить дом. С удовольствием едет он в турпоходы, живет в палатке, исследует новые места.

От родителей требуется лишь одно – не мешать тому, что заложила природа и не ограничивать инициативу ребенка.

Также успешно осваивают он роль **Колумба**. С пеленок он обожает новые места, путешествия и перемещение в пространстве.

Циклотимический ребенок создан для роли **Коммуникатора**, выполняет ее блестяще, радуя себя и других.

Несмотря на ясный ум и высокий интеллект циклотимический ребенок стремится улизнуть от роли **Лауреат Нобелевской Премии**. Ему непросто пожертвовать ощущением счастья, которое он получает от познания мира и людей, и сменить его на пыль и тишину библиотек.

Вот здесь от родителей требуется твердость и последовательность, с которой они должны загонять его домой, усаживать за письменный стол и давать ему в руки книгу.

Циклотимический ребенок довольно равнодушен к роли **Босса**. Он не стремится к власти, если только сами родители не оденут на его легкомысленную голову царскую корону. Он не получает удовольствия от манипуляции другими и роль командира нужна ему лишь в момент организации развлечений и кругосветных путешествий.

Такой ребенок прекрасно справляется с ролью **Отличный Семьянин**. Однако он может ограничиться лишь преподнесением подарков и подготовкой к дню рождения. Ведь его взор направлен на окружающий мир и, при всем его дружелюбии, он может беспечно забывать о потребностях членов его семьи.

На плечи родителей ложиться задача по созданию приоритетов у ребенка, причем главным из них должна быть его связь с семьей и забота о семье. Беспечное замечание родителей «Еще успеется» часто приводит к потребительской позиции ребенка, к его несимметричным отношениям с родителями, у которых он легко берет любовь и заботу, почти ничего не давая взамен.

## **Детский Сад.**

Родители могут смело отдавать маленького циклотимика в детский сад. Он любит общение и мгновенно устанавливает самые теплые отношения с другими детьми и воспитателями.

У него высокая стрессоустойчивость, он прекрасно обживается в новых условиях. У него хорошее здоровье и он не болеет. Он может постоять за себя и не даст себя в обиду. Из всех детей маленькие циклотимики лучше других адаптируются к дошкольным учреждениям.

## **Школа.**

Итак, кончается раннее детство, отобраны роли, впереди школа.

Дети-циклотимики с удовольствием идут в школу, ожидая от нее новых встреч и впечатлений, учатся хорошо, легко, часто шутя, мгновенно схватывая информацию.

Лишь жесткое давление со стороны учителя, втискивание ребенка в Прокрустово ложе общепринятых правил, игнорирование или подавление его независимости и свободлюбия может привести к конфликтам с учителями и школой.

В остальных случаях циклотимические дети воспринимают школу как английский клуб, любят учителей, одноклассников, шум на переменах.



## **Отношение к циклотимическому ребенку.**

- \*Не задевать его самолюбия, считаться с его мнением, всячески проявлять уважение к нему.**
- \*Удовлетворять его потребность в общении.**
- \*Учитывать его любопытство и любовь к новизне.**
- \*Помнить о его любви к путешествиям.**
- \*Осуществлять совместные развлечения и проекты**
- \*Вносить в его жизнь как можно больше разнообразия.**

## **ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ**

### **Самооценка.**

Подростка-циклотимика отличает прекрасное расположение духа, любовь к жизни, которые сочетаются с его высокой самооценкой, чувством самоуважения, уверенности в своих силах.

### **Реакция эмансипации.**

Подростковый возраст всегда проходит очень бурно, и процесс индивидуализации наталкивается на сопротивление родителей. Отныне практически все потребности подростка становятся вызовом, перчаткой, брошенной в лицо старшего поколения, превращаются в повод для конфликта и даже для объявления войны.

Часто родителям трудно признать право подросшего ребенка на самостоятельность и независимость. Желание семьи установить мелочный контроль за жизнью подростка, попытки жестко регламентировать его время и активность лишь усиливают реакцию эмансипации.

Контроль за соблюдением порядка в комнате (верней, бесконечные сетования старших по поводу беспорядка и неаккуратности), проверка

уроков у 14-ти летнего подростка, жесткий контроль за тем, куда он пошел, на сколько, с кем и как он проводит время, лишение его свободы и самостоятельности, отказ принять его новые права, отношение к нему как к маленькому ребенку могут послужить лишь причиной сильнейших конфликтов, раздражения подростка, осложнения связи с родителями и даже его отхода от семьи.

Подросток будет пытаться улизнуть из дома при каждом удобном случае, стараться выйти из-под тягостной для него опеки, уехать учиться или работать в другой город.

Перед родителями стоит поистине титаническая задача. С одной стороны, нужно предоставить ребенку возможность научиться пользоваться свободой, поощрять его самостоятельность, дать подростку возможность ощутить водоворот жизни.

С другой стороны, необходимо структурировать образ жизни подростка, мотивировать его как можно раньше начать работать, поощрять его финансовую независимость.

Но главное, необходимо сохранить хорошие отношения с ним, вместе с тем оставляя за собой право наложения вето. Как не просто родителям выполнить эти сложные, подчас взаимоисключающие друг друга задачи на фоне ярких и оглушительных подростковых реакций, присущих циклотимикам.

Чтобы не проиграть это сражение, родителям приходится стать мудрыми полководцами и шлифовать стратегию и тактику.

В качестве стратегии хорош рецепт, предложенный Кутузовым: «Сдать Москву, чтобы сохранить Россию». Приходится пожертвовать порядком в комнате, режимом дня, принять общение и шумные тусовки, его постоянное

исследование границ дозволенного и т.п., лишь бы сохранить дружбу с ребенком.

Если родителям удастся признать право циклотимического подростка на частную жизнь, если они соблюдают границы в отношениях, уважают свое чадо, признают в нем независимую личность, подросток отвечает семье любовью и привязанностью. Он делает подарки, участвует в ремонте, подрабатывает деньги, вносит посильную лепту в бюджет.

Однако подобную роль подросток легко принимает лишь в том случае, если с раннего детства его приучали к симметричным отношениям с семьей, что включает не только заботу о нем, но и его внимание к близким, посильное участие в семейных проблемах.

### **Общение .**

Уже ребенком циклотимик узнает пленительный вкус человеческих отношений, и это становится для него самой большой роскошью.

С наступлением подросткового возраста не только окружающий мир влечет его. Такой же притягательной силой обладает уникальное пространство, образованное неповторимыми человеческими индивидуальностями.

Подросток-циклотимик отдается общению, ныряет в него, руководимый интересом к новизне, причем его одинаково привлекают красота и уродство, норма и патология. Золотым ключом своего доброжелательного и веселого нрава он открывает все новые человеческие души, каждый раз получая наслаждение от новых ощущений.

Подростковая группа, распределенная по невидимой иерархической лестнице, охотно выдвигает циклотимика на роль лидера. Его чувство самоуважения, готовность постоять за себя, соединенные с дружелюбием и желанием помочь вызывают всеобщую любовь и выдвигают его на самый верх иерархической лестницы.

Однако он никогда не фиксируется на своем пьедестале и имеет прекрасные отношения с подростками, занимающими в группе самое разное положение. Он не обходит своим дружеским вниманием подростков, имеющих низкие ранги в группе, презираемых и обижаемых другими детьми.

Часто он скользит по поверхности человеческих судеб, не углубляясь, ненадолго озаряя встретившихся ему людей своей улыбкой, чтобы завтра уйти дальше.

Эта всеядность, желание отдавать общению как можно больше времени, поверхностное общение, интерес ко всем вариантам человеческого поведения пугает близких, приводит их в отчаяние и вызывает конфликты с подростком.

### **Сексуальное чувство.**

Оно просыпается рано, обладает необычайной яркостью и силой. Быстро возникающее любовное чувство толкает на легкую смену партнеров, раннее вступление в сексуальные связи, всестороннее исследование увлекательного царства, называемого любовью и сексом.

Любовное чувство поражает циклотимика своей красотой, любовные увлечения меняются, и этот сверкающий хоровод все больше наполняет его ощущением величия жизни.

Лишь сетования родных о его непостоянстве омрачают его настроение. Он старается не разбивать сердца, никому не причинять зла. И его светлый нрав, чудесный добродушный юмор, неистощимую, щедрую сексуальную энергию, внимание к партнеру компенсируют его легкомысленность.

Стремление к самостоятельности, независимости от родителей, даже при самых хороших отношениях с ними, соединенные с мощной сексуальностью и потребностью в постоянном

сексуальном партнере подталкивают циклотимика к решению рано обзавестись семьей.

## **Поисковая активность.**

Циклотимическим подросткам присуща необычайно высокая поисковая активность. Ощущение свободы и простора действует на циклотимического подростка опьяняюще. Приоткрывается дверь, и он входит в мир. «Меня манит земля, океаны ее огромны, острова бесчисленны...» (А.Грин).

Сегодня он не только осознает бескрайность этого интереснейшего мира, но и ощущает свои силы, необходимые для познания и освоения этого мира. В душе его нет страха перед людьми и окружающей жизнью, а есть лишь восхищение и любопытство.

Он не хочет подавлять свои потребности, которые кажутся ему восхитительными, колесит по городу, садится в поезд, едет не зная куда. Это перемещение в пространстве, движение без цели успокаивает его и создает столь необходимое для него субъективное ощущение свободы и воли.

Размеренная однообразная жизнь приводит его в отчаяние, создает у него чувство упущенного, но какого-то очень важного шанса. Сейчас, как никогда, ему необходимо перемещение в мире, в толпе, мелькание все новых лиц, вхождение в новые жизни, смена впечатлений и ролей.

Подросток еще не знает своего предназначения, однако чувствует, что лишь в движении он может узнать смысл своего появления на земле. Возраст обязывает его перебирать разные роли, пробовать их.

А у взрослых уже сложился уклад жизни и определились роли. Они забыли волнующие послания, которые когда-то посылал им мир, или подавили их, втиснутые обстоятельствами в

размеренное течение жизни. Они пошли на компромиссы с судьбой и сейчас предлагают этот унылый рецепт своему ребенку.

Родители часто не понимают всю важность перебора ролей, необходимости поиска своего амплуа, отработки и шлифовки коммуникативных навыков в самых разных ситуациях.

Вполне обоснованно родители обеспокоены, в первую очередь, безопасностью своего ребенка, который готов запустить свой любопытный нос повсюду.

### **Отношение к деньгам.**

Деньги открывают перед циклотимическим подростком возможность еще в более полной мере наслаждаться жизнью. Он с удовольствием рано начинает подрабатывать, отдавая часть денег семье.

Относится он к деньгам беспечно, легко тратит их на друзей, любимых и совершенно не в состоянии хоть как-то копить их.

### **Отношение ко времени**

По-прежнему управление и планирование времени остается проблемой. Желания переполняют его, всюду хочется успеть, а в сутках всего лишь 24 часа.

### **Структурирование.**

У него всегда беспорядок в комнате, который нисколько не омрачает его настроения. Расбросанные и забытые всюду вещи словно отражают его неупорядочный внутренний мир, от которого веет духом свободы и даже анархии.

### **Спорт.**

Циклотимики любят заниматься спортом, предпочитая коллективные виды спорта, в которых физическая нагрузка сочетается с общением и возможностью реализовать свой коммуникативный талант.

## **Хобби.**

Для него типично разнообразие увлечений, их смена, одновременное сосуществование нескольких хобби. С жадностью Гаргантюа он бросается на все новые блюда. Ему хочется играть на саксофоне, прыгать с парашютом, заниматься всеми видами спорта, повидать свет, быть суперагентом.

И он меняет хобби, каждый раз отдаваясь очередному увлечению со всей искренностью и страстью.

## **Отношение к животным.**

Циклотимик любит животных, особенно собак, которых он берет с собой в походы и путешествия. Однако с присущей циклотимикам беспечностью он забывают сделать во - время прививки и не занимается дрессировкой.

## **Пагубные привычки.**

Во время периодов депрессии подросток старается хоть как-то заглушить ощущение наваливающейся на него тоски, как-то компенсировать свой дискомфорт. В такие моменты он может прибегать к помощи алкоголя и наркотиков. В царстве пагубных привычек его могут надолго задержать нерешенные психологические проблемы, конфликты в семье, сложности взаимоотношений со сверстниками.

Однако в мир патологических зависимостей циклотимического подростка может вынести волна любви к жизни, любопытство, потребность в новых впечатлениях, экспериментирование с ощущением наслаждения. В этом случае алкоголь, наркотики ненадолго задерживают его любопытный взор.

## **Физическое здоровье.**

У подростка-циклотимика отличное здоровье, прекрасная переносимость каких-либо нагрузок. Щиты психологической защиты надежно укрывают

его от ударов окружающего мира. Занятия спортом и постоянное преодоление препятствий еще больше закаляют его.

## **Выбор профессии.**

Драгоценный дар точного тестирования реальности открывает циклотимику дверь в профессии, связанные со сбором и анализом разноречивой информации.

Мощная психологическая защита и талант общения дает циклотимику возможность великолепно овладеть любой профессией, связанной со стрессами, необходимостью адаптироваться к быстроменяющимся условиям, предполагающей общение с самыми различными людьми.

Ученый, политик, администратор, менеджер, учитель, бизнесмен, суперагент, врач, – трудно найти область, где бы не преуспел циклотимик. Как счастливый старатель, он может копать в любом месте и всюду найдет золото.

Единственное исключение составляют профессии, не предполагающие работу с людьми, профессии, связанные с рутинной, с повторением однообразных операций, исключающие возможность принятия самостоятельных решений.

## **Колледж.**

Подросток-циклотимик с удовольствием уезжает учиться в другие города и страны. Роль Робинзона Крузо, которую он принял еще в детстве, помогает ему прекрасно обживаться на новом месте.

Однако присущие ему трудности в планировании времени, его вечные проблемы с умением пользоваться свободой, любовь к гусарскому куражу и загулу могут приводить к проблемам в сдаче экзаменов, к заваливанию экзаменационных сессий и даже отчислению из колледжей.



Часто в начале семестра он прогуливает лекции и опаздывает на них (что надо сказать, доставляет ему огромное удовольствие), сибаритствует, наслаждается отсутствием родительского контроля и красотой жизни, к тому же еще пропитанной духом свободы.

Но подходит экзаменационная сессия, бразильский карнавал заканчивается, циклотимик судорожно пытается нагнать упущенное. Под влиянием стресса и перенапряжения он может скатиться в депрессивный эпизод.

В следующем семестре может повториться тоже самое, и беспечный циклотимик, легко забыв все свои проблемы и судороги при сдаче предыдущей сессии, может вновь окунуться в водоворот прогулов, попок и романов.

Однако светлая голова и могучий коммуникативный талант помогают в момент выхода на рынок рабочей силы, где циклотимик получает хорошую, а нередко и прекрасную позицию.

## **ВЗРОСЛЫЕ**

Закончено формирование характера, и перед нами человек – веселый, коммуникабельный, доброзелательный, открытый.

### ***Самооценка.***

Циклотимика отличает нормальная самооценка, высокая степень самопринятия, чувство самоуважения. Его великолепный дар верного тестирования реальности не подводит его при оценке своего внутреннего мира. Он легко подмечает свои сильные и слабые стороны и ориентирован на саморазвитие. Он может посмеяться над самим собой, но не примет унижение со стороны окружающих.

Лишь невротизация искажает его самооценку. Мания подбрасывает ее, приукрашает, создает ощущение грандиозности и неограниченных возможностей, толкает на необдуманные поступки и авантюры. Депрессия, наоборот, сбрасывает самооценку циклотимика с ее уютного пьедестала и швыряет ее в ощущение никчемности и беспомощности.

Однако здоровый представитель этого характера полон чувства самоуважения и веры в свои силы.

### **Общение .**

Для циклотимика присуще глубокое уважение и интерес к личности окружающих его людей. Он обладает искусством сопереживания, мгновенно входит в наши проблемы, и с той же готовностью открывает дверь, пуская нас в свой внутренний мир.

Циклотимик способен понять самых различных людей и легко установить с ними адекватный режим общения.

Соединение чувства самоуважения с признанием значимости личности окружающих делают циклотимика гением коммуникаций. Талант общения является одной из самых привлекательных черт этого характера. Он открыт, доброжелателен и готов оказать поддержку.

С легкостью применяет циклотимик в отношении окружающих правило презумпции невиновности. Он необычайно терпим к странностям других людей и обладает самой широкой границей их принятия.

Если же другой человек агрессивен, недоброжелателен по отношению к нему, то циклотимик легко может дать отпор и оказать сопротивление.

### **Отношение к окружающему миру .**

Циклотимик чувствует себя в окружающем мире необычайно уютно.

Радость от созерцания окружающего мира, любопытство, любовь к новизне, потребность к физическому перемещению в пространстве, получение радости от преодоления препятствий, удивительная легкость адаптации к новым обстоятельствам, необычайная терпимость в отношении странностей окружающей жизни – все это составляет необычайную смесь, на котором замешано гедонистическое отношение циклотимика к окружающему миру.

Циклотимику присущи естественность, любопытство к любой новой информации, к самым различным сторонам жизни. Он жизнерадостен, открыт для общения, естественен, раскован. Часто он поражает окружающих многообразием и богатством своей психики.

### **Тестирование реальности.**

Его восхитительная способность тестирования реальности помогает ему подметить неоднородность мира, причем он проявляет одинаковый интерес к его светлому и темному началу. Он необычайно точно воспринимает не только окружающий, но и свой внутренний мир.

Он видит явление во всем его многообразии. Сознание его открыто для понимания самых различных ситуаций, людей, концепций.

### **Суждения.**

Циклотимик хочет воздействовать на окружающий мир. При этом он верно подмечает, какой тип поведения наиболее адекватен к данным условиям и направлен на достижение желаемой цели с минимальными негативными последствиями.

Необычайно важно то, что в своем движении вперед циклотимик старается не задеть интересы других людей.

## **Сила сознания.**

Уникальность циклотимической личности заключена в необычайной мощи его разума, воли. Сознание успешно осуществляет посредничество между импульсами, рвущимися из подсознания, и требованиями социальных норм.

В том случае, если разум отступает под натиском подсознательного желания наслаждения и идет на уступки, личность может снизить уровень своего психологического развития и свести существование к потреблению бесконечных удовольствий, к лукулловым пиршествам и гусарским загулам.

В случае победы подсознания циклотимик может скатиться в пагубные привычки, алкоголь и наркотики.

## **Психологическая защита.**

(см стр. 16)

Светлое отношение циклотимика к жизни связано с особенностями его психологической защиты, главной из которых является denial (отрицание). Именно оно помогает циклотимику отмахиваться от всех тревог и забот, помогает ему не обращать внимания на человеческие слабости и несовершенство мира.

В самой, казалось бы, безвыходной ситуации могущественная сила отрицания помогает ему преуменьшить опасность и не терять надежду.

Благодаря своей великолепной психологической защите, соединенной с любовью к разнообразию, циклотимик прекрасно адаптируется к изменившимся условиям и быстро обживает новые места.

## **Поведение в стрессе.**

Циклотимик отважно идет на стрессовую ситуацию, расценивая ее как преодоление препятствий. В случае победы он испытывает

радость и получает дополнительную мотивацию для достижения новых побед.

Спокойно принимает он поражение, словно соглашаясь с утверждением Ницше «То, что меня не убивает, делает меня сильнее».

Стрессы лишь закаляют его. Однако возможны такие удары судьбы, которые стигают эту великолепную структуру и вызывают депрессию. Впрочем, его мозг часто более чувствителен к колебанию нейротрансмитеров, чем к ударам извне. (Подробно поведение в стрессовых ситуациях представителей разных характеров будет приведено в слудующей книге Е. Левенталь «Можно ли изменить свой характер?»).

### **Мышление .**

Мозг циклотимика обладает удивительным талантом к восприятию реальности. Как великий стратег, он видит вехи жизни, ее стремительность и краткость. И, как великий тактик, он подмечает каждую мелочь, каждый блик солнца, так же как и каждый оттенок патологии, кажущейся ему интересной или забавной.

Он воспринимает жизнь во всем ее многообразии, наслаждается ею, пьет её, как редкостное вино, смакуя каждую каплю, просвеченную солнцем.

У каждого человека при восприятии информации включаются механизмы верификации, проверяющие поступающую информацию на достоверность. У циклотимика они не стиснуты обручами каких-либо установок и впускают в мозг информацию о мире во всем его многообразии, одинаково точно фиксируя его положительные и отрицательные аспекты.

Циклотимическому мышлению чужды абстрактные построения, оно ориентировано на практический результат. Его драгоценная способность к разумным компромиссам проявляется не только в сфере человеческих отношений, но и

в мире идей – она является особенностью его мышления.

У циклотимика высокий интеллект, и он способен решать сложнейшие интеллектуальные задачи.

Мышление циклотимика необычайно позитивно, что может приводить к завышенному положительному прогнозу.

### **Юмор.**

Юмор спонтанный, мгновенный, часто фривольный. Циклотимик сохраняет способность шутить в тяжелых, даже самых трагических ситуациях.

Причем он способен посмеяться не только над судьбой, но и над самим собой. Юмор для циклотимика – один из способов психологической защиты.

### **Внешний вид.**

Для него характерна жестикуляция, выразительная мимика, раскованность и естественность в движениях. В одежде преобладает мажорная гамма.

По мнению Кречмера, многие из них имеют пикническое сложение – невысокие, плотные, с небольшим брюшком, в силу своей любви хорошо покушать. Двигаются быстро, иногда стремительно. Как правило, они хорошо танцуют, пластичны.

### **Привычки.**

Циклотимик беспечен в самых различных сторонах жизни, будь то распределение времени или устройство жилища. Он не аккуратен, в его жилище часто царит беспорядок.

После генеральной уборки хозяйка-циклотимик сама начинает разрушать воздвигнутое здание, кладет вещи в места, им не предназначенные, и с трудом потом их находит.

Циклотимик не склонен соблюдать порядок ни в своей одежде, ни в денежных отношениях, ни при выполнении различных обязательств. Ему всегда не хватает времени, и он вечно опаздывает. Он не брезглив.

### **Импульсивность .**

Циклотимик всегда окружен конфликтами по поводу импульсивности. В его душе нет только одного чувства – чувства меры.

Если жена поехала за продуктами, то она привезет их на маленькую арктическую экспедицию. Если едет с палатками за город, то вещей набирает для размещения роты солдат. Если покупает брюки мужу, то купит сразу 3 пары, а уж носков 6 пар.

Нам следует принимать все это с мягкой улыбкой, понимая, что там, где мы видим обыденность и рутину, циклотимик ухитряется увидеть маленький сверкающий праздник, и все он делает с таким удовольствием, что ему трудно вовремя остановиться.

### **Отношение к пище .**

Циклотимик любит хорошую кухню, он гурман. Вкусовые ощущения для него – мощный источник положительных эмоций. «Восславим богов, наполняющих чаши вином, а душу сладкой пищей» (Вергилий) .

Мужчины любят приготавливать пищу, особенно к приходу гостей. У Гашека мы встречаем сотни кулинарных рецептов.

Циклотимик любит застолье – для него присуща социализация пищевой потребности, т .е. сочетание еды и общения. Великолепной иллюстрацией является традиционный французский стол, т. е. общение, флирт плюс изысканная, обильная, очень вкусная еда.

### **Отношение к здоровью.**

У циклотимика, как правило, хорошее здоровье. Веселый нрав, сильная нервная система, стрессоустойчивость, легкость переключения не позволяют ему долго фиксироваться на отрицательных сторонах жизни.

Однако ритм его жизни слишком напряженный. Всюду он хочет побывать, все увидеть, все испытать и попробовать. Этот достаточно разрушительный образ жизни, постоянные повышенные психические и физические нагрузки, нерациональное питание, частое переедание и нерегулярность приема пищи, отсутствие полноценного отдыха, способность работать без отпуска несколько лет приводят рано или поздно к соматическим нарушениям. В болезнях циклотимик небрежен к себе.

Физические заболевания лечит неохотно, жизнь слишком хороша, чтобы тратить время на врачей. Опасным возрастом для него является 40-45 лет, когда сердце, не выдержав нагрузки, водоворота страстей, разрушительного образа жизни начинает давать сбои. В это время многие из циклотимиков переносят первые инфаркты, которые, однако, нисколько не меняют их беспечного отношения к здоровью.

Циклотимик ненавидит ходить по врачам, лекарства принимает нерегулярно, во время еды меньше всего думает о том, полезна ли она. Он не жалеет себя и сжигает себя без сожаления.

Однако умение расслабляться и отдыхать, также как и спокойное отношение к конкуренции, может помочь циклотимику сохранить высокий ритм жизни.

## **ПОВЕДЕНИЕ В СЕМЬЕ**

### ***Роль супруга.***



Циклотимик ориентирован на семью. Идеальная супруга (супруг), по его мнению, сочетает высокую энергетику, мощную сексуальность, способность разделить его желание наслаждаться жизнью.

Циклотимик – прекрасный супруг, любящий родитель, внимательный родственник. Его дом – полная чаша, и он делает все для процветания семьи. В доме, как правило, домашние животные, какие-то птички, рыбки, веселые и невоспитанные, недрессированные собаки, диван в собачьей шерсти. Зато всем весело, смеются дети, ждут гостей.

## **Совместимость в браке**

Широкая граница принятия и интерес к самым различным типам людей приводит к тому, что взгляд циклотимика с одинаковым удовольствием останавливается на самых различных партнерах.

**Циклотимик–циклотимик.** Союз этот прочен, так как основан на сексуальной гармонии и единстве жизненной философии. Оба партнера наслаждаются жизнью, оба ориентированы на победу и успех, сочетающиеся с легкостью принятия потерь и проигрышей.

У них всегда прекрасный аппетит, они гурманы, но могут легко довольствоваться и самой скромной кухней. Они одинаково любят деньги, дающие им возможность в полной мере наслаждаться миром, но спокойно переносят их уход и нехватку.

Они хорошо понимают цикличность настроения, которая может случиться у партнера, и служат друг другу великолепной системой поддержки во время депрессий.

Их брак цементируется общей привязанностью к делу, детям, родственникам, к друзьям, которые их, в свою очередь, обожают, хотя и немного завидуют.

**Циклотимик–эпилептоид** (глава 2)

**Циклотимик-шизоид** (глава 3)

**Циклотимик-астеник** (глава 4)

**Циклотимик-истероид** (глава 5)

## ***Супружеские измены.***

Однако любовь к разнообразию часто останавливает взгляд циклотимика на новых лицах, стремление к новизне приводит его к супружеским изменам.

Но щедрости его сердца хватает на всех: и на жену, и на любовницу, и на своих детей, и на детей, появляющихся у любовницы. Он никогда не афиширует свои любовные связи, стараясь не причинять никому ненужной боли, и делает это очень искусно.

Помимо высокой вероятности измен, ахиллесовой пятой его брака является бытовой беспорядок, разбросанные вещи, неоплаченные во время счета, вечные опоздания.

## ***Разводы.***

Если семейная жизнь циклотимика не складывается, он прилагает все усилия, чтобы разойтись по-мирному и сохранить хорошие отношения с бывшей супругой. При подобном «благополучном» разводе возможно установление отношений между прежней и новой семьей. Циклотимик легко идет на материальные жертвы и уступки.

В случае распада семьи он предпринимает все попытки для сохранения связи с ребенком. Он сражается в битвах за опеку, идет на самые нелепые соглашения с бывшей женой, лишь бы видеться с ребенком и иметь возможность заботиться о нем.

Если у него было несколько браков, что тоже не редкость, он со всеми детьми сохраняет хорошие отношения и всячески поощряет дружбу детей от разных браков.

## ***Роль родителя.***

Циклотимик прекрасно выполняет роль родителя. Как правило, он устанавливает с ребенком крепкие, дружеские отношения, основанные на понимании и взаимной поддержке.

Он пестует в ребенке чувство самоуважения, поощряет его поисковую активность, развивает в нем открытость и расширенное сознание. Циклотимик разделяет вместе с ребенком радость существования, ходит вместе с ним в гости, таскает его по всем своим самым невероятным вылазкам, делает своих друзей также друзьями для его ребенка, дружит с друзьями своего ребенка и старается иметь хорошие отношения с родителями друзей своего чада.

Он терпеливо и с пониманием переносит подростковый возраст своего ребенка, помня о головной боли, которую доставляла семье в свое время его реакция эмансипации.

В случае невротизации синусоидальные изменения настроения меняют отношения с детьми.

Гипомания (периоды повышенного жизненного тонуса) вовлекает ребенка в родительскую эйфорию, развлечения, бесконечные тусовки и создает у ребенка ощущение полноты жизни.

Однако наплывы маниакальных состояний отвлекают циклотимика от родительской роли и приводят его к утрате контроля за жизнью ребенка. В маниакальном состоянии, исключая любое структурирование, у родителя ускользает из поля зрения то, как ребенок учится, ест, спит, с кем и как он проводит время.

Гусарский кураж и загул, безудержная трата денег, ведущая к пустым кошелькам, безумные проекты начинают пугать ребенка, приводя к его невротизации и ощущению утраты контроля над жизнью.

Периоды депрессии родителя всегда повергают ребенка в отчаяние, депрессия заразна для него, как грипп или чума. Она входит в

ребенка, поселяется в нем, и часто годы уходят на то, чтобы освободиться от ее власти.

## СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ

Богатство психики циклотимика, многообразие его увлечений приводят к удивительному разбросу в выборе профессий, жизненного пути, социальных страт и выбору самых немислимых социальных ролей.

**Деятельность. Место в иерархии.** В любых иерархических построениях циклотимик занимает достойное место. Он способен постоять за себя. Он хорошо понимает свои достоинства, свои слабые стороны и способен обсудить их с другими людьми.

Для циклотимика предпочтительны профессии, которые предполагают занятие активной позиции, самостоятельное принятие решений и меняющийся стереотип. И, конечно, ему не подходят профессии с регламентированным распорядком.

**Бизнесмен, менеджер.** В любой деятельности он проявляет удивительные организаторские способности. Циклотимик – энергичный практик, созданный для руководства людьми. С ним легко и светло. Он прекрасный босс, любимый и уважаемый его подчиненными.

Его мозг четко отражает мир человеческих отношений с его невидимой борьбой за власть и за удержание ранга. Свободный от идеализации циклотимик прекрасно отслеживает скрытые мотивации поведения людей, сохраняя при этом доброжелательность и чувство юмора.

У него нормальные отношения с начальством, подчиненными и коллегами. Он не тщеславен, стремится всем помочь, ориентирован на цель, получает удовольствие от деятельности.

Его мощный социальный интеллект является тем лоцманом, который помогает ему лавировать среди жизненных подводных течений и камней,

выбирая правильный путь в мире деловых взаимоотношений.

**Бизнес-партнер.** Ведение бизнеса, особенно его начало, напоминает выход машины на скоростное шоссе. Необходимо быстро и точно оценить ситуацию, меру риска и опасности, преодолеть неуверенность и ворваться в поток стремительно несущихся машин.

Циклотимик бесценен при организации нового бизнеса и его расширении. Его удивительное тестирование реальности позволяет увидеть явление во всем многообразии.

Он словно рожден для бизнеса с его высокой поисковой активностью, инициативностью, драгоценными навыками принятия решений и решения проблем, его талантом управления и руководства.

Да и работать с ним одно удовольствие. Смех, светлый юмор, внимание к окружающим. Циклотимик не предаст и не подставит.

Однако при ведении совместного бизнеса необходимо помнить о тенденции циклотимика переоценивать ситуацию. При ее оценке он может проявлять бесконечную веру в свои силы, преуменьшить опасность и дать завышенный положительный прогноз.

Он не знает страха и бросается в водоворот событий, часто не рассчитав свои силы, не просчитав ходов, не оглянувшись назад, бесконечно доверяя своим силам и духу. Он легко идет на риск.

Также он может проявлять беспечность к деталям и мелочам. Он великолепный разработчик, а не исполнитель.

Его партнеры по бизнесу должны постоянно контролировать расходы и вложения капитала. Циклотимик верный товарищ и не украдет ни копейки, но может разбазарить деньги.

**Доброжелатель.** В светлом мире циклотимических характеров мы натолкнемся на

болтливых, веселых людей, доброжелательных и открытых. Они мгновенно вникнут в наши проблемы, удивят нас глубиной сопереживания, постараются помочь и помогут нам, в первую очередь, своим удивительным отношением к жизни.

Дар позитивного самопрограммирования помогает им даже в нежелательных жизненных явлениях подмечать положительные стороны.

**Мудрец.** К циклотимикам относятся мудрецы, вззирающие на мир с доброжелательством, такие как Вольтер. Они видят людей насквозь, подмечают все их слабости и несовершенства, но это не озлобляет их, не делает циничными, а вызывает спокойную улыбку и веру в силу человеческого духа и разума.

**Энергичные практики.** Это тип, который «сочетает свежесть, подвижность, живость с трудолюбием и трезвостью. Энергичные практики – люди с отзывчивым сердцем, которые для всех могут быть полезны.

Они сидят во всех комитетах, постоянно перегружены работой и все делают весьма охотно. Работают они неумолимо. Они берутся за разнообразную новую работу и склонны к конкретной практической деятельности: к медицине, политике, к социальному обеспечению.

Они все делают толково, отличаются ловкостью, умеют ладить, но действуют решительно, высказывают определенное мнение, всегда веселы; некоторые из них честолюбивы, уверенны, довольны, держатся с сознанием собственного достоинства, знают себе цену, обращают внимание не столько на чины и отличия, сколько на освежающую деятельность. Эксцентричность и идеалистические порывы они не ценят» (3).

**Роковая синусоида.** Люди циклотимического характера часто поражают окружающих своей неиссякаемой работоспособностью. Никому не приходит в голову, что причиной этого блеска

является легкое отклонение от нормы, а именно уход в гипоманию.

Примером таких гипоманиакальных личностей является О.Бальзак, отличавшийся феноменальной работоспособностью, позволившей ему к 40 годам написать 100 томов.

По-видимому, большую часть своей жизни Бальзак провел в гипоманиакальном состоянии, особенностью которого является удачная имитация здоровья за счет всегда приподнятого настроения и высокой работоспособности.

И действительно, эта улыбка, словоохотливость, доброжелательность, способность работать по 18-20 часов в сутки, удивительное снижение потребности во сне, повышенная сексуальность – разве легко за этими чертами гипомании распознать болезнь?

Лишь изредко гипомания сменялась снижением интереса к жизни, общению, сексу, а главное, уменьшением работоспособности. Бальзак стремился подхлестывать себя огромными количествами кофеина, но и эта мера в периоды депрессий не давала обычного результата.

Спонтанно Бальзак вновь выныривал на поверхность жизни и уходил в долгожданное гипоманиакальное состояние. Если здоровый человек легко забывает наслаждение, но хорошо помнит боль, то гипомания меняет акценты. Боль, испытанная в депрессивной фазе, легко забыта и воспринимается как странная и необъяснимая флуктуация.

Гипомания меняет работу механизма верификации, проверяющего информацию на достоверность, и отныне все сомнения в собственной неадекватности отмечены. Чрезмерно положительный прогноз, присущий гипомании, окрашивает будущее в светлые тона, сулит богатство и встречу с любимой женщиной.

А тем временем болезнь продолжается. Вновь и вновь увлекает она своего обладателя в

подъемы и падения. Постоянное перенапряжение и нехватка денег раскачивают синусоиду. Ее колебания становятся все более резкими и оглушительными. Гипомания сменяется грозным маниакальным состоянием.

Мания многократно увлекала Бальзака в свои ловушки. Он организовывал театр, издательства, покупал серебрянные рудники и железную дорогу – всего лишь для того, чтобы еще раз потерять все деньги, еще больше влезть в долги, еще больше сделать свое творчество средством, необходимым для выживания и спасения от кредиторов.

Но вот снова гипомания спасает его, вливая в его жилы сверкающую теплую струю и оставляя мозг незатуманенным.

Обострение его маниакальной депрессии произошло в возрасте от 18 до 25 лет. Это время интенсивной социализации, когда человек выбирает профессию, перебирает социальные роли и жизненные пути. Каждое их этих изменений – огромный стресс, невротизирующий фактор, раскачивающий синусоиду, делая взлеты и падения все более рельефными.

Для Бальзака эти годы отмечены каторжным трудом, унижительной нищетой, борьбой за выживание, мощнейшей сексуальной фрустрацией, на которую обрекала его нищета. Это период сильнейшей конфронтации с родителями. Ведь Бальзак решает стать писателем, отказавшись от унылого жизненного пути, предложенного ему семьей. И вот ему дано два года, в течении которых он должен доказать наличие у него писательского дара.

Напряжение и стрессы этих двух лет приводят к невротическому состоянию, из которого Бальзак уже не мог вырваться в течение всей жизни. Гипомания и маниакальное состояние, изредка прерываемые глубокими депрессиями, превратились в его постоянных спутников, стали частью его тела, души, мозга.



**Великий комбинатор.** У него выдающиеся организаторские способности и его деятельность четко направлена на достижение цели.

Легкость принятия потерь окрашена юмором и способностью пошутить над самим собой («Графа Монте-Кристо из меня не вышло, придется переквалифицироваться в управдомы»). Он умеет мгновенно отгадывать каждого человека и потакать слабостям других, правда, для достижения своей цели.

У него уникальный талант общения, раскрывающий все двери и сердца, позитивное мышление и блистательный юмор. Он доброжелательно и покровительственно относиться к людям с более низким рангом (Паниковский, Шура Балаганов, Воробьянинов). Он уважает уголовный кодекс.

**Швейк.** Добродушный юмор, великолепная психологическая защита, умение наслаждаться скромными дарами судьбы, философское отношение к жизненным стрессам составляют надежный щит, защищающий этого маленького человека от человеческих несовершенств, перипетий политической жизни, войны.

**Нонконформист.** Он не хочет подчинить свой внутренний мир нормам окружающих людей. Он хочет эмансипироваться от их мнений.

Обычные люди копят деньги, а ему деньги нужны лишь для наслаждения жизнью. Они копят вещи, а он не привязан к имуществу, вещам, одежде. Они любят свой дом, украшают его, а для него дом – весь мир, и его не беспокоит, где будет его ночлег завтра. Они идут по жизни осторожно, не доверяя себе и другим, опасаясь ошибок и своих неправильных оценок ситуации, стараясь не менять жизнь и даже страшась этого, а он видит в этих изменениях высшее наслаждение.

**Бродяга.** Он никогда не жалеет о прошлом. Поразительна его непривязанность к прошлому, к

тому, что было лишь час назад. С гипоманиакальной легкостью двигаются он только вперед, и вот уже будущее переливается в настоящее, оказывается рядом и можно насладиться им, после чего оно отлетает назад, как скорлупа от ореха.

Это восхитительное движение во времени, обтекающем маленькую человеческую жизнь, доступно лишь циклотимику.

Как отрадно для него это движение вперед, эта охота к перемене мест, когда раз в год он переезжает, снимая свой маленький табор с еще вчера казалось насиженного места, и двигается вперед, с детьми, собакой, книгами, бросая без сожаления нажитое добро или раздавая его друзьям, не имея перед собой особой цели, кроме только ему понятного ощущения пространства и свободы. Его провожают сочувственными взглядами друзья, которым остается чувство некоей пустоты, связанной с его уходом.

«Вода примером служит нам, примером,

Прощай, хозяин дорогой

Мы в путь отправимся с водой

Все дальше, все дальше,

Все дальше, все дальше...»

Бродяга делает крутые повороты при перемене профессии, легко переезжает, меняет партнеров, оставляет друзей.

Он легко перемещается в жизненном пространстве, без сожаления теряя все то, что ему принадлежало, и что было, может быть, завоевано с трудом, готовый платить любую цену за свою свободу.

И уже не найти его, потому что много раз поменяли адрес и телефон. А люди других характеров с изумлением наблюдают за этой непривязанностью к прошлому, легкостью расставания с настоящим, его людьми и ценностями, и не могут понять это неутоляемое ничем желание двигаться вперед.

**Игрок.** Он ориентирован на победу, ему нравится это преодоление. Он хочет победы и готов платить за нее. Но также легко он принимает поражение. Эта борьба густо замешана на принципе наслаждения. Разве важно для него выиграть деньги? Нет, он расстается с ними легко и без какого-либо сожаления. Важен не результат, а движение, сам процесс игры.

Он спокоен, доброжелателен и легко находит язык с самыми различными индивидуальностями. Людям, находящимся на вершине и в самом низу человеческой лестницы, приятны его радушие и юмор, соединенные с чувством самоуважения.

Но причина не только в легкости его светлого характера. Дело в том, что он не участник всех этих коллизий. Он - наблюдатель, лицеприятный, но в глубине души равнодушный друг. Лишь патологическая зависимость имеет значение, страсть, рвущаяся из подсознания. Лишь на нее стоит тратить душевные силы. Все остальное не имеет смысла.

И он контролирует все свои ощущения, потому что он игрок. Со спокойной улыбкой смотрит он на женщину, сторающую от страсти в его руках. Он знает правила и этой игры. Он не может любить, потому что в любви всегда есть страх потери и желание удержать мгновение. У него вроде бы есть друзья и люди, которые дорожат его отношением. И, хотя он всегда искренне рад встрече с ними, они не нужны ему.

Единственная нить, привязывающая его к реальности, - страсть, игра, могучая власть патологической зависимости.

**Эпикурец, гедонист.** Гармоничное раскрытие всех аспектов личности встречается редко. Гармония - не частая гостья в мире людей. На каждом шагу мы видим как судьба или отказ самого человека от раскрытия своей личности приводят к тому, что его поведение определяется лишь какой-то частью его психики, в то время

как все остальное спит, неостребованное. Происходит заострение, утрирование лишь некоторых аспектов личности.

В подсознании циклотимика всегда присутствуют могучие импульсы, связанные с желанием наслаждаться миром. Они могут быть настолько сильны, что подавляют все попытки сознания и социальных норм как-то структурировать его поведение.

Принцип наслаждения, в норме определяющий поведение лишь у ребенка, полностью овладевает его чувствами и диктует его поведение.

Такой человек нередко остается незрелым в течение всей своей жизни. Большая часть его разума спит, социальные процессы его не трогают, и всю свою неистощимую энергетику он бросает во власть страстей.

Он сохраняет доброжелательность, присущую этому характеру, но утрачивает поисковую активность, заинтересованность в судьбах других людей и находится на низком уровне морального развития. Все свое внимание он направляет на ощущение жгучего наслаждения, на реализацию желания, которое заливаает его разум и часто отрезает его от мира людей. В восхитительной структуре его мозга он подстегивает работу лишь центра наслаждения, нещадно эксплуатируя его.

Среди циклотимиков можно встретить беспечных прожигателей жизни, любящих хорошую еду, флирт, поверхностное общение. Мощные механизмы психологической защиты и невысокий уровень развития личности помогают им отталкивать от себя все жизненные проблемы, скользить по поверхности жизни, не замечая ни ее глубины, ни ее проблем.

Так образуется целая шкала состояний. Здесь Стива Облонский, доброжелательный и ко всему равнодушный; Омар Хайям, радующийся красоте и старающийся заглушить ощущение времени прекрасным вином; Дон-Жуан, видящий

смысл существования в наслаждении любовью и красотой женщин. Рядом огромное царство патологических зависимостей, куда ведет дорога неконтролируемого наслаждения сексом, азартными играми, алкоголем и наркотиками. Ради экспериментирования ощущениями могут приноситься в жертву карьера, семья, работа, человеческие связи.

Сон разума порождает чудовищ. Все больше отдавая себя во власть могучих импульсов наслаждения, человек истощает себя. Все больше он становится похож на металлическую вывеску, изъеденную ржавчиной. Что-то было написано на ней, но что? Уже не разобрать.

И, наконец, завершающим аккордом является тотальный поиск наслаждения, ведущий к саморазрушению и выходу в преступление.

**Циклотимик-преступник.** Люди с разными характерами совершают совершенно различные преступления. Это связано с их столь непохожим отношением к человеческой личности, к себе и окружающим, к вопросу власти, с их различной податливостью социальным нормам, с их разной степенью уважения к человеческой личности, с их столь различным интересом к чувствам других. Отличается эмоциональная сфера, варьируют иерархии ценностей – и все это порождает столь несхожий характер преступлений.

Для преступников-циклотимиков присуще то, что их действия направлены, в первую очередь, против общества, а не против конкретной человеческой личности. Это блестящие аферисты, обворовывающие государство. Как правило, они не склонны к насилию, как это видим мы у Остапа Бендера, человека, «уважавшего уголовный кодекс».

Однако мир патологических зависимостей (алкоголь, наркотики, азартные игры) меняет картину преступлений, делая их все более грозными и разрушительными для окружающих.

**Циклотимик-иммигрант.** Вера в себя, охота к перемене мест, любовь к новизне толкает циклотимика к странствиям. Именно он первым отправляется на освоение новых земель.

Он легко принимает решение об иммиграции, быстро собирает вещи и без сожаления, полный самых светлых ожиданий, отправляется в путь. В силу хорошей психологической защиты, устойчивости к стрессам, он успешно адаптируется на новом месте, мгновенно обживает новое жилье, осваивается в новой обстановке и кажется, что жил он здесь уже тысячу лет.

Дар принятия потерь позволяет ему относительно легко смириться с неизбежными потерями, связанные с процессом иммиграции. По сравнению с представителями других характеров он более легко принимает потерю языка и культуры, разлуку с близкими и друзьями, утрату социального статуса и роли в семье.

Даже если его ожидания от иммиграции оказываются нереализованными, это не меняет его светлого нрава. Позитивное мышление помогает ему верно подметить в его новой жизни все положительные стороны и отметить все преимущества своего нового состояния.

В новой стране он может добиться высокого социального статуса, но и в его отсутствии циклотимика выручает счастливое чувство самодостаточности, свойственное представителям данного характера.

Важно, что в условиях адаптационного стресса циклотимик является надежной опорой и поддержкой для семьи, друзей и случайно встретившихся ему людей.

Однако потрясения и стрессы первого этапа иммиграции могут быть триггером депрессии, которая временно выводит его из строя. И в этот момент семья, как правило, является для него надежной защитой.

Можно смело утверждать, что именно представители циклотимического характера и их семьи наиболее успешно адаптируются в иммиграции.

## **Отношение к старости**

Циклотимик не чувствует возраста. С удивлением замечает он изменения своего лица и тела, в то время как его душа попрежнему остается молодой. Психологический возраст циклотимика всегда меньше его биологического возраста.

Даже в глубокой старости душа его полна желаний и интереса к жизни. Он сохраняет свой чудесный, светлый юмор, притом может весело посмеяться над своими недугами. Циклотимика попрежнему манит земля и он обожает путешествовать.

День его предельно занят, и ему никогда не бывает скучно. Он играет с внуками в футбол, по-прежнему любит поговорить, встречается с друзьями, ходит в театр и на тусовки.

Как и в прежние времена он прекрасно танцует, любит хорошо покушать и выпить хорошего вина, в общем, он все тот же любитель и ценитель жизни.

По-прежнему циклотимик беспечно относится к своему здоровью, но именно в старости у него часто проявляется интерес к различным оздоровительным системам. К удивлению близких пожилой циклотимик начинает делать гимнастику и соблюдать диету. Жизнь так хороша, и ему хочется подольше задержаться в этом мире.

Однако депрессия в корне изменяет его поведение и его облик. Потухший взгляд, немногословность, замкнутость, нежелание общаться даже с самыми близкими людьми – депрессия преобразует пожилого циклотимика, отнимая у него былую радость.

Циклотимик не боится смерти. Он готов встретить ее без страха, исполненный благодарности за те дары, которыми он был осыпан при жизни.

В «Петре Первом» А. Толстой описывает кончину циклотимика Лефорта. Почувствовав приближение смерти, он приказал накрыть столы, наполнить чаши, позвать музыкантов и потом забылся под роскошные звуки полонеза.

### **Отношение к циклотимикам.**

Как привлекает нас их светлая легкость, воздушность, неприкрепленность к жизненной рутине, соединенные с удивительными навыками адаптации и выживания в любой ситуации! Нас восхищает этот талант жить, сознавая быстротечность и неумолимость времени, желание впитать в себя всю радость и все наслаждения мира.

**Учитывать свободолобие** циклотимика, не спрашивать, куда он идет, почему долго не звонил, не приставать к нему с глупыми вопросами и не стараться в мелочах регламентировать его жизнь. Мелочный контроль вызывает у него раздражение.

**Разнообразить его жизненный стереотип.** Разнообразие должно быть во всем: еде, общении, распорядке будних дней, отдыхе, развлечениях, сексе, общении, белье на кровати, расположении мебели в квартире. Не приглашайте одних и тех же гостей, не ходите на прогулки по одним и тем же тропинкам и, конечно, не ешьте все время дома за одним и тем же столом.

**Давать возможность удовлетворять потребность в общении.** Нам нелегко принять тот коктейль, который циклотимик делает из друзей и людей малознакомых. Его всеядность в общении, его широкая граница принятия самых разных человеческих индивидуальностей часто служит основанием для конфликтов с близкими людьми



**Смириться с его независимостью в близких связях.** Как бы хорошо циклотимик ни относился к нам, он всегда будет кошкой, которая гуляет сама по себе. Он никогда никому не будет принадлежать.

**Апеллировать к его сильным сторонам.** В повседневной жизни стараться использовать в полной мере такие драгоценные черты, как навыки принятия решений, навыки решения проблем, навыки управления и руководства. Ни в коем случае не принимать решений без него и всячески вовлекать его в управление маленьким королевством.

**Учитывать его трудности в организации времени и трате денег.** Близким людям сложно принять его удивительную беспечность к деньгам, легкость, с которой он может потратить любую сумму, его постоянные опоздания.

**Принять его отношение ко времени, но постараться научить его больше ценить прошлое.** Помочь ему понять его неприкрепленность ко времени, осознать необоснованную легкость расставания с прошлым, с результатами его побед, с людьми, которые поняли и полюбили его.

Приверженность к движению в будущее, продиктованная лишь любовью к свободе и неограниченному ничем временному пространству, может обернуться бесцельностью, зря растроченной жизнью, одиночеством.

**Заставлять его заботиться о своем здоровье.**

## ГЛАВА 2

### ЭПИЛЕПТОИДНЫЙ ХАРАКТЕР

*В мирное время мы лечим эпилептоидных психопатов, во время войны они руководят нами.*

Э. Кречмер

Представители данного типа характера внесли в развитие человеческой культуры своеобразный и несколько мрачноватый вклад. Они создали бюрократический и репрессивный аппарат, полицию, армию. В их иерархии ценностей на первом месте стоит уважение к власти и силе, жажда власти, желание контролировать поведение и жизнь других людей.

### ДЕТСТВО

Дети с эпилептоидным характером – сильные, обстоятельные, аккуратные, чистоплотные, самоуверенные. Они, пожалуй, являются самыми непростыми собеседниками. Если общение с циклотимическим ребенком приобщает нас к флорентийскому карнавалу и процессу наслаждения жизненными дарами, то ребенок-эпилептоид требует от нас постоянного напряжения.

Любой контакт с ним превращается в маленькое сражение, в котором он проверяет нашу силу. Нравится нам это или нет, но на сцену выходит новая гостья – власть, и эпилептоидный ребенок льнет к ней.

### **Самооценка.**

**Здоровый ребенок.** С самого раннего детства видна высокая самооценка ребенка-эпилептоида. Лишь вступив в этот мир он хочет, чтобы огромная Вселенная работала в соответствии с его представлениями и чертежами.

Он не скрывает своего желания контролировать окружающую его жизнь, но если родители стоят на своем, ребенок уступает и способен признать более высокий ранг родителей.

Уже с раннего детства отслеживается способность ребенка к манипуляции. Он четко подмечает разногласия между взрослыми, их конфликты и искусно использует эту информацию в своих целях.

Он чувствует себя в этом мире очень уверенно. Если ребенок-астеник в игре приглашает к себе зайчика и белочку, то ребенок-эпилептоид зовет бизона и льва. Диалог с сильными фигурами нисколько не пугает его.

**Невротизация.** Малейший налет невротизации усиливает стремление ребенка к власти и его способность к манипуляции. Окружающим нелегко общаться с малышом, который всегда хочет приобрести контроль над своими еще маленькими жизненными ситуациями.

Он неговорчив, негибок, плохо понимает чувства окружающих, да и не похоже, что они его волнуют.

Он всегда претендует на роль властелина, устанавливающего свои правила игр и взаимоотношений, и всегда умеет поворачивать их в свою пользу. На детской площадке, в детском саду – всюду видно его стремление к власти над окружающими, желание подчинить, продемонстрировать свое превосходство.

С усилением невротизации ребенок все хуже переносит неконтролируемые ситуации и реагирует на них криками и гневом.

У любого ребенка при невротизации уменьшается способность переносить подавление своих потребностей. В качестве психологической защиты эпилептоидный ребенок применяет смещение (стр.16). Если он не решается выразить свой гнев и досаду на более сильного «обидчика», он немедленно переносит свои

негативные эмоции на более слабых (ударяет маленького ребенка или щенка, бьет бабушку, ломает игрушку).

### **Общение .**

При любом контакте с окружающими ребенок-эпилептоид не хочет быть равным с другими людьми, он хочет быть их повелителем. Он любит подчинять себе других и при первой же возможности идет на демонстрацию силы. Часто он задира и драчун. Окружающие вовсе не склонны признать его лидером и стараются сторониться его.

У него нет потребности делать что-либо приятное другим людям. Он хочет брать, а не давать. Подобные несимметричные отношения с миром людей приводят к многочисленным конфликтам, которыми эпилептоид окружен с раннего детства.

### **Эмоциональность .**

С детства маленький эпилептоид сдержан в выражении эмоций. Он неохотно выражает свои чувства, плохо облачает свои ощущения в слова, у него всегда есть какие-то секреты, которые он не склонен доверять кому-либо.

Если у маленького циклотимика наиболее очевидной эмоцией является радость, то у маленького эпилептоида это гнев. Он возникает на ровном месте и подобная непредсказуемость всегда огорчает близких.

### **Импульсивность .**

**Здоровый ребенок .** Если причиной импульсивности ребенка-циклотимика является его чрезмерная эмоциональность, то в случае маленького эпилептоида основой импульсивности является его мгновенно возникающий гнев. В случае «непослушания» взрослых, их отказа немедленно подчиниться его желаниям даже здоровый ребенок дает вспышку гнева.

Лишь он, 2-3 летний ребенок может составлять рецепты поведения окружающих. Чуть что не так, не по нему, и его крохотная мягкая ручка наносит удар. Он еще плохо выговаривает слова, но у него уже сформирован словарный запас для вербализации его гнева.

Взрослые еще весело смеются, часто не понимая грозного значения этих знаков. Но крепнет рука, и все более громко и четко выговариваются слова, оскорбляющие других людей или задевающие их самолюбие.

**Невротизация.** В случае невротизации маленького эпилептоида возникают огромные проблемы не только внутри семьи, но и на детских площадках, в детских садах, а затем и в школе.

Ребенок постоянно распускает руки, бьет более слабым и маленьким.

Достается и родителям, и няне, и родственникам. Легко возникающий гнев мгновенно сбрасывается на их головы в виде резких, оскорбительных слов, ударов, разрушения вещей и игрушек.

Умиление родителей, игнорирование ими невротического поведения ребенка, потворство или отсутствие сопротивления со стороны родителей лишь раскачивает патологию, увеличивает импульсивность ребенка, что в свою очередь еще больше усугубляет конфликты с окружающими.

## **Обучение.**

Маленький эпилептоид не обладает ни блестящим интеллектом шизоида, ни гибким умом циклотимика. Соображает он медленно, неторопливо. Если он не может понять какого-то факта, то сразу начинает сердиться. Часто он тугодум.

Учиться ему нелегко и без помощи родителей ему с этой задачей не справиться.

## **Структурирование .**

Если вокруг маленького циклотимика всегда беспорядок, то у маленьких эпилептоидов отмечается черта, казалось бы, детям не свойственная, а именно – любовь к порядку. Он аккуратен, чистоплотен, брезглив. Все вещи на местах, и он с удовольствием наводит порядок в своем уголке, подметает, пылесосит. Только пусть родители не считают эти черты проявлением своего благотворного влияния на ребенка. Такова его генетика.

## **Отношение к деньгам.**

Ребенок проявляет не только желание власти над людьми, но и над вещими. Он хочет, чтобы ему принадлежали не только души людей, но и объекты материального мира.

*5-летняя девочка приходит в гости. Она обходит квартиру, показывает пальцем на понравившиеся ей вещи и говорит: «Это я возьму себе». Уходя, она требует, чтобы ей отдали то, что ей понравилось и, когда не получает желаемого, дает тяжелейший аффект, кричит, ругается, рыдает.*

На любой детской площадке можно встретить детей, которые никогда не дадут свои игрушки, однако с удовольствием отбирают их у других. Это любовное, почти нежное отношение к «своему» появляется рано и проходит через всю их жизнь.

Жадность ребенка, его отказ поделиться какой-то безделицей даже с родителями, огорчает семью. Ребенок не только любит свои игрушки, одежду, вещи, но и с раннего детства проявляет в отношении них удивительную бережливость. Он уважает мир вещей и получает радость от обладания ими.

## **Роли** (см стр.20).

Эпилептоидный ребенок требует огромного внимания, терпения и постоянного напряжения со стороны близких. Без их помощи он не в состоянии освоить те роли, которые понадобятся ему в дальнейшей жизни.

Ребенку нравится роль **Робинзона Крузо**, позволяющая ему укреплять и украшать его маленький мир. Однако, он лишен альтруистических мотивов, и ему может не нравиться, что продуктами его труда могут воспользоваться другие.

В ответ на полный провал с ролью **Коммуникатора** родители должны развивать навыки общения. Старшие должны помочь ребенку снизить его основные проблемы, мешающие общению, а именно гневливость, желание контролировать поведение окружающих, отсутствие интереса к чувствам других людей.

Учитывая проблемы с обучением и ленность ребенка, при помощи кнута и пряника родители должны привить ему желание учиться и хоть как-то овладеть ролью **Лауреат Нобелевской Премии**.

Только при помощи родителей ребенок-эпилептоид сможет освоить роль **Колумба** и начнет получать удовольствие от путешествий.

И, конечно, старшие должны преодолеть его сопротивление и хоть как-то привить ему роль **Отличного Семьянина**. С самого раннего возраста родители должны заинтересовать маленького эпилептоида идеей заботы о другом существе, идеей, достаточно чуждой представителям этого характера.

Что касается роли **Босса**, она приводит маленького эпилептоида в восторг. Командовать, управлять другими людьми, манипулировать ими, наказывать их – может ли быть что-то еще более увлекательное...

Нелегко быть родителем эпилептоидного ребенка... Если общение с маленьким циклотимиком напоминает Ренессанс, то общение с ребенком-эпилептоидом напоминает подчас мрачную эпоху инквизиции.

Однако, родители могут обладать таким же характером. В этом случае они спокойно, и даже с одобрением, воспринимают жесткость, властолюбие и жадность своего чада, не думая о том, что эти черты в определенный момент жизни могут обернуться против них самих.

### **Детский сад**

Крепкое здоровье и сильная нервная система ребенка дает родителям основание надеяться на его успешную адаптацию. Однако в любой группе маленький эпилептоид сразу инициирует конфликты с другими детьми.

В ответ на эпилептоидные заявки на власть и контроль над играми ему мгновенно дает отпор ребенок-циклотимик, после чего малыш-эпилептоид перестраивается и старается установить хорошие отношения с любимцем группы.

Других же он постоянно обижает. Он дразнит сторонящихся его шизодных детей, бьет самых слабых, причем особенно достается маленьким астеникам. У него постоянные стычки с истероидными детьми в борьбе за внимание со стороны группы и воспитателей.

Если воспитатели чрезмерно мягки, то ребенок-эпилептоид пытается манипулировать ими. Однако, если он чувствует силу взрослых, то подчиняется ей, заискивает, ябедничает на других.

Вообщем, социализация эпилептоидного ребенка - дело нелегкое для окружающих и для семьи.

### **Школа .**



Ребенок-эпилептоид не любит учиться, делает это из-под палки, балуется на переменах, обижает слабых и маленьких. Его родителей чаще, чем кого-либо, вызывают в школу. Только их мужество и стойкость могут помочь ребенку справиться с нелегкой задачей.

## **Отношение к эпилептоидному ребенку.**

**\*Стараться уменьшать его властолюбие.**

Родители не должны оставаться равнодушными к постоянным демонстрациям силы своего питомца. Они должны понимать, что у них нет выбора. Ведь первой мишенью ненасытной жажды власти будут именно их головы.

**\*Сознавать необходимость постоянной демонстрации силы со стороны взрослых.**

Сложность общения даже со здоровым ребенком эпилептоидного характера заключается в том, что диалог с ним может осуществляться лишь с позиции силы.

В случае невротизации он с трудом принимает мягкость, нежность, уважение к личности, видя в них лишь ущербность и разрешение для проявления собственной силы. Мольбы, слезы могут лишь раззадорить его и подтолкнуть на более изощренную жестокость.

Взрослые должны постоянно помнить, что такой ребенок в семье признает лишь сильную фигуру, а к слабой всегда будет относиться свысока и с выраженным оттенком презрения.

*Мальчик 9 лет был усыновлен сразу после рождения. Мать и отец – мягкие, нежные, со слабой нервной системой. Ребенок окружен любовью, заботой (игрушки, компьютер, собственная комната).*

*В семье он тиран, изводит родителей, старшую сестру, издевается над бабушкой и бьет ее.*

**\*Опасность потворствующей обстановки.** С таким ребенком нелегко заключить соглашение. Попытки апелляции к логике, чувству справедливости также могут быть неудачны.

Результат дает лишь демонстрация силы и постоянный контроль над исполнением всех предписаний. Этот режим казармы могут соблюдать далеко не все семьи. В мягкой, потворствующей обстановке ребенок дает различные формы нарушения поведения.

Родителям не остается ничего другого, как занять в семейной иерархии более высокий ранг, чем тот, который занимает ребенок. С ребенком-циклотимиком родители могут играть роль партнера, с ребенком-астеником они должны выполнять роль системы поддержки. Если у них ребенок-шизоид, то им уготована роль научного руководителя. Ребенок-истероид ждет от них роли продюсера. При общении с ребенком-эпилептоидом родители должны прежде всего заботиться о сохранении своего ранга и принять роль босса.

В условиях жесткого, структурированного, но доброжелательного руководства возможна коррекция воспитанием и культурой.

**\*Учитывать манипулятивный талант ребенка.** Взрослые нередко выясняют свои отношения в присутствии детей, и дети разных характеров дают на это столь несхожие эмоциональные ответы.

Циклотимик пускается в шалости, астеник испытывает отчаяние и ощущение утраты равновесия, шизоид тихо радуется, что взрослые заняты своими делами и оставили его в покое, истероид пытается вернуть утраченное внимание при помощи аффектов. Но ни один другой ребенок не сможет так талантливо обыграть разногласия

взрослых и использовать их в своих целях, как делает это ребенок –эпилептоид.

**\*Учить ребенка контролировать свой гнев.**

Мы живем в мире неконтролируемых ситуаций и большинство людей вынуждены принимать существующее положение вещей. Лишь эпилептоиды с самого раннего детства отказываются принять это правило.

Ребенок часто испытывает гнев, как в связи с плохой переносимостью неконтролируемых ситуаций, так и в силу своих постоянных разногласий с окружающими.

Ребенок сам инициирует конфликт и на него же дает гневную реакцию. В случае невротизации родители уже не могут справиться с ним сами и часто обращаются за психотерапевтической помощью.

**\*Учить ребенка справляться с ленью.**

Родителям приходится использовать все свои дипломатические навыки, систему наказания и поощрения, чтобы решить еще одну проблему – склонность ребенка лениться и избегать работы по дому.

**\*Постараться научить ребенка заботиться о семье.** Необычайно трудно привить эпилептоидному ребенку роль Отличный Семьянин. Он довольно равнодушен к членам семьи и смотрит на них потребительски.

Однако, если родители не ставят этот вопрос на повестку дня, пускают все на самотек, то в будущем им особенно не на что рассчитывать.

**\*Стараться уменьшить жадность ребенка.**

Постоянно учить ребенка делиться с другими людьми игрушками, сладостями. Кормить вместе с ним уток, белок, птиц, спокойно преодолевая сопротивление ребенка.

**\*Осторожно относиться к наказаниям.** Часто родители, не выдержав постоянной конфронтации с ребенком, начинают применять физические наказания, хотя бы в виде шлепков. Конечно, им

трудно очерчивать границы дозволенного, им нелегко запретить такому ребенку не обижать маленьких, не ломать игрушки, не вредничать, не бить старших, не ругаться и т.д. и т.п.

Однако взрослые должны осознавать, что наказания могут лишь усилить патологические способы психологической защиты маленького существа. В случае наказаний ребенок увеличивает смещение (стр.16). Свой гнев, который он не решается выразить в отношении родителей и более сильных фигур, он обрушивает на голову более слабых.

В случае тяжелых физических наказаний включается патологический механизм психологической защиты, который называется «идентификация с агрессором». Отныне ребенок нормализует жестокое отношение, применяемое к нему, и использует его как образец отношений с другими людьми. Физические наказания лишь ожесточают эпилептоидного ребенка.

Более надежный путь наказания - лишение удовольствий. После 3-4 лет, когда ребенок начинает получать денежные подарки, в руках истерзанных родителей оказывается еще один способ управления поведением ребенка - деньги.

С детства эпилептоиды питают самые нежные чувства к презренному металлу, угадывая в нем эквивалент власти. Их уменьшение, например, снижение еженедельного денежного вознаграждения (allowance), принятое во многих американских семьях, ребенок воспринимает как сильное наказание.

## **ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ**

### ***Реакция эмансипации.***

Перерезание психологической пуповины происходит у представителей данного характера часто крайне болезненно. Происходит это потому, что отношения подростка со старшим поколением

связаны с самой значительной для него проблемой – вопросом о власти.

Здоровый подросток способен признать более высокий ранг родителей. Он становится их союзником в достижении общей цели – укреплении домашнего уклада, процветании семьи, ведении общих дел и бизнеса.

Разумные родители всячески поощряют у своего чада роль союзника, партнера, а здоровый подросток способен признать их авторитет и главенство.

Однако отход от нормы, невротизация, меняет отношения между поколениями.

В школьные годы подростки-эпилептоиды проявляют внешне два различных типа поведения, объединенных на самом деле их отношением к власти.

**Асоциальный тип** объединяет детей и подростков, которые открыто проявляют агрессивные чувства, рвущиеся из их подсознания.

Такой подросток не способен выдержать состояние фрустрации и подавить огненный поток своих агрессивных желаний. У него нет коррекции поведения, и он не скрывает от окружающих своих мотиваций.

Для асоциального типа не существует авторитетов и социальных норм. Сознание спит, делая невозможным соглашения, диалог, компромисс, – и подросток оказывается во власти его мрачного подсознания, которое видит высшее наслаждение во власти над миром.

Он стремится к власти над сверстниками, признавая только силу кулака, часто подбирая себе компанию из более слабых, безвольных детей. Он полностью подчиняет такую группу себе, диктует свои порядки, карает за любое непослушание и желание выйти из-под его власти.

В школе в отношении старших, педагогов он груб, конфликтен, и, словно видя в них

потенциальных конкурентов в борьбе за власть над ситуацией, легко изливает на них свои агрессивные чувства.

Его отношения с родителями почти всегда окрашены тяжелыми конфликтами. Любой подросток, отрабатывая навыки социализации, использует родителей, как боксерскую грушу. Так что, в первую очередь, попытки продемонстрировать силу обрушиваются на голову семьи.

Асоциальный подросток распространяет реакцию эмансипации на все старшее поколение, игнорирует нормы морали и нравственности. Иногда, натолкнувшись на сильного противника, не видя надежды на доминирование в семье, подросток может пойти на полный разрыв с семьей. Важно, что он требует не только власти и полной свободы, но и предъявляет семье материальные претензии, например, требования своей доли в семейном бизнесе, имуществе, жилище.

Асоциальные подростки – первые кандидаты на нарушителей законов, норм общества, общепринятых правил.

На первый взгляд на них совершенно непохожи **гиперсоциальные эпилептоиды**. Они понимают, что им не достигнуть лидерства в группе с помощью физической силы. Чтобы продвинуться к желанной цели, они вынуждены одевать маску и брать в союзники людей, являющихся символами социальных норм.

Со старшими, преподавателями такой подросток любезен, лъстит, угодлив и всегда готов выразить свои верноподданнические чувства (Чичиков в гимназии). Он всячески избегает открытой демонстрации силы, пуская в ход интригу, лесть, притягательность каких-то материальных благ, престижных в данной группе.

Гиперсоциальный подросток, проявляет «талант повиновения» (выражение Герцена) по отношению к учителям и начальству. В будущем он

будут признавать нормы общества и с удовольствием включиться в социальные игры, сулящие ему карьеру и теплое место.

Он будет искусно скрывать свой талант манипулятора и свое ненасытное властолюбие. Лишь в семье будет он сбрасывать с себя маску лицеприятности, обнажая свое истинное лицо.

### **Самооценка .**

В толпе подростков эпилептоид заметен сразу. Громкий голос, высоко поднятая голова, спортивная фигура, накаченные мышцы. Он излучает силу и уверенность в себе.

Однако напряженная поза, повышенный тонус мышц выдают его готовность дать активно-оборонительную реакцию и постоять за себя. Видна его высокая самооценка, он амбициозен и переполнен самыми честолюбивыми предположениями о будущем.

У него есть понятие о честной игре, и он готов сделать вклад из собственных усилий в свою судьбу. Как хотелось бы ему найти союзников и помощников в своем движении наверх. Он склонен искать их среди сильных, богатых, успешных или умных сверстников. Он признает социальные нормы, подчиняется им и видит себя в будущем одним из столпов общества.

Однако при отходе от нормы и движении в сторону патологии социальные нормы все больше теряют свою власть и привлекательность, и в своих мечтах о будущем подросток легко допускает их игнорирование, обход и даже нарушение.

В крайнем варианте необычайную притягательность приобретает преступный мир, который может использоваться как ролевая модель.

### **Общение .**

Переходы от нормы к невроту определяют и то, как происходит общение с окружающими.

Здоровому подростку присуща высокая самооценка, амбициозность, желание быть приобщенным к сильным друзьям и партнерам. Выбор падает на людей, сильных психологически и интеллектуально, или обладающих высоким социальным рангом. Подростка переполняет желание быть с ними, быть признанным ими, а если судьба будет благосклонна, стать одним из них и даже их лидером.

По мере отхода от нормы идет избегание сильных друзей, отход от них. Мысль о превосходстве другого человека становится все более невыносимой. Идет подбор более слабых, готовых подчиниться.

С усилением невротизации этот отбор становится все более тщательным, доминирование и демонстрация силы все более откровенными.

В крайних вариантах подросток подбирает группу слабых, часто более младших, где он занимает роль властелина с неограниченной властью, устанавливающего свои правила общения, групповые нормы, систему ценностей, соответствующих его мрачному и тяжеловесному внутреннему миру. Группа все больше напоминает банду, стаю, где все подчинено воле вожака.

## **Сексуальность .**

Сексуальность пробуждается рано, всегда бывает необычайно сильной, со стремлением к сексуальному разнообразию и все новым ощущениям. В зависимости от степени ментального здоровья осуществляется выбор партнера и складывается характер взаимоотношения с ним.

Здоровый подросток-эпилептоид всегда ищет сильного, яркого, заметного другим партнера, отношения с которым могут носить оттенок равенства.



Однако у невротизированного эпилептоидного подростка напряженная сексуальная жизнь всегда окрашена ревностью, подозрительностью, унижением и эксплуатацией партнера.

Уже в подростковом возрасте эпилептоид ищет более слабого партнера, чтобы полностью подчинить его своей власти, которая будет держаться и на его мощной сексуальности, и на его таланте манипулятора, и на культивации у партнера комплекса неполноценности.

Такие подростки склонны к сексуальным эксцессам и сексуальным отклонениям.

*Гиперсоциальный подросток, работая пионервожатым в лагере и тщательно следя за аккуратностью и соблюдением устава, тайно насилует девочек, снимая перед этим с них галстук. «Галстук должен быть чистым, незапятнанным».*

Сексуальное влечение почти всегда окрашено мрачными тонами ревности. «Измен, как действительных, так и мнимых, они никогда не прощают. Невинный флирт трактуется как тяжелое предательство. При ревнивом отношении к другим сами склонны к изменам. Например: юноша, влюбленный в одну девушку, ограничивается с ней платоническими отношениями, «бережет» ее до брака, ревниво следя за ее поведением и подвергая всевозможным испытаниям. И в то же время сам тайно сожительствует с другой, которую ни во что не ставит, всячески унижает и, тем не менее, ей же устраивает сцены ревности» (2).

## **Материальные блага.**

Здоровый подросток, хотя и переполнен желанием обладания миром, способен переносить фрустрацию, может контролировать и скрывать свои подсознательные импульсы. Впрочем, он не может скрыть своей жадности и скупости. Если

циклотимический подросток получает наслаждение, тратя деньги на товарищей, то эпилептоид предпочитает копить их.

Отход от нормы приводит к усилению жадности, завистливости, агрессивности в отвоевывании материальных благ.

### **Структурирование .**

В вещах эпилептоидов царит удивительный порядок, столь несвойственный для подростков.

*11-ти летний мальчик в детском доме держит под жестким контролем всю группу. С воспитателями подчеркнуто вежлив, однако постоянно организует конфликты других детей со старшими и доволен, когда этих детей наказывают. В тумбочке образцовый порядок, изнутри ее стенки оклеены тонким слоем фольги. Ложась спать, аккуратно складывает одежду, брюки складывает между двумя матрацами, «чтобы стрелочка держалась». Жесток, недоброжелателен, постоянно напряжен.*

### **Мышление .**

Представителям этого характера далеко до изощенного интеллекта шизоида, тонкого и умного астеника, сверкающего циклотимика, на лету усваивающего информацию и мгновенно ее анализирующего. Мышление эпилептоида более неповоротливо.

Однако здоровый подросток вкладывает огромные усилия, чтобы не отстать от других. По мере движения к неврозу все неповоротливей и ригидней становится мышление, все более тяжеловесным и грубым становится юмор.

### **Спорт .**

Спортивные занятия - звездный час подростка-эпилептоида. Прекрасное здоровье, сильное тело, способность переносить большие

физические нагрузки, получение наслаждения от спорта, нечувствительность к усталости, боли, голоду, а также спортивные успехи делают его заметной для сверстников фигурой.

Он предрасположен к силовым видам спорта. Среди профессиональных спортсменов, занимающихся единоборствами, силовыми видами спорта, основная часть падает именно на представителей данного характера.

### **Отношение к животным.**

Дети и подростки эпилептоидного характера выбирают домашнее животное объектом для проявления своей властности, для усиления демонстрации силы над окружающими, поддержания своего ранга «сильного», для защиты своего ранга в подростковой группе.

Животное может играть также роль «мальчика для битья», когда ребенок переносит на него свой гнев, образовавшийся во время конфликтов с окружающим миром, или сбрасывает на животное свои отрицательные эмоции.

Подросток с удовольствием заводит сильную собаку, которую он полностью идентифицирует с собой и заботится о ней. Она дрессирована, ухожена, знает свое место, обожает, хотя и побаивается своего хозяина.

Однако в других ситуациях отношения детей-эпилептоидов с животными часто ужасны. Они мучают животных, получая от этого наслаждение. С удовольствием они воспитывают в животных, часто сильных и свирепых, злобу, которую подкрепляют побоями.

Голодные, избитые, озлобленные питбулли, кровавые собачьи бои, животное, на которое постоянно сбрасываются дисфория и гнев, – вот удел братьев наших меньших, оказавшихся в руках эпилептоидного ребенка и подростка.

Надежды родителей на то, что «собачка» воспитает в ребенке доброе сердце, в случае

невротизации неоправданны и, более того, могут привести лишь к обострению властности и жестокости.

### **Нарушение поведения.**

Не в силах сублимировать разрушительные подсознательные импульсы, подросток может направить их в азартные игры, причем азарт опьяняет его, и он полностью теряет контроль над собой.

Постоянная борьба за власть, активно-оборонительная реакция, злопамятность и мстительность создают постоянный фон внутреннего напряжения. Чтобы сбросить его, подросток прибегает к алкоголю, предпочитая крепкие напитки и добиваясь глубокого опьянения.

Такое явление как подростковая преступность формируется, в основном, представителями данного характера. Причем здесь и жестокие драки, избиения, нарушения поведения, связанные со стремлением к обогащению: торговля наркотиками, подделка кредитных карточек и документов, кражи.

### **Физическое здоровье.**

У подростка с эпилептоидным характером всегда прекрасное физическое здоровье, способность легко переносить любые нагрузки. Тем не менее, он часто ипохондричен и проявляет самое трогательное внимание к любой своей царапине.

### **Выбор профессии.**

Асоциальные эпилептоиды, отказывающиеся признавать социальные нормы и какой-либо контроль со стороны общества, часто вливаются в преступный мир.

В противоположность им гиперсоциальные эпилептоиды, проявляющие неповторимый «талант повиновения», с наслаждением принимают роль чиновника и бюрократа.

Для здоровых представителей этого характера прекрасным выбором будет служба в полиции, армии, спецслужбах.

## **ВЗРОСЛЫЕ**

### ***Самооценка.***

Эпилептоиду присущи необычайно высокая самооценка, вера в свою исключительность, непогрешимость. Он не способен признать свои ошибки и просчеты, не может раскаяться в содеянном.

Люди этого характера обладают комплексом царя Мидаса и считают, что все, к чему они прикасаются, превращается в золото.

### ***Общение .***

Завышенная самооценка эпилептоида сочетается с недружелюбным, подозрительным отношением к окружающим, где нет места сочувствию, желанию помочь, понять другого. Присущее ему мизантропство создает целую палитру сверхценных идей, где окружающие выступают как активные недоброжелатели, пытающиеся обмануть, обобрать, принести вред.

Идея о врагах народа, порожденная Сталиным, является примером эпилептоидной сверхценной идеи, которая овладела сознанием целой нации.

Отличительными чертами эпилептоида являются безудержное стремление к власти, манипулятивный талант, эпилептоидная маска, мстительность, склонность к сверхценным идеям, моральные дефекты и т.н. «циклы жестокости».

**Маска.** Лишь немногие счастливицы, такие как Иван Грозный, Сталин, могли позволить себе

роскошь не скрывать свое властолюбие, лишь немногие поставлены судьбой в столь исключительное положение. А что же остальные? Неутоленное желание властвовать также переполняет их. Мощным потоком бьет оно из подсознания, не сдерживаемое ни культурой, ни пиететом, ни условностями.

Оно должно быть очевидно другим людям, и может отпугивать их. Ведь каждый боится несвободы. Кто захочет, чтобы его использовали, поработали или манипулировали им? Так у эпилептоидов появляется огромная проблема, прямо-таки проклятие этого характера – желание неограниченной власти и стремление окружающих избежать ее.

Чтобы предотвратить отход потенциальных рабов и подданных, эпилептоиду приходится отступать в тень и там одевать на свое лицо, обезображенное желанием власти, особую маску. Она прочно прирастает к его коже, его истинному лицу.

И вот уже эта маска крутит нами, обманывает нас, вводит в заблуждение, делает нас беспомощными перед замыслами и интригой эпилептоида.

Она создает в глазах окружающих образ человека, вроде внимательного, вроде бы готового на уступки, вроде бы готового разделить с нами влияние, власть, престол. Гениальная маска почти полностью скрывает от нас истинные мотивации и создает иллюзию готовности к диалогу и, может быть, даже компромиссу.

Ганнушкин считал, что эпилептоидная маска состоит из смеси «угодливости, слащавости и верноподданничества». Как обманывает нас эта игра, как ее слова обволакивают нас!

«Друг мой, маменька, брат мой, Петенька», – говорит Иудушка Головлев. И даже мы, посторонние и потому немного равнодушные

наблюдатели, не можем сразу отгадать, понять, что за уменьшительно-ласкательными суффиксами прячется такое грубое слово как «желание власти».

За обволакивающей, усыпляющей бдительность манерой общения скрыта сильнейшая нервная система, способная выждать в течение долгого времени того момента, когда, наконец, можно будет сбросить маску, стать самим собой и показать миру свое истинное лицо – лицо человека, который больше всего на свете любит власть над людьми.

**Страсть к манипуляции.** А пока идет игра, жестокость и безжалостность скрыты за мягкими чертами эпилептоидной маски, и ее обладатель с наслаждением манипулирует окружающими, жонглирует человеческими эмоциями и судьбами.

«Интрига выше таланта, из ничего она делает что-то», – говорит Ежи Лец. В руках эпилептоида интрига превращается в искусство, талант, гениальное злодейство, когда все окружающие опутаны невидимой паутиной.

О, какое должно быть наслаждение для эпилептоида видеть беспомощность других людей, их отчаяние, подчас гибель, и чувствовать себя режиссером, в руках которого сосредоточена истинная власть. Не в руках королей и их министров, а именно в его руках. Яго, образ такого великого манипулятора, вводит нас в мир человека, жаждущего власти, но не наделенного ей.

Сталин, выходя с постановки «Отелло», мечтательно произнес: «А этот... Яго... – талантливый организатор».

Эпилептоид – мастер интриги. Он искусно стравливает представителей различных партий и групп, загребает жар чужими руками, умело использует «шестерок».

Лакомое блюдо на этом пиршестве – прием под названием «Поджог Рейхстага». Эпилептоид

сам наносит удар по жертве, приписывает авторство другому, и уже на его голову обрушивает всю мощь «справедливого возмездия».

Гитлер организовал поджог Рейхстага, обвинил в нем левых и начал их «легализованный» разгром. Сталин, убрав Кирова, как реального претендента на власть, обвинил в убийстве «невидимых врагов» и развернул параноидальную кампанию против своего народа.

Эпилептоиды мелкого, семейного масштаба используют этот прием, например, для разрыва отношений с системами поддержки своей жены, для создания социальной изоляции своего партнера.

И вот под грузом вздорных обвинений разорваны отношения с тещей и родственниками, перестают бывать в доме друзья детства, и единственным другом и благодетелем остается муж-эпилептоид.

Эпилептоиды считают, что прием «поджог Рейхстага» эффективен, надежен, проверен и способствует еще большему укреплению их власти.

**Моральные дефекты.** Мир, населенный несовершеннолетними и низкими людьми, заслуживает недоброжелательного и настороженного отношения. Удобно расположившись на этой идеологической платформе, эпилептоид щедро изливает на мир свою легко возникающую раздражительность, безудержный гнев, свои дисфории, представляющие, по выражению Ганнушкина, «смещение гнева, тоски и страха», а также многочисленные моральные дефекты.

«Мы сильны тем, что нас не удерживают никакие соображения морального порядка», – говорил Гитлер, в характере которого четко прослеживается эпилептоидная составляющая.

Моральные дефекты эпилептоидов проявляются в неспособности уважения к человеческой личности, в отсутствии чувства благодарности, легкости использования других людей в своих



целях, которых они затем могут без сожаления выбросить из своей жизни.

**Мстительность.** Легко возникающая зависть, неспособность принять хотя-бы незначительное ущемление собственных прав со стороны других, непереносимость неповиновения, отказ признать за другим человеком право в выборе жизненного пути, властность – все эти черты порождает мстительность.

Если эпилептоид приблизит к себе кого-нибудь из этого несовершенного мира, то отныне его избранник должен безраздельно принадлежать только ему. Он не согласен разделить власть над этим человеком с кем-либо еще: друзьями, детьми, хобби. Его власть должна быть только абсолютной.

Но если же его подданный не захочет больше выносить бремени рабства и постарается выйти из-под власти эпилептоида, он неизбежно сталкивается с яростным протестом.

Ведь для эпилептоида невыносима сама мысль о выходе из-под его власти, что толкает его на изощренную мстительность, доходящую до преступления.

Любое противодействие безудержному желанию властвовать порождает мстительность, принимающую часто характер сверхценной идеи и полностью овладевающую поведением и мыслями эпилептоида.

Подобная приверженность идее мести, которую эпилептоид может вынашивать в течение многих дней и месяцев, связана с его ригидным, неповоротливым мышлением, трудностью переключения, а также с непомерным эгоцентризмом, неприязнью и ненавистью ко всему, что умаляет его значимость и создает препятствия для достижения власти.

**«Циклы жестокости».** Важной особенностью эмоциональной жизни эпилептоида являются т.н.

«циклы жестокости», связанные с особенностями его аффекта.

Его постоянная раздражительность, легко возникающее чувство гнева, внутреннее напряжение, от которого он не может освободиться, делают его похожим на паровой котел, давление в котором растет до некоторой критической точки, где происходит взрыв.

Ошибочно думать, что этот взрыв обусловлен какой-либо реальной причиной. Близкие люди хорошо знают эту грозную схему. Она включает фазу нарастания напряжения, которая сменяется фазой взрыва. Затем поведение эпилептоида меняется, следует фаза раскаяния, после чего наступает примирение с недавней жертвой и фаза «медового месяца».

Однако обманчиво думать, что инцидент исчерпан. Цикл вновь повторяется. Вновь наступает стадия нарастания напряжения, когда эпилептоид становится всем недовольным, он цепляется к каждой мелочи и изводит окружающих своими ничем не обоснованными придирками. В этот период снижается его функционирование на работе и в семье.

Внутреннее напряжение все нарастает, все более увеличивается количество негативных высказываний в адрес окружающих и, наконец, какая-то ничтожная капля переполняет чашу, за которой, к изумлению окружающих, следует взрыв.

Он может выразиться в оскорблениях и жестоких побоях, причем возможна полная потеря контроля и нанесение окружающим серьезных увечий. Аффект может принимать форму скандала, беспричинного и безобразного. Хотя эпилептоид никогда не освобождается от внутреннего напряжения полностью, все-таки частично это происходит при «взрыве» и наступает фаза раскаяния.

## ***Мышление.***

Особенностями мышления эпилептоида являются невысокий интеллект, отсутствие гибкости, трудность переключения, замедленность мыслительных процессов, легкость образования сверхценных идей.

Психика его достаточно неповоротлива, ригидна. Она словно вырублена из грубого полена незамысловатой рукой. Эпилептоид не может воспринять многообразие, многозначность, улавливать полутона и оттенки.

Он легко прилипает к какой-либо идее, которая полностью овладевает его разумом и становится необратимой. Его негибкие установки невозможно переменить, перефокусировать. Само содержание идеи движется вокруг мечты о власти.

Безумные экологические проекты, реализующие власть над беспомощной природой; мировое господство, как его видит воинствующий ислам; идея ревности, связанная с нестерпимой мыслью о выходе из-под контроля его сексуального могущества – вот примеры сверхценных эпилептоидных идей.

Повод для сверхценной идеи совершенно несоизмерим с той последовательностью и страстью, с которой эпилептоид ей отдается. Она полностью овладевает его сознанием, становится необратимой и часто подчиняет себе все его поведенческие реакции.

### ***Тестирование реальности.***

Внутренняя схема эпилептоидов построена на необычайно высокой самооценке, идее превосходства над другими, недоброжелательном отношении к окружающим.

Любая информация, поступающая из окружающего мира и проходящая через подобную призму, будет искажаться, создавая на внутреннем зеркале неверное отражение реальности.

## **Суждения .**

Суждения эпилептоида основаны на неточном тестировании реальности и, следовательно, не могут быть верны. Воздействуя на мир с целью достижения власти эпилептоид должен оценить, какой же тип поведения наиболее адекватен в данных условиях, к каким последствиям он приведет.

Но в том то и дело, что ему плевать на негативные последствия выбранного им поведения, на разрушенные отношения и поломанные судьбы. Ведь цель оправдывает средства, и все средства для него хороши.

## **Сила сознания .**

Разум, воля, сознание должны осуществлять нелегкую задачу контроля импульсов, рвущихся из подсознания и стремящихся приобрести власть над поведением.

Основная установка подсознания эпилептоида – желание власти. Сознание не всегда в силах справиться с ней и властолюбие становится основной нотой, определяющей отношение к миру.

Выбор профессии, партнера, весь выбор жизненного пути определяется тем, насколько сознание способно установить контроль над ненасытной подсознательной жадой власти.

Так же драматично происходят сражения, которые ведет сознание эпилептоида в надежде достигнуть хотя бы какого-то компромисса между требованиями общества и желанием власти.

Их результатом может быть роль вождя, при которой властолюбие ставит социальные нормы на колени и подчиняет себе толпу.

Игнорирование социальных норм, насмешка над ними с надеждой быть неузнанным и непопманым, толкает на путь преступления.

И, наконец, на ненасытную жадую власти могут быть надеты наручники, она может быть

подавленна и брошена в подполье подсознания. Тогда перед нами появляется законопослушный член общества, склоняющий голову перед нормами общества и лишь в семье обнажающий свое истинное лицо властолюбца.

Эпилептоид-конформист не только признает законы общества, но и готов их защищать. Он обрушивает всю мощь своей психики на нарушителей законов, вливаясь в силовые структуры, охраняющие устои общества, такие как полиция, армия и т.п.

## **Психологическая защита**

(см стр.16)

Властолюбие эпилептоида приводит к многочисленным конфликтам с другими людьми.

Видя отход окружающих, их стремление не подчиняться его властолюбию, избежать контроля над собой, эпилептоид должен как-то объяснить себе это явление, составить утешительную для себя модель.

Именно поэтому в отношениях с другими эпилептоид часто применяет такой вид психологической защиты, как проекция, когда свои собственные неблагоприятные мысли и мотивы он приписывает окружающим людям.

Он проецирует содержание своего мрачного внутреннего мира на других, и в этом темном освещении краски мира гаснут, и мир превращается в сборище людей, которые себе на уме, которые никого не жалеют и по-настоящему не любят. Они ловкачи и интриганы, они безразличны, бездушны и только и мечтают о том, как одурачить другого.

Кроме того, эпилептоид постоянно использует для сброса гнева такую психологическую защиту как смещение или идентификацию с агрессором (см отношение к эпилептоидам).

**Юмор.**

Если жанр трагедии вызывает у всех схожие чувства, то юмор – явление уникальное, высвечивающее особенности личности.

У эпилептоидов юмор грубый и тяжеловесный. Им кажется смешным унижение человека, ситуации, ставящие личность в нелепое унизительное положение.

Например, автобус проехал через лужу, и прохожий обрызган грязью. Или в физиономию запустили тортом, и крем течет по щекам. Подобные ситуации необычайно веселят эпилептоида и он заливается счастливым смехом.

### **Поведение в стрессе.**

Большинство стрессов связано с потерями, утратой контроля над жизненными ситуациями. Но ведь эпилептоид хочет контролировать всех и все, поэтому любой самый незначительный стресс бьет по болевым точкам его психики.

Мгновено вспышивает его гнев, желание отомстить обидчику, зависть к более удачливому, поиск виновного, причем эпилептоид будет отрицать какую-либо собственную ответственность за происшедшее.

Стрессы – великий учитель, и, проходя через потери, мы приобретаем мудрость, спокойствие и понимание жизни. Однако эпилептоида ошибки и потери лишь озлобляют.

Эпилептоид не любит жизненных изменений, плохо адаптируется в новых условиях, игнорирует при этом интересы других, стараясь отхватить себе более лакомый кусочек и занять у огня более теплое место.

### **Привычки.**

Сложившиеся еще в подростковом возрасте привычки почти не изменились. Эпилептоид все также любит порядок, аккуратен до педантичности в бумагах, счетах, одежде и

убранстве дома. В доме у него ни пылинки, ни соринки, и все разложено по ящичкам и полочкам.

### **Отношение к еде.**

Питание – дело серьезное и к тому же необычайно приятное. Ест эпилептоид много, не торопясь, понимая всю важность этого процесса. В еде он не признает всякие финтифлюшки. Ее должно быть много, она должна быть вкусной и большую ее часть должно составлять мясо. За едой он не разговаривает. Идея «Когда я ем, я глух и нем», несомненно, принадлежит эпилептоиду.

### **Отношение к деньгам.**

Пожалуй, никто не относится к ним с такой нежной страстью, как представители данного характера. Деньги используются для усиления демонстрации силы, поддержания своего ранга, для манипуляции окружающими.

По мере движения от нормы к патологии происходит изменение отношения к деньгам. Эпилептоид видит в них эквивалент власти, возможность занять более высокий социальный ранг, возможность проложить путь в более высокие социальные круги.

Роскошный дом, дорогая мебель, вкусная дорогая еда, комфортабельные путешествия хороши не только сами по себе, но и как доказательство социального статуса и превосходства над другими. Однако здоровый представитель данного характера согласен много и честно работать для достижения богатства.

Чем дальше отход от нормы, тем все больше любовь к деньгам превращается в страсть, безобразную и безудержную, которой приносятся все более значительные жертвы.

Скупость, жадность все больше определяют характер отношений с семьей, бывшими друзьями и родственниками (Плюшкин, Гобсек). Если раньше

еще приглашали гостей, чтобы показать им свои богатства и приобретения, то теперь дверь закрывается. Ведь каждый гость требует хотя бы копейных затрат, а свет, а вода...

Скупость может становится сверхценной идеей, глубокой патологией. Она обрекает на одиночество. Но это отхождение от мира людей вовсе не тягостно, если рядом сладкое золото.

Эпилептоид не только любит деньги, у него дар их накапливать, делать самые разумные вложения, увеличивающие со временем его капитал.

Если циклотимик – гений коммуникаций, то эпилептоид гениален по части накопления денег. Если у циклотимика ветер словно выдувает деньги из кармана, то эпилептоиду деньги идут в руки.

### **Отношение к здоровью.**

Эпилептоид является обладателем сильной нервной системы и могучей соматики. Вопросы здоровья для него необычайно важны. Его завышенная самооценка и сознание ценности своего существования, преломляясь через призму болезни, выливаются в самое трогательное отношение к себе, любимому.

Эпилептоид всегда проявляет резко повышенное внимание к любому своему недомоганию. Как правило, он ипохондричен, полностью подчиняется мысли о нездоровье, которая легко превращается в сверхценную идею.

Он часто страдает гипертонией, которая, согласно канонам психоматики, возникает у него как результат постоянного желания контролировать свои жизненные ситуации.

Постоянный фон раздражительности и гневливости, подъемы давления изнашивают сосуды мозга, что может привести эпилептоида к инсульту. Но, даже оказавшись в беспомощном положении, он не выпускает из своих, казалось бы, ослабевших рук, души его близких. И члены



семьи, особенно супруги, привыкнув к долгим годам повиновения и духовного рабства, редко выходят из-под контроля одряхлевшего тирана.

Тяжелые заболевания, такие, как рак, меняют поведение тех, кто выжил. Обычно люди, пережившие рак, становятся мягче, добрей, тянутся к религии или эзотерике. Однако эпилептоид, оказавшийся в подобной ситуации, заглянув в бездну, отделяющую наше существование от небытия, становится еще более жестким. Он отбрасывает последние остатки пиететов и моральных ограничений, становится безжалостным и словно сделанным из железа.

Любой человек может оказаться подобен подранку, т. е. животному, которое было ранено, но все-таки выжило, хотя и сохранило ощущение боли. Воспоминание о пережитой боли наполняет сердце эпилептоида завистью к «здоровым и удачливым», желанием мстить судьбе и миру за нанесенный удар.

Эпилептоид – самый трудный пациент. Его недоверие к людям, отсутствие авторитетов выливается в отсутствие веры во врача и подозрительное отношение к любому медперсоналу. Он всячески старается манипулировать врачом. Психотерапии практически неподвластен.

*М. В., 70 лет, регулярно ходит в течение двух месяцев к психотерапевту. «Вы знаете секрет, как помочь мне, но не хотите открыть его».*

## **ПОВЕДЕНИЕ В СЕМЬЕ**

### ***Роль супруга.***

Любой представитель данного характера устанавливает в семье диктатуру. Но особое значение господство в семье приобретает для человека, не наделенного полнотой власти в

реальной жизни. Неужели насмешливая судьба полностью обделила его надеждой на осуществление самого заветного желания – достижение власти?

Он может работать клерком в банке на углу, и его жизнь состоит из маленьких кругов длиной в один день, наполненных повиновением, склонением головы, выполнением нехитрых и однообразных манипуляций. У него нет интеллекта, который помог бы раздвинуть границы крохотного мирка и включиться в упоительную гонку за властью, ему недостает денег – надежного эквивалента власти. Неужели желание власти так и останется в его душе, стиснутое обручами обстоятельств?

Снисходительная судьба дает такому человеку шанс выпустить на свет могучее желание власти, обладания душой другого человека.

Судьба не дает ему возможности полностью утолить эту страшную жажду, но разрешает ему пригубить чашу, наполненную сладким ядом власти над другими. Он должен будет выполнить только одно условие – найти более слабого партнера.

И, словно угадывая это решение судьбы, теперь он внимательно будет вглядываться в лица окружающих его людей. Он будет выискивать ту слабую, добрую душу, которую он с наслаждением готов подчинить себе. А она, осознавая свою слабость, будет все время мечтать о сильном человеке, скале, к которой она могла бы прислониться. Поэтому она сама пойдет навстречу сильному человеку, видя в нем воплощение своей мечты, еще не понимая, что идет навстречу возможной гибели. И вот так встречаются эти двое.

Сделав выбор на более слабом партнере, эпилептоид полностью подчиняет его своей мощной энергетике и добивается абсолютной власти.

В более редких случаях он ставит рядом с собой сильную женщину, чтобы вместе с ней

достигнуть высокого социального статуса, материального благополучия и власти.

Большинство же эпилептоидов мечтают о приобретении более слабого партнера и контроле над ним, о наслаждении своей постоянной властью над человеческим существом. Именно в семье утоляется жажда власти и компенсируются все дефициты.

Для поддержания своей семейной диктатуры такой человек пользуется следующим набором приемов:

- \* Постоянная демонстрация силы.
- \* Эпилептоидная маска.
- \* Культивирование комплекса неполноценности у членов семьи.
- \* Мощная сексуальность.
- \* Изоляция партнера от систем поддержки.
- \* Миф о высоких навыках выживания, якобы присущих эпилептоиду.
- \* Агрессивность против окружающего мира.

Особенностью семьи эпилептоида является обстановка напряженности. Она создается постоянной демонстрацией силы, которую проводит эпилептоид.

В первую очередь, он осуществляет ее на уровне языка тела - сдвинутые брови, взгляд исподлобья, стиснутые челюсти, поджатые губы, помахивание кулаками.

При вербальной, т.е. словесной демонстрации силы, идут в ход угрозы, формулы превосходства, постоянное перечисление своих заслуг и достоинств, негативные высказывания обо всех и вся.

Мощная сексуальная энергия эпилептоида служит не только для наслаждения, но выливается в сильнейшую демонстрацию силы, когда партнера сексуально эксплуатируют, привязывают его к себе, создавая при этом причудливую смесь сексуальной эксплуатации, сексуальной

зависимости партнера и культивирования заниженной самооценки партнера.

Семейная жизнь эпилептоида становится ареной постоянной борьбы за власть и ее утверждение, хотя никто из членов семьи на эту власть и не претендует. Почти все эпилептоиды физически наказывают детей и нередко бьют жен.

Эпилептоид всячески умалляет самооценку жены и детей, наслаждается их зависимостью, постоянно закрепляет эту зависимость, особенно финансовую. Его скупость, жадность, отношение к деньгам, как к эквиваленту власти, также накладывает отпечаток на семейные отношения.

Он отбирает у жены зарплату. Все деньги, поступающие в семью, он узурпирует. От него не добьешься ни денег на карманные расходы для детей, ни денег на самые скромные покупки и развлечения, ни разрешения сыну воспользоваться его машиной.

Чтобы приобрести полную власть над женой и детьми, он отсекает их от систем поддержки – родителей жены и ее родственников, друзей, приятелей детей, устраивая бессмысленные скандалы и выдвигая вздорные обвинения.

Удивительна та покорность, та психологическая зависимость, которую проявляют жертвы эпилептоида.

Борьба за абсолютную власть в семье, соединенная с желанием отсечь супруга от систем поддержки, ярко высвечивает моральные дефекты, присущие эпилептоидам. Они идут на все, лишь бы поссорить супруга с его родителями.

*После того как свекровь в течении 12 лет посвящает себя уходу за двумя внуками, невестка-эпилептоид заставляет своего безвольного мужа поменять работу, продать дом и переехать в другой город.*

*Она полностью подчиняет мужа своей власти, и с ее ведома сын разрешает матери звонить ему один раз в год.*

Однако, если родители супруга (супруги) богаты и успешны, эпилептоид может сделать для них исключение и при общении с ними будет одевать эпилептоидную маску, которая уже столько раз выручала его.

Его скупость, экономия каждого цента, требования строгого порядка в квартире, стремление к жестко регламентированному укладу жизни, соединенные с «защитой семьи» от соседей, школы и всего окружающего мира, населенного «негодяями», может создать иллюзию высоких навыков выживания.

Эту идею он высказывает при любом удобном случае, внушает ее семье, использует для демонстрации своего могущества, доказательства никчемности партнера и закрепления зависимости членов семьи от него. И, наконец, финальным аккордом является создание у партнера установки о том, что разрыв отношений неизбежно приведет партнера к гибели.

В семейной жизни эпилептоида важное место занимают «циклы жестокости». На стадии «нарастание напряжения» эпилептоид становится все более раздражительным, он цепляется по мелочам, изводит жену и детей придирками и оскорблениями. Все это сменяется стадией «взрыва», когда он устраивает жене безобразный скандал, извергает угрозы, распускает руки, бьет жену и детей.

Затем эпилептоид успокаивается, его внутреннее напряжение частично сброшено, и он готов идти на примирение. Наступает стадия раскаяния и очередного «медового месяца».

Часто к этому моменту женщина принимает решение уйти, или находиться вне дома, или бывает госпитализирована с тяжелыми побоями. Но

слова раскаяния кажутся ей столь убедительными, и ей так хочется в них верить, что она остается.

Однако на смену «медовому месяцу» скоро вновь приходит фаза нарастания напряжения, сменяемая взрывом, за которой следует фаза раскаяния, медовый месяц и т.д. и т.п.

У партнера эпилептоида часто формируется особый тип поведения, присущий женщинам, которых мужья периодически избивают и изводят скандалами. Они имеют резко заниженную самооценку, низкий уровень самопринятия, сексуальную зависимость от партнера, комплекс вины, основанный на убеждении, что именно их недостатки провоцируют очередной взрыв.

*После очередного избиения жена заявляет: «Я сама виновата, ведь я не выключила свет в гараже».*

Жены эпилептоидов, постоянно страдающие от побоев, тем не менее боятся разорвать отношения, зная мстительность своих партнеров. Кроме того, их заниженная самооценка говорит им о невозможности самостоятельного выживания даже, если женщина имеет хорошо оплачиваемую работу.

Из-за сломленной веры в себя их страшит статус одинокой женщины, которая не сможет защитить себя и детей в этом недружелюбном мире.

Их понятие нормы незаметно скользит, сдвигается, и женщины все больше принимают роль жертвы. Однако партнеры многих эпилептоидов разрывают с ними отношения, что проходит всегда крайне мучительно.

### **Женщина-эпилептоид в семье.**

Женский эпилептоидный характер поражает своей мрачностью. Леди Макбет, Бернарда Алба, Кабаниха - лишь великие драматурги способны описать бездны, таящиеся в их душах, их,

казалось бы, неженскую жестокость и вероломство.

Этим женщинам несвойственно сострадание и хотя бы какое-то сочувствие. Нанося удар, они всегда добивают жертву.

Для женщин-эпилептоидов также присущи «циклы жестокости», когда они устраивают беспричинные и безобразные скандалы, избивают детей, царапают лицо мужа, бьют его. После этого они несколько успокаиваются, изображают подобие раскаяния.

Однако скоро их внутреннее напряжение и гнев опять поднимаются до критической точки, происходит очередной взрыв и все повторяется по новому кругу.

Подобный характер раскрывается в полной мере, если рядом оказывается мягкий, покладистый муж, который не в состоянии дать отпор бесконечным нападкам своей жены.

*Невестка-эпилептоид возбуждает уголовное дело против свекрови, обвинив ее в сексуальном надругательстве над 8-летним внуком, которого бабушка воспитывала с пеленок. Во время следствия свекровь сажают в тюрьму, где она находится до суда в течении 3 месяцев. Сын, находящийся под полным контролем своей властной жены, не вступает за мать и безмолвствует, когда невестка настраивает ребенка дать показания против бабушки. Суд, обнаружив ложность показаний, оправдывает женщину, полностью раздавленную ситуацией.*

Людей других характеров поражает необычайная мстительность, казалось бы, чуждая женской натуре, когда женщина-эпилептоид никого не щадит, не жалеет и, осуществляя акт мести, наносит удар по самым близким людям.

Конфликтность женщины-эпилептоида, ее бесконечные нападки и беспричинные скандалы расшатывают здоровье ее партнера. В случае его болезни жена-эпилептоид не хочет ухаживать за своим ослабевшим мужем и часто старается поскорее избавиться от него.

*Мягкий, астеничный мужчина всю жизнь находился под пятой своей властной жены, изводившей его скандалами. В 50 лет получает инфаркт и попадает в госпиталь. Жена приносит ему какие-то таблетки, заставляет их выпить, после чего он умирает.*

## **Совместимость в браке.**

**Эпилептоид-эпилептоид.** Эта семейка чем-то напоминает двух пауков в банке. Постоянная борьба за власть, попытки превзойти друг друга по части интриги и манипуляции, бесконечные скандалы из-за ерунды и даже драки...

Достижение равновесия возможно, если один из супругов все-таки примет превосходство другого. Однако, оно нестабильно, потому что оба партнера легко сердятся, теряют контроль над собой, а также проходят через циклические изменения гневливости (см. «циклы жестокости»).

Цементом отношений является мощная, изощренная сексуальность, недружелюбное отношение к другим людям, любовь к деньгам и их накоплению. Ну и парочка! Лучше держаться от них подальше.

**Эпилептоид-циклотимик.** У этих двух типов людей слишком много различий. Отличается их отношение к человеческой личности: циклотимик ориентирован на поддержку, в то время как эпилептоид хочет унижить.

Циклотимик любит людей, любит гостей, его дом всегда открыт; эпилептоид даже не пустит в квартиру, потому что насорят, наследят, разрушат его строго регламентированный порядок



в доме, да и на каждого гостя пойдет хотя бы 10 копеек.

Циклотимик щедр и не дорожит деньгами, а эпилептоид удавится за копейку, он жаден и скуп, и накопление денег доставляет ему огромное удовлетворение.

Циклотимик болтлив, открыт и откровенен, он не может хранить захватывающую информацию; эпилептоид скрыт, немногословен, недоверчив, склонен к мизантропии.

Даже едят эти два типа по-разному. Циклотимик склонен к социализации пищевой потребности. Веселое застолье, хорошая кухня, общество друзей и смех хорошеньких женщин являются одним из высших наслаждений для циклотимика. А эпилептоид же любит есть один, ничем не нарушая торжественный процесс насыщения своей особы белками, жирами и углеводами.

Эпилептоид и циклотимик столь различны в своих системах ценностей, жизненной философии и привычках, что даже трудно представить возможность союза между ними. Однако широкая граница принятия человеческих странностей, интерес к самым различным типам поведения могут пробудить интерес циклотимика и к этому типу людей. Мощная сексуальная энергетика и сексуальная изощренность эпилептоида может толкнуть циклотимика на союз с ним.

Однако он не будет продолжительным, так как свободолюбивому циклотимику всегда будет тяжело ярмо ограничений, контроля и подавления, который наложит на него эпилептоид. Но клетка захлопнулась, и не так-то легко будет теперь из нее вырваться, особенно если у циклотимика водятся деньги или есть социальная значимость.

И пускается в ход талант манипуляции, и идет карнавал с переодеваниями, сменой масок, интригой, ставящей лишь одну цель – сохранить власть над беспечным и, может быть, ничего еще

не подозревающим циклотимиком. Ради этого можно и забеременеть, и поставить в безвыходную экономическую ситуацию, и стать другом его мамочки – хороши все средства, и сила в том, что эпилептоида не удерживают никакие соображения морального порядка.

Эпилептоид всегда заинтересован в использовании дефицитов и слабых сторон партнера. Поэтому он искусно обыгрывает спады настроения у циклотимика, стараясь внушить партнеру мысли о его психической неполноценности и необходимости союза с эпилептоидом.

Теперь циклотимику будет не так легко вырваться из этой паутины. И как ящерица жертвует хвостом для того, чтобы вырваться из рук преследователя, так и циклотимик теперь уже готов бросить все – деньги, дом, общественное положение, – лишь бы вновь обрести так неосмотрительно потерянную свободу.

**Эпилептоид-шизоид** (глава 3)

**Эпилептоид-астеник** (глава 4)

**Эпилептоид-истероид** (глава 5)

## **Супружеские измены.**

Эпилептоид склонен к изменам в первую очередь потому, что ему сложно удовлетворить свою сильную, разнузданную сексуальность. Кроме того, у него всегда присутствует стремление к экспериментированию в области сексуальных отношений.

Создание сексуальной зависимости у партнера – еще одна точка приложения его непомерного властолюбия. Он старается полностью подчинить любовницу своей воле, с наслаждением манипулирует ею, причем не балует ее вниманием и подарками.

Мощная сексуальность открывает перед ним возможность установления отношений с более

молодой партнершей. В этом случае он готов расщедриться и платить за молодость.

Так как он не прочь нарушить семейные обеты в любой момент, то он считает, что и остальные устроены по тем же чертежам. Поэтому он необычайно ревнив. Если жена задерживается на работе, то дома ей гарантирован скандал. Его подозрительность и ревность часто принимает характер сверхценной идеи.

### ***Роль родителя.***

Любовь к власти и желание доминировать настолько важны для эпилептоида, что они перекрывают все доводы сознания и голос социальных норм.

Желание подавлять распространяется и на ребенка, которого держат в «ежовых рукавицах». Чем более выражен отход от психологической нормы, тем страшнее гнев родителя-эпилептоида, тем более сильно и разрушительно его давление на ребенка.

Иногда судьба диалога зависит от характера ребенка. Если ребенок наследует характер родителя и может включить демонстрацию силы в свой тип поведения, то эпилептоид-родитель может принять этот диалог с позиции силы и считать ребенка равным себе.

Однако мягкий ребенок, который даже в отношении врагов не может пойти на агрессию и демонстрацию силы, тем более будет склонять голову перед фигурой родителя, которого он привык любить и бояться.

*Женщина 77 лет, властная, авторитарная, признает одну из своих дочерей, имеющую такой же характер. В то же время она помыкает другой дочерью, обладающей мягким и покладистым характером, постоянно унижает ее. Та отказывается от устройства личной жизни и всю себя*

*посвящает уходу за матерью, старшей сестрой, племянниками, подает, убирает и спокойно, как должное, принимает их уничижающие ремарки и заявления.*

Часто властный эпилептоид-родитель не может выдержать превосходства ребенка над собой. Нелепое и немислимое с точки зрения других характеров соперничество может продолжаться всю жизнь.

*Мальчик-вундеркинд 6 лет обыгрывает отца-эпилептоида в шахматы. Отец вне себя от гнева. Он запрещает ребенку играть в шахматы и всячески наказывает ребенка, когда тот втайне продолжает играть.*

Авторитарные родители психологически ломают детей, и долгие годы уходят на то, чтобы прийти в себя от травмы, полученной в детстве. Нередко ломается жизнь, парализуются потенциалы.

Подавление чувств и потребностей ребенка, вызванные диктатурой родителя, ведут к сильнейшей тревожности и соматизации (ребенок-астеник), уходу в себя (ребенок-шизоид), резкой оборонительной реакцией и чрезмерной независимости (ребенок-циклотимик).

Родитель-эпилептоид рассматривает ребенка как продолжение своей личности и свою собственность, ругая, наказывая его без особой причины, но в то же время яростно защищая его как свою собственность перед школой и соседями.

Эпилептоидный родитель не только отравляет жизнь своему ребенку. Патологическая модель семейных отношений, свидетелем которых является ребенок, приводит к неправильному принятию половой и семейной роли и ложится в основу неизбежных проблем и неудач его будущей семейной жизни.

## **Поведение в разводе.**

Ситуация развода приоткрывает завесу над истинным лицом человека: как он переносит умаление своей самооценки, как относится к жизненным потерям, способен ли он справиться с гневом и обидой и простить того, кто уходит.

Развод является стрессом, активирующим все мрачные черты эпилептоида и вызывает к жизни желание финансового уничтожения недавнего партнера, жажду мести, обострение моральных дефектов.

*Красивая, властная женщина имеет полный контроль над мужем и сыном, которых она поссорила с родственниками и друзьями. Около 12 лет изменяет мужу с его партнером по бизнесу, который постоянно бывает и живет у них в доме. Брак распадается лишь после того, как она решает выйти замуж за своего любовника, предварительно переписав все бизнесы на свое имя и переведя все деньги с общих счетов на подставных лиц. Ее муж, еще вчера преуспевающий бизнесмен, полностью разорен.*

Легко представить, что властный эпилептоид не может принять чей-либо выход из-под своей власти и часто начинает мстить. В США существует система защиты женщин, порвавших отношения с эпилептоидными мужьями и партнерами. Эта система включает ордер на защиту (protection order) и убежища (shelters), где женщина с детьми надежно спрятана от своего бывшего мужа или любовника, жаждущего мести.

Однако этих мер может быть недостаточно, и эпилептоид доводит свою идею мести до преступления и убийства. «Не мне, так никому».

*Доброжелательная, общительная женщина работает медсестрой в госпитале. Ее*

муж, обуреваемый идеей беспричинной ревности, изводит ее скандалами. После того как она принимает решение уйти, зверски убивает ее, нанеся многочисленные ножевые удары. Наносит и себе один удар. Вид ее тела настолько ужасен, что бригада врачей скорой помощи в госпитале, где она работала и куда была доставлена, отказывает ему в оказании медицинской помощи и переправляет его в другой госпиталь.

Месть при разводе может быть направлена не только на женщину, но и на собственных детей.

При разводе решается вопрос об опекунстве над мальчиком 7 лет. Отец, пользуясь своим правом видеть ребенка, уезжает с ним за город, где он ожидает решения суда. Узнав, что опекунство присуждено матери ребенка, обливает мальчика бензином и поджигает его. Ребенка чудом спасают, но он остается изуродованным на всю жизнь. Суд признает отца виновным и приговаривает к тюремному заключению.

Законодательство большинства стран при разводе стоит на стороне женщины. Если она обладает эпилептоидным характером, то она виртуозно использует законы для психологического и финансового уничтожения своего бывшего мужа, стараясь нанести чувствительные удары по его здоровью и общественному положению.

Женщина постоянно устраивала безобразные скандалы, которые и послужили причиной развода. После того, как муж подал на развод, она заявила: «Я тебя уничтожу». Она взяла ордер на защиту от ни в чем неповинного мужа, потом вызвала его на встречу и после его появления

немедленно позвонила в полицию. Ее мечта начала сбываться – он в наручниках и в тюрьме. Но это лишь начало мести. Она приписывает ему сексуальные надругательства над его собственными детьми, выдвигает самые грязные и порочащие его обвинения и не идет ни на какие соглашения.

Если же их жертва хочет тихо выскользнуть из их рук, эпилептоиды могут пойти на преступление.

Женщина с эпилептоидным характером была замужем за талантливым ученым. Прекрасно обеспеченная, жила в великолепном доме, не работала. Властная, жесткая, гневливая, следила за каждым движением мужа. Муж не решался затевать бракоразводный процесс, зная тяжелый и мстительный характер своей жены. Она случайно узнает, что у него куплены билеты для выезда в другую страну. Зверски убивает его, вовлекая в преступление своего брата.

## СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ

**Партнер по бизнесу.** Эпилептоид любит деньги и готов пойти на все для увеличения их количества. Он умело вкладывает деньги в недвижимость, например, дома, которые потом растут в цене.

Но ему трудно начать новое дело, потому что он тугодум и ему трудно создавать и разрабатывать новые, свежие идеи. Эпилептоид любит использовать других людей как ступеньки, ведущие к его благополучию и богатству. Поэтому для начала нового дела он часто привлекает циклитимика или интеллектуала-шизоида.

Велика вероятность того, что потом, когда дела пойдут хорошо, он их обманет, не просто обделив при разделе выручки, а ухитрится вышвырнуть их из бизнеса, не вернув при этом вложенного ими капитала. Он не испытывает ни малейшего зазрения совести и полностью оправдывает свои моральные дефекты.

Эпилептоид – самый ненадежный и опасный партнер по бизнесу. Лучше не начинать с ним дела, но если вы уже влипли в эту ситуацию, не расслабляйтесь ни на секунду, внимательно следите за каждым его движением, внимательно контролируйте перемещение денег в бизнесе. Помните, что паук плетет паутину и ждет подходящего момента для нанесения удара.

Но что бы вы не предпринимали, чтобы обезопасить себя, вероятность вашего проигрыша все равно велика.

История бизнеса изобилует ситуациями, когда эпилептоиды разоряли своих партнеров, доводили их до инфарктов и отправляли в тюрьмы.

**Столпы общества.** Здоровые представители этого характера, подчиняясь голосу социальных норм, часто занимают в обществе весьма достойное положение. Здесь супермены типа Джеймса Бонда, легко идущие на демонстрацию силы, жестко отстаивающие какую-либо социальную идею. Они подчиняются общественным нормам упоенно и с наслаждением.

Эти люди способны подавлять свои подсознательные импульсы. Легко переносят они любую фрустрацию (голод, жажду, сексуальное воздержание, неконтролируемые ситуации, невозможность излить свое властолюбие). Они способны годами ждать осуществления вожаемой цели. Мгновенно создают они образ врага (у них это место всегда вакантно) и последовательно направляют всю силу своей мощнейшей психики на его уничтожение.



Профессии политика, бизнесмена, блюстителя порядка, агента ФБР и ЦРУ, военного, спецназовца, борца с кокаиновыми баронами и мафией делают основные черты этого характера необычайно ценными.

Возможность вести диалог с позиции силы; готовность пойти на демонстрацию силы при любом противостоянии; активно-оборонительная реакция; умение манипулировать другими, плести сеть и вести интригу; быть при необходимости последовательным и безжалостным; умение держать удар в самых, казалось бы, безнадежных ситуациях; умение ждать, затаив свои желания, чтобы в нужный момент нанести сокрушительный удар, – все эти черты превращают здорового представителя эпилептоидного характера в незаменимого человека для ряда профессий.

Сюда же относится и нелюбимая всеми армия чиновников, негибких, требующих соблюдения правил и уставов, равнодушных к человеческой индивидуальности.

Но именно эти профессии составляют негнувшийся каркас современного общества, на который натянута все остальное. Именно эта жесткая структура определяет само существование современного общества. Уберите армию, полицию, бюрократический аппарат, политиков – и общество распадется, превратится в хаос, анархию и неразбериху.

Точно также в группе общественных животных, где существуют иерархия, ранги, борьба за достижение более высокого положения в стае, нужна железная воля вожака, его клыки и когти, чтобы сохранить саму структуру маленького сообщества.

**Властелин.** Клио, муза истории, с особым вниманием относилась именно к эпилептоидам. В первую очередь, она оставила в памяти народов изображение именно их малоприятных лиц. И чем более разнузданное наслаждение властью

проявляли они, чем больше удовольствия получали они от беззащитности и зависимости их жертв, тем более внимательна была к ним муза Клио.

По-видимому, образ зла обладает некой притягательной силой. Императоры, узурпаторы власти, разрушители храмов, интриганы и отравители, изощренные злодеи и инквизиторы – они разбивали сердца, отнимали надежду, наслаждались мучением жертв, их слабостью и их беспомощностью.

Мрачный, кровавый след в истории цивилизации оставили эпилептоиды, играющие роль властелина. Яростно рвутся они к власти над людьми, используя все средства, а достигнув ее, всюду видят врагов и предательства. Чем больше их власть, тем ужасней след, который они оставляют.

«Смесь аскетизма, суровой набожности и свирепости дополнялась... необузданной, крайне аморальной сексуальностью, – пишет Ключевский об Иване Грозном. – Жизнь царя проходила между алтарем и камерой пыток в обществе духовных лиц и исполнителей его бесчеловечных и жестоких приказаний. Часто он бывал и настоятелем монастыря, и палачом в одно и то же время. Он просыпается в полночь, и его день начинается молитвой. Часто, присутствуя на обедне, он давал распоряжения самые свирепые и самые жестокие. После обеда Царь вел набожные беседы со своими фаворитами или шел в камеру пыток, чтобы пытать одну из своих жертв».

Эпилептоидная психопатия Филиппа II привела к кровавым войнам и гибели тысяч людей. Явление инквизиции держалось на эпилептоидных психопатах.

Сталинизм выявил целую плеяду подобных патологий, дав в руки эпилептоидов, предавших смерти миллионы людей, неограниченную власть. Сам Сталин, его ближайшее окружение, например

Берия, были яркими представителями данного типа характера.

**Администратор-бюрократ.** Но не всем эпилептоидам жизнь дает столь желанное им высокое положение. Часто их желание властвовать не может быть реализовано. Они могут связать себя с категорией власти, лишь подчинив себя ей.

Тогда они с готовностью подчиняют себя власти других, проявляя при этом «талант повиновения». Однако изменение ситуации может реализовать их самое сокровенное желание, эпилептоидная маска из слащавости, угодливости и верноподданничества может быть сброшена, и перед зрителями обнажается их суть: никогда не утоляемая жажда властвовать.

Этой роли присущи исполнительность, повышенная аккуратность и любовь к порядку, отсутствие инициативы и гибкости, стремление подогнать многообразие жизни и людских индивидуальностей под жесткие стереотипы.

**Семейный деспот.** Это добропорядочный член общества охотно склоняет голову перед сильными мира сего, однако дома он жестко подавляет членов семьи, распоряжается не только их повседневной жизнью, но и судьбами. Примеры: Кабаниха (А.Н.Островский «Гроза»), Броуди (А.Кронин «Замок Броуди»), Бернарда Альба (Гарсия Лорка «Дом Бернарды Альбы»), Васса Железнова (М.Горький).

**Социопат.** Этим людям присуща особая форма расстройства поведения, «направленная на придание себе видимости общественной значимости. Среди социопатов много «людей в отставке», и, хотя они не имеют громких титулов, они старательно выставляют немногие незначительные знаки отличия («в моем возрасте», «ветеран», «член Общественного Совета» и т.п.)... Социопат обычно холоден и расчетлив. Невротик искренне страдает и не

может скрыть боли, которая пропитывает даже его наскоки на окружающих, а социопат преисполнен достоинства и чувствует себя на высоте; если он осуждает других, то его голос и мимика выражают благородное негодование и разоблачительный пафос, которыми он откровенно упивается. Если он жалуется на причиненные ему обиды, выступая как жертва несправедливости, то и здесь он прежде всего демонстрирует свое превосходство над обидчиками. Неврозы порождаются трудностями, социопат произрастает на почве общественных демократических институтов. Значительная часть социопатов характеризуется следующей триадой: они не обременены заботой о куске хлеба, располагают избытком свободного времени, а их культурный уровень крайне низок. У многих социопатов это сочетается с лживостью, изворотливостью.

Социопаты ухитряются извлекать пользу из своей дефицитности. Например, всех носителей степеней и званий они считают ловкачами и карьеристами, а сами рядятся в тогу принципиальных борцов, бескорыстно отстаивающих справедливость и истину, и даже украшаются свидетельством своей несостоятельности (отсутствие законченного образования) и принимают позу жертв несправедливости. Излюбленный прием социопатов – первыми выдвигать официальные жалобы и обвинения по адресу мнимых нарушителей и обидчиков. Сколь бы абсурдным и необоснованным ни был подобный выпад, честные люди вынуждены оправдываться... страдают окружающие, а социопат на этом страдании расцветает и совершенствует методы терроризирования окружающих. Административные и профсоюзные работники или устают от социопатов, или их опасаются, что не только поддерживает, но и поощряет эту категорию воинствующих дезорганизаторов общественных взаимоотношений» (4) .

**Великий скупец.** Но не только власть над людьми привлекательна для эпилептоидов. Ее прекрасным эквивалентом является власть денег. Деньги для них – это их могущество и сверхценная идея. Примеры: Гобсек, Скупой рыцарь, Плюшкин.

Охотно объединяются эпилептоиды для коллективного достижения власти. Примеры: различные правые группировки.

**Эпилептоид-преступник.** Преступления представителей этого характера отличаются изощренной жестокостью и всегда направлены против человеческой личности. Они наслаждаются мучениями и страданиями жертвы. Лишь демонстрация силы со стороны окружающих, страх наказания со стороны общества может как-то регулировать их поведение.

**Эпилептоид-иммигрант.** Эпилептоид не любит изменений и плохо к ним приспосабливается. Его адаптация в новой стране проходит мучительно как для него самого, так и для семьи, на которую он вымещает гнев за свои проигрыши и неудачи.

В новой стране нужно много работать, а он это не очень-то любит. Необходимо учить язык, а интеллект не высок.

Нужно быть гибким и стараться разобраться в марсианских правилах новой планеты. Но ригидное мышление и неверное тестирование реальности являются плохими помощниками при адаптации.

Нужно сесть за парту, принять роль ученика, начать осваивать пласты информации о новом обществе. А эпилептоиду гораздо проще назвать всех идиотами и отказаться принимать новые правила.

Он утешает себя воспоминаниями о прошлом социальном статусе, приписывая себе несуществующие заслуги и степени. Он не только отказывается поддерживать свою семью в первые

годы адаптации в новой стране, но и постоянно сбрасывает на близких свой гнев и недовольство новыми порядками.

А когда дети и жена уходят, не выдержав дополнительного давления, он винит в развале семьи эмиграцию и Америку.

В самой спокойной атмосфере эпилептоид проявляет моральные дефекты, которые сочетаются с легким использованием другого человека в своих целях. В условиях адаптационного стресса с личности эпилептоида нередко снимаются последние остатки моральных ограничений.

*Женщина 45 лет, имеет хорошую работу и свой дом. Жалобы на депрессию, тревогу, бессонницу, чувство отчаяния. Жила с любовником, который был старше ее на 10 лет, не работал, т.к. не мог удержаться на работе в силу своей конфликтности и неуживчивости. Во время фазы нарастания напряжения переставал помогать по дому, прекращал разговаривать, целыми днями смотрел телевизор. Взрыв выразался в виде беспричинных скандалов. В день получения субсидированного жилья ушел, предъявив ей материальные претензии.*

### **Отношение к старости.**

Эпилептоид боится старости, ведь она уносит здоровье и подрывает его власть над людьми. С возрастом его трепетное отношение к здоровью все усиливается, принимая характер тяжелой ипохондрии.

Он не доверяет своей семье и считает, что при первом удобном случае близкие отправят его в дом престарелых. Ему жалко оставлять своим детям деньги, которые он любовно копил всю жизнь.

В старости его мизантропство усиливается, и он признает, что его самые плохие предположения о природе человеческой сбылись.

Он все еще цепляется за свою власть в семье, и часто близкие, привыкшие к долгим годам повиновения, по-прежнему подчиняются ему.

Он все больше становится эгоцентричным. Страх смерти охватывает его и достигает размеров сверхценной идеи.

### **Отношение к эпилептоидам.**

Представители каждого типа характера живут в особом мире, созданном их системой ценностей. Циклотимики стремятся наслаждаться жизнью, истероиды заняты привлечением внимания к своей особе, шизоиды склонны к уходу в свой скрытый от нас причудливый внутренний мир, астеники страдают от соприкосновения с несовершенством мира и стараются внести в него добро и отблески гармонии.

Все заняты своими делами, каждый живет в своем маленьком мирке, и большинство людей не заинтересованы в демонстрации силы и борьбе за власть. Люди избегают ее из-за моральных ограничений, слабости нервной системы, страха перед силой и просто отсутствия интереса к подавлению других людей.

Но рано или поздно почти каждый из нас сталкивается с эпилептоидами лицом к лицу в ситуациях, когда нас хотят подавить, использовать в своей игре, превратить в ступеньку, ведущую к власти. Столкновение с эпилептоидами исключает нейтралитет.

Если представители других характеров, несмотря на всю несхожесть их внутренних миров, могут ужиться друг с другом и избегать открытых конфликтов, то общение с эпилептоидами всегда пахнет гарью и войной. Контакты с ними превращаются в сражения.

Но нам так не хочется мобилизовать себя для ненужной и неинтересной борьбы, и, чтобы избежать ее, мы применяем многочисленные виды психологической защиты.

**Отрицание** (см. стр.16). Люди с нарушенным тестированием реальности отказываются признать сам факт существования эпилептоидов. Могучее отрицание помогает им отвергать истину и тем самым разрушать ее, что создает возможность из ее обломков складывать новые причудливые мозаики и конструкции.

Осознание реальности противоречило бы их внутренней схеме, создало бы внутренний конфликт, привело бы к дискомфорту, потребовало бы решений и действий.

Подобные люди не хотят согласиться даже с тем фактом, что эпилептоиды, по-видимому, составляют около 13% популяции. Игнорирование реальности, невозможность понять истинные мотивации эпилептоидов приводят идеалистов к беспомощности при столкновении с людьми данного характера.

Чтобы сохранить свою мягкую, ничем не омраченную модель мира, они жертвуют точностью тестирования реальности, что увеличивает вероятность их жизненного проигрыша.

Разновидностью отрицания является восприятие эпилептоидов как людей психически больных. Моральный дефект сводится к психической аномалии. Люди, применяющие подобный прием, защищая свою модель «нормального мира», исключают из него «плохих людей», пытаются вынести эпилептоидов за границы психической нормы.

Действительно, иногда поведение эпилептоидов связано с психопатическим развитием. Иван Грозный, Иосиф Сталин, Ким Ир Сен, – все они психопаты и параноики, все они словно слеплены с одной матрицы, и лишь



политические декорации и способы ведения войны вносят разнообразие в восприятие их образов.

Но зло нельзя свести к психическим заболеваниям. Этот плод полон соков и жизни. И мы должны иметь мужество признать реальность существования эпилептоидов, их вменяемость и, следовательно, их ответственность за содеянное.

Люди, отказывающиеся признать истинные мотивации эпилептоидов, сталкиваются с трудной задачей объяснения их действий, избегая при этом нарушения своей модели мира. Им так хотелось бы объяснить поведение эпилептоида реакцией на внешние обстоятельства. «Наверно, у него была тяжелая жизнь...». Они отказываются видеть то, что поведение эпилептоида вплетено в полотно их личности, его характера.

Яго с наслаждением манипулирует окружающими и упоенно рвется к власти не потому, что в детстве его лишней раз шлепнули, а потому, что таков его характер, продиктованный генетикой.

Пытаясь свести поведение эпилептоида к реакции на внешние обстоятельства, оправдать его, мы сами надеваем на него маски, чтобы еще раз обмануться ими.

**Избегание** . Следующий шаг по направлению к точному восприятию эпилептоидов совершают люди, признающие существование эпилептоидов, но старающиеся избежать любых контактов с этой тяжеловесной и недружелюбной публикой. «Они существуют, но мы не хотим иметь с ними дело».

**«Давайте накормим зверя»**. Если простое избегание контактов не срабатывает, то включается следующая стратегия: **«Давайте накормим зверя»**. Многие люди при общении с эпилептоидами часто пытаются применить политику уступок. «Давайте отдадим ему еще и это, может быть, он успокоится». Они мечтают заключить соглашения, которые гарантировали бы им

безопасность. В своем желании смягчить зверя они готовы идти на любые уступки.

Но зверя нельзя накормить досыта. Он переварит принесенные ему жертвы и снова захочет есть.

**Отступление.** Но когда становится ясно, что политика уступок исчерпана, а на демонстрацию силы не хватает ни достоинства, ни пороха, или отсутствует желание заниматься борьбой, то начинается выход из ситуации, тотальное отступление. Бросается все: деньги, дома и машины, нажитое добро, принципы.

Остается только одна цель – спасти себя от разрушения. И отступает армия, бросая пушки и раненых, кляня бесталанных полководцев, ругая себя за слабость и сознавая ее. Кто из нас не проигрывал таких сражений?

**Я – жертва.** Но далеко не всем удастся ускользнуть. Привлеченный слабостью, мягкостью или деньгами потенциальной жертвы, эпилептоид ведет натиск, используя весь свой арсенал: талант манипуляции и интриги, умение надевать маски и использовать людские слабости.

В человеческой душе он хорошо знает те клавиши, удар по которым вызывает ощущение беспомощности, заставляет нас содрогнуться и, склонив голову, отдаться во власть эпилептоида.

Что удерживает battered women (женщин, которых постоянно избивают мужья) рядом с их мучителями? Заниженная самооценка; привычка к страданию, приобретенная в детстве; зависимость в близких связях; сексуальная зависимость; оправданный страх мести со стороны эпилептоида в случае разрыва отношений; отсутствие системы поддержки в лице друзей и родных, отношения с которыми были разорваны по инициативе мучителя, – вот те клавиши, по которым бьет рука талантливого музыканта.

Бьет до тех пор, пока не наступает кульминационный момент – нормы скользят,

сдвигаются, и в какой-то момент патология становится привычной обыденностью. Патология становится нормой, жертва успокаивается, и уже ничто не тревожит ни ее покоя, ни покоя ее мучителя.

Лишь раннее старение, разрушенное здоровье, дети-невротики становятся столь неочевидной платой за покорность.

**Идентификация с агрессором.** Столкновение с грубой силой, невозможность постоять за себя может привести к грубой деформации нашего поведения, травля и боль от столкновения – к неожиданным результатам: мы начинаем уважать грубую силу, оправдывать ее и, что самое страшное, подражать ей.

Вначале мы проецируем мир нашего мучителя на окружающую действительность, приписывая ей черты нашего обидчика. Мы создаем как бы новую реальность.

Следующий шаг заключается в изменении нашего отношения к этому жестокому миру, который отныне заслуживает того, чтобы с ним общались так же жестко.

И, наконец, нам хочется быть такими же сильными, как наш вчерашний обидчик, и обижать других точно так же, как он обижал нас. Происходит идентификация с агрессором. Столкновение с агрессией превращается в урок жестокости, в урок обучения агрессивному поведению.

Сцены жестокости по телевидению, столкновение подростка с криминогенными сверстниками, жестокость тоталитарного режима и концентрационных лагерей может трансформироваться в желание подражать агрессору.

Обиженный ребенок расстреливает куклу; избитый вчера подросток сегодня с удовольствием бьет сверстника; люди, живущие в тоталитарном режиме, по собственной инициативе впадают в

действие репрессивного аппарата по отношению к друзьям и близким; в концентрационном лагере, когда бежит один из заключенных, остальные зовут охранника.

Как важно при столкновении с грубой силой сохранить свой внутренний мир, не включаться в эстафету зла, не озлобиться, сохранить уровень морального развития, не зависящий от поведения окружающих нас людей.

**Демонстрация силы.** Но постепенно у нас выкристаллизовывается адекватная реакция на эпилептоидов. Вначале мы признаем их существование и тот факт, что каждый десятый в толпе, идущей нам навстречу, хочет нас использовать, подчинить и приобрести власть над нами.

У нас пропадает желание все время сдавать позиции, и мы понимаем, что пора побороться за сохранение достоинства и начать демонстрировать силу, вести диалог с позиции силы. Мы уже знаем, что у нас нет выбора, ведь наше желание пойти на компромисс эти люди воспримут, как демонстрацию слабости. Отныне мы понимаем, что нужно на силу отвечать силой, и не потому, что нам это нравится, а потому, что с каждым нужно говорить на понятном ему языке.

Но какая пропасть между установкой и ее реализацией в поведении! Многим людям так трудно выдать из себя эту демонстрацию силы, в то время как подсознание оказывает огромное сопротивление.

В социальной группе каждый стоит на своей ступеньке и имеет определенный ранг. Демонстрация силы закрепляет уже существующую в группе иерархию и используется для удержания ранга, что хорошо прослеживается в семье, в офисе, в группе детей и подростков.

Общаясь с нами, эпилептоид всегда хочет понизить наш ранг и даже согнать нас вниз иерархической лестницы. Чтобы сохранить нашу

позицию на работе, в семье, в группе мы вынуждены идти на демонстрацию силы по отношению к эпилептоиду.

## ГЛАВА 3

# ШИЗОИДНЫЙ ХАРАКТЕР

*Ад – это другие  
Ж-П. Сартр*

*... Вместо шапки на  
ходу  
Он надел сковороду...  
Вот какой рассеянный  
С улицы Бассейной.  
С. Маршак*

Огромен вклад представителей данного типа характера в развитие человеческой культуры. Многие великие научные открытия, блестящие философские теории, шедевры литературы и искусства, мир научных идей, создание которых перемешало политические карты (атомная бомба и оружие массового уничтожения) и изменило в корне повседневную жизнь людей (высокие технологии, компьютер, интернет, новые виды коммуникаций), – все это создано в основном представителями шизоидного характера.

Данный тип характера наиболее труден для понимания. Термин «шизос» означает «расщепляю». Шизоидам присуще расщепление мира: на внешний, реальный и на их внутренний, скрытый от чужого взора.

Название «шизоид» ввел Кречмер. Он говорил о подобии многих шизоидов «лишенным украшений римским виллам, ставни которых закрыты от яркого солнца, но в сумерках которых справляются роскошные пиры» (3). Другие исследователи называли их «странные и чудаки», «патологически замкнутые».

Внутренний мир шизоида может быть так необычен, так значителен, что действительность

блекнет рядом с этими слепящими потоками света. В рассказе Картасара «Ночью на спине лицом вверх» герой существует одновременно как-бы в двух измерениях, ничем не соприкасающихся и не связанных. Каждый из них настолько ярок и значим, что трудно понять, что же является реальностью.

## **ДЕТСТВО**

Шизоидные черты выявляются в более раннем возрасте, чем особенности характеров всех других типов.

На первый взгляд, это самый удобный ребенок. Он не шалит, не болеет, не требует внимания. Замкнутый, молчаливый, неэмоциональный, он, казалось бы, не создает для взрослых никаких проблем.

### **Самооценка .**

Легко угадывается высокая самооценка ребенка, построенная на силе его нервной системы, высоком интеллекте, получающим одобрение и восхищение старших. Впрочем, он мало чувствителен к их мнению и, похоже, часто его не замечает.

### **Общение .**

С первых детских лет поражает ребенок, который любит играть один и не тянется к сверстникам. Он может наблюдать игры других детей, но не делать при этом попыток в них участвовать. Более комфортно шизоидный ребенок чувствует себя среди взрослых, иногда подолгу слушая их беседы.

Проблемы общения связаны как с отсутствием интереса ребенка к жизни окружающих его людей, так и с резким снижением у него эмпатии, способности к сопереживанию.

Часто у него открыт лишь интеллектуальный канал общения. Для циклотимика общение является

тусовкой, необходимой для наслаждения жизнью. Для эпилептоидного ребенка мир людей – это ринг, где он ищет точки приложения своего властолюбия. Для маленького шизоида общение – это обмен интеллектуальной информацией, своеобразное подобие научной конференции.

Одной из причин одиночества среди сверстников является его интеллектуальное превосходство над «глупыми детьми».

Трудность установления контактов со сверстниками заметна для самого ребенка. Проблема общения часто приводит к тому, что ребенок не любит гулять. Даже если родители силой выпроваживают его из квартиры, чтобы он в течение часа подышал воздухом, весь этот час ребенок будет стоять в подъезде, терпеливо ожидая, когда закончатся его мучения.

### **Эмоции .**

Особенностью эмоциональной жизни шизоидного ребенка является отсутствие обратной связи. Он удивительно неэмоционален, и мы никогда не знаем, плохо ли ему или хорошо. Он не высказывает ни радости, ни печали, ни гнева.

Трудно понять, как он относится к другим людям. При общении с ним окружающим сложно уловить последствия своего воздействия на ребенка.

Родители таких детей часто страдают от их холодности, если у них только не такой же тип характера. Ребенок-шизоид не склонен целовать и обнимать мать. Если мать берет его на колени и начинает ласкать, ему это неприятно и он просит, чтобы его отпустили.

Эмоциональная жизнь такого ребенка похожа на огромное озеро, гладкая поверхность которого ни отражает ни неба, ни берегов, в то время как его глубины полны тайн.

### **Концентрация внимания .**



Маленький шизоид обладает фантастической способностью к концентрации внимания и превосходит в этом остальных детей. Занявшись любимым делом, он способен полностью отключаться от действительности и растворяться в лишь одному ему понятной реальности. Он может один часами читать, играть, что-то мастерить.

Если для маленького циклотимика проблемой является временное отключение от реальности с концентрацией на каком-либо занятии, то для шизоида проблемой является включение в реальность. Он может не слышать, что его зовут, он не замечает, что к нему обращаются.

Можно вынести всю мебель из квартиры, люди вокруг него могут ссориться или смеяться – он не заметит ничего. Ведь тот мир, где он сейчас находится, так ярок и неповторим.

### **Обучение.**

Ребенок-шизоид рано проявляет интеллектуальные интересы, часто к трем годам бегло читает и удивляет окружающих своими глубокомысленными и нетривиальными высказываниями. Он проявляет неподдельный интерес ко многим сторонам жизни, но не к сфере человеческих взаимоотношений.

Привлеченные необычными яркими проявлениями его интеллекта, упоенные его выдающимися успехами в математике, шахматах, компьютере, изучении иностранных языков, музыке, родители легко делают основную ошибку при воспитании детей-шизоидов, а именно – все силы ребенка и все родительское внимание бросаются на развитие интеллекта.

Подобная фокусировка дает быстрые результаты: ребенок побеждает на математических олимпиадах, обыгрывает взрослых на шахматных соревнованиях, обсуждает с гостями планы NASA, ближневосточный кризис и использование солнечной энергии. Он – настоящая ходячая

энциклопедия. Он, казалось бы, знает все, кроме одного – языка человеческих отношений.

## **Нонконформизм.**

Ребенок-циклотимик является нонконформистом в силу своего свободолюбия и независимости. Малыш-шизоид сопротивляется социальным правилам и нормам потому, что он их не понимает. При всем своем интеллекте он не может разобраться в простейшей социальной игре.

У него нет ни эмпатии, ни интуиции. Если циклотимик прекрасно угадывает ноты, по которым разыгрываются незамысловатые социальные игры, то шизоидный ребенок не в состоянии их понять.

Когда же взрослые силой пытаются вовлечь его в свои странные игры, в нем возникает растерянность, гнев и усиленное желание как можно скорее оказаться вновь в спасительной пустоте его комнаты.

## **Здоровье.**

У детей с шизоидным характером, как правило, прекрасное здоровье. Они с удовольствием занимаются закаливанием, гимнастикой, избегая при этом коллективных видов спорта.

## **Роли** (см стр 20).

Из всех ролей, которые нужно освоить в раннем возрасте, шизоидный ребенок самостоятельно берет лишь роль **Лауреата Нобелевской Премии** и блестяще ее выполняет. Родители уже видят заседание Нобелевского Комитета, рассматривающего кандидатуру их питомца.

Без особого сопротивления малыш-шизоид осваивает роль **Колумба** и вместе со взрослыми с удовольствием участвует в исследовании окружающего мира и путешествиях.

Однако с остальными ролями у ребенка полный провал. Необходим прямо-таки

титанический труд родителей, чтобы помочь ребенку как-то компенсировать его полную бытовую беспомощность, научить ребенка самостоятельно себя обслуживать, привить ему драгоценные навыки выживания в стрессовых ситуациях (роль **Робинзона Крузо**).

В течении всей жизни шизоид должен учиться недоступному для него языку человеческого общения и осваивать роль **Коммуникатора**. И чем раньше будут начаты попытки заложить в его психику столь чуждую ему психологическую программу, тем больше надежд на успех.

Родители буквально должны дрессировать ребенка на освоение роли **Отличный семьянин**. Отсутствие у маленького шизоида сопереживания, его холодность, неумение выразить свои чувства, отсутствие потребности заботиться о других людях препятствует установлению его нормальных отношений с семьей и могут явиться основой для его будущего одиночества.

Шизоидный ребенок не может постоять за себя, он не способен как-то управлять и манипулировать окружающими. Роль **Босса** явно ему не подходит, она чужда и непонятна ему. Беспомощность в нахождении места среди людей может привести к его будущим проигрышам в занятии достойного ранга на иерархической лестнице.

## **Детский сад.**

Если маленький циклотимик с радостью идет в детсад, удовлетворяя столь важную для него потребность в общении, то для шизоида детский сад - это мука, страдание, не ясно за какие грехи.

Все наполнено непонятными ему требованиями со стороны воспитателей, дети досаждают ему своими глупостями и шумом. Ему неинтересны шалости циклотимического ребенка также как и борьба за власть, которую ведет малыш-

эпилептоид. Слезы астеника вызывают его недоумение, аффекты истероида пугают его. Иногда это становится настолько невыносимым, что он просто убегает из детсада.

Хорошо бы не отдавать маленького шизоида в детский сад, а держать его дома с интеллигентной бабушкой. Она бы вела с ним умные разговоры, объясняла поведение двуногих, и водила на детские тусовки два раза в неделю.

Крайне осторожно нужно проводить социализацию такого ребенка, стараясь не сломать его.

### **Школа.**

Но вот начинаются школьные годы. Выраженный интеллект, крепкая соматика, сильный тип нервной системы, хорошая переносимость различных нагрузок, сильная психологическая защита, казалось бы, создают отличный фундамент для его успешной адаптации в школе.

Однако нестандартность ребенка, его своеобразные интересы, сниженная эмпатия, отгороженность от мира и, главное, неумение общаться часто приводят к конфликтам со сверстниками, могут низводить шизоидного ребенка до положения изгоя и «гадкого утенка».

С преподавателями конфликты возникают значительно реже, т.к. ребенок хорошо учится и сторонится шалостей, драк, возни на переменах.

### **Отношение к шизоидным детям**

**\*Вести с ребенком «умные» разговоры.** Помнить, что шизоидный малыш может удовлетворить свою потребность в интеллектуальном общении только со взрослыми, т.к. его интеллектуальное превосходство может явиться одной из причин непринятия со стороны сверстников.

**\*Стараться избегать однобокого развития.** В первую очередь уделять внимание не развитию

интеллекта, а привитию навыков общения. Ведь этот ребенок – кандидат на роль «гадкого утенка», и система родительского воспитания должна помочь его адаптации в группе.

**\*Рассказывать ребенку о различных сторонах взаимоотношений людей,** тем более что у него открыт лишь вербальный канал приема информации.

**\*Постоянно проводить с ребенком коммуникативный тренинг,** приглашать гостей, ходить с ребенком в гости, втягивать его в обсуждение «взрослых» проблем и т.д.

**\*Сознавать опасность насильственной социализации.** Часто родители надеются, что языку общения можно легко обучить, также как иностранному языку, применяя «методику погружения». Согласно этому подходу для развития навыков общения достаточно поместить ребенка в условия, где он волей-неволей будет вынужден устанавливать множество социальных контактов.

Однако насильственная социализация таких детей – отправление их в лагеря, привлечение их к общественной работе, – могут не дать хороших результатов, а скорее будут способствовать невротизации ребенка, вызывать у него чувство одиночества и обиды на родителей.

**\*Оказывать помощь в подборе круга общения.** Родители должны включиться в медленную и терпеливую работу по привитию навыков общения.

Особенно важно проводить эту работу в дошкольном и младшем школьном возрасте. Ведь авторитет родителей еще не поколеблен реакцией эмансипации, а психика ребенка еще свободна от невротических налетов, которые он может получить в результате постоянного неприятия со стороны сверстников.

## ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

Пожалуй, самым тяжелым периодом жизни для шизоидов является подростковый возраст.

### **Самооценка.**

Отношение подростка-шизоида к себе чрезвычайно неоднозначно. С одной стороны, самооценка подкрепляется интеллектуальным превосходством над сверстниками. Однако постоянное отторжение с их стороны, понимание своих дефицитов и слабостей в плане установления отношений с окружающим миром резко занижает самооценку.

Она постоянно меняется, поднимаясь до мании величия и стремительно падая вниз до ощущения полного самоуничтожения и никчемности.

### **Реакция эмансипации.**

Реакция эмансипации почти не проявляется при благожелательном отношении к ребенку, на фоне спокойной семейной атмосферы. Подросток вроде бы не замечает всех перипетий семейной жизни.

На самом деле в недоступных для нас пространствах его души находится чувствительный барометр, фиксирующий характер семейных отношений. Конфликты, разлад и развод родителей подобны атомной бомбе, взорванной на глубине океана, когда до постороннего наблюдателя доходят еле уловимые толчки, в то время как внутренняя структура ребенка претерпевает сильнейшие разрушения.

В благополучных семьях подросток подчиняется установленному порядку жизни. Однако нарушение его частной жизни, попытка вторгнуться в его внутренний мир могут вызвать яростный протест подростка-шизоида.

Например, он может не позволять родителям входить в свою комнату без стука, трогать его вещи, не только контролировать его школьную

жизнь и учебу, но даже осведомляться о ней.

## **Общение .**

Общение со сверстниками перерастает в огромную проблему, которая, по-видимому, уже никогда не будет решена в соответствии с общепринятыми стандартами. Одиночество становится верным спутником шизоидного подростка.

Иногда общение происходит в узком кругу таких же необычных существ или принимает форму вынужденных, поверхностных контактов, скучных и досадных для подростка.

Это может быть и полная изоляция от группы сверстников, необычная одежда, обувь, шляпа, насмешка в отношении всего, чем живут его одноклассники.

Если повезет, то рядом окажется подросток-циклотимик, общительный и доброжелательный. Привлеченный ярким интеллектом шизоида, втянет его в сверкающую вереницу своих походов, как бы легализуя нестандартность шизоида, и волчья стая, слегка поворчав, примет этого парня. Однако его «неконформность не позволяет ни слиться с группой, ни подчиниться ей» (2).

Замкнутость шизоида, его отгороженность от сверстников бросается в глаза. Часто одиночество даже не тяготит подростка-шизоида. Он «живет в своем мире со своими необычными для других интересами и увлечениями, относясь со снисходительным пренебрежением или явной неприязнью ко всему, что наполняет жизнь других подростков...

Неудачные попытки завязать приятельские отношения, мимозоподобная чувствительность в моменты их поиска, быстрая истощаемость в контакте, «не знаю, о чем говорить», нередко побуждает к еще большему уходу в себя» (2).

## **Уход в мир фантазий.**

Прекрасное описание проблем шизоидного ребенка дает Набоков в «Защите Лужина». Помимо холодности, отгороженности от окружающих для Лужина характерна еще одна существенная черта данного психотипа – уход в мир фантазий, который является своеобразным механизмом психологической защиты.

То, чего человек не находит в окружающей жизни, он может найти в своих мечтах, в причудливом мире своих фантазий. Там он удовлетворяет свои жизненные потребности в том случае, если окружающая жизнь их подавляет.

В своих фантазиях циклотимик реализует потребность в поиске. Эпилептоид удовлетворяет потребность во власти, истероид срывает аплодисменты, астеник находит понимание и поддержку. Но наиболее ярко способность к фантазированию выражена у шизоида.

Он всегда отгорожен от людей. В реальности ему трудно найти друзей, любимых, и каждый раз, когда он терпит фиаско, он ускользает в спасительный для него мир фантазий. В ответ на любое поражение в действительном мире он уходит, как улитка в раковину, в мир своих мечтаний.

Внутренние пространства шизоидного ребенка необычны, хрупки и словно сделаны из холодного хрусталя. В случае непринятия индивидуальности ребенка со стороны родителей, оказания на него грубого давления этот мир может дать трещину и даже разлететься на осколки, «когда сохранившиеся обломки психической активности лежат среди развалин отупевшей души». Прекрасной, но грустной иллюстрацией является фильм «Shine».

## **Увлечения.**

Все большую значимость приобретает внутренний мир с его уникальными схемами и необычной архитектурой. Выплесками,



протуберанцами из этого мира являются увлечения шизоида. Они являются самой яркой поведенческой реакцией, всегда необычны, сильны. Раз возникнув, они часто сохраняются на всю жизнь.

В первую очередь – это интеллектуально-эстетические хобби. Читать шизоид начинает очень рано, он самый частый гость в местных библиотеках, книги поглощает запоем.

Большое количество времени уделяется компьютеру, виртуальному пространству, где шизоид чувствуют себя уютно и спокойно. Среди огромного массива информации он, наконец, выбирает то, что резонирует с его необычным внутренним миром.

Часто шизоидный подросток скрывает свои увлечения, отражающие всю изощренность его интеллектуальных процессов.

Мир музыки, звуков может образовать то спасительное пространство, куда уходит шизоидный ребенок, где он находит долгожданную гармонию, где нет ненужных контактов с людьми, вызывающих зевоту и досаду, отнимающих драгоценное время. Точно так же он может уходить в мир образов, красок, линий.

Среди детей-вундеркиндов, художников и музыкантов, высок процент шизоидов.

## **Спорт.**

Прекрасное здоровье, отличная переносимость нагрузок открывают шизоиду дорогу в спорт. Однако хорошо даются ему лишь одиночные виды спорта, исключая кооперацию и работу в команде.

Шизоид всегда избегает коллективных видов спорта, отдавая предпочтение одиночным его видам (одиночные туристические походы, одиночные многочасовые велосипедные прогулки, одиночные кругосветные путешествия, одиночный альпинизм, занятия в зале). С удовольствием он

занимается йогой, медитацией, необычными оздоровительными системами.

## **Сексуальное влечение.**

В сексуальном чувстве проявляется все своеобразие натуры шизоида. Не понимая объект своего чувства, не улавливая особенности внутреннего мира другого человека, шизоиды склонны наделять его несуществующими чертами.

Часто отправным моментом для подобной идеализации служит некий символ. Предположим, что символом женственности являются распущенные волосы. Шизоиду достаточно этой одной детали, все остальное он достроит сам.

Богатства его внутреннего мира хватит на двоих, и совершенно не важно, что же на самом деле представляет из себя его избранница. Подобная шизоидная идеализация заманивает шизоида в ловушку. Подчас живя с женщиной, которая не любит, не понимает его, которая ему неверна, он все равно счастлив. Потому что он видит не ее, а воплощение какой-то идеи, оторванной от реальности.

Однако многие шизоиды не могут допустить ситуации, в которой любовь, как им кажется, поработит их, посягнет на их индивидуальность. По этой причине С. Кьеркегор покинул Регину – свою невесту накануне свадьбы, а герой Набокова воскликнул: «Поцелуй – начало охлаждения».

## **Отношение к деньгам.**

Шизоидный подросток часто не знает, что делать с деньгами, и его нужно специально учить с ними обращаться. Однако в какой-то момент он понимает, что деньги могут помочь ему занять более уважаемое положение среди сверстников. Одежда, машина, билеты на концерты – все это важно для поддержания ранга в группе. Осознание этого незамысловатого факта часто резко меняет

отношение к деньгам, шизоид становится бережливым и даже скупым.

К тому же его хобби также требуют денег, да и появившаяся неуверенность в будущем хорошо компенсируется банковским счетом.

### **Структурирование .**

Время и упорядочивание пространства являются атрибутами реальности, с которой шизоидный подросток не в ладах.

Времени он не замечает, плохо его планирует, часто опаздывает. В быту он беспомощен, вокруг него всегда беспорядок, который он воспринимает как символ свободы и выражение своего права на частную жизнь.

### **Отношение к животным .**

При всей своей холодности шизоидный подросток может необычайно привязаться к собаке или коту и, к удивлению семьи, неизбалованной его вниманием, трогательно о них заботиться.

### **Вредные привычки .**

Алкоголизация для шизоидного подростка не типична, однако алкоголь может употребляться как коммуникативный допинг.

Наркотики привлекают шизоида, так как резко увеличивают фантазии и облегчают отрыв от реальности.

Определенную опасность представляет вероятность отклонений сексуального поведения. Шизоидный подросток в силу сложностей отношений со сверстниками часто не может реализовать формирующееся эротическое и сексуальное либидо в своей возрастной группе и способен направлять его на патологические объекты.

### **Выбор профессии .**

Для шизоидного подростка подходят виды деятельности, не предполагающие интенсивного общения, но реализующие его выдающийся

интеллектуальный потенциал. Он словно создан Всевышним для того, чтобы продвигать развитие цивилизации вперед.

Но вот позади детство и юность. Гадкий утенок вырос. И вчерашний нелепый подросток, которого все избегали и над которым посмеивались, оказывается в лучших университетах страны.

### **Колледж.**

Самые блестящие студенты – это, как правило, шизоиды или люди, имеющие в характере шизоидную составляющую. Однако по-прежнему шизоида преследуют проблемы общения, общая неприспособленность к жизни, бытовая беспомощность. Периодически он старается заглушить свои так трудно решаемые проблемы алкоголем, экспериментированием с наркотиками, сексом.

Важной особенностью этого периода жизни является его плохая приспособляемость к жизни в общежитии. Многие шизоиды предпочитают не покидать родительского дома на время учебы.

## **ВЗРОСЛЫЕ**

Перед нами сложившийся характер, личность, полная противоречий, недоступная во многом нашему пониманию, не пускающая нас в хрустальные пространства своей души, своеобразная «вещь в себе».

### **Самооценка.**

Для шизоида присуще неоднозначное отношение к себе. Сознание своего высокого интеллектуального потенциала наполняет его гордостью, чувством превосходства и подчас легким презрением к окружающим.

Однако трудности в понимании людей и тех социальных игр, в которых участвуют окружающие, вынужденное одиночество наносят

сильнейший удар по самооценке. В результате ощущение собственной значимости скользит, перемещается по невидимой шкале, изменяясь от ощущения величия до полного самоуничтожения.

## **Общение .**

Для шизоида присущ недостаток интуиции, эмпатии. Он не может проникнуть в состояние других людей, ему трудно угадать, что творится с окружающими. В самых простейших, банальных ситуациях он не знает, как себя вести.

Даже если человек относится к нему с неприязнью и открыто высказывает это своим поведением, шизоид не может понять ситуации. Совершенно беспомощен он перед тайным недоброжелательством, перед интригой. С другой стороны, если к нему относятся доброжелательно, с любовью, подобное отношение уловить он тоже не в состоянии.

Его интуиция резко снижена, и он не может усваивать невербальную информацию. Однако для него значимо слово, вербальная информация, в силу чего шизоид может сказать: «Я никогда не знаю, как ко мне относятся до тех пор, пока об этом мне прямо не скажут».

Непонимание окружающих людей, неумение угадать желания других, почувствовать неприязненное к себе отношение или, наоборот, симпатию, уловить тот момент, когда надо выслушать, посочувствовать, делают искусство общения для шизоида своеобразной китайской грамотой, которую он не может постигнуть в течение всей жизни. Ганнушкин говорил, что у шизоидов отсутствует «непосредственное чутье действительности».

Именно его низкая эмпатия вызывает так называемую «холодность». «Их поступки могут казаться жестокими, но они связаны с неумением «вчувствоваться» в страдания других, а не с

желанием получить садистическое наслаждение, как у эпилептоидов» (2) .

Сложность отношений с другими людьми связана с аутизмом шизоидов, с тем, что «они уходят в самих себя, стремятся избежать всяких внешних раздражений, заглушить их, закрывают окна своего дома, чтобы в нежном, тихом полумраке внутреннего «я» вести фантастическую, бездеятельную, но полную мыслей жизнь в грезах. Они ищут, как красиво о себе сказал Стриндберг, одиночества, чтобы закутаться в шелк своей собственной души» (3) .

Человек этого характера может активно избегать общения, обрекая себя на жизнь отшельника, и вовсе не тяготиться своим одиночеством. Он может быть избирательно общителен, как-то раскрываясь в узком референтном кругу и игнорируя существование остального мира. Он может быть поверхностно общителен, мечтая лишь о том, чтобы его поскорее оставили в покое.

«Необщительность шизоидов имеет многочисленные оттенки; большей частью она характеризуется ясным налетом неудовольствия, даже враждебности, защитного или наступательного характера. Эта антипатия к общению с людьми варьирует от нежной тревоги, робости и застенчивости через иронический холод, угрюмую причудливую тупость до резкого, грубого, активного человеконенавистничества... переливается всеми цветами радуги между застенчивостью, иронией, угрюмостью и жестокостью» (3) .

Понятно, что обычные люди, попав в эту сложную систему, ведут себя, с точки зрения шизоида, достаточно нелепо, что лишь усиливает его раздражение и желание остаться одному.

Точно так же окружающим крайне нелегко приспособиться к его сложному поведению, сотканному из самых, казалось, несовместимых и

противоречивых черт: «холодности и утонченной чувствительности, упрямства и податливости, настороженности и легковерия, апатичной бездеятельности и напористой целеустремленности, необщительности и неожиданной назойливости, застенчивости и бестактности, чрезмерных привязанностей и немотивированных антипатий, рациональных рассуждений и нелогичных поступков, богатства внутреннего мира и бесцветности его внешних проявлений». (2)

Шизоиду трудно проникнуть в душевный мир других людей и быть понятым ими. В свою очередь окружающим чрезвычайно сложно отгадать внутренний мир шизоида, хотя бы в какой-то степени отследить его настроения и мотивации.

«Внутренний мир шизоида почти всегда закрыт для посторонних глаз. Лишь изредка и перед немногими избранными занавес внезапно приподнимается, но никогда не до конца, и столь же внезапно может вновь упасть. Шизоид скорее раскрывается перед людьми малознакомыми, даже случайными, но чем-то импонирующими его прихотливому выбору. Но он может навсегда оставаться скрытой, непонятной вещью в себе для близких или тех, кто знает его много лет» (2).

Недоступность внутреннего мира шизоида и скрытность всего хода его переживаний приводят к тому, что многие из его поступков неожиданны и непонятны для окружающих.

Шизоид угадывает свою несостоятельность в контактах с другими людьми, что в свою очередь еще больше усиливает его замкнутость, отгороженность от окружающего мира. Людское общество становится тягостно для него.

*По тем дорогам, где ходят люди,  
В часы раздумий ты не ходи.  
Весь воздух выпьют людские груди,  
Проснется ужас в твоей груди.*

*(Ф. Сологуб)*

Достоевский постоянно подчеркивает замкнутость Раскольникова. Разумихин говорит о нем: «Чувств своих не любит высказывать и скорее жестокость сделает, чем словами выразит сердце». Характерное высказывание мы находим у Сартра: «Ад – это другие».

Если для циклотимика возможность общения составляет смысл жизни, а одиночная камера является самым страшным наказанием, то для шизоида необходимость общения тягостна и часто непосильна.

Как ценит циклотимик роскошь человеческого общения! Она скрашивает его жизнь даже в самые тяжелые минуты и лишь депрессия может отнять у него вкус и радость общения с другим человеческим существом. У шизоида человеческое общение часто вызывает досаду и раздражение. Окружающие для него – хронофаги, пожиратели времени, драгоценного времени, которое можно направить на познание истины.

Циклотимик всегда открыт, шизоид стремится покрепче закрыть дверь от непрошенных гостей. Циклотимик всегда поддержит нас, а шизоид даже не заметит наших слез, и иногда кажется, что от него можно дожидаться лишь проникновенной эпитафии.

Циклотимик направляет свою неистощимую энергию на освоение реально существующего мира. Шизоид совершает головокружительные прорывы в пространствах, созданных человеческим интеллектом.

Если циклотимик настроен на окружающий мир, он резонирует с окружающей жизнью, то шизоид прислушивается к мелодии, слышной лишь ему одному, и струны его души вздрагивают от невидимых никому прикосновений.

## ***Тестирование реальности.***

Восприятие реальности крайне неточно, т.к. ее рассмотрение всегда происходит через призму



внутреннего мира, значительно более яркого и значимого. «О том, что происходит кругом них, о ситуации, в которой они находятся, шизоиды обыкновенно имеют чрезвычайно субъективное и неточное представление. Окружающий мир как будто отражается для них в кривом зеркале: все отдельные его части шизоид видит отчетливо, но отношения и пропорции между этими частями в его представлении почти всегда искажены (1)».

Шизоиду трудно приспособиться к реальности потому, что он имеет смутное представление о ней. Удельный вес его внутренних схем всегда перетягивает в момент тестирования реальности.

«Сквозь очки своих схем шизоид, обыкновенно, и смотрит на действительность. Последняя скорее доставляет ему иллюстрации для уже готовых выводов, чем материал для их построения. То, что не соответствует его представлениям о ней, он вообще обыкновенно игнорирует. Несогласие с очевидностью редко смущает шизоида, и он без всякого смущения называет черное белым, если только этого будут требовать его схемы. Для него типична фраза Гегеля, сказанная последним в ответ на указания несоответствия некоторых его теорий с действительностью: «тем хуже для действительности» (1).

Воспринимая окружающую жизнь так произвольно, эмансипируясь от многих ее фактов, шизоидная личность словно создает новую реальность, которая теперь окружает его и, хотя бы в какой-то степени, соответствует его причудливому внутреннему миру.

Отныне шизоид пытается адаптироваться не по отношению к миру, где живем мы с вами, а по отношению к той «вторичной» реальности, доступной и знакомой лишь ему.

## **Суждения.**

Несмотря на яркий интеллект, суждения шизоида об окружающем мире, как правило, неверны. Ему трудно правильно интерпретировать информационные потоки, идущие к нему из окружающего мира. Ведь проходя через его внутреннюю схему, они претерпевают существенную деформацию и создают на внутреннем зеркале изображение, лишь отдаленно напоминающее реальность, которая в данный момент окружает шизоида.

Взаимодействуя с людьми, он опирается на неточную информацию, на искаженный образ реальности. Поэтому из нескольких вариантов поведения он часто выбирает неверный. Ему трудно представить последствия своего отношения к людям и выбрать нужное направление для движения к желаемой цели.

### ***Сила разума.***

Как и у других людей поведение шизоида определяется результатом переговоров, которые ведет его разум с требованиями окружающей жизни и его мощным подсознанием.

Разум шизоида может внимательно прислушиваться к голосу подсознания и стараться следовать его командам. В этом случае разум будет рассматривать социальные нормы как обручи и унижительный плен.

Тогда перед нами появляется нонконформист, насмехающийся и плюющий на мнение княгини Марьи Алексеевны. Он анархист и оппозиционер и в принципе отказывается от адаптации к обществу. Ему сложно создать семью, у него внебрачные дети, со всеми он ссорится и ругается, поражая окружающих своими странностями и неуживчивым характером.

В другом случае разум пытается как-то примирить подсознание с социальными нормами. Тогда шизоид рассматривает себя как зоолога, принимает роль посетителя зоопарка и в людском

обществе видит не «венец всего живущего», а всего лишь «стаю общественных животных».

При помощи своего мощного интеллекта он начинает легко разбираться в законах и правилах, по которым живут двуногие. Посмеиваясь, он может следовать этой нелепице, сохраняя при этом внутреннюю отстраненность.

Иногда разуму удастся осуществить свою посредническую миссию. В этом случае подсознательное желание свободы и отстраненности от людей согласуется, уживается с требованиями общества и социальными нормами. Однако эту сложную роль посредника разум не может осуществлять 24 часа в сутки. Его может хватить лишь на рабочий день. Тогда в семье шизоид становится самим собой и снимает со своего подсознания тяжкие путы.

### **Психологическая защита.**

У шизоида по-прежнему не решен вопрос о сложных взаимоотношениях с окружающими. Самой эффективной защитой остается уход в спасительные внутренние схемы или чудесный мир фантазий.

Это свойство характерно для Ивана Карамазова, занятого различными философскими и религиозными вопросами, выдвигающего идеи, противоречащие идеям и взглядам большинства окружающих людей. Дон-Кихот так глубоко погружен в свой иллюзорный мир, что полностью забывает о действительности и игнорирует ее.

Александр Грин, буквально умирая от голода в Петрограде, создает «Алые Паруса» и делает доступным для нас светлый мир своих фантазий.

### **Мышление.**

Удивительные особенности мышления шизоида, причудливость его интеллектуальных процессов нашли свое отражение в произведениях литературы, искусства, в религиозных и

философских построениях, в научных открытиях. Порождения его мышления сформировали целый пласт человеческой культуры.

Мышление его аутичное (аутизм – замкнутость в себе). Для него характерна сильная, тонкая, глубокая логика. Отталкиваясь от факта, она уводит своего хозяина в некую логическую схему, которая может быть совершенно оторвана от жизни.

Человек, построивший ее, мало проверяет ее практикой, он не способен сравнивать свое отражение действительности с оригиналом.

Шизоид склонен доверять своим схемам больше, чем реальной жизни. И в конкретных людях, и в событиях он видит воплощение некой идеи, известной лишь ему одному.

Отношение шизоида к окружающим определяется часто не особенностями данного человека или события, а лишь причудливыми изгибами его представлений о действительности, которую он ухитряется не замечать, как это представлено, например, у Дон-Кихота.

Следующей особенностью мышления шизоида является его парадоксальность. Он склонен сравнивать несравнимые вещи («Алиса в Стране Чудес», Льюис Кэрролл).

Шизоиду присущ своеобразный нонконформизм мышления. Он чужд моде. Фантастический полет его мысли не хочет быть скован рамками привычных представлений и стереотипов. Иногда это бунт, протест, разрушение привычного стереотипа восприятия, в других случаях это нетривиальное решение, казалось бы, банальной ситуации.

Шизоида отличает изощренность мыслительных процессов: геометрия Лобачевского, теория относительности Эйнштейна, философия Гегеля, поэзия Мандельштама и Пастернака, картины Шагала, проза Набокова, Гессе, Саши Соколова.

Мышлению шизоида может быть присуща трагичность, обреченность, которыми полны произведения Борхеса, Метерлинка, Ибсена, Кафки.

Если циклотимика отличает интерес к окружающему миру, то шизоид является как бы его противоположностью. Весь фокус его внимания направлен внутрь, на рассмотрение тех удивительных пространств, которые создает его могучий интеллект.

Если циклотимик – всегда практик, и его усилия направлены на изучение и изменение окружающего мира, то шизоид в первую очередь ориентирован на абстрактную идею, разработке которой он отдается истово, целиком.

### **Юмор.**

Шизоид тонко чувствует юмор. Образцы его остроумия отличаются теми же особенностями, что и его мышление: аутичность, парадоксальность, нонконформизм, изощренность. Его остроумие часто многозначно. Юмор шизоида не всегда понятен представителям других типов характера.

Например, Станислав Ежи Лец – гений афоризмов, – говорил: «Из нулей легко сделать цепь». «Не зная иностранного языка, не поймешь молчания иностранцев». «Чаще всего выход там, где был вход».

### **Эмоции.**

Эмоциональная жизнь шизоида построена на парадоксах. В ней нет внутреннего единства. В одном и том же человеке уживаются черты, которые, казалось бы, должны исключать друг друга, причем это целый набор полярностей.

Так «предельная ранимость и утонченная чувствительность уживаются с неспособностью понять других людей, с холодностью и даже жестокостью. Упрямство соединено с

податливостью. Холодный и равнодушный, казалось бы, ко всему подросток говорит: «Вы не знаете, как мне все это больно». Стриндберг говорит о себе: «Я тверд, как железо, но все-таки полон чувств до сентиментальности» (3).

### **Поведение в стрессе.**

На первый взгляд, шизоид с его сильной нервной системой, равнодушием к реальности должен быть необычайно устойчив к стрессам и потерям.

Однако давление окружающей жизни деформирует его личность, приводит к его невротизации и к еще большему уползанию в спасительную раковину его интеллектуальных построений и фантазий.

Если же стрессы затрагивают его внутренний мир, он проявляет необычайную чувствительность. Такие удары буквально опрокидывают его личность. Остро реагирует шизоид на исчезновение систем поддержки, если помимо своей любви они давали ему еще и защищенность от бытовых проблем.

Оказавшись в пустоте и неподготовленный к адаптации в реальной жизни, шизоид может дать сильный нервный срыв.

Однако стресс может оказать великим учителем. Он словно разбивает скорлупу, в которой находился раньше шизоид и создает у него мотивацию для понимания мира людей.

### **Привычки.**

Для шизоида непереносимо вторжение бытового, реального в его жизненные схемы. В других ситуациях бытовая сторона жизни малозначима для него, и он ее словно не замечает.

Женщины-шизоиды занимаются домашним хозяйством неохотно и, как правило, неумело. У них очень своеобразное представление о порядке.

Например, на письменном столе лежат в строго определенном порядке изысканные антикварные вещи. И все это может быть покрыто толстым слоем пыли, которую хозяйка не замечает.

### **Отношение к еде.**

Шизоид иногда гурман, ест только сыр горгонзолу и пьет редкостное вино. Однако часто он не видит, что ест и заявляет: «Я ем все, кроме яичной скорлупы». Иногда для него характерна склонность к необычным диетам, питание по Шелтону, сыроедение и т.п.

### **Отношение к деньгам.**

Шизоид понимает, что деньги являются важной частью реальности, которая по большому счету его мало трогает. По сути своей шизоид равнодушен к деньгам и его не волнует ценность бриллиантов и недвижимости.

Единственное, за что он ценит деньги – это право иметь странности, непонятные другим. Это дань, откуп, который он готов уплатить за свою свободу.

Ему сложно планировать свои финансовые дела. Планирование бюджета, пенсионный фонд, деньги на старость – материя эта скучна для шизоида.

Поэтому неудивительно, что подчас несмотря на большие деньги, проходящие через его руки, под старость он остается ни с чем.

### **Отношение ко времени.**

Время – еще одна реалья той действительности, которая слабо соприкасается с внутренними пространствами шизоида. Как нечто ненужное, время остается часто вне поля его зрения. Шизоид не чувствует его, и на шкале времени он слабо привязан и к прошлому, и к настоящему, и тем более к будущему.

В его реальности свой отсчет времени. Если же окружающие пытаются извлечь шизоида из его

раковины и вовлечь в какие-то свои дела, требующие временных затрат, он испытывает гнев.

Он воспринимает даже самых близких как ненавистных хронофагов, пожирателей времени, драгоценного времени, которое должно быть посвящено осуществлению лишь ему понятной задачи.

### **Внешний вид.**

Кречмер считал, что шизоиды – «высокие, не производят впечатление слабого, длинноносы, узкое лицо. Иногда скованность в движениях, отсутствие жестикуляции, нескладны в движениях» (3).

По внешнему виду шизоид может напоминать рассеянного с улицы Бассейной, неаккуратно, нелепо одетого. Однако, иногда шизоид проявляет в одежде гиперэстетизм.

### **Отношение к здоровью.**

В силу сильной нервной системы представители данного типа характера обладают хорошим здоровьем и высокой продолжительностью жизни, особенно если они находят себя в творчестве.

### **Сексуальное чувство.**

Для шизоида характерны гиперэстетизм, любовь с первого взгляда. В рассказе Мопассана «Родинка» описывается пылкая влюбленность молодого человека, которая однако мгновенно исчезает, как только он замечает у возлюбленной родинку.

«Не горячее естественное влечение, но экстаз и резкая холодность. Ищут не красивую девушку, но женщину вообще, «абсолютное»: женщину, религию, искусство – в одном лице» (3).

Мужчину-шизоида не стоит информировать о заболеваниях его возлюбленной. Известие о гинекологическом заболевании жены может привести к разрушению любовного чувства.



Сильнейшим потрясением для шизоида является присутствие при рождении своего ребенка.

В сексуальных отношениях шизоида ярко проявляется шизоидная идеализация, заманивающая шизоида в ловушки, в которых он может находиться годами.

## **ПОВЕДЕНИЕ В СЕМЬЕ.**

### ***Роль супруга.***

В семейной жизни шизоиду присущи эмоциональная сдержанность в отношениях с другими членами семьи, война за частную жизнь, бытовая неприспособленность, равнодушие к маленьким детям.

Основной проблемой совместного проживания с шизоидом является его холодность, стремление к дистанции и независимости. Эйнштейн признавался: «Я никогда не принадлежал всем сердцем ни какой-либо стране, ни кругу друзей, ни даже к моей собственной семье».

Он был всегда эмоционально сдержан с другими членами семьи. Так, своей первой жене Милене, страдающей от его холодности, он предъявляет список требований, таких как «я должен получать три раза в день еду в мою комнату... вы никогда не можете ожидать близости или упрекать меня за что-либо...»

Как непросто строить семейные отношения с шизоидом, не нуждающимся в тепле человеческих отношений. Эйнштейн признался однажды «Что нужно человеческому существу? Рукопись, скрипка, кровать, стол, стул и больше ничего».

Но все же, несмотря на свою отгороженность от других людей, шизоид способен создавать семейные союзы. Однако они редко наполнены гармонией как в силу почти неизбежного чувства одиночества у супруги, так и в силу уязвимости самого шизоида.

Шизоид готов отдавать все деньги жене, словно оплачивая свое право на непонятные для других хобби, свое право на нестандартность. Он готов таким образом откупаться за то, чтобы его не тащили в театр, в ненужные ему гости и оставили дома на диване с книгами и интернетом.

В семейной жизни шизоид является нелегким партнером. Любое упорядочивание непонятной и ненужной ему реальности – дело, с которым он справляется из рук вон плохо. Вокруг него всегда беспорядок, который он даже не замечает. Дай ему волю и он не будет менять одежду, есть будет непонятно что, будет забывать оплачивать счета.

Однако возможен другой вариант. Гиперэстетизм, чистая, элегантная, несколько своеобразная одежда, в квартире необычайно красиво, редкие антикварные вещи.

Для шизоида идеален партнер, который все за ним уберет, возьмет на себя все заботы по быту, оплатит вовремя счета, спланирует бюджет и воспитает детей.

В семье положение шизоида может быть прочным лишь в том случае, если близкие люди прощают ему многочисленные странности, холодность, отстраненность от бытовых проблем.

Он может быть чрезвычайно привязан к спутнице жизни, однако редко выражает словами свое чувство. Его закрытость, дистанционность, трудность в разделении чувств с семьей, бесцветность его эмоций могут легко создать у партнера чувство непонятности и одиночества.

Однако понимание внутреннего мира шизоида, его богатства и уникальности могут привести его супругу к признанию его нестандартности и оправданию его странностей. Шизоид необычайно ценит эту роль сочувствующего зрителя и союзника, он еще больше привязывается к жене, прощая ей многое. Он также ценит, когда жена

снимает с его плеч непонятные и тягостные для него заботы о быте и биологическом выживании.

Однако иногда шизоид может проявлять желание помочь семье справиться с бытовой жизнью, особенно если существует какая-то угроза со стороны окружающего мира. И в этом момент еще раз становится очевидной вся необычность и нестандартность его характера.

Б. Пастернак, в момент участившихся краж на дачах в Переделкино, положил под бочку во дворе дома сто рублей и написал: «Для воров». Его жена втайне брала оттуда деньги, когда ей не хватало на хозяйство, и снова докладывала их под бочку, когда деньги появлялись. Узнав об этом, Пастернак был обижен и рассержен.

Однако многие супруги отказываются принять необычность своего партнера, игнорируют его увлечения, работу, внутренний мир, демонстрируют свое раздражение, всячески унижают шизоида, фокусируя свое внимание и внимание окружающих на несостоятельности шизоида в плане адаптации к бытовой и социальной жизни.

В случае непонимания со стороны близких, неприятия особенностей его характера, а также в различных сложных житейских ситуациях шизоид уходит в себя и еще больше внимания уделяет работе, своим необычным хобби или вычурным фантазиям.

Какими бы настроениями не было окрашено у шизоида восприятие его семейной жизни, он всегда сохраняет потребность в одиночестве, стремление к обособленности, дистанции.

«Я ручей, я ручей, я для всех, я ничей...»  
(О.Мандельштам)

## **Совместимость в браке.**

**Шизоид - шизоид.** Этот союз построен на интенсивном интеллектуальном общении, сильной сексуальности. Часто оба партнера - хорошо

оплачиваемые специалисты. Дома у них неуютно, сюда никогда не приходят гости, с родителями они часто в ссоре. Дома беспорядок, есть нечего, холодильник пуст, и ребенок грызет с неба свалившийся сухарь.

Вся надежда на хорошую домработницу. Она разгребет завалы грязи, которую никто не замечает, сварит суп, возьмет ребенка на колени и расскажет ему незамысловатую сказку, – в общем, как-то согреет этот дорогой и неуютный дом.

**Шизоид – циклотимик.** Интерес к жизни, новым ощущениям может подтолкнуть циклотимика к союзу с шизоидом, хотя они разительно отличаются в способе выражения чувств. Молчаливого шизоида будет привлекать открытость, юмор и общительность циклотимика, и он будет выслушивать болтовню и откровения циклотимика, оставаясь, тем не менее, таким же бесстрастным.

Циклотимик будет привлечен мощным интеллектом шизоида, необычностью его внутреннего мира, которую циклотимик отловит в силу своей эмпатии. У этих двух типов характера совпадают любовь к свободе, культ независимости, признание права на дистанцию, отделяющую от другого человека.

В этом союзе нет конфликта. Всеядность и гибкость циклотимика помогут ему адаптироваться к его нестандартному и неконформному партнеру.

**Шизоид – эпилептоид.** Часто подобный союз необычайно крепок и цементирован мощной сексуальностью партнеров и их нелюбовью к общению. В этом крепком союзе супруги компенсируют слабые стороны друг друга.

Шизоиду так сложно наладить отношения с непонятным для него миром людей, в то время как властный и конфликтный эпилептоид с удовольствием ведет сражение с «этой бандой мерзавцев».

Шизоиду так непросто управляться с финансами и денежными делами, а эпилептоид с наслаждением пересчитывает деньги как свои, так и чужие.

Шизоиду трудно вчувствоваться в проблемы детей, а эпилептоид с удовольствием будет командовать еще одним батальоном.

Эпилептоид всячески поощряет профессиональную карьеру шизоида, рассматривая его как машину, делающую деньги. А шизоид ничего не понимает и считает, что ему необычайно повезло в браке.

Лишенный эмпатии шизоид совершенно не в состоянии отследить интриги и манипуляции, присущие эпилептоиду. И скоро властный эпилептоид полностью прибирает к рукам шизоидного партнера, отрезая его от родных и друзей, с легкостью натравливая ничего не понимающего шизоида на других.

**Шизоид – астеник** (глава 4).

**Шизоид – истероид** (глава 5).

## ***Супружеские измены.***

Шизоид легко идет на супружеские измены, мало задумываясь при этом о чувствах жены и любовницы. Эйнштейн при заключении второго брака заручился согласием своей избранницы о том, что он всегда может иметь женщину на стороне, но только одну на каждый момент времени.

Если у шизоида хорошие отношения с женой, он с легкостью приписывает, навязывает ей роль подруги, матери, поверяет ей свои сердечные тайны и любит обсуждать с ней свои похождения.

Часто его жена, уже привыкшая к заботе о своем нестандартном спутнике, принимает роль наперстницы. Так жена Л. Ландау была в курсе многих любовных приключений своего гениального супруга. В разговоре с подругой она говорит об очередной избраннице своего мужа: «Представь

себе, эта мерзавка заставила Левочку простоять на морозе 20 минут...»

### **Поведение в разводе.**

Не понимая объекта своей влюбленности, шизоид часто выбирает совершенно неподходящего для себя партнера. После распада семейного союза шизоид может себя вести достаточно непредсказуемо, еще раз подтверждая идею о том, что он человек крайностей.

Он может безропотно отдать все, удовлетворяя самые невыносимые претензии своей бывшей избранницы.

В других случаях шизоид полностью теряет интерес к бывшей жене и детям, воспринимает их как совершенно незнакомых и чужих людей. Он ведет нелепые судебные процессы, его деньги оседают в карманах адвокатов, а не идут на поддержку детей.

### **Роль родителя.**

Роль эта трудна для шизоида. Ему сложно вчувствоваться в мир ребенка, понять потребности маленького существа. Его раздражает детский плач, детские шалости отвлекают его от размышлений. Лишь со временем становится возможным использовать интеллектуальный канал общения, и часто отношения между родителем и ребенком могут складываться лишь в интеллектуальной плоскости.

Отношение ребенка к отцу-шизоиду часто является проекцией отношения матери. Если мать нормализует нестандартность своего супруга и проявляет к нему уважение, ребенок со вздохом принимает холодность и отстраненность своего отца.

Если же мать посмеивается над мужем-шизоидом и использует его дефициты для занятия более высокого иерархического положения в семье, ребенок часто льнет к ней, образуя с ней

прочный союз, который направлен на конфронтацию с шизоидным папашей.

## СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ

Люди шизоидного характера являются носителями яркого интеллекта. В первую очередь, именно они представляют интеллектуальный потенциал нашей цивилизации. Их интеллектуальные разработки меняют нашу повседневную жизнь, порой украшая ее, порой создавая угрозу для нашего повседневного существования.

Среди представителей данного типа характера встречаются холодные и властные натуры и эгоисты, начисто лишенные эмпатии, никого не любящие и не понимающие, с мощной психологической защитой, позволяющей им не замечать проблемы и страдания самых близких людей. Они не склонны признавать свои ошибки, с ними невозможно спорить и вести дебаты.

Ученые, интересующиеся только своей работой, равнодушные к окружающим и семье, деятели искусства, живущие в «башне из слоновой кости», игнорирующие все социальные и бытовые проблемы, гении, преступники-одиночки, невротики, замкнувшиеся в оболочке своего безграничного эгоцентризма – все они объединены шизоидным типом характера.

**Деятельность. Место в иерархии.** На профессиональном поприще он может достигнуть значительных успехов благодаря своему выраженному интеллектуальному потенциалу. Однако в силу сложности общения он может быть нелюбим своими коллегами. Кроме того, любая работа, требующая коммуникативных навыков, плохо ему дается.

Шизоид не может понять окружающих, да и они не могут простить ему низкую эмпатию и его нестандартность. Часто в семье и коллективе он

занимает жалкое место «гадкого утенка». При значительной шизоидизации он не в состоянии ни работать, ни учиться, ни устанавливать или поддерживать отношения в семье.

**Шизоид в бизнесе.** Во все времена шизоид был гениальным разработчиком идей. Однако на стадии внедрения начинался его проигрыш. Необходимость находить нужных людей, понимать, кто друг, а кто враг, высвечивает все слабые стороны шизоидной натуры.

На стадии внедрения шизоид должен вручить свое интеллектуальное детище в надежные руки человека, который, с одной стороны, смог бы превратить его в товар и вывести на рынок, с другой стороны, не выбросить шизоида из проекта, не оставить его за бортом, выделить полагающуюся шизоиду долю прибыли. История бизнеса изобилует фактами о том, как шизоидные идеи использовывали другие люди.

Появление высоких технологий изменило ситуацию. В бизнесе для шизоидов настал звездный час. Взлет Билла Гейтса показал, что отныне шизоид может не только выпестовать свое интеллектуальное детище, но и превратить его в уникальный товар и получить заслуженное вознаграждение.

**Люди, изменившие мир.** Альберт Эйнштейн, оставивший помимо своей теории еще и высказывания типа «человечеству нужна скамеечка, где бы оно могло сесть и подумать», «пределы человеческого разума ограничены, однако человеческая глупость беспредельна».

«Марсиане» – группа ученых, работавших в Манхэттановском проекте по созданию атомной бомбы, прозванные так за их почти нечеловеческий интеллект.

Интереснейшее описание социальных ролей, присущих шизоидам, создал выдающийся немецкий психиатр Э.Кречмер .



**Чудак и оригинал.** Среди шизоидов можно встретить и «угрюмого чудака, который замкнувшись от внешнего мира в своей келье, всецело поглощен своими мыслями... будь то ипохондрические телесные упражнения, технические открытия или же метафизические системы». Эти оригиналы и чудачки внезапно покидают свой угол как «озаренные» и «обращенные в новую веру», отпускают себе длинные волосы, образуют секты и проповедуют в пользу человеческих идеалов, сырой пищи, гимнастики, религии будущего или все это вместе» (3).

**Аристократ.** Для него присуще избирательное общение в замкнутом кругу. Они отдают предпочтение светской форме жизни, аристократическому этикету.

«В его строго выдержанном, вылощенном формализме нежная душа находит все, что ей нужно: красивую линию жизни, которая нигде и ничем не нарушается, и заглушение всех аффективных акцентов при общении с людьми. Кроме того, безличный культ формы прикрывает то, что так часто отсутствует у шизоида, – недостаток сердечности и непосредственной душевной свежести» (3).

Дух элитарности, стремление к общению в замкнутом кругу может пропитывать «неразделимый союз двух мечтающих чудаков или союз юношей, эфирный, торжественный, удаленный от народа; внутри него – экстатический культ личности, вне него – все резко отвергается и презирается» (3).

Эти тонко чувствующие аристократы склонны к избранному общению, причем для них в собеседнике важна не духовность, а лишь голый интеллект. Ярким примером является любимое детище Оскара Уайльда – лорд Генри.

**Альтруист.** Для них характерно самопожертвование, желание осчастливить людей. Они «искренни, проявляют непоколебимую

стойкость убеждений, чистоту воззрений и твердую настойчивость в борьбе за свои идеалы» (3). Таким был Альберт Швейцер, лауреат Нобелевской премии за гуманизм, автор книги «Культура и Этика». Став всемирно известным органистом, в возрасте 40 лет он оставляет занятия музыкой, обучается медицине и едет в Габон, где работает врачом до глубокой старости.

**Люди тонкой логики (Зигмунд Фрейд).** Его внешняя жизнь была строго регламентирована: каждый день прием 8-11 пациентов, по 1 часу на каждого, потом отработка результатов; раз в неделю встречи с единомышленниками; сон не более 7 часов. Большая семья – 6 человек детей, устоявшиеся привычки, 40 лет жизни в одном доме. И за этим внешним однообразием интенсивная интеллектуальная и духовная работа.

Американская общественность восторженно приняла его учение. Ни один комплекс идей не сыграл более важной роли и не оказал более глубокого влияния на формирование американского сознания XX века, чем психоанализ.

Фрейдовские идеи прочно утвердились в американской культуре и стали неотъемлемой частью современного интеллектуального аппарата.

**Отшельник.** Любое человеческое существо стремится к наслаждению. Центр наслаждения, встроенный в наш мозг, реагирует на совершенно различные стимулы, особенности которых определяются нашим характером.

Если у циклотимика вкусная еда, общение, секс, путешествия вызывают стимуляцию центра наслаждения, то у эпилептоида самым мощным стимулом наслаждения является власть над другим человеком. Если у истероида внимание и восхищение толпы стимулирует наслаждение, то у астеника наслаждение вызывается заботой о другом человеке, тихим вечером в кругу любимых друзей.

При всей несхожести этих стимулов, их объединяет связь с миром людей. Лишь у шизоида наслаждение в его высшей точке возникает в полном отрыве от мира людей. Интеллектуальная радость, полученная от погружения в голую абстрактную схему, несравнима ни с чем.

И ради этой волны наслаждения, заливающей мозг, шизоид готов пожертвовать всем, что у него есть – человеческими связями, семьей, здоровьем. По своей силе стремление к наслаждению, присущее шизоидам превосходит всех остальных.

Циклотимик в ответ на свою обделенность наслаждением махнет рукой и пожмет плечами, астеник – загрустит и всплукнет, эпилептоид – обрушит на окружающих свой гнев, истероид – предается спасительному фантазированию.

Лишь шизоид не отступит, не сойдет с пути, готовый платить любую цену за возможность отрыва от реальности, ухода в мир своих причудливых внутренних схем, в абстрактную идею, созерцание и разработка которой приносит ему острое наслаждение.

Окружающим часто не доступна скрытая логика этих жертв, этот отказ от денег, любимых, друзей ради любования абстрактной схемой. Подобное недоумение может приводить к отходу людей от шизоида, делая его отшельником, одиночкой, что еще больше усиливает его отрыв от реальности.

**Шахматист.** Интеллектуальная экзальтация, связанная с творческим процессом, необходимость создания в течение нескольких часов соревнований мощного интеллектуального импульса остро ставят проблему сброса нервного напряжения.

Неумение расслабляться толкает человека на поиски сильного раздражителя, который перекрыл бы волну возбуждения, сжигающую мозг. Так открывается выход к спасительному забвению в

алкоголе, наркотиках, азартных играх или неразборчивом сексе.

Однаково легко шахматист должен сбрасывать нервное напряжение, принимать проигрыш и интеллектуальное превосходство другого человека. Чтобы преуспевать в мире абстрактных шахматных схем, полностью погрузиться в них, шизоид должен отойти от мира людей, а иногда и отказаться от него.

В блестящее созвездие шахматистов, к сожалению, встроены судьбы людей, не выдержавших накала интеллектуального напряжения.

*В., талантливый шахматист, отличался ярко выраженными шизоидными чертами. Он не имел друзей, не смог сохранить семью. Употреблял алкоголь для сброса нервного напряжения. Умер в возрасте 40 лет от сердечного приступа в пустой квартире, и в течение недели об этом никто даже не знал.*

Этот пример еще раз показывает особую важность критерия социального здоровья, предполагающего наличие связи с окружающим миром, с другими людьми.

Шизоид, обладающий блестящим интеллектом, отличным физическим здоровьем, великолепной психологической защитой может, тем не менее, считаться нездоровым человеком, если он существует в социальной пустоте.

**Друг животных.** Д. Свифт описывал путешествие Гуливера на остров, где жили прекрасные мудрые лошади гуингномы и отвратительные йеху, обладающие всеми пороками и недостатками человека.

В этом сопоставлении видно отношение шизоида к миру животных, удивительным созданиям, являющихся частью совершенной Природы.

Д.Гудол, блестящий зоолог и зоопсихолог прожила три года на заповедном острове рядом со стаей шимпанзе. Она сделала их неповторимые описания, возбуждившие симпатию и интерес в столь многих людях.

Только женщина-шизоид была способна жить вдали от людей три года, не боясь одиночества, темноты, опасностей первозданной природы, испытывая лишь радость от соприкосновения с прекрасным вечным миром природы.

**Шизоид-преступник.** Нонконформизм и оппозиция к нормам общества могут привести шизоида к нарушению законов. Равнодушие к чувствам людей могут сделать из него холодного убийцу.

Шизоид совершает преступления почти всегда в одиночку. Эти преступления отличаются изощренностью, и следователям и полицейским трудно понять нетривиальный ход шизодных мыслей. Мощный интеллект помогает шизоиду и на этот раз, и часто его преступления остаются нераскрытыми в течении многих лет.

**Шизоид-иммигрант.** Шизоиду нравится новый мир, он ценит ощущение свободы. Ему глубоко импонирует западный менталитет с его культом индивидуальности.

Могучий интеллект помогает ему довольно быстро улучшить язык, освоить новые профессии, котирующиеся на рынке рабочей силы.

Да и со своим прежним интеллектуальным багажом шизоид часто сразу после приезда находит хорошо оплачиваемую работу.

Единственное препятствие к преуспеванию – сложность прохождения интервью, связанная с неумением производить хорошее впечатление, быстро располагать к себе. Скованность в выражении чувств, нелюбовь к светской болтовне также мешает ему поддерживать отношения с коллегами и начальством.

## **Отношение к старости.**

Многие шизоиды встречают старость, окруженные признанием, уважением за их мощные интеллектуальные прорывы, меняющие жизнь окружающих людей, увеличивающие их степень познания мира.

Однако это может быть одинокая старость, потому что нестандартность шизоидов, их низкая эмпатия, углубленность в себя не дают им возможности сохранить связи с людьми.

## **Отношение к шизоидам.**

- \*Прощать их нестандартность, терпимо воспринимать их странности.**
- \*Прививать шизоидам навыки общения, но при этом не ломать их индивидуальность.**
- \*Не ломать шизоидов, не стараться грубо вторгнуться в их внутренний мир.**
- \*Использовать вербальный канал общения.**

### **Представители.**

Писатели: Пастернак, Мандельштам, Набоков, Оскар Уайльд, Гессе, Кафка, Беккет, Уайдлер, Кобо Абе, Кнут Гамсун, Борхес, Сартр, Камю, Акутагава.

Философы: Гегель, Кьеркегор, Ницше.

Художники: Босх, Брейгель, Шагал, Кандинский, представители модернизма и непредметной живописи.

Литературные герои: Андрей Болконский, Печорин, Раскольников, Лужин.

Композиторы: Скрябин, Шостакович, Стравинский.

Интересно, что в сказках в основном отсутствуют герои с данным типом характера. Это вызвано тем, что ребенок не может понять подобных людей и, с другой стороны, шизоидное мышление и поведение совершенно не согласуется

с общепринятыми социальными нормами, которые в какой-то степени старается привить детская литература.

Лишь изредка промелькнет образ «рассеянного с улицы Бассейной», непонятного человека с непонятными целями и нелепым поведением, да ненадолго задержится глаз ребенка на докторе Гаспаре, талантливом чудачке, одиноком и смешном.

## ГЛАВА 4

# АСТЕНИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР

*«О как скорбно мне  
от бедствий нашего  
времени»*

Египетский летописец  
2000 лет до н.э.

Огромен вклад астеников в развитие человеческой культуры. Их поразительная способность вживаться в мир людей и природы, тонкое восприятие окружающего мира вылились в создание целого пласта культурных и духовных ценностей.

Все эти произведения искусства, философские и религиозные построения содержат призыв помощи людям, помогают выработать сочувствие и терпимость по отношению к окружающим.

Многие из астеников не ограничились лишь провозглашением альтруистических принципов, но и посвятили свою маленькую жизнь их утверждению.

Во все времена астеники страдали от несовершенства мира, которому они старались противопоставить свою незаметную помощь другим людям. Милосердие, благотворительность, медицина, целительство, религиозное сподвижничество – вот примеры той практической помощи, которую оказывали окружающим эти люди, обладатели столь ранимой и хрупкой психики.

В самые суровые времена благодаря их практическим усилиям среди людей сохранились понятия духовности, вера в любовь, добро, альтруизм.

Замечательно не только их отношение к людям. Удивительна степень их проникновения в



жизнь природы, растений, эмоциональную сферу животных.

Астеники активно участвуют в экологическом движении и в столь необходимой и незаметной повседневной работе по сохранению природы нашей планеты.

## **ДЕТСТВО**

### **Самооценка .**

**Здоровый ребенок.** Ребенок-астеник всегда отличается заниженной самооценкой. Он готов пропустить вперед себя других детей, он с готовностью отдает им свои игрушки и в играх занимает самую невыгодную позицию. Однако он смеется, ему хорошо с другими детьми, хотя все же спокойней и уверенней он чувствует себя рядом со взрослыми.

**Невротизация.** Налет невротизации лишает маленького астеника ощущения еще недавнего счастья. Любое незначительное ослабление нервной системы приводит к еще большему занижению самооценки.

Отныне ребенок видит в себе одни лишь недостатки, он все более неуверенно чувствует себя в окружающем мире. Общение уже не приносит ему радости, а служит лишь источником обид и ощущения собственной никчемности.

Ему так хорошо рядом с родителями, но и эта любовь отравлена сомнениями в ценности собственной личности, что вызвано его общей тревожностью и низкой самооценкой.

*Мальчик, 4-х лет, постоянно спрашивает у матери: «Ты меня любишь? А как ты меня любишь?» – что вызывает ее раздражение. Ее реакция лишь усиливает его обидчивость и плаксивость.*

### **Общение .**

**Здоровый ребенок.** Он хорошо понимает других людей, проявляет интерес к самым различным сторонам человеческих отношений. Все вокруг его волнует, ничто не проходит мимо него.

С самого раннего детства видны его коммуникативные проблемы, связанные с неуверенностью в себе. Он не любит шумных и озорных игр и может чувствовать себя неуютно среди посторонних.

Важное место в коммуникациях ребенка занимает общение со старшими. Если циклотимики и эпилептоиды часто конфликтуют со старшим поколением, то малыш-астеник льнет ко взрослым, рядом с которыми он чувствует себя значительно более спокойно и защищенно, чем рядом со сверстниками.

Так же комфортно ребенок чувствует себя рядом с теми, кто младше, в отношении которых он может изливать без оглядки присущую ему доброту и потребность заботы о другом существе.

**Невротизация.** С раннего детства астеник с легкостью признает права окружающих. Как непросто ему хотя-бы мысленно признать права собственной личности. Что же касается отстаивания собственных прав в отношении с окружающими - эту задачу он не может подчас решить в течении всей своей жизни.

Дети-астеники удивительно беззащитны. Несправедливость родителей, братьев, сестер или посторонних никогда не вызывает их протеста. Тихо принимают они удары, прячут свою боль от других, не смея поделиться своими страданиями.

## **Окружающий мир.**

**Здоровый ребенок.** Маленький циклотимик радуется окружающему миру, эпилептоид с детства хочет быть его повелителем, ребенок-шизоид мало что понимает в происходящих вокруг него событиях и хочет держаться от них подальше. Ну

а малыш-астеник? Первая реакция здорового ребенка-астеника на окружающий мир – это любовь.

Прирожденная доброта маленького астеника приводит к потоку любви, изливающейся на окружающий мир. Здесь живут его близкие, которых он обожает и в отношении которых он постоянно испытывает потребность заботы. Этот мир наполнен прекрасной природой, которую он так утонченно воспринимает.

Но его чувство любви и интереса к миру не зиждется на доверии и на ощущении своей силы. Робость и пугливость всегда стоят рядом с ним, и малыш-астеник всегда ощущает их присутствие за своей спиной.

Однако в домашней обстановке он спокоен и весел, и лишь одиночество, отсутствие родителей провоцирует появление страхов.

**Невротизация.** Тревожность и легкость образования страхов становятся постоянными спутниками ребенка. Он всегда напряжен, испуган, плаксив. Он жметя к матери и не выпускает ее руку ни на мгновение. Общение с миром не доставляет ему удовольствия, а лишь провоцирует усиление страха, заливающего его разум.

Даже находясь дома ребенок не спокоен. «А вдруг начнется пожар? А вдруг придут разбойники? А вдруг обвалится потолок?». И крутится мельница бессмысленного рассуждательства, перемалывая нелепые мысли, порожденные страхом перед миром. Ребенок боится незнакомых людей, незнакомых предметов, жуков, пауков, непонятных звуков.

Любое изменение ситуации подбрасывает тревогу ребенка, она как бы прилипает к объектам окружающего мира.

Маленький астеник часто боится темноты, боится остаться один, пугается высоты и не любит выходить на балкон. Иногда это сильнейший

страх перед какими-то животными, например, волками, страх переходить через мосты.

Страхи не мучают ребенка постоянно. Они вспыхивают на фоне сильной усталости или дискомфорта. Страх и тревога являются своеобразным индикатором его состояния.

## **Эмоциональность .**

**Здоровый ребенок.** Если дети с сильной нервной системой могут контролировать свои эмоции и скрывать их, то маленький астеник всегда понятен и открыт как книга. Он дает мгновенный эмоциональный ответ на все события окружающей жизни.

Он постоянно говорит близким о своей любви, он нежен и внимателен к их настроениям. Семья – его самая большая ценность, и он изливает на нее потоки обожания и заботы.

**Невротизация.** Так же легко делится он с близкими своими опасениями и страхами. Мгновенно возникает у него чувство обиды и одиночества, он часто плачет.

При нарастании невротизации прелестная светлая эмоциональность ребенка-астеника все больше сменяется тревогой и ощущением боли. Ребенок перестает улыбаться, он постоянно напряжен. Появляется чувство необъяснимого страха перед членами семьи. Он боится, что его не любят, что над ним будут смеяться, что его накажут. Он постоянно балансирует на оси любви и страха.

Возникающий страх перед родителями лишает его последней надежды, отрезая от него столь необходимую ему систему поддержки.

Так к нему приходит одиночество. Чувство одиночества астенического ребенка, его открытость всем ветрам является, пожалуй, одним из самых тягостных ощущений в палитре человеческих эмоций.

Иногда оно становится частью астенической личности, как руки или лицо. Зародившись в детстве, одиночество идет с ним по жизни, разрушая астеника и деформируя его отношения с миром.

Постоянная фокусировка на собственных негативных эмоциях отвлекает внимание ребенка от окружающего мира и ведет к зарождению невротического эгоцентризма.

### **Принятие решений.**

**Здоровый ребенок.** С первых лет жизни видна нерешительность астеника, его трудности в принятии самостоятельных решений, склонность к колебаниям, сомнениям. Он старается не брать на себя какую-либо ответственность при решении самых простых вопросов.

Если ребенок-циклотимик обожает самостоятельные решения, готов в любую минуту взять на себя ответственность и доводит семью до изнеможения проявлениями своей самостоятельности, то ребенок-астеник любит, когда за него все продумали, все решили и повели его по дороге, взяв за руку.

**Невротизация.** В случае невротизации происходит драматическое нарастание нерешительности. Она проявляется в самых незначительных ситуациях : какое блюдо выбрать за столом, какой фильм посмотреть, ехать в зоопарк или просто пойти гулять, ударить по воланчику справа или слева.

Ребенок барахтается в своих сомнениях, изводит себя бессмысленным рассуждением и втягивает в него взрослых. Подобные «глупости» вызывают у старших раздражение, что еще больше увеличивает невротизацию и так неуверенного в себе ребенка.

### **Обучение.**

**Здоровый ребенок.** У такого ребенка отмечаются ранние интеллектуальные интересы. Он рано начинает читать, читает запоем, любит рассуждать об окружающей его жизни. Он с благодарностью выслушивает рассказы взрослых об устройстве мира.

У него великолепная концентрация внимания, однако она проявляется лишь на фоне ощущения защищенности и безопасности. Ребенок долго может концентрироваться на каком-то занятии, если рядом находятся взрослые. Например, бабушка варит суп, а ребенок рядом спокойно читает, рисует.

**Невротизация.** При невротизации все большая часть ресурсов ребенка уходит на переживание своего дискомфорта. Ощущение тревоги и душевной боли перекрывает интерес к миру и фокус внимания все чаще обращается во внутренние пространства, заполненные страхами, неуверенностью в себе и сомнениями в любви окружающих.

При невротизации яркий интеллект ребенка стиснут обручем его неуверенности в себе и стремлением занижать свои интеллектуальные достижения.

## **Физическое здоровье.**

**Здоровый ребенок.** Маленький астеник – обладатель нежной души и хрупкого тела, которые к тому же необычайно тесно переплетены. Даже если вокруг все спокойно и он окружен вниманием и любовью, он все равно плохо переносит нагрузки.

У него часто беспокойный сон и плохой аппетит. На любое изменение ситуации его тело мгновенно дает реакцию. По дороге в детский сад у него схватывает живот от боли, удар грома заставляет его побледнеть, усталость от поездки в музей приводит к простуде.

Его физическое здоровье постоянно находится под дамокловым мечом его слабой нервной системы. Однако, если поместить его в условия стабильной жизни, окружить его вниманием и заботой, постоянно укреплять его нервную систему и закалять его маленькое тело, он будет производить впечатление здорового ребенка. Лишь близкие знают высокую цену, которую платит семья за это хрупкое благополучие.

**Невротизация.** Любое отсутствие гармонии в жизни – ссоры, семейные конфликты, жизненные неурядицы, переезды, – мгновенно нарушают неустойчивое равновесие. Легко возникающая невротизация первый свой удар наносит по здоровью. Заболеваемость ребенка-астеника может служить индикатором неблагополучия в семье и нестабильности окружающей жизни

Обильная соматизация является проблемой детей-астеников. Бесконечные простуды, дискинезии желчевыводящих путей, боли в животе, гастроэнтерологические жалобы, гаймориты и отиты связаны со слабостью нервной системы, повышенной чувствительностью к стрессам и нагрузкам.

Часто таких детей залечивают, прививая им роль «больного ребенка», роль, которую дети принимают с удовольствием, т. к. она вызывает повышенное внимание и заботу со стороны взрослых.

Возможна ситуация, когда занятые взрослые начинают обращать внимание на ребенка, только если он заболевает. В таком случае ребенок «уходит в болезнь». Как только внимание окружающих по отношению к нему снижается, он мгновенно заболевает. Поражает та скорость, с которой подсознание посылает окружающим сигнал SOS в виде болезненного симптома и та сила, с которой ребенок подсознательно хочет вернуть себе утраченное внимание.

Ключ к излечению такого ребенка лежит в первую очередь в укреплении его нервной системы и создании правильного отношения со стороны родителей.

### **Отношение к материальным благам.**

С готовностью делится маленький астеник своими нехитрыми сокровищами. Он отдает свои игрушки, вещи с той же легкостью, с которой он отдает свою любовь и заботу. Он любит копить деньги, не не для того, чтобы тратить их на себя, а для того, чтобы делать подарки семье и друзьям.

### **Отношение к порядку.**

Астеник - чистый и аккуратный ребенок. Он наводит порядок, не только чтобы сделать приятное родителям, но и в противовес своей внутренней сумятице.

### **Отношение ко времени.**

Он хорошо понимает время, планирует его, строит планы на день. Он никогда не опаздывает.

### **Спорт.**

Он не любит заниматься спортом в первую очередь из-за своей тревожности и моторной неловкости. «А вдруг я упаду? А вдруг мяч попадет мне в лицо? А вдруг я утону?». Лишь усилия родителей могут помочь ребенку преодолеть страх и овладеть спортивными навыками.

## **Появление нового ребенка в семье**

Сильнейшим стрессом для ребенка-астеника в дошкольном возрасте может быть рождение в семье нового ребенка. Если родители начинают меньше уделять ему внимания или, что еще ужасней,



отсылают его к бабушке, то ребенок-астеник воспринимает изменение ситуации как огромную потерю. Ведь для него любовь родителей – это самая большая ценность, и лишение ее означает для маленького существа крах.

Если ребенок-эпилептоид, оценив собственное одиночество, реагирует агрессией на появление новорожденного, циклотимик уходит в шалости, то душа ребенка-астеника плачет никому не видимыми и неслышными слезами. Лишь появление тиков, энуреза, повышенной плаксивости и обидчивости, рост заболеваемости свидетельствует о тяжелейшем кризисе, переживаемым маленьким существом.

При правильном отношении родителей появление нового ребенка в семье наполняет жизнь маленького астеника новым смыслом, и он изливает на новорожденного поток обожания и заботы.

### **Роли** (см стр.20).

Его самая любимая роль – **Отличный Семьянин**. Забота о семье наполняет его жизнь радостью и смыслом. Он всегда замечает, как члены семьи себя чувствуют, знает, что они любят. В своих мечтах о будущем он дарит им дома и отправляет их в чудесные путешествия, одевает, обувает – в общем, старается превратить их жизнь в праздник.

С удовольствием принимает он роль **Лауреата Нобелевской Премии**, рано учится читать, превосходит своими знаниями сверстников, уступая пальму первенства лишь малышу-шизоиду.

При помощи взрослых он успешно осваивает роль **Робинзона Крузо**, учится навыкам выживания и ради близких преодолевает неуверенность в себе, берет на себя ответственность.

Крепко держа родителей за руки, он отправляется на изучение окружающего мира и осваивает роль Колумба.

Несмотря на прекрасное понимание окружающих, ему трудна роль **Коммуникатора**. Он слишком много дает другим, слишком щедро излучает тепло, почти ничего не оставляя себе. Невозможность установить симметричные отношения с окружающими часто остается его нерешенной проблемой в течении всей жизни.

Вследствии своей низкой самооценки, неумения предьявить окружающим какие-либо требования малыш-астеник никогда не принимает роль **Босса**.

### **Детский сад.**

Детский сад является серьезным испытанием для маленького астеника. Ситуация включает в себя несколько стрессов, каждый из которых бьет по ахиллесовой пяте маленького существа.

Во-первых, его страшит разлука с родителями, каждый раз повергая его в отчаяние и слезы. Во-вторых, он не любит изменений и плохо к ним адаптируется. Кроме того, он боится новых детей, и у него уже есть печальный опыт проигрыша в иерархических построениях. И, наконец, неясен образ воспитательницы, которая может оказаться и доброй феей, и Бабой – Ягой.

С плачем и болью в животе отправляется маленький астеник в детский сад. Действительно, непросто складываются его отношения в группе.

Великодушный и дружелюбный циклотимик сразу становится его кумиром. Малышу-астенику спокойно играть рядом с шизоидом, неагрессивным и углубленным в себя. Настоящая беда приходит к нему в лице эпилептоида. Тот сразу угадывает слабость астеника, его неумение постоять за себя. Маленький эпилептоид изводит малыша-астеника, дразнит его, постоянно отбирает у него игрушки и, чуть отвернется воспитатель, норовит его стукнуть.

Этот шекспировский конфликт между астеником и эпилептоидом пройдет через всю

жизнь. Будут меняться декорации – школа, колледж, работа, семья, – но суть конфликта останется той же. С одной стороны, доброта, нежность, неппротивление злу, которым противопоставлены властолюбие, получение удовольствия от унижения другого человека.

Сложность адаптации астеника к детсаду приводит к резкому росту его заболеваемости, увеличению тревожности и страхов. Родителям нужно смягчить этот удар: отдавать ребенка на неполный день, не на всю неделю. В идеальном варианте такого ребенка лучше отдать в детсад за год до школы.

### **Школа.**

У ребенка-астеника всегда вовремя сделано домашнее задание, у него чистые, аккуратные тетради, хорошие отметки. Несмотря на то, что он хорошо учится, он лишен какой-либо амбициозности и ему неудобно показать свое интеллектуальное превосходство.

Он панически боятся тестов, экзаменов, и его тревога может сопровождаться головокружениями, болями в животе и другими вегетативными нарушениями.

Для астеника тяжело отвечать у доски, «когда все смотрят на него». Он боится сбиться, вызвать смех. Часто астеник вообще не может отвечать у доски, хотя в тоже время дает прекрасные письменные ответы. Находясь в центре внимания, он чувствует себя неуютно, у него могут дрожать руки и голос, сильно биться сердце.

Однако он необычайно привыкает к школе, классу, привязывается к ним и их смену, например, в результате переезда, воспринимает драматически.

## **НАША ПОЧТА**

Наш 5-летний ребенок нежный, чувствительный, тревожный, он часто болеет, обижается, стесняется, не может постоять за себя... Как лучше построить с ним отношения?

### **Отношение к детям -астеникам.**

На первый взгляд, маленькие астеники - лучшие дети. Ни один другой ребенок не направляет на родителей и близких такого потока любви и света.

Но именно у астеников максимальна вероятность невротизации. Поэтому, чтобы вырастить из этого нежного существа счастливого и реализованного человека, подготовить его к тяготам существования необходима огромная работа со стороны родителей.

Станет ли этот маленький человек счастливым и самодостаточным или же ему уготована участь невротика-неудачника зависит от того, смогут ли родители построить правильные отношения с маленьким ребенком.

Психотерапевтическая роль семьи в воспитании астеника огромна. Ведь он так любит родителей, преклоняется перед ними, он бесконечно привязан к ним, даже при несправедливом к нему отношении.

Зависимость астеника от родителей приводит к тому, что та программа, которая будет внесена в его психику любящими, но часто неумелыми руками, в течение многих лет, а может быть и всей жизни будет определять его поведение.

#### **\*Принять личность ребенка-астеника.**

Не ожидать от него подвигов Геракла. У этого ребенка не будет ни циклотимической беззаботности, ни мощной шизоидной психологической защиты. Он не сможет защищать свои права с силой эпилептоида и не будет

стараться очаровывать окружающих так, как это делает истероид.

Он – астеник. Робкий, пугливый, нежный, нерешительный. У него часто болит животик, он легко простужается, легко обижается.

Родители должны спокойно принимать его индивидуальные особенности и не подгонять его под мерки некоего «идеального» ребенка.

**\*Создать ему щадящий образ жизни.**

Обеспечить ему режим питания, следить за тем, чтобы, не дай бог, не доел, или съел что-то не совсем свежее. Необходимо дозировать его физические, психологические и интеллектуальные нагрузки.

Внимательно следить за режимом сна помня, что астеник в течении всей жизни будет обладать повышенной потребностью в сне.

**\*Постоянно работать с самооценкой ребенка.**

Постоянно хвалить его, ведь он все равно этому не верит.

**\*Учить ребенка осознавать свои дефициты, избегая при этом занижения самооценки.**

Помочь ребенку-астенику конструктивно подойти к своим слабостям, создать у него мощную мотивацию к развитию системы самоконтроля.

Например, спокойно относится к отсутствию ручных навыков у ребенка-психастеника, помогать ему научиться забивать гвозди, хвалить и поощрять его. Точно так же мягко преодолеть сопротивление детей-астеников к занятию спортом и к поездке в летние лагеря.

**\*Создать у ребенка постоянное ощущение поддержки.** Маленький астеник должен чувствовать любовь к нему в любой ситуации вне зависимости от того, плох он или хорош, умен или несообразителен. Родители должны встать между таким ребенком и миром, образуя надежную защиту, грядущую, о которую разбивались бы волны

жизни. Однако одновременно они должны закалять его душу и тело.

Ребенку-астенику не нужно яркое солнце, но теплые, постоянные лучи родительской любви ему необходимы.

**\*Учить его высокому уровню функционирования.** Вследствие легко возникающей утомляемости создавать ему частые короткие перерывы в занятиях, учить его быстро расслабляться. Ребенок должен учиться не допускать накопления усталости и дозировать нагрузки.

**\*Воспитывать доверие к миру.** Необходимо создать противовес его пугливости и ощущению собственной слабости. Нужно закладывать в нем прочный фундамент позитивного отношения к жизни.

Родители должны объяснить ребенку, что мир всегда состоял из двух начал, света и тени, добра и зла.

Старшие должны как бы нормализовать существование зла, не разрушая при этом удивительного внутреннего мира своего ребенка.

**\*Помогать малышу справляться с тревогой.**

Тревога часто становится постоянной спутницей астеника и возникает почти при любом соприкосновении с миром и людьми.

И опять родители должны взять на себя непростую роль психотерапевта, помочь ребенку отслеживать свою тревогу и страх, описывать их, анализировать и не стыдиться своей пугливости.

Не унижая ребенка, не затрагивая его и так заниженную самооценку, родители должны помочь ему отследить иррациональную природу своей тревоги, ее несостоятельность и необоснованность.

**\*Учитывать силу родительского внушения.** Ребенок-астеник, обладающий слабой нервной системой, невысокой самооценкой, чрезвычайно чувствителен к родительскому внушению. Поэтому

так важно, с каким знаком, положительным или отрицательным, будет сделано это внушение.

Так, например, ребенку-астенику легко привить тревогу, высказывая при нем повышенные опасения по поводу его здоровья, или, что еще более травмирует его, тревогу по поводу здоровья родителей.

**\*Удерживать себя от гиперопеки.** Родитель-астеник хорошо чувствует своего ребенка. Ведь он сам часто соткан из сверхчувствительности и невротических реакций. Он раскрывает над ребенком свои крылья, стараясь защитить его от губительного дыхания окружающего мира. Тревога и страх за ребенка переполняют его.

Подобные чувства толкают родителя на неправильный и необычайно вредный для ребенка путь – режим гиперопеки. В этом случае родитель старается контролировать каждое движение ребенка, чтобы уберечь его от ошибок и ударов.

Однако, тем самым он лишь заражает ребенка своей тревогой, закрепляет зависимость ребенка от себя, легализует его робость и несамостоятельность.

**\*Избегать развития сверхчувствительности к чужому мнению.** Если при общении с детьми других характеров родители должны помочь своим питомцам замечать чувства окружающих и считаться с ними, то родители ребенка-астеника должны решить противоположную задачу. Они должны помочь своему неуверенному в себе ребенку как можно меньше оглядываться на мнение окружающих.

**\*Воспитывать в ребенке-астенике независимость от окружающих.** Какая противоречивая задача стоит перед родителями... Щедро отвечать на поток нежности и обожания, который излучает ребенок-астеник, окружить его поддержкой и вместе с тем поощрять его мужество быть независимой личностью.

Необходимо подталкивать его к независимости, учить говорить слово «нет» в то время, как у ребенка-астеника отсутствует какая-либо мотивация быть самостоятельным.

Он всячески старается избежать ненужной ему независимости, она пугает его, он воспринимает ее почти как наказание и может принять ее лишь под давлением обстоятельств. Именно родители должны оказать на него это давление.

**\*Соблюдать психо-гигиенический режим ребенка.** В обстановке понимания и поддержки ребенок-астеник использует свой огромный потенциал развития и достигает фантастических результатов, удивляя всех своим ясным умом, мягкой улыбкой, нескончаемым потоком доброты, изливающейся на мир, соединенными с доброжелательной силой.

Однако рядом с авторитарными родителями, в условиях подавления, в обстановке равнодушия, лишения любви и поддержки ребенок-астеник задыхается и чахнет. Из него вырастает несчастное существо, не справляющееся с жизнью, вызывающее в одних людях жалость, а в других оттенок брезгливого сочувствия.

**\*Постоянно укреплять психику ребенка** Ребенок-астеник нуждается в постоянном развитии и укреплении психики. Семья должна помочь ему компенсировать свою хрупкость и ломкость, активировать его восхитительный потенциал развития, заложенный в него природой. И родители должны начать эту работу как можно раньше.

## **ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ**

### ***Реакция эмансипации.***

Родители астеников с удивлением наблюдают за нелегким подростковым периодом, который



проходят дети других характеров. Кризис авторитетов, отрицание норм старшего поколения – со всеми этими проблемами родители астеников не сталкиваются.

Подростковые реакции выражены у детей-астеников слабо. «Долгие годы сохраняют они истинно детскую привязанность к родителям, даже при холодном к ним отношении или суровом обращении с ними. Отличаются послушанием и часто слынут «домашним ребенком» (2). Все астеники – это «удобные дети».

По-прежнему астеник не только не тяготится опекой старших, но и нуждается в ней. В силу этого реакция эмансипации у него не выражена.

Отход от родителей, перерезание психологической пуповины часто не удается астенику даже в пожилом возрасте. Он может всю жизнь склонять голову перед авторитетом родителей и в то же время страдать от этого. Подобная психологическая зависимость от старшего поколения может явиться причиной невротизации астеника и привести к сложностям в его собственной семье.

## **Самооценка.**

У подростка-астеника крайне низкий уровень самопринятия. Ему не нравится собственная внешность, походка, форма носа и ушей. Красивая девочка, улыбаясь, прикрывает рот рукой, потому что у нее «уродливая улыбка».

Астенику не нравится собственное поведение, в котором он постоянно находит основания для легкого возникновения чувства стыда и вины. От ребенка-астеника часто можно услышать: «Я – плохой, меня никто не любит»

Астенику стыдно причинять другим бытовые неудобства или «наслаждаться жизнью, сидя в кино, когда другие этого сделать не могут».

Астеник считает, что окружающие более красивы, умны, хороши, добры. Столкновение с любым человеком приводит к точному высвечиванию сильных сторон личности собеседника и лишней раз оттеняет собственное несовершенство, подчеркивает дефициты астенической личности.

Чувство собственной недостаточности приводит к тому, что никто так безобразно не относится к себе, как делает это астеник. Никто себе не говорит таких гадостей, как говорит астеник. Он себе не нравится, он постоянно анализирует свое поведение, но не с целью конструктивного подхода к действительности, а лишь с целью перечисления своих промахов и оплошностей.

Он не признает за собой права на ошибку, и поэтому прошлое кажется ему чередой неудач и неверных поступков. В настоящем своем он не уверен, будущее его пугает.

В своем прошлом, настоящем и будущем, в себе и окружающем мире, и, конечно, в продуктах своего труда астеник склонен, в первую очередь, замечать слабости и отрицательные стороны.

### **Общение .**

Особенно ярко проявляется комплекс неполноценности при общении с окружающими. Подросток-астеник тянется к сверстникам, скучает без них, но и устает от их общества.

«Они не любят формального общения в шумной компании и предпочитают ей общение с близким другом. Они очень разборчивы в выборе друзей, в дружбе верны и очень привязчивы» (2) .

Для успешной социальной адаптации недостаточно выраженной эмпатии, ума, доброты. Необходимо чувство самоуважения, нормальная самооценка, ощущение некой внутренней силы. Именно дефицит этой силы приводит к тому, что астеник в любых иерархических построениях занимает незавидное положение.

Его выраженный комплекс неполноценности приводит к чрезвычайно низкому уровню притязаний, он просит от жизни так мало, он не готов отстаивать значимость своей личности, бороться за свое счастье, в результате оказывается на нижних ступенях любой иерархической лестницы.

Ощущение превосходства окружающих, необходимость как-то отстаивать свои права, идти, преодолевая себя, «наступая на горло собственной песне», на ненавистную для него демонстрацию силы, понимание всех своих проигрышей в общении, невозможность установить симметричные отношения - все это приводит к тому, что общение истощает астеника. Контакты с окружающими становятся энергоемким процессом и отнимают огромное количество сил. Поэтому отдых, периоды одиночества необходимы ему для восстановления.

## **Обучение .**

Интеллектуальные достижения астеника могут быть значительными, что обусловлено особенностями его мышления, включающие способность легко усваивать новую информацию, легко переключаться, анализировать, логически мыслить, прогнозировать, предлагать нетривиальные решения.

Если подросток-шизоид гордится своим интеллектуальным превосходством, то астеник стесняется его и всячески старается преуменьшить ценность своих интеллектуальных достижений.

Астеник с удовольствием помогает отстающим, увлеченно занимается волонтерской работой.

У него прекрасные отношения с учителями, и он жалеет их за их нелегкую работу.

Родители с огорчением отмечают, что, несмотря на интеллектуальные достижения,

астеник-подросток лишен какой-либо амбициозности и его жизненные цели явно занижены.

### **Сексуальное влечение.**

Сексуальное чувство подростка-астеника является своеобразным индикатором степени его психологического здоровья.

Чем более здоров подросток, тем большим ощущением счастья наполняет его состояние влюбленности. Чем меньше он верит в себя, тем сильнее его сексуальное влечение окрашивается переживанием собственной неполноценности, страхом быть отвергнутым, сильнейшей психологической зависимостью от объекта своей влюбленности.

### **Отношение к деньгам.**

Деньги приобретают новый смысл. При их помощи можно претендовать на более уважаемое положение в группе, угостить друзей, устроить тусовку. Однако другие подростки часто корыстно пользуются щедростью астеника, и она мало влияет на его положение в группе.

### **Привычки.**

По-прежнему вокруг него порядок. Он обязателен, пунктуален, никогда не подведет, не опоздает. В силу слабости психики и соматики астеник нуждается в регламентированном образе жизни: рациональном питании, режиме дня, достаточном количестве сна и т.п.

На фоне подобного щадящего режима он чувствует себя неплохо и может продуктивно работать. Он любит иногда побыть один, но его одиночество – это не бегство от людей, а отдых, столь необходимый его нервной системе.

### **Хобби.**

Нежная, высокоорганизованная психика астеника проявляется в его увлечениях. Он

запоем читает, пытается сочинять стихи, писать или хотя бы ведет дневник. Многие астеники хорошо рисуют, лепят. Необычайно чувствительны они к эстетике жилища и часто проявляют себя в дизайне.

Как тонко астеник чувствует красоту, щедро разлитую в мире... Музеи, выставки, музыка, природа, – в этом мире он чувствует себя спокойно и уютно.

### **Формы нарушения поведения.**

Пагубные привычки «в виде алкоголизма, наркомании, правонарушений, побегов из дому, бродяжничества для них не свойственны. Реальную опасность представляет суицид, особенно в случае сильных психических травм. Суицидальные мысли в тяжелые минуты могут часто посещать таких подростков» (2).

### **Домашние животные.**

Особую роль в жизни астеника играют домашние животные. Собаки обладают прямо-таки магическим психотерапевтическим воздействием на детей и подростков с астеническим характером, создавая у них столь необходимое им ощущение защищенности, снижая их тревожность и страхи.

Утонченная эмпатия и интуиция позволяет астенику верно угадывать состояние животного, что, в соединении с астенической потребностью заботы, создает удивительный сплав, объединяющий два существа.

### **Спорт**

Астенический подросток не расположен к спорту, не достигает в нем особых результатов. Семье приходится приложить немало усилий, чтобы заставить подростка-астеника хоть как-то заниматься спортом. Он часто ненавидит уроки физкультуры и старается всячески от них отлынивать.

Если семья не делает попыток вовлечь его в спорт, астеник может оказаться совершенно неспортивным, не будет уметь плавать, всю жизнь будет бояться кататься на коньках, никогда не съедет с горы и т.д.

Однако, если благодаря подталкиванию семьи он начинает заниматься спортом, это несколько поднимает его самооценку.

### **Физическое здоровье.**

По-прежнему астеник болеет чаще других, причем самый незначительный стресс вышибает его из седла. Гастроэнтерологические проблемы, жалобы на сердце, хронические заболевания носоглотки, гипотония, – по-прежнему плата за слабость нервной системы очень высока.

При невротизации заболеваемость возрастает, появляется болезненная углубленность в размышления о здоровье, возникают невеселые мысли о каком-то тяжелом, может быть смертельном заболевании.

### **Колледж.**

Благодаря своему яркому интеллектуальному потенциалу астеники поступают в лучшие колледжи страны. Астеник прекрасно и с удовольствием учится, однако все время старается занижать свои интеллектуальные успехи. И опять ему так нужна поддержка близких, которые его подбодрят, подтолкнут, вольют в него хоть капельку амбициозности и заставят выдвигать более высокие жизненные цели.

*К. закончил один из лучших американских колледжей, причем за четыре года в дополнение к программе бакалавра по двум труднейшим специальностям почти окончил Master program. Принял решение делать кандидатскую диссертацию в маленьком, захолустном колледже. Под давлением*

*семьи подал заявление в Принстонский университет, куда был немедленно принят на полное обеспечение, покрывающее стоимость обучения с выплатой достаточно внушительной ежемесячной стипендии.*

Часто астеники лучше функционируют, если они живут дома, а не в общежитии.

## **Выбор профессии.**

Подростку-астенику нужно не только правильно выбрать профессию, но и специально готовиться к выходу на рынок рабочей силы.

Здесь котируются люди с позитивным мышлением, хорошими навыками общения, любовью к преодолению препятствий, люди, получающие удовольствие от самостоятельного принятия решений, способные добиваться цели, к тому же готовые пойти на демонстрацию силы при защите интересов своей группы. Здесь ценят нормальную самооценку, умение держать улыбку, вести непринужденный и ничего не значащий разговор.

Все хотят циклотимиков. Западный рынок рабочей силы ориентирован на особенности чисто циклотимического характера. Заниженная самооценка астеников и их коммуникативные проблемы могут обесценивать их отличное образование, и они с трудом приспособляются к требованиям рынка рабочей силы, пробуксовывают на стадии интервью.

Астенику прекрасно подходят профессии, связанные с заботой о других, предполагающие глубокое понимание и сочувствие к людям, – врач, медсестра, преподаватель, особенно учитель младших классов, специалист по дошкольному воспитанию, психотерапевт, психолог, работник системы социального обеспечения.

Высокий интеллектуальный потенциал позволяет им преуспевать в науке, высоких

технологиях, преподавании в колледжах. Точное восприятие образа и звука открывает возможности стать музыкантом, художником, дизайнером.

Любовь к порядку и регламенту делает их незаменимыми в бухгалтерском деле, финансовой отчетности. Для них желательна работа с заранее очерченным стереотипом обязанностей, предполагающая общение с небольшим количеством людей, исключающая взятие на себя большой ответственности. Астеникам не подходят профессии, связанные с быстрым принятием решений и адаптацией к постоянно изменяющимся условиям.

## **ВЗРОСЛЫЕ**

### ***Самооценка.***

Самооценка у астеника занижена, у него низкий уровень самопринятия, он неправильно оценивает свои ресурсы и имеет тенденцию их занижать, у него низкий уровень заботы о себе.

Заниженная самооценка астеника приводит к неуверенности и тревоге, фиксации на негативных сторонах жизни, страху перед изменениями, сложности адаптации к новым условиям.

### ***Общение.***

В общении астеник проявляет повышенную чувствительность к чужому мнению, признание прав окружающих на фоне собственного самоумаления, стремление к занятию низкого ранга в любых иерархических построениях.

Циклотимик, испытывая привязанность, любовь, даже страсть, все равно сохраняет независимость и самоуважение. Астеник растворяется в любви, становится зависимым в любых близких связях, дружеских и любовных, иногда полностью утрачивает ощущение собственного Я.



## **Окружающий мир.**

При восприятии мира мы сами создаем сцену, сами делаем ей подсветку, мы и режиссер, и сценарист, и рабочий сцены. Главное, именно мы надеваем маски на актеров.

Сценарий, созданный астеником, всегда о любви, гармонии. Мягкие лучи его внутреннего мира освещают сцену; нежные, мягкие маски одеты на актеров, и астеник в восторге от своей работы. Он любит свое детище, нежный, робкий мир, созданный его потребностью любить всех и все.

Но постоянно астенику приходится испытать потрясения от сознания того, что его внутренний мир не соответствует реальности. А она врывается в его нежный мирок, она груба и агрессивна. Она разбивает голубоватые и розоватые фонарики, создающие нежнейшую подсветку на сцене, и включает безжалостное яркое освещение, выхватывающее и делающее очевидным грязь, зло, недоброжелательность и зависть.

Конфликты между внутренней схемой и реальной жизнью приводят к появлению тревоги и недоверия к миру. В жизнь астеника входит амбивалентность, т.е. двойственное отношение, одновременное существование в сознании двух взаимоисключающих мотивов.

Любовь к миру и потребность излить на других поток тепла, любви, заботы сосуществуют с тревогой и страхом перед окружающей реальностью. Эта амбивалентность проходит вместе с астеником через всю его жизнь и является одним из оснований его склонности к невротическим реакциям и неврозу.

## **Тестирование реальности.**

Внутри астеников находится чувствительный детектор для получения информации, идущей из

окружающей жизни. Им свойственна утонченная эмпатия, способность к сопереживанию с каждым человеческим существом, животным, деревом и травой.

Если циклотимик видит красоту мира, созданную четкими линиями, обрисовывающую всю его привлекательность, то астеник чувствует все полутона, оттенки и тонкие переливы. Нежнейшая пастель астенического восприятия создает утонченную реальность, освещенную мягкими лучами его любви к людям, миру природы, любому живому существу.

Циклотимик как бы скользит по поверхности образов мира, восприятие астеника обладает глубиной, уникальной особенностью проникать внутрь любого живого существа. Как легко он может увидеть мир чужими глазами, почувствовать всю гамму ощущений, испытываемых другим человеком.

Циклотимик при восприятии мира всегда остается доброжелательным, но отстраненным наблюдателем. Это не дано астенику, который остро реагирует на любую мелочь, все принимает близко к сердцу, резонирует на любое движение окружающей жизни.

Несмотря на блестящий интеллект астеника его суждения о мире часто неточны. Идеализация окружающих на фоне самоумаления – плохие союзники в момент тестирования реальности. К тому же он видит ситуацию через призму своей заниженной самооценки, расположившись в самом низу иерархической лестницы.

### **Суждения .**

Астенику сложно верно оценить, какой тип поведения наиболее оптимален в данных условиях. Даже если умом он понимает, как лучше достичь желаемой цели, его подсознательное желание унижить себя возьмет вверх, и он выберет дорогу уступок и поправок своих прав.

## **Сила разума.**

Сознание астеника находится между двумя могущественными силами. С одной стороны – это социальные нормы, которых астеник побаивается и которым он так хочет угодить.

С другой стороны, на него оказывает давление тревога, страх, неуверенность в себе, рвущиеся из его подсознания и стремящиеся приобрести контроль над его поведением.

Сознание превращается в слугу двух господ, оно становится ареной борьбы двух монстров. И чем более невротизирован астеник, тем сильнее его стремление угодить и тем и другим.

Чем более он здоров и психологически проработан, тем меньше чувствителен он к мнению окружающих и тем в большей степени способен он контролировать свои подсознательные импульсы.

## **Психологическая защита**

(см стр.16).

У астеника слабая нервная система, что проявляется в низкой стрессоустойчивости, слабости механизмов психологической защиты, удивительной восприимчивости к самым разным раздражителям, ранимости, легкости невротизации. Многие астеники сознают хрупкость своей нервной системы и страдают от этого.

Астеник готов любить мир и людей, он стремится не замечать их негативные стороны. Ему так хочется идеализировать окружающий мир и, чтобы сохранить эту радужную картину, он часто применяет отрицание, что позволяет ему игнорировать негативную информацию о других людях.

Он с удовольствием применяет идеализацию, при помощи которой он наделяет других людей несуществующими положительными чертами. С легкостью идеализирует он эпилептоидов и

шизоидов, а затем старается приспособиться не к реально существующим людям, а к своему вымыслу.

Астеник не может заставить других пойти навстречу его желаниям и отвоевать право на удовлетворение своих потребностей. Его мучают воспоминания об ошибках и обидах прошлого. И, чтобы освободиться от чувства горечи, астеник применяет репрессию, вытесняя весь этот тяжкий груз в подсознание.

### **Мьшление .**

Астеник обладает блестящими интеллектуальными способностями. Но как часто его интеллект вовлечен в нелепую борьбу, которую ведут с сознанием две армии – суперэго (социальные нормы) и подсознание.

Победа сознания и его освобождение приводят к раскрепощению и росту интеллектуальных потенциалов.

### **Юмор .**

Юмор тонкий, блестящий, спонтанный. «Если жена изменила вам, то она не изменила отечеству».

### **Внешний вид .**

Астеник предпочитает неяркие цвета в одежде, как-бы маскируясь под асфальт, стараясь оставаться незаметным. Однако в хорошей одежде, как в доспехах, он чувствуют себя несколько спокойней и уверенней.

Астеник отличается моторной неловкостью, скованными движениями, невыразительной мимикой, отсутствием жестикуляции. В случае резкого занижения самооценки у него появляется тоническая сутулость.

### **Отношение к деньгам .**

Циклотимик рассматривает деньги как средство для получения наслаждения, эпилептоид видит в них эквивалент власти, шизоид

использует как дань, которой можно откупиться от семьи и получить право на странности и чудачества.

Для астеника деньги необычайно важны как средство, снижающее его страх перед будущим и гарантирующее ему выживание в будущих катастрофах. Такое выражение как «черный день» создали, несомненно, астеники, и «откладывать деньги на черный день» была, конечно, именно их идея.

## **Отношение ко времени и порядку.**

Он прекрасно планирует время, всегда у него заготовлен бесконечный список дел. Повышенное чувство ответственности не дает ему покоя, и часто он впадает в состояние паники по поводу несделанных дел. Циклотимик посоветует ему плюнуть на все, эпилептоид расскажет, как переложить обязанности на плечи других, шизоид пожмет плечами и предложит сыграть в шахматы.

Астеник необычайно пунктуален, ненавидит опаздывать и приходит немного раньше назначенного времени.

В доме у него идеальный порядок, все лежит на своих местах, каждую мелочь он может найти с закрытыми глазами. Все спланировано, предусмотрено, лишь чувство непонятной, внезапно приходящей тревоги отравляет его, в общем-то, благополучную жизнь.

## **Сексуальность.**

Не только слабость нервной системы приводит к невысокой сексуальности астеника. Повышенная любовь к родителям, доходящая до психологической зависимости, направление либидо на родителей также препятствуют нормальному развитию сексуальности.

Особенностью сексуальной жизни астеника является избегание дискуссий по поводу интимной

жизни. Если он испытывает какое-либо неудобство или дискомфорт, он не решится высказать это вслух.

Кроме того, сексуальная жизнь астеника необычайно зависит от стрессов и психологического климата в семье. Если циклотимик, эпилептоид и шизоид проявляют свою сексуальность вне зависимости от того, заплачен ли моргидж или нет, хорошее настроение у начальника или нет, пришел ли сын-подросток в 10 часов или в 2 часа ночи - то у астеника все не так. Для проявления его сексуальности он должен быть отдохнувшим, в хорошем настроении (что бывает нечасто), его ничего не должно огорчать (что почти невозможно).

Если же происходит реальный стресс, интимные отношения супругов могут быть прерваны на несколько месяцев. Столь непростая сексуальная жизнь приводит к невротизации супругов и создает условия для повышенной частоты фригидности у женщин и импотенции у мужчин.

### **Амбивалентность .**

Лишь на первый взгляд поведение астеника кажется однозначным. Оно амбивалентно, двойственно. Личность астеника представляет собой сложную структуру из хрупкого, почти неуловимого стержня, на который нанизаны оси.

Их полюсами являются признаки противоположные, казалось бы, исключаящие друг друга. На полюсах оси находятся свойства, составляющие плюс и минус, сильную сторону личности и ее слабость.

#### **Служение людям - тенденция к занятию низких рангов .**

Как только у астеника складывается иерархия ценностей и определяются жизненные цели, самой важной становится идея служения,

увеличение потенциала добра в мире. Астеники стремятся служить другим, оставаясь незаметными. Принесение добра другим доставляет им радость и успокоение.

Однако прекрасная идея служения другим часто оборачивается против ее обладателя. Она трансформируется в слабость, в тенденцию признавать права других людей на фоне умаления своих прав и подавления своих желаний.

Любое сообщество, любая социальная группа напоминает лестницу, где каждый занимает свою ступеньку, свой ранг. Оказываясь в дружеской компании, офисе, семье человек делает заявку на занятие определенного ранга.

Эпилептоид стремится к власти, к занятию самых высоких рангов. Циклотимик гораздо спокойнее относится к идее доминирования, но его сильная нервная система, яркость и многогранность талантов, соединенные с высокой самооценкой, выносят его на верхние ступеньки иерархической лестницы.

Астеник отказывается от заявки на достойное место в любой иерархии. Он пропускает вперед в дверь, ведущую к власти, благам и самореализации, представителей всех других характеров. Ему кажется, что они умнее, достойнее, лучше справятся с задачей.

Однако высокий интеллектуальный потенциал, обязательность, чувство долга, преданность идее могут вынести его на высокую позицию. Но она тягостна для астеника. Ведь занятие ранга не означает окончательного решения сложнейших социальных игр, разворачивающихся вокруг вопроса о власти. Ранг нужно удерживать.

Для эпилептоида борьба за ранг составляет смысл его существования. Циклотимик расценивает ее как преодоление препятствий и возможность совершенствовать коммуникативные навыки.

Мысль о том, что нужно бороться за свое положение, за удержание ранга, демонстрировать

силу, выдерживать давление со стороны других приводит астеника в ужас. Лишь подталкивание семьи и друзей удерживают его на высоких позициях, да и то он совершает этот подвиг не для себя, а для других.

Тенденция астеника к занятию низших рангов в любой иерархии проявляется на работе, где он, как правило, несмотря на свои выдающиеся интеллектуальные способности, оказывается в приниженном положении.

«Им приходится терпеть невнимание, обиды, даже унижение от лиц, выше их стоящих, в результате чего у них образуется громадный запас неизжитых мелких психических травм, создающий общий напряженный и окрашенный недовольством тон настроения» (2) .

Даже в случае значительного интеллектуального потенциала астеник редко занимает кресло руководителя. Власть над людьми совсем его не привлекает, он страшится ответственности, ему трудно подчинять себе людей, нелегко удерживать дисциплину.

Астенику сложно создать нормальные иерархические отношения в семье, среди друзей, родственников и людей малознакомых. Его душевная мягкость может восприниматься окружающими как ущербность, а его слабость провоцирует выплески агрессивности со стороны окружающих.

**Любовь к людям –  
жертвенность, ощущение себя жертвой.**

Глубокий интерес к людям, сопереживание, умение увидеть мир глазами другого существа, войти в мозг, в кожу другого человека, понять его боль, одиночество и тотчас откликнуться желанием помогать, утешать, поддерживать, – эти удивительные свойства пронизывают существование астеника.



Однако, соединенные с низкой самооценкой, постоянной готовностью к самоумалению, они легко переходят в жертвоприношение. И собственные интересы, собственные желания и часто сама жизнь легко приносятся в жертву другим.

Астеник не видит в этом подвига, его заниженная самооценка нормализует это самоуничижение. Астеник – человек удобный для окружающих. Он легко идет на самоумаление, доходящее до жертвенности. «Мы любим людей за то добро, которое мы для них делаем», – говорила княжна Марья Болконская.

Но в ряде случаев астеник соглашается с идеей Швейцера о том, что «истинный гуманизм заключается в том, что человек не жертвует собой ради какой-либо цели». И тогда его самоумаление, хотя и кажется ему необходимым, создает у него ощущение себя жертвой.

#### **Любовь к людям – избегание контактов.**

Яркая эмпатия астеника приводит к глубокому пониманию окружающих людей.

Пройдя через мучительные психотравмы, связанные с познанием мира людей, он уже хорошо видит их несовершенства. Если эпилептоид, видя недостатки окружающих, наполняется пренебрежением, мизантропством и оправдывает свою эксплуатацию другого человека, то астеник жалеет, любит этот несовершенный мир.

Каждый раз его сердце вздрагивает при соприкосновении со слабостью других, и чтобы лишний раз избежать этого мучительного резонирования и сопереживания, он делает шаг назад.

Есть еще одна причина для некой дистанции, которую астеник создает между собой и окружающими. Она заключается в осознании своего проигрыша в иерархических построениях и

понимании того, как сложно ему поставить себя с другими людьми.

«Он уважать себя заставил»... О, если бы астеник овладел этим рецептом, этой спасительной тайной... А пока он знает, как легко другие люди используют его в своих целях. Иногда ему кажется, что «ад – это другие», но он любит этих людей, и ему не дано другого мира, другой реальности.

Причиной существования дистанции, отстраненности и даже избегания людей является еще и осознание легко возникающей зависимости в близких связях.

С каким наслаждением астеник растворяется в любви к другому человеку, и как горько осознавать все негативные последствия этой так легко возникающей зависимости.

### **Чувствительность к чужому мнению – высокий уровень морального развития.**

Астеник соткан из противоречий. Его высокая сенситивность, чувствительность к чужому мнению, боязнь обидеть своим несогласием, невозможность пойти на самую легкую конфронтацию с окружающими, желание придержать дверь и пропустить всех вперед, попытка отгадать желание другого человека еще до того, как оно будет высказано, и осуществить его еще до того, как астеника об этом попросят, – все эти черты создают образ человека податливого, казалось бы, вообще не имеющего собственного мнения.

В какое кино пойти, куда поехать отдыхать, что делать в тысячах мелких бытовых ситуаций, в которых существует проблема выбора, – во всех этих ситуациях астеник с легкостью пойдет на поводу у других, подавляя свои собственные желания и мнения.

Но каково же изумление окружающих, когда вдруг это робкое существо становится тверже

железа. Так существуют все-таки обстоятельства, когда астеник может пойти против окружающих, оказаться в меньшинстве и даже в одиночестве, но не поменять собственного мнения. Подобная метаморфоза происходит с ним в ситуациях, связанных с моральными принципами.

Многие астеники отличаются высоким уровнем морального развития. При всей своей слабости, уступчивости и неуверенности в себе астеники могут быть жесткими и непреклонными, если дело касается морали.

Так, Эмиль Золя, астеник, человек с утонченной психикой, много лет страдавший неврозом навязчивых состояний, пошел против большинства в деле Дрейфуса.

Аморальность тоталитарного режима подтолкнула многих астеников пойти на все сложности эмиграции, преодолевая присущий им страх новизны и неверие в себя.

В сложном, подчас жестоком мире, нередко направленном на подавление личности или на выработку у нее конформизма и подчинения, эти тихие люди хранят в себе потенциал добра, незримо увеличивают его количество в мире и передают следующему поколению эстафету морали, добра и сочувствия.

#### **Легкость невротизации – максимальный потенциал развития.**

Угроза легко возникающей невротизации нависает над жизнью каждого астеника как дамоклов меч. Слабая нервная система, утонченность внутреннего мира, тончайшее детектирование всех сигналов из мира внешнего предполагает легкость возникновения многочисленных поломок в работе нервной системы.

Тем более удивителен и парадоксален выход этого ломкого и хрупкого существа на высочайшие уровни психологического развития.

В определенный момент жизни астеник вступает в мучительный период, связанный с огромной внутренней работой. Как тяжела констатация совершенных ошибок, проблем, нерешенных в силу робости и деликатности натуры.. Как мучительны сильнейшие амбивалентные чувства по поводу себя и окружения, вся эта разорванность эмоциональной сферы..

Сознание кричит о неправильно прожитой жизни, безжалостно напоминает об ошибках и требует принятия решения об изменении жизненной программы. Как на дисплее, проходит перед астеником его жизнь, в которой он с готовностью отмечает все свои слабости, свое нелепое неумение постоять за себя и добиться заслуженного отношения от других, свое мазохистское стремление уступить всем дорогу и встать внизу любой иерархической лестницы, свою столь удобную для окружающих жертвенность, свою унижительную мягкость и готовность принимать шлепки и обиды.

И, воссоздав эту картину, сознание говорит: «Ну, давай, давай. Откажись от этой программы, перепиши все заново и заживи достойной жизнью уважающего себя человека».

Однако подсознание заявляет: «Но ведь это все правда. И ты ничто, и никогда тебе не освободиться от страха перед другими. Ты боишься даже тех, кто любит тебя. Поэтому живи как живется, совершенствуй искусство принятия потерь и довольствуйся своей участью».

Сознание возражает: «Ты должен самореализоваться. Ты всегда думал об интересах других, подталкивал других людей вперед. Теперь отработка закончена, и сегодня пришел твой час. У тебя должна быть работа, достойная твоих талантов. Ты должен изменить семейные отношения и заставить близких думать о твоих интересах. Отношения с друзьями должны стать более симметричными. Перемешай все карты и снова

раздай колоду. Перемени все свои роли и напиши новый сценарий».

Но подсознание посмеивается: «Где уж тебе, себя не переделаешь, это твоя судьба».

Как ясно видит астеник все пути для улучшения своего существования! Как славно могло бы быть его царствование в его крохотном королевстве...

Но ясность задачи лишь еще больше оттеняет его беспомощность, слабость энергетики и ничтожность ресурсов для осуществления тех восхитительных задач, которые создает перед ним разум.

И тогда из всего многообразия ролей, предлагаемых ему в гигантском театре жизни, он выбирает самую жалкую, – роль вечного жалобщика, нытика, человека, всегда недовольного, изводящего окружающих нескончаемым потоком жалоб на жизнь и одновременно отвергающего все рецепты для ее улучшения.

Подсознание побеждает, астеник опускает руки. Он сознает все свое несовершенство, но отказывается делать что-либо для его исправления.

За свою робость, за свое психологическое самоубийство он платит высочайшую цену. Ощущение собственного несовершенства, понимание собственного отказа от какой-либо борьбы, постоянные все новые подтверждения собственной никчемности, новые унижения и обиды, – все это создает колоссальное внутреннее напряжение.

Потребность в самоуважении подавляется самой личностью, что создает огромный уровень невротизации и психосоматических проблем. За отказ от изменения своей психологической программы астеник зачастую платит своим здоровьем.

Однако в судьбе других представителей астенического характера происходит чудо.

Победившее сознание выводит их на новый уровень развития личности.

Для этого изменения астеник должен пройти через тотальную переоценку ценностей и отказ от прежних стереотипов. Модификация своей психологической программы выводит астеническую личность из невроза и помещает ее на более высокий уровень психологического развития. Проблема собственного несовершенства перестает быть значимой, идет мощное самопринятие. Изменившиеся отношения с людьми становятся более симметричными.

Каждый из нас сталкивается с необходимостью саморазвития, перепрограммирования своей личности. Каждый проходит нелегкий период невротических реакций или невроза, связанного с модификацией своей психологической программы. Но у кого еще она протекает так драматично и затягивается на годы... У кого так высок риск завязнуть в невротическом состоянии, и кто платит такую высокую цену за невозможность перейти заветный рубеж...

### **Типы астеников.**

Среди людей с астеническими типами характеров можно выделить три группы (астено-невротики, сенситивный тип и психастеники).

### **Астено-невротики.**

Главной чертой астено-невротика является слабость физического здоровья и отягощение многочисленными неврогенными нарушениями.

Для него характерна повышенная утомляемость, раздражительность, склонность к ипохондрии. Астено-невротика трудно функционировать, для него тяжел сам процесс существования. Банальное течение жизни с ее

обычными нагрузками является для него труднопреодолимым препятствием.

Он быстро устает, и сознание собственной неспособности к жизни расстраивает его, отнимает силы, еще больше занижает его и так невысокую самооценку.

Утомляемость особенно проявляется при умственных занятиях. «Напряженная умственная работа в течение нескольких дней является достаточным условием для нервного срыва. Умеренные физические нагрузки переносятся лучше, однако физическое напряжение, например, обстановка спортивных соревнований, оказывается непереносимой» (2).

Раздражительность возникает как следствие слабости, невозможности переносить самые банальные нагрузки, такие как, недосыпание, усталость или легкое ощущение голода. «Раздражительность по ничтожному поводу легко изливается на окружающих, порой случайно попавших под руку, и столь же легко сменяется раскаянием и даже слезами» (2).

Тонкий внутренний детектор, находящийся внутри астено-невротика, обладает повышенной чувствительностью ко всем раздражителям, идущим изнутри. Поэтому ему часто кажется, что у него что-то болит.

Обилие жалоб, болезненные ощущения в разных участках тела создают постоянное ощущение нездоровья и приводят к фиксации на своих телесных ощущениях, на беспокойстве по поводу работы сердца, желудка и т.д.

Он немного успокаивается в кабинете врача, охотно лечится, проходит самые тяжелые обследования. Однако результаты тестов, как правило, оказываются нормальными в связи с тем, что жалобы астено-невротика имеют неврогенную природу.

Он склонен подозревать у себя тяжелейшие заболевания, боится ранней смерти. При малейшем

стрессе груз неврогенных нарушений резко возрастает. Идет обострение всех мыслимых и немыслимых заболеваний.

*М.К., 26 лет, после замужества живет с родителями мужа. За 2 года семейной жизни 11 раз была госпитализирована (удаление аппендицита, гланд, желудочные колики, загрудинные боли, межреберная невралгия и т.д.) После развода страдала депрессией, неврастенией, суицидальными мыслями. Психотерапия и курсы медитации в течение 1 года привели почти к полному прекращению жалоб.*

Для астено-невротика необходимо регламентированное течение жизни. Режим работы должен включать в себя перерывы, желательна работа на неполный рабочий день или работа дома.

Необычайно важен для астено-невротика сон. Ему необходимо рано укладываться спать, высыпаться, причем он должен спать 9-11 часов. Все астеники относятся к многоспящим, и сон необходим им для сброса сильнейшего эмоционального напряжения, который они набирают в течение дня.

Сон его всегда с обильными сновидениями, которые представляют собой важный способ психологической защиты. Астеник ложится невротиком и просыпается здоровым.

Перед сном он не может позволить себе роскошь посмотреть драму по телевизору. Он должен избегать любых сильных раздражителей в вечерние часы.

Сон для астеника важнее еды, но четкий режим питания также необходим. Незначительный голод провоцирует раздражительность, обидчивость и даже плаксивость.



Большие физические и умственные нагрузки должны быть исключены. Создать подобный тепличный образ жизни нелегко, и у астено-невротика часты проблемы на работе, сложности в нахождении партнера, разводы.

Однако в условиях щадящего образа жизни он хорошо функционирует.

### **Сенситивный тип.**

Основная проблема этих людей связана с их резко повышенной чувствительностью к мнению окружающих и лежит в области межличностных контактов. Их ахиллесова пята – отношение окружающих, то, что думают о них, любят ли их, как к ним относятся.

Для сенситивного астеника присущи чрезмерная чувствительность и впечатлительность, которые сочетаются с высокими моральными требованиями к себе, с «этической скрупулезностью». Ганнушкин отмечает, что за всем этим лежит резко выраженное чувство «собственной недостаточности».

Наиболее ярко сенситивные черты проявляются в возрасте 16-19 лет, т.е. во время самостоятельного вступления в социальную жизнь.

Сенситивный астеник часто старается компенсировать свое чувство собственной неполноценности за счет реакции гиперкомпенсации. Астеническая личность ищет самоутверждение не в сильных участках своей натуры, не в областях, где могут раскрыться ее способности, а именно там, где она ощущает свои дефициты.

«Девочки стремятся показать свою веселость и общительность. Робкие и стеснительные мальчики натягивают на себя личину развязности и даже порой заносчивости, пытаются продемонстрировать свою энергию и волю. Но как

только ситуация требует от них смелости и решительности, они тотчас же пасуют»(2).

Любое общение выливается в поток негативных чувств, ощущение собственной никчемности, чувство боли от любого невнимания, чувство стыда за то, что он не знает того, что знают другие или не читал книгу, известную собеседнику.

Любое изменение тона голоса, легкое движение мышц лица собеседника, его жест или молчание, – все истолковывается как проявление пренебрежения, невнимания.

Ему кажется, что все смотрят на него и видят все недостатки его лица, фигуры, одежды.

Окружающий мир, как правило, нейтрален, скорее безразличен, чем враждебен. Но у сенситивного астеника мучительность контактов с людьми вызывает поток негативных мыслей о мире, в котором он захлебывается и даже тонет.

Как часто в семье, среди знакомых, в компании и на работе возникает у него ощущение себя чужаком, посторонним, это мучительное чувство отгороженности от мира людей, в то время как хочется быть с ними, любить их и быть любимым.

С возрастом сенситивность может принять новые формы. Так на людях сенситивный астеник одевает маску и делает все, чтобы понравиться окружающим. Однако в семье маска сбрасывается, и на голову близких обрушивается поток негативных высказываний, жалоб на жестокий мир, поток раздражительности и гнева, первоначально адресованных к окружающим, но не высказанных в силу своей сенситивности.

Людям сенситивного типа постоянно нужно работать над своей самооценкой, освободиться из-под власти чужих мнений. Сегодня психотерапия разработала великолепные методы для уменьшения сенситивности, что открывает перед людьми, болезненно чувствительными к

чужому мнению, возможность начала «второй жизни».

## **Психастенический тип.**

*«...Иа остановился и посмотрел в воду. - Я так и думал, - вздохнул он. - С этой стороны ничуть не лучше. Но всем наплевать. Никому нет дела. Душераздирающее зрелище - вот как это называется»,*

*«Винни-Пух и все, все, все». А.А. Милн.*

Этот тип характера труден для понимания, он окружен конфликтами с окружающими людьми и часто отягощен выраженными невротическими изменениями.

В раннем детстве у ребенка отмечаются незначительные астенические проявления - робость, пугливость, некоторая нерешительность.

Однако нагрузка - физическая, психическая, перенесенные заболевания - не только усиливают эти черты, но и провоцируют появление страхов: страх темноты, высоты, страх выходить на балкон, страх переходить через мосты, страх перед животными. Возрастает страх новых людей и предметов, поэтому такого ребенка пугает необходимость знакомства с новыми людьми.

Могут появляться навязчивости: кручение прядки волос, навязчивый счет, бесконечное повторение одной и той же операции. Реже наблюдаются невротические тики.

При самой незначительной невротизации усиливается склонность к бессмысленному рассуждательству и нерешительность.

*«...ослик Иа стоял один-одинешенек в заросшем чертополохом уголке леса, широко расставив передние ноги и свесив голову набок, и думал о Серьезных Вещах. Иногда он грустно думал: «Почему?», а иногда: «По какой причине?», а иногда он думал даже так: «Какой же отсюда следует вывод?»*

Психастеники чрезвычайно впечатлительны к событиям настоящего. Но еще в большей степени пугают их возможные события будущего. «А что, если...» выдвигает психастенический ребенок какое-нибудь предложение и мучительно ищет на него ответ.

Пожалуй, одним из наиболее тяжелых периодов жизни психастеника является начальная школа. Для этого характера свойственно повышенное чувство долга, и школьные обязанности являются первым серьезным ударом.

Ситуация еще более углубляется, если родители возлагают на ребенка слишком большие ожидания. К школьной нагрузке добавляется еще и нагрузка в кружках, музыкальной школе, в спортивных секциях. Ребенок в силу повышенного чувства долга и страха потерять родительскую любовь старается изо всех сил выполнить все самым лучшим образом. Постоянное напряжение изматывает его и неизбежно приводит к невротизации.

Подростки-психастеники выделяются среди сверстников нерешительностью, которая проявляется в любой ситуации выбора. Они истязают себя своей склонностью к рассудительству, тревожной мнительностью, любовью к самоанализу. У них часто возникают навязчивости.

Их страхи «целиком адресуются к возможному, хотя и маловероятному в его будущем (футуристическая направленность мнительности и тревоги): как бы чего не случилось ужасного и непоправимого, как бы не произошло какого-либо непредвиденного несчастья с ними самими, а еще страшнее – с теми близкими, к которым они обнаруживают страстную, порой патологическую привязанность. Опасности реальные и невзгоды уже случившиеся пугают куда меньше»(2) .

Чтобы снизить свою тревогу психастеник пускает в ход различные специально придуманные

приметы и ритуалы. Так, подросток считает, что «если по дороге в школу обходить все люки, то «не провалишься», отвечая у доски... Если при вспышке страха за мать, повторять про себя самим выдуманное заклинание, то с ней ничего плохого не случится» (2).

Сверстники не жалуют его теплым отношением. Ведь он педант и формалист, он избегает какого-либо риска, все он хочет заранее предусмотреть, все время он боится, что случится что-то плохое.

Хотя он нерешительная мямля, он ни с того ни с сего может высказывать самоуверенные заявления и безапелляционные суждения. Его реакции гиперкомпенсации (утверждение себя в слабых сторонах натуры) всегда вызывают чувство удивления и раздражения у сверстников.

У взрослого психастеника сохраняется нерешительность, склонность к сомнениям и бессмысленному рассуждательству, самоедство, обостренная впечатлительность.

Однако эти черты могут оттесняться на задний план при восприятии психастеника окружающими, а на первый план властно выходят удивительные особенности его мышления. Высокий интеллектуальный потенциал, способность глубоко разрабатывать какую-нибудь научную идею, высочайшая требовательность к себе делают его незаменимым работником во многих областях.

На работе он ценный специалист, но, несмотря на это, психастеника часто не покидает сомнение в правильности сделанного. Из-за недоверия к себе он часто перепроверяет себя, и этот постоянный контроль может делать работу медленной и мучительной.

Психастеник не любит физический труд, очень неловок и с большим трудом привыкает к ручной работе.

Интеллектуальная деятельность – наука, литература и т.п. – является успешной, если она

не содержит необходимости выбора, частого самостоятельного принятия решений.

Любой самостоятельный выбор может стать причиной долгих и мучительных колебаний. Так, у большинства психастеников принятие решения об эмиграции приводило к сильнейшим нервным истощениям.

Трудность сделать выбор и самому принять решение проявляется и в жизненно важных ситуациях, и при совершении покупки. Эта черта будет изводить самого психастеника и доставлять много хлопот его близким людям в течение всей жизни.

В эмоциональной жизни сохраняется робость, боязливость: «...он отступает не только перед действительной опасностью, но и существующей только в его воображении; он боится не только того, чего следует опасаться, нет, он боится даже и того, чего он просто не знает; всякое новое, незнакомое дело, всякая инициатива является для него источником мучений» (2).

Психастеник боится нового, плохо переносит состояние неизвестности. Изменение ситуации, ломка жизненного стереотипа влечет за собой панику.

В его привычках проявляется высокий внутренний контроль и своеобразная психологическая защита в виде педантизма. Он аккуратен, чрезмерно привязан к порядку, каждая вещь на своем месте. Он стремится установить дома строго регламентированный образ жизни. И самое мелочное нарушение его привычек выводит его из равновесия и раздражает.

Необычайно тяжелы невротизированный психастеник в роли пожилого родителя, тещи, свекрови. Сужение сознания, «сжатие горизонта в точку» приводит к сильнейшему нарушению тестирования реальности. Он проявляет жесткую привязанность лишь к привычному, знакомому. Для него невозможно адаптироваться к любому из

стремительных изменений мира, он цепляются за привычные мерки и стереотипы, проявляют нелюбовь, почти ненависть к любым изменениям, постоянно оглядываются назад, «а вот в наше время»...

Нетерпимость, отсутствие гибкости отталкивает от него окружающих и приводит к одиночеству. Состояние одиночества, соединенное с ощущением собственной беспомощности перед миром, приводит к повышенному требованию внимания от детей и внуков. Ослепленный невротическим эгоцентризмом, он не хочет понять всех жизненных проблем своих детей, он бесконечно обидчив и ворчлив.

Присущее психастенику негативное восприятие мира усиливается по мере невротизации. При общении с взрослыми детьми и внуками он постоянно выявляет недостатки окружающих, обрушивает на близких поток негативизма. В силу реакции гиперкомпенсации он высказывает запелляционные суждения о вещах, в которых он ничего не понимает.

Если человек с тревогой или депрессией осознает свое нездоровье и обращается к помощи психотерапии, то невротизированный психастеник всегда считает себя здоровым, адекватным, правым в любом споре.

Он не осознает свою «слепоту» в тестировании реальности, и ему ничего невозможно доказать, его ни в чем нельзя убедить. Он по-прежнему отстаивает свою куцую картину мира, теряя при этом друзей, знакомых, мучая своих взрослых детей и утрачивая связь с поколением внуков.

Психастеник – человек пунктуальный, чистоплотный, чрезвычайно требовательный не только к себе, но и к другим. Он часто педант, формалист, и как считают другие, большой зануда. Психастеник предъявляет повышенные

требования не только к себе, но и к окружающим, что приводит к постоянным конфликтам.

## **ПОВЕДЕНИЕ В СЕМЬЕ.**

Идея служения пронизывает семейную жизнь астеника. В силу выраженного чувства долга, жертвенности, самоумаления он является верным, заботливым супругом и родителем. В семье он может занимать самое приниженное, даже жалкое положение, когда на него взваливается бесконечное число обязанностей, заботы о членах семьи, родственниках, знакомых. Он безропотно тянет этот груз в ущерб собственной психике и соматике.

При многочисленных проблемах со здоровьем, которые на самом деле представляют из себя неврогенные нарушения, при хрупкости, чувствительности ко всем мыслимым нагрузкам астеник вдруг начинает проявлять высочайшую работоспособность, устойчивость к стрессам и перегрузкам, если дело касается интересов близких людей.

Часто астеник понимает, как он удобен для окружающих, отслеживает ту готовность, с которой другие люди готовы использовать его человеколюбие. Но он готов платить высокую цену за то, чтобы остаться самим собой и не изменить своей системе ценностей.

### ***Роль супруга.***

Астеник привязан к супругу с любым характером.

Астеник необычно привязан к супругу даже при несправедливом к себе отношении. Астеник всегда влюблен в своих супруга и партнера. Эта влюбленность может еще более усиливать остроту восприятия мира, усугублять его чувствительность и ранимость. Красота мира кажется еще более хрупкой, а за кадром звучит



трагическая нота о том, что в любой момент все может оборваться и исчезнуть.

О сложностях личной жизни астеников свидетельствует роман Тургенева с Полиной Виардо. «Любовь вовсе не чувство, – пишет Тургенев. – Это болезнь души и тела... В нем нет равенства и так называемого единения душ. В нем одно лицо – раб, а другое – властелин, и сама она цепь, и цепь тяжелая».

Отношения с супругом являются для астеника чрезвычайно важной категорией, придающей ценность его существованию. Однако любовное чувство подталкивает его к сильнейшей зависимости, доходящей до растворения в личности другого человека.

Астеник Чехов подметил эту черту в Душечке, обладательнице астенического характера. С готовностью и наслаждением растворяется она в личности очередного супруга, перенимая его взгляд на мир и людей, разделяя с ним его проблемы и жизненные тяготы.

По-видимому, обладательницу астенического характера можно выдать даже за инопланетянина. Потребность любить и заботиться о другом существе сработает и на этот раз и приведет к счастливому браку.

На первый взгляд астеник является прекрасным партнером, той самой мягкой податливой глиной, из которой каждый может вылепить себе идеального супруга.

Но, к сожалению, люди так несовершенны, и мягкость другого человека открывает зеленый свет выбросу наших агрессивных желаний. Происходит постоянное унижение астеника в браке, и часто он оказывается отброшенным в самый низ семейной иерархической лестницы.

С другой стороны, самоумаление и отказ от каких-либо прав негативно действует не только на самого астеника. Его самоуничтожение, невозможность постоять за себя потворствует

всему негативному, что есть в личности его спутника.

Рядом с ним эпилептоид становится еще более властным и нетерпимым, циклотимик с еще большей легкостью транжирит деньги, разбрасывает вещи и разрушает свою жизнь.

Потворство со стороны астеника дает возможность шизоиду полностью отойти от домашних дел, земных проблем и уйти в небезопасный полет, еще больше отрывающий его от реальности.

Астеническая мягкость и желание избегать каких-либо конфликтов, режим потворствования, который астеник устанавливает в отношении всех окружающих, самым негативным образом действует на истероидную личность, поощряя ее ненасытный эгоцентризм.

Роль супруга оказывается для астеника необычайно сложной. Какую колоссальную работу должен произвести астеник, чтобы освоить эту роль и быть счастливым в семейной жизни.

Для этого он должен в своих семейных отношениях

- \* не бояться выражать свои чувства и мнения, научиться отстаивать свое мнение
- \* говорить «нет» и выражать свое несогласие
- \* научиться заботиться о себе
- \* постоянно работать над повышением своей самооценки
- \* снижать свою психологическую зависимость от других
- \* идти на демонстрацию силы и т.д. и т.п. (см глава 7, тесты на психологическую зависимость и заниженную самооценку).

## **Влияние невротизации на семейные отношения.**

Невротизированный астено-невротик навешивает на семью груз своих невротических нарушений соматики. Он впадает в ипохондрию, старается закрепить за собой роль «больного человека», получая тем самым выгоду от своих дефицитов в виде повышенного внимания и заботы со стороны семьи.

Он истязает свою семью бесконечными жалобами на здоровье, визитами к врачу, ненужными обследованиями и посещениями госпиталя.

Сгибаясь под тяжестью своих соматических проблем, он готов весь мир втянуть в обсуждение своего нездоровья, в то же время отказываясь что-либо сделать для улучшения ситуации.

В случае сенситивного астеника невротизация все больше отвлекает его от семейных проблем и перемещает фокус его внимания на то, что подумают и скажут окружающие.

Невротизация как бы рассекает его личность на две части. Одну из них невротизация предназначает для социальных контактов и одевает на нее маску «приятнейший человек», «дама приятная во всех отношениях».

Однако для дома невротизация оставляет другую часть личности, суть, созданную из тревожности, напряженности, бесконечных сетований по поводу жестокой жизни и несовершенства мира.

Невротизированная личность все больше уходит в свои нерешенные психологические проблемы, в ощущение собственной боли, оставляя за бортом интересы и потребности семьи.

Наиболее тяжелы последствия невротизации у представителей психастенического характера. Даже здоровый психастеник отличается перфекционизмом и завышенными стандартами. И уже никто не может дотянуться до высоко

поднятой планки, которую устанавливает невротизированный психастеник.

Кроме того, на супруга и детей обрушивается лавина негативизма. Тестирование реальности искажено, личность не способна радоваться и подмечать какие-либо положительные стороны окружающей жизни.

Резко возрастает футуристическая направленность страхов, которая, в частности, ведет к патологической скупости. Ведь необходимо отложить деньги на «черный день», а уж он, по мнению психастеника, придет обязательно. В случае сильной невротизации психастеник заставляет семью вести нищенский образ жизни, устраивая скандалы жене по поводу купленной детям пиццы, стараясь экономить на чем только можно.

Усиливается нерешительность, падает способность к принятию решений, ухудшается возможность адаптации в новых условиях. В случае эмиграции все это резко снижает адаптацию всей семьи. Болезнь тяжким грузом ложится на ее плечи.

Однако психастеник преисполнен сознания собственной правоты и адекватности и не признает себя больным. Все большее количество его ментальной энергии уходит в русло невроза, все больше ослабевают семейные связи.

*Н., 40 лет. Тревожно-депрессивное состояние с тяжелой бессонницей усилилось после ухода жены и детей. Причиной послужили постоянные конфликты со стороны Н. по поводу несоблюдения его резко завышенных стандартов и требований к окружающим, скупости, негативизма, сочетающиеся с неспособностью адаптироваться к окружающей его жизни, многочисленными негативными высказываниями об других людях и мире. Тайно от жены накопил*

10.000 «на черный день». Находится под сильнейшим страхом «стать бездомным». Отсутствует какой-либо интерес к жизни детей. Поглощен поисками нового партнера, «который бы мог о нем позаботиться». На работе начались конфликты, после того как было замечено, что он уносит из туалета салфетки и мыло.

Невротизация накладывает свой отвратительный грим на еще недавно свежее и молодое лицо, она ломает супружескую роль и часто делает невозможным продолжение брачного союза.

## **Совместимость в браке.**

**Астеник–астеник.** Сценарий семейной жизни двух астеников завистит от уровня их психологического здоровья и степени зависимости от прородительской семьи.

В счастливом варианте это два хрупких, психологически здоровых человека, необычайно преданных друг другу. Они терпимы к людям, доброжелательны, готовы помочь. Они осознают свою ранимость, что толкает их к несколько уединенному образу жизни.

Мягкие потоки любви и жертвенности освещают этот очаг. Постоянные объяснения в любви, негромкая речь, получение удовольствия от принесения радости друг другу, совместная забота о детях и доме, – в этой тихой, ласковой обстановке астеник расцветает и реализует все лучшие стороны своей личности.

Он не только психологически самореализуется, открывая шлюзы для потоков тепла и доброты, направляя их на мир, семью, друзей. Раскрываются его творческие потенциалы, и его интеллект достигает в своем развитии той высшей точки, которая отмерена ему судьбой.

Несмотря на хрупкость его участников, подобный союз необычайно крепок в отношении повседневных стрессов и ударов судьбы.

В их доме негромкая речь, тихая музыка, цветы и картины, обилие ласковых слов, постоянные объяснения в любви между членами семьи, домашние животные, которых все обожают и балуют. Этот маленький мирок пронизан любовью, взаимопомощью и проявляет необычайную прочность при столкновении с невзгодами.

При невротизации супругов резко меняется семейный климат. Взаимные обиды, слезы по пустякам, чувство постоянного напряжения, подавление эмоций, ощущение непонятной вины, отсутствие нормальной сексуальной жизни, – и все это сопровождается бесконечными недомоганиями, неврогенными нарушениями соматики, болезнями.

Для астеника семья должна быть той надежной норой, где бы он мог залечить раны, полученные от соприкосновения с миром. Невротизация лишает обоих супругов столь необходимого им убежища.

**Астеник-циклотимик.** Астеник оживает в ярких и теплых лучах циклотимической любви. Циклотимика привлекает доброта, мягкость, преданность астеника, соединенная часто с ярким интеллектом. В свою очередь, печального астеника привлекает позитивное мышление, сила психологической защиты, добродушный юмор циклотимика.

Астеника, для которого поддержка и понимание нужны как воздух, привлекает доброжелательный нрав циклотимика, его готовность оказывать поддержку другим. На вопрос астеника «Кому поведать печаль мою?», циклотимик отвечает шуткой, смехом, готовностью вступить в сексуальные отношения в любое время суток, похлопыванием по заду и сообщением на ухо чего-то очень смешного и фривольного.

Если астеник растворяется в своей любви до конца, ничего не оставляя себе, он, несомненно, первый в любви, то циклотимик всегда сохраняет свою независимость, а также интерес к хорошеньким или просто новым лицам. Все это бьет по заниженной самооценке астеника.

Слабая нервная система астеника, его истощаемость, утомляемость приводят к тому, что астенику трудно угнаться за мощной энергетикой циклотимика, его бесконечным поиском развлечений и удовольствий.

Тревожному астенику нужен продолжительный сон для восстановления, а беззаботный и бесшабашный циклотимик, обладающий великолепной психологической защитой, относится к малоспящим.

Астеник ненавидит и боится изменений жизненного стереотипа, переездов и перестановок. Циклотимик обожает изменения, легко переезжает и любит переставлять мебель.

Астеник старается упорядочить окружающую среду в противовес своему постоянному внутреннему дискомфорту. Он любит порядок, вещи, лежащие на своих местах, ничем не нарушаемый режим питания и сна, пищу, приготовленную дома.

А циклотимика тянет куда-нибудь пойти, ему скучно есть один и тот же куриный бульон два дня подряд, он разбрасывает вещи, всегда опаздывает к пунктуальному астенику и отмахивается от смешных и непонятных ему призывов к размеренности и умеренности.

Трудно астенику подняться до высокой планки, которую циклотимик устанавливает в сексе. Неистощимая сексуальная энергия циклотимика вызывает у тихого астеника ощущение близкой кончины, он хватается за сердце и со счастливой улыбкой засыпает в объятиях похрапывающего циклотимика.

Амбивалентность преследует астеника. Ощущение счастья в союзе с циклотимиком омрачено чувством неразделенной до конца любви, ревностью и ощущением собственной неполноценности, связанной с невозможностью дотянуться до высокой планки в наслаждении жизнью и функционировании, которую так легко устанавливает циклотимик.

Однако приходят для циклотимика тяжелые дни, и начинаются периоды спада, депрессии. В этот момент астеник создает для него надежное убежище, окружая его теплом, заботой, излучая преданность и любовь в ее высшей точке, на которую способны лишь люди этого характера.

**Астеник-эпилептоид.** Астеника привлекает сила эпилептоида, и он полностью склоняет голову под давлением эпилептоидной личности, жертвуя при этом своими связями с родителями и друзьями.

Это самый драматический семейный союз, основой которого является то необычное обстоятельство, что супруги поддерживают патологию друг друга.

Астеник, и так страдающий заниженной самооценкой и склонный к самоуничтожению, на этот раз полностью отказывается от каких либо прав, полностью растворяется в личности своего властного партнера и проявляет все возрастающую зависимость от него во всех сферах его жизни. Для астеника этот союз равнозначен полному самоуничтожению.

Эпилептоид, легко соскальзывающий на командный тон, рядом со сдающим все позиции астеником перестает делать какую-либо коррекцию поведения и выпускает из своего подсознания уже не сдерживаемое ничем желание неограниченной власти.

Глядя на поведение женщины - астеника в ее союзе с эпилептоидом можно только поражаться тому, насколько может унизиться человеческая



душа. Как можно обречь себя на такой сильнейший хронический стресс, разрушающий здоровье и обрекающий на более ранний уход из жизни? Неужели можно быть ласковой матерью и одновременно давать своим детям такую патологическую модель семейных отношений, программируя их на проигрыш в их будущей семейной жизни?

Особенно тяжело складывается ситуация, если ребенок также обладает эпилептоидным характером. Подобная ситуация описана в романе Мопассана «Жизнь».

Властные женщины-эпилептоиды часто стараются выбрать в качестве партнера мягкого, нежного мужчину-астеника. Эти Салтычихи устанавливают дома Домострой, унижают партнера, взваливают на него непосильную работу, оскорбляют, ссорятся с его родней, скандалят и даже поколачивают своего избранника.

Мягкость мужа-астеника приводит к раскручиванию патологической властности его жены-эпилептоида.

*Жена работает один день в неделю, дома ничего не делает, готовить отказывается, постоянно ищет поводы для конфликта. Муж-астеник работает на высоко оплачиваемой должности, после работы закупает продукты, делает стирку и уборку квартиры, ходит гулять с детьми. Находится под полным контролем жены. Та в разговоре со своей подругой с возмущением говорит: «Посмотри, уже июнь месяц, а окна он еще не помыл».*

**Астеник-шизоид.** Трогательно заботится астеник о супруге-шизоиде, верно угадывая его нестандартность и причудливость его внутреннего мира, всегда страдая при этом от эмоциональной

скупоści шизоида, его молчаливости и отсутствия эмпатии.

В детском саду астеник и шизоид мирно играли рядом, но если астеник пытался заговорить с маленьким шизоидом, тот отходил в сторону.

Примерно такая же модель отношений сохранилась и в браке. Как только астеник, движимый желанием найти родственную душу, пытается установить канал общения, шизоид сразу уползает в свою раковину.

Для шизоида этот союз удачен. Он охотно принимает заботу астеника о себе, и все его потребности встречены со вниманием. Однако астеник в подобном союзе часто страдает от одиночества. «Нет одиночества хуже, чем одиночество в Париже». Одиночество в семье тягостно и разрушительно.

Однако астеник привык всех прощать и ко всем приспособливаться. Он пытается оправдать странности своего партнера как в своих глазах, так и в глазах окружающих.

Но если ребенок унаследует шизоидный характер, то астенику придется держать круговую оборону. Но может выпасть счастливый билет в виде рождения ребенка-астеника, и тогда две астенических души согреют друг друга.

**Астеник – истероид** (глава 5).

## **Супружеские измены.**

Астеник не склонен к изменам. Он долго может терпеть несправедливое к себе отношение, не говоря ни слова и подавляя свои чувства.

У него часто вспыхивает чувство ревности, основанное на ощущении собственной неполноценности. Его любовь всегда окрашена страхом потери любимого человека. Реальные измены переживаются им необычайно тяжело и приравняются к трагедии.

## **Разводы.**

Разрушение семьи является для астеника сильнейшим стрессом и означает для него исчезновение системы поддержки (часто лишь субъективной). Из его жизни уходит человек, на которого он мог направить поток своей любви, удовлетворив тем самым столь важную для него потребность заботы.

Несмотря на разрыв семейных связей, он по-прежнему сохраняет сильнейшую психологическую зависимость от бывшего партнера.

Астеника страшит статус одинокого человека. Страх одиночества обусловлен не только страхом выживания без поддержки, но и страхом темноты, страхом пребывания одному в квартире.

Астеник и так чувствителен к мнению окружающих. После развода усиливается его страх осуждения и насмешки со стороны других людей.

Его съедает чувство вины перед детьми за то, что он не смог сохранить семью.

При разводе женщина-астеник часто не выдвигает материальных претензий. Окружающим приходится убеждать ее взять положенные ей деньги, которые нужны если не ей, то детям. Мужчина-астеник при разводе старается максимально обеспечить детей и причинить минимальную травму всем участникам драмы.

## **Роль родителя.**

Астеники – верные и нежнейшие родители. Лишь на ребенка может обратить астеник весь щедрый поток своей любви. Без отглядки, без ощущения несимметричности отношений, без страха проигрыша, полностью растворяется астеник в своем чувстве к ребенку, не боясь своей зависимости. В лучах его безудержной любви расцветает личность ребенка.

## СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ.

Среди обладателей астенического характера можно встретить людей высочайшего уровня развития, из рук которых общество приняло эстафету сострадания и заботы по отношению к людям, обделенным судьбой.

Здесь и безвестные творцы добрых дел, незаметно для всех увеличивающие потенциал добра в мире; и люди, сделавшие мощные прорывы в саморазвитии; и жалкие невротики, страдающие сами и заставляющие страдать своих близких.

Все они объединены астеническим типом характера, причем их социальная роль в первую очередь определяется степенью их ментального здоровья и уровнем психологического развития.

**Партнер по бизнесу.** Если циклотимик хорош для организации экспедиции на алмазные копи, эпилептоид будет зорко охранять сокровища, то астеник – непревзойденный шлифовщик алмазов. Если циклотимик обожает риск, то для астеника риск – это верная дорога к инфаркту.

С ним хорошо обсудить бизнес-план. В силу своего негативного мышления он четко подметит все слабые стороны и недостатки проекта. Однако астеника нельзя подпускать к принятию решений в быстро меняющихся условиях, особенно если это связано с вложением капитала.

Ведь ему нужно все обдумать, взвесить, посоветоваться с женой. Неверие в себя и страх перед будущим парализуют его интеллект. К бирже его нельзя подпускать на пушечный выстрел.

Однако в стабильных условиях он необычайно хорош. Он ничего не забудет, все сделает вовремя и лучшим образом, к каждой мелочи проявит внимание.

Кроме того, он необычайно честен, он не подведет, не предаст, не присвоит ни одной

чужой копейки. В общем, если ваш партнер по бизнесу – астеник, то считайте, что вы выиграли автомобиль на трамвайный билет.

**Жертвоприношение.** Эти люди не только провозглашают идею служения и совершения добра, но и посвящают свою жизнь достижению этой цели. Находясь на самом высоком уровне психологического и морального развития, они посвящают все свои потенциалы идее служения людям.

Мать Мария после гибели белой армии организовала в Париже центр помощи русским, бежавшим из России. Она помогала русским эмигрантам, отчаявшимся, часто не знающим языка, потерявшим себя среди недружелюбного окружения. Кормила, одевала, старалась пристроить на работу. После оккупации Парижа попала в концентрационный лагерь. Пошла в печь вместо беременной женщины.

Януш Корчак, работая в детском доме, создал интереснейшую систему воспитания детей. После оккупации Варшавы отказался покинуть своих воспитанников – еврейских детей. Вместе с ними был отправлен в концентрационный лагерь, где и погиб.

**Воины доброты.** Благотворительность всегда держалась на людях, основными чертами характера которых были черты астенические. Идея помощи бедным, нуждающимся вылилась в мощное движение, ставшее в западном мире нормой, уважаемой обществом. Эти люди основывали госпитали, лечебницы, детские дома, приюты для умалишенных, убежища для женщин, избиваемых мужьями, лечебницы для алкоголиков...

Они строили на свои деньги библиотеки, разбивали скверы и парки. Они основали общества защиты животных, добивались введения законов, защищающих животных, носителей души, точно так же как это делалось в отношении человека.

Их усилиями была создана система защиты детей от физической и сексуальной эксплуатации, защита от семьи, если та нарушала права личности ребенка.

Внимательно вглядываются они в окружающую их жизнь в поисках приложения своих сил, помощи, сострадания. Именно эти люди стоят у колыбели системы социального обеспечения, без которой немислимо сегодняшнее западное общество.

**Мать Тереза Мценского уезда.** Они посвящали свою маленькую жизнь, свои ограниченные силы идее совершения добра, работали в детских домах, маленьких школах, были врачами и врачами.

В своих городках такие люди часто были окружены непониманием и насмешкой, слыли странными чужаками. Они были бессеребряниками, хотя могли бы быть людьми состоятельными, если бы не отдавали с готовностью свое добро нуждающимся.

Их политика малых дел всегда была великой стратегией. Каждое их деяние, казавшееся незаметным и даже ненужным, порождало цепочку причинно-следственных связей, приводящих к спасенной жизни, предотвращенному убийству, построенной библиотеке.

**Гражданин Вселенной.** У маленького ребенка сознание сконцентрировано на восприятии своей комнаты, дома, двора. Постепенно в его расширяющееся сознание включаются понятия улицы, города, страны.

Проявлением расширенного сознания является ощущение себя жителем планеты, «гражданином Вселенной». При выходе на высокие уровни психологического развития, на фоне расширенного сознания мысль астеника выливается в идею заботы о природе, земле, планете.

**Невротик.** Однако по мере отхода от нормы идет сужение сознания, сжатие горизонта.

Происходит фиксация на своих подавленных потребностях, на ощущении собственной боли. Это тягостное чувство перекрывает восприятие проблем других людей.

Нарциссианская чувствительность отрезает невротика от жизни других людей, делает его одиноким, окруженным своим страданием, как скорлупой.

**Маменькин сынок.** Утрирование слабых сторон астенического характера создает целую палитру патологий. Так, например, психологическая зависимость сына от матери, невозможность разорвать психологическую пуповину, создает т.н. комплекс Эдипа, причем проявляться он может и в зрелом возрасте.

*Н.К., 60 лет, всегда был нежным, преданным сыном. После образования своей семьи старался все свободное время проводить с матерью. При нападках матери на его молодую жену занимал нейтралитет.*

*Всегда был пассивен, несамостоятелен. Сексуальная активность постоянно была снижена. Много лет страдал от депрессии, т.к. «всю жизнь разрывался между женой и матерью». Страдал многочисленными физическими заболеваниями. Недавно диагностирован рак. У жены острое истощение нервной системы, множество физических проблем. Она считает, что «муж разрушил ее жизнь».*

Мужчина, страдающий комплексом Эдипа, не способен перефокусировать собственное либидо с матери на другую женщину. Он не может выйти из роли ребенка и принять роль мужчины со всем грузом ответственности и необходимостью самостоятельного принятия решений.

Он не способен отвоевывать право на частную жизнь. Он лишен мужества быть

независимой личностью. Плотная пуповина, привязывающая его к матери, сковывает его движения, снижает социальную гибкость и социальную адаптацию.

Родительская любовь, которая в норме должна подталкивать ребенка к освоению мира, превращается в парфос, жесткий ошейник, стягивающий горло.

Мужчины-астеники, страдающие комплексом Эдипа - самые некудышные сексуальные партнеры. Их низкий сексуальный потенциал, нередко возникающая импотенция подрывают их здоровье, а также физическое и психическое здоровье их жен. А он говорит о духовной любви, хочет рассматривать свою жену как дочь своей матери и пытается убедить себя в том, что ситуация нормальна.

Невозможность преодолеть зависимость от матери даже в зрелом возрасте приводит обладателя Эдипова комплекса к постоянному существованию между Сциллой и Харибдой, к постоянному мучительному разрыву между долгом по отношению к родителям и собственной семье.

Это, в свою очередь, ведет к невротизации всех участников драмы, к потере их здоровья, к горькому ощущению «несостоявшейся жизни».

**Двуликий Янус.** Легко возникающая у астеников зависимость в близких связях может иметь два знака.

В одном случае, растворение в своей любви к другим людям приводит к принятию роли дающего.

Однако в другом случае, бесконечная зависимость от своих близких, постоянная потребность в их заботе и поддержке подталкивает астеника к принятию роли берущего, когда он взваливает на других весь груз своих нерешенных психологических проблем.

Человек фиксируется лишь на своих обидах, жалобах на мир, при этом не заботясь о том, что



происходит с жизнью близких. Он разрушает идею о симметрии отношений, идею взаимной поддержки и заботы, стремится сосредоточить все внимание семьи лишь на себе.

**Человек, сделавший себя сам.** Среди астеников, сделавших удивительные прорывы в саморазвитии, можно встретить вчерашних невротиков, людей, еще недавно почти умиравших, не справлявшихся с жизнью, с трудом барахтавшихся в своих нерешенных психологических проблемах.

Однако они смогли реализовать свой восхитительный потенциал развития. «Легко помогать идущему». Они спасли себя и часто передают свое знание другим людям.

**Астеник – иммигрант.** Если циклотимик отправляется в новые края, не отглядываясь, полный надежд и радости, то астеник необычайно тяжело переживает разлуку с родными, друзьями, знакомой улицей и деревом под окном.

Циклотимика пьянит новизна и создает у него ощущение новой, начинающейся жизни. Астеника эта жизнь пугает, он часто впадает в уныние, и лишь долг и любовь к семье толкают его вперед на преодоление трудностей адаптационного периода.

В новой стране астеник никогда не кичится своими бывшими заслугами и регалиями. Он необычайно скромен. Он берется за любую работу. У него огромная мотивация на адаптацию в новой стране, и всю свою энергию он старается направить на помощь семье.

### **Отношение к старости.**

Отношение астеника к старости зависит от степени его самовоспитания и меры ментального здоровья.

Если он откажется от укрепления своей хрупкой нервной системы, то он попадет под власть своего большого подсознания. Невыносимо

грустно для него будет ощущение прошедшей жизни, мучительно воспоминание о нелепых и ненужных ошибках и горестно сознание так и не осуществившихся ожиданий. Кроме того, многочисленные неврогенные нарушения физического здоровья отравляют его жизнь и тяжким грузом ложатся на плечи семьи.

Но если астенику удалось перепрограммировать свою психику, укрепить ее слабые стороны и освободиться от груза неврогенных нарушений, он будет вознагражден спокойной, счастливой старостью, похожей на чистый осенний день, наполненный светом и теплом. Он будет воспринимать прожитую жизнь как дар, и это наполнит его благодарностью.

### **Как астеники должны относиться к себе.**

Астеники ясно осознают свой долг по отношению к окружающим, но у них есть долг и обязанности по отношению к своей личности. Они должны

- \* Идентифицировать свой характер, его сильные и слабые стороны, стать на путь саморазвития, путь постоянных изменений. Изменения не должны быть революционными, а скорее небольшими, даже крохотными.
- \* Избегать роли больного.
- \* Постоянно увеличивать самопринятие.
- \* Любить, уважать себя при любых условиях.
- \* Проявлять мужество, быть независимой личностью.
- \* Воспитывать в себе, по выражению йогов, «внутреннего свидетеля», т.е. возможность объективного наблюдения за самим собой, за своими мыслями, поведением, но не с целью

самоунижения, а ради конструктивного анализа, необходимого для движения вперед.

- \* «Быть воином и стать на тропу войны». (К.Костанеда).

### **Отношение к астеникам.**

Когда мы видим проявления астеничности в искусстве, воплощающиеся в утонченном и ранимом восприятии действительности, мы принимаем их и считаем образцами человечности. Но, сталкиваясь с астеничностью в живых людях, мы часто испытываем раздражение или желание подчинить такого человека. В отношении астеника мы должны

**\*Принять его хрупкость и сознать его огромный потенциал развития**

**\*Оказывать ему поддержку,** больше хвалить, ведь доброе слово и любовь необходимы ему как воздух.

**\*Создать щадящий образ жизни,** обеспечить достаточное количество сна, регулярное питание, отсутствие перегрузок.

**\*Мотивировать его на саморазвитие.**

## ГЛАВА 5

# ИСТЕРОИДНЫЙ ХАРАКТЕР

*Я ль на свете всех милее,  
всех прекрасней и белее...*

*А. Пушкин*

Своеобразен вклад представителей данного типа характера в человеческую культуру. Они создали искусство лицедейства, в основном, именно их усилиями был создан театр. Не все актеры обладают данным типом характера. Но все истероиды мечтают быть актерами, чтобы приковывать к себе взгляды восхищенной толпы.

## ДЕТСТВО

Истероидные черты проявляются в самом раннем детстве.

### ***Самооценка .***

Для ребенка-истероида присуща резко завышенная самооценка. Ему хочется постоянно быть в центре внимания семьи, окружающих, всего мира.

## **Общение .**

**Здоровый ребенок.** Ребенок-астеник чувствителен к мнению окружающих, нуждается в их поддержке и одобрении в противовес разъедающей его заниженной самооценке. Он с благодарностью принимает положительные отзывы о себе, в то же время не доверяет им ни минуты. Ребенок с истероидными чертами нуждается во внимании окружающих для подкрепления своей завышенной самооценки.

Поведение любого ребенка управляется во многом принципом получения наслаждения. Для маленького циклотимика высшее наслаждение – быть с друзьями и вместе с ними радоваться жизни. Для эпилептоида принцип наслаждения ассоциирован с ощущением контроля над ситуацией и властью над другим существом. Мальш-шизоид наслаждается уходом в свой причудливый внутренний мир. Маленький астеник видит высшее наслаждение в тепле семейного очага и общении с семьей.

Для ребенка с истероидными чертами высшее наслаждение – быть в центре внимания. Его звездный час – приход гостей, когда он будет читать стихи, петь, танцевать, выслушивая восторги и похвалы. Ему не интересны игрушки, ему нужно живое внимание.

**Невротизация.** Истероидные черты обрекают ребенка на неизбежные конфликты со сверстниками в любом детском коллективе. Другие дети вовсе не хотят быть послушными зрителями непонятной для них пьесы, они не намерены подпитывать эгоцентризм своего нового приятеля.

Подобное «безразличие и равнодушие» бесконечно уязвляет истероидного ребенка,

привыкшего в семье к аплодисментам и непрерывному потоку внимания.

Поэтому следующим этапом может быть отказ от общения с «грубыми детьми». Может возникнуть также обострение невротических реакций в виде безудержного фантазирования с целью произвести впечатление на своих новых слушателей.

*В.К., 5 лет, не переносит, если родители перестают обращать на него внимание и разговаривают друг с другом. Устраивает истерики, если мать говорит по телефону или останавливается поговорить с подругой на улице. В игрушки играть не хочет, требует к себе постоянного внимания. Проявляет артистические способности.*

## **Эмоциональность .**

**Здоровый ребенок.** Истероидный ребенок необычайно эмоционален. Он легко приходит в возбуждение, легко выражает радость, восторг, негодование. Однако выплески его эмоций далеко не спонтанны и всегда имеют своего адресата.

**Невротизация.** Его чрезмерная эмоциональность соединена с импульсивностью, при которой действие опережает мысль.

И как только ребенку-истероиду не удастся привлечь к себе благосклонные взоры, или родители отказываются удовлетворить его требования, его эмоциональность выливается в русло аффекта, истерики, со слезами и криками, топанием ногами и катанием по полу.

Эта огненная лава обрушивается на головы близких, и горе им, если они мгновенно пойдут на уступки. Истерика превращается в поведенческий шантаж, к которому ребенок будет прибегать каждый раз, когда ему что-то нужно.

Если семья часто пасует перед великим актером и манипулятором и отступает под натиском его истерик, то сверстники реагируют жестко и последовательно – они отторгают истероида от группы.

### **Склонность к фантазиям.**

**Здоровый ребенок.** Его фантазии всегда имеют эгоцентрическую направленность – желание показать себя в выгодном свете, привлечь внимание и благосклонность окружающих. В силу прирожденной эмпатии такой ребенок верно угадывает настроения окружающих.

Однако следствием является не столько интерес к людям и желание разделить их чувства, сколько потребность снискать похвалу и аплодисменты в этом маленьком театре, где он – единственный актер, а окружающие – зрители, вкусы и настроения которых он всегда верно угадывает.

**Невротизация.** При невротизации фантазии становятся все более вычурными, ребенок постоянно врет. Все более растет его отрыв от реальности.

### **Концентрация внимания.**

**Здоровый ребенок.** У ребенка постоянно проблемы с концентрацией внимания. Если циклотимик имеет эти проблемы в силу своего неумного интереса к миру, то истероидному ребенку трудно концентрироваться на чем-либо, кроме своей особы. Однако он может сфокусировать свое внимание на том, что обещает ему поощрение и внимание, например, выучить роль к приходу гостей.

**Невротизация.** При невротизации ребенок постоянно ждет аплодисментов, но уже ничего не хочет для этого делать. Он бездельничает, валяется на диване и постоянно требует живого внимания.

## **Обучение .**

Истероидный ребенок не любит учиться. Ведь сам учебный процесс бьет по слабым сторонам его личности. Он неспособен к длительным усилиям, ему трудно концентрироваться на занятии, которое не приносит немедленного признания и поощрения, трудно фокусировать свои интеллектуальные и ментальные ресурсы на том, что не гарантирует награды в виде восхищения окружающих.

Любые трудности в обучении, например, при освоении азбуки, наносят удар по его самолюбию. Подобная ситуация подталкивает его не на преодоление препятствий, а на избегание стрессовой ситуации и отлынивание от обучения чему-либо.

## **Отношение к деньгам.**

Ребенок-истероид воспринимает деньги как форму проявления внимания к себе, любит их копить и старается потратить их на себя.

## **Отношение к порядку.**

Ребенок неаккуратен, не любит убирать, складывать вещи. Однако он необычайно внимателен к своей одежде.

## **Появление второго ребенка .**

Воспитание ребенка по типу «кумир семьи» приводит к поощрению истероидности в ребенке, что со временем наносит сильный удар по семейным связям.

Дети-истероиды часто могут быть завистливы и ревнивы. На появление второго ребенка в семье они могут реагировать всем своим арсеналом истерических реакций, включая аффекты, припадки, обмороки, уход в болезнь, суициды,



побеги из дому, употребление наркотиков и алкоголя, лишь бы вернуть к себе, как им кажется, утраченное внимание семьи. Они могут травить, обижать и даже наносить физические увечья появившемуся в семье ребенку.

*Саша К., 7 лет, единственный ребенок в семье, окруженный обожанием родителей, двух бабушек и двух дедушек. Воспитание шло по типу «кумир семьи». После рождения второго ребенка постоянно устраивает истерики, грозит уйти из дома. Достал маленького из кровати, вынес его из дома и унес в дальний конец сада. «Он нам не нужен».*

Дети с истероидным характером не балуют близких своим вниманием. Если маленький астеник наполнен тревогой о родителях, бабушке, дедушке, он всех жалеет и всем хочет помочь, то эгоцентризм ребенка-истероида заслоняет ему понимание потребностей и чувств окружающих.

Если многие дети радуются за мать, когда она находит после развода друга, и даже помогают родителям снова создать семью, то ребенок с истероидным характером провоцирует ссоры между своей матерью и ее избранником, делая все, чтобы они расстались.

## **Роли**

(см стр.20).

Истероидному ребенку не интересна роль **Робинзона Крузо**. Он с удовольствием перекладывает на чужие плечи заботу о своем биологическом выживании.

Попав в стрессовую ситуацию, он легко ломается и нуждается в поддержке окружающих.

Что касается стремления улучшить жизнь, то он согласен делать это лишь в обстановке восхищения им. Впрочем, было бы лучше, если бы окружающие позаботились об улучшении условий

его существования и сделали бы их более комфортным.

Сложны отношения истероидного ребенка с ролью **Колумба**. Изначально у него отсутствует потребность в поиске, в изучении мира. Его интерес к миру выливается в маркетинг, в исследовании рынка потребителей, в определении их настроений и потребностей для того, чтобы произвести на них наилучшее впечатление. А всякие там паруса и бригантины хороши как тема для беседы, чтобы блеснуть и возбудить любопытство к себе.

На первый взгляд, роль **Коммуникатора** необычайно удачна. Ребенок с удовольствием вступает в контакты, за счет тонкой эмпатии и интуиции он верно угадывает настроения и чувства окружающих.

Но если эмпатия циклотимика основана на добром нраве и желании внести свой вклад в отношения, то у истероида эти качества отсутствуют. Он тянет одеяло на себя и считает, что окружающим просто повезло, что они могут увидеть его, услышать его, позаботиться о нем.

Понятно, что подобная позиция не находит отклика в других людях, как детей, так и взрослых, и, несмотря на блестящую увертюру, часто зрители освистывают пьесу.

Ребенок-истероид решительно отвергает скучную ему роль **Лауреата Нобелевской Премии**, потому что она бьет по слабым чертам его натуры. Ребенок ленится, отлынивает от занятий, и без помощи родителей ему не одолеть учебы.

Роль, которая ему действительно нравится – это роль **Босса**. Он мечтает о ней, борется за нее в семье и среди сверстников. Ведь достижение власти гарантировало бы ему постоянное внимание со стороны окружающих.

Даже если родители отвели свои войска в битве за освоение других ролей, то есть один фронт, где они должны стоять до конца.

Истероидный ребенок не хочет осваивать роль **Отличный Семьянин**. Но именно здесь родители не должны идти на компромиссы и должны планомерно заставлять ребенка заботиться о семье, конечно, хваля его при этом и ставя в пример другим.

### **Детский сад.**

Как по-разному адаптируются дети с различными характерами в новой среде... Ребенок-циклотимик рад новизне и новым лицам, нисколько при этом не заботясь о том впечатлении, которое он производит на окружающих. Ребенок-эпилептоид внимательно вглядывается в лица других детей, «прощупывает» их, демонстрирует силу и старается приблизить тех, кто готов подчиниться.

Ребенок-шизоид мечтает лишь о том, чтобы его оставили в покое наедине с его необычными увлечениями и фантазиями. Маленький астеник тяжело переживает разлуку с домом даже на несколько часов пребывания в саду, он наполнен тревогой за родителей. Он ищет поддержки и сочувствия у других детей, готовый отдать взамен все, что у него есть.

Ребенок-истероид, оказавшись в новой среде, будет стремиться во чтобы то ни стало обратить на себя внимание и понравиться другим детям. При этом он может проявить стремление к подражанию, имитации, копированию поведения той личности, которая признана в данной группе.

Он сразу отлавливает иерархию, существующую в группе, и выбирает в качестве ролевой модели фигуру, пользующуюся авторитетом, стремится подражать ей. Часто, как рыбка-прилипала, он прикрепляется к детям, популярным в группе, копирует их поведение, идентифицирует себя с ними.

Маленький Нарцисс любит себя, любуется собой и старается, чтобы воспитатели разделили эти его чувства. Он сражается за их внимание,

прибегая при этом к самым разным средствам, например, ябедничает, чтобы показать свои преимущества на фоне «плохих детей».

### **Школа .**

С раннего возраста видна особенность истероидов – довольно высокая потребность в поощрении. Их обязательно нужно хвалить – это необходимое условие общения с ними. Поэтому отношение к школе в первых классах определяются тем, ставят ли их в пример другим.

Если учитель будет хвалить такого ребенка, то в условиях положительного подкрепления тот будет стараться хорошо учиться. Однако если учитель не будет хвалить его, ребенок может проявить отрицательную реакцию на всю школьную обстановку – плохо учиться, вызывая себе вест.

С первых классов конфликты с учителями связаны с отсутствием особого интереса к учебе, а также со стремлением ребенка постоянно привлекать к себе внимание.

### **Отношение к детям – истероидам .**

Основной и нелегкой задачей родителей детей-истероидов является укрепление сферы сознания, обучение навыкам переключения внимания со своей личности на окружающий мир и потребности других людей. Им нужно спешить, ведь впереди подростковый возраст, когда по их авторитету будет нанесен серьезный удар в виде реакции эмансипации.

**\*Учитывать нелюбовь ребенка к учебе и труду .**

**\*Не допустить заострения, расцвета истероидных черт .** Если ребенок устраивает аффекты, истерики, ложится на пол в супермаркете, рыдает и бьет ногами об пол, требуя шоколадки, важно

игнорировать его аффекты. Поток внимания, сочувствия или осуждения говорит ребенку, что он достиг цели, он оказался в центре внимания, что лишь закрепляет его патологию.

**\*Направить эгоцентризм ребенка в конструктивное русло** – записать его в драматическую студию, хор, на танцы.

**\*Ребенка необходимо хвалить**, но не его самого, а его поступки: «Как хорошо ты помыл чашку», «Как хорошо ты полил цветок» и т.д. Поощряя его эгоцентризм родители могут добиться от ребенка выполнения конструктивных задач.

**\*Избегать воспитания детей по принципу «кумир семьи»**. Избегать постоянного восхищения ребенком, не стремиться предупредить все его желания. Ребенок ясно видит все выгоды, которые он может получить от своего эгоцентризма, самолюбия и манипуляции взрослыми.

**\*Понимать сложности общения**, возникающие у истероидного ребенка, обусловленные его нарциссианством и равнодушием к окружающим.

**\*Постараться научить ребенка заботиться о родителях**. Крепкие семейные узы нужны не только им. Истероидная личность с трудом приспособляется к миру и может оказаться в невыносимом для нее одиночестве. В такие минуты отчий дом будет тем убежищем, где можно будет отдохнуть и перевязать раны.

## **ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ**

### ***Реакция эмансипации.***

На первый взгляд кажется непонятным бурный характер реакции эмансипации у истероидного

подростка. Ведь он обладает довольно слабой нервной системой, плохо переносит стрессы и нагрузки, он часто окружен конфликтами со сверстниками. Семья, казалось бы, должна рассматриваться им как надежный тыл, как нора, куда можно заползти и зализать раны.

Однако для подростка-истероида самое важное – признание сверстников. А здесь ценится нонконформизм, требования свободы, демонстрация независимости от старшего поколения. И ради того, чтобы угодить своим новым кумирам, подросток легко жертвует семейными связями, конфликтует с родными и учителями.

### **Самооценка.**

Самооценка завышена, и, чем более невротизирован подросток, тем более ненасытной становится его жажда внимания со стороны окружающих.

### **Общение.**

Истероид поистине великий актер, цель которого – понравиться группе и быть принятой ею. Во время адаптации к группе он проявляет уникальный талант перевоплощения.

Если в группе лидером является циклотимик, то сразу перед нами возникает весельчак, балагур, гусар, требующий немедленной поездки на тройках к цыганам. Он точно воспроизводит эмоции циклотимика – радость жизни, призывы к единению и тусовке.

Если же истероидного подростка занесло в группу интеллектуалов-шизоидов, то мгновенно выясняется, что всю свою жизнь он мечтал поступить в Принстон и ничто не волнует его так, как проникновение в тайны природы.

Рядом с эпилептоидным лидером он выдвигает вперед челюсть, поднимает плечи, ходит вразвалку как «крутой» и заявляет, что «давно уже пора поставить этих козлов на место». Он

употребляет уничижительные ремарки о других, однако зорко соблюдает табель о рангах, принятый в данной группе.

Может произойти такое чудо, что неформальным лидером в группе становится астеник. Рядом с ним выясняется, что завтра наш герой устраивается в госпиталь волонтером, где он будет играть на пианино для умирающих раковых больных, что вчера во сне он видел мать Терезу и больше всего ему хотелось бы сейчас посидеть с мольбертом у тихой речки.

Великое искусство лицедейства помогает найти истероидному подростку свое место в группе. Однако быстрая смена ролей, вранье, безудержные и ничем не подкрепленные фантазии могут насторожить сверстников.

Мучительно проходит процесс его социализации. Ни семья, ни сверстники не хотят принять тезис об его исключительности и неповторимости. Семья ждет результатов в учебе, начала работы, помощи в семейном бизнесе. А у истероида на это нет ни желания, ни воли, которая «не способна к длительному напряжению во имя целей, не обещающих им немедленных лавров и восхищения со стороны окружающих» (2).

Сверстники видят, что у истероида «эмоциональная жизнь капризно неустойчива, чувства поверхностны, привязанности непрочны и интересы неглубоки» (1).

«Перед неожиданными трудностями они пасуют, друзей легко предают, лишённые восхищенных взоров сразу теряют свой задор» (2). И уже трудно привлечь внимание вчерашних друзей рассказами о необыкновенных похождениях, необычных знакомых. Идет мучительный процесс развенчания исключительности истероида.

## **ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ .**

Среди других подростков истероид всегда выделяется своей эмоциональностью. Хотя он

бурно выражает свои чувства по поводу событий в жизни других членов группы, в его задачу вовсе не входит истинное сопереживание.

### **Импульсивность .**

Истероид может хлопнуть дверью и уйти поздно ночью из дома, может выскочить из машины на полном ходу. Он может убежать из дома, однако будет делать все возможное, чтобы обратить на себя внимание полиции или телефонным звонком сообщить семье о своем местопребывании. Побегам из дома он старается обратить на себя, как ему кажется, недостаточное внимание семьи.

### **Обучение .**

В учебе по-прежнему блеснуть нечем. Ведь она требует планомерных усилий, т.е. той искры, которую так трудно высечь из столь сырого материала.

Сегодня в школах детей приучают работать в команде, в кооперации с другими. И опять проблемы. Истероид хочет всегда быть в центре внимания и вместе с тем стремится самую трудную работу свалить на других, что вызывает раздражение у сверстников.

### **Сексуальность .**

«Сексуальное влечение истероидов не отличается ни силой, ни напряжением. В их сексуальном поведении много театральной игры. Подростки мужского пола предпочитают таить свои сексуальные переживания, уходить от бесед на эту тему, так как чувствуют, что здесь им поразить нечем, боятся оказаться «не на высоте». Девочки, наоборот, склонны афишировать свои действительные связи и придумывать несуществующие, способны на оговоры и самооговоры, могут разыгрывать роль распутниц, наслаждаясь ошеломляющим впечатлением на собеседника» (2) .



## **Хобби.**

Истероид выбирает хобби, которые дают ему возможность быть в центре внимания. И конечно, лучшая из таких возможностей – это сцена.

## **Спорт.**

Люди со слабой нервной системой, астеники и истероиды, не расположены к спорту и редко достигают в нем результатов.

Но если астеник все же старается заниматься спортом ради поддержания здоровья и самоусовершенствования, то у истероида другая ситуация.

Сфера сознания слаба, а мощное подсознание требует лишь удовольствий и внимания окружающих.

Истероидный подросток согласится прокатиться на дорогой яхте, но планомерные усилия, необходимые для освоения какого-либо спорта, ему не по плечу.

## **Отношение к деньгам.**

Истероидный подросток с уважением относится к деньгам, рассматривая их как великолепный соус к его манипулятивным блюдам, как еще одно средство для того, чтобы произвести впечатление и пустить пыль в глаза. Планировать расход денег он не умеет, да и не хочет.

Его только подпусти к деньгам, и он сможет промотать любое состояние. Он легко берет деньги из дома без спроса, а потом будет врать и выкручиваться. Работать он, как правило, не хочет, а вот машина и хорошая одежда ему необходимы.

В подростковом возрасте деньги – еще один повод для серьезного конфликта истероидного подростка с родителями.

## **Отношение ко времени и порядку.**

Структурирование времени и пространства не является его сильной чертой. Он необязателен, разболтан, за порядком следить не любит. Все то, что не направлено на подтверждение его значимости, истероиду скучно, неинтересно.

## **Привычки.**

Экстравагантная одежда, волосы, покрашенные в самые немыслимые тона, вызывающее поведение в общественных местах, — все они является самыми простыми способами привлечь к себе внимание.

Однако это может быть черная одежда и разработка роли одинокого и непонятого никем принца Гамлета.

В общем, поведение и привычки истероидного подростка всегда отражают ценности той группы, к которой он причисляет себя в данный момент. Смена группы влечет за собой немедленное изменение привычек, языка, одежды, грима.

## **Суицидальное поведение.**

Чтобы привлечь к себе внимание окружающих, не вынеся состояния развенчанной исключительности подросток может пойти на суицидальные попытки и угрозы.

«Способы «суицида» при этом избираются лишь безопасные (порезы вен на предплечье, лекарства из домашней аптечки), либо рассчитанные на то, что серьезная попытка будет предупреждена окружающими (приготовление к повешению, изображение попытки выпрыгнуть из окна или броситься под транспорт на глазах присутствующих и т.п.).

Обильная суицидальная «сигнализация» нередко предшествует демонстрации или сопровождает ее: пишутся прощальные записки,

делаются «тайные» признания приятелям, записываются на магнитофон «последние слова» и пр.» (2).

Если благодаря суицидальной демонстрации подростку удастся добиться своих целей, то может сформироваться некий поведенческий штамп, к помощи которого он будет прибегать в любой сложной ситуации.

*К.Л., 13 лет, регулярно прибегает к суицидальным угрозам спрыгнуть с 9 этажа. Если мать отказывает выполнить его требования (дать денег, купить новые джинсы, разрешить поздно вернуться домой), подросток вскакивает на широкие бортики лоджии и истерически повторяет свои требования до тех пор, пока мать со слезами не соглашается на все его условия.*

Подобные суицидальные демонстрации опасны тем, что эмоциональный импульсивный подросток на фоне аффекта при отсутствии истинного желания умереть может перейти грань безопасного и нелепо погибнуть.

Если проявление истероидности у маленьких детей еще может вызывать снисходительную улыбку старших, то в подростковом возрасте взрослым уже не до смеха.

### **Уход в болезнь.**

Помимо «суицида» немало хлопот доставляет взрослым «бегство в болезнь», когда истероидный подросток изображает таинственные, неизвестные науке заболевания, воспроизводит поведение психического больного, демонстрирует «припадки, обмороки, загадочные колебания температуры, продолжительные отказы от пищи с тайной едой по ночам»(1), воспроизводит картину всех известных науке заболеваний, получая при этом несомненную

выгоду от своего нездоровья. В подобном случае у него может развиться истерия.

### **Пагубные привычки.**

Истероид – человек подсознания. Он прислушивается к голосу страстей и с готовностью следует им.

Но это не страсти, а страстишки. Он, конечно, будет изображать из себя игрока, гемблера, отчаянного собутыльника. Но пить он не может в силу слабости здоровья, играть он так и не научился. Однако наркотики представляют для истероидов серьезную опасность.

### **Выбор профессии.**

Идеальным выбором является артистическая карьера. Также хороши профессии, где есть непродолжительные контакты, во время которых необходимо произвести впечатление и убедить собеседника, (например, продавцы, коммивояжеры), определенные позиции в средствах массовой информации, рекламе.

## **ВЗРОСЛЫЕ**

С годами поведение истероида мало меняется. Черты инфантильности, отсутствие духовной зрелости могут сохраняться у него даже в пожилом возрасте. По-прежнему сохраняется высокая потребность к поощрению. Наиболее легким каналом общения с ним остается режим похвалы.

Этот эгоцентризм и жажда внимания к своей особе хорошо заметны у милейшего Карлсона, живущего на крыше (самый умный, самый лучший строитель, мужчина в полном расцвете лет и т.п.), Васисуалия Лоханкина (В.Л. и русская революция). К этому может добавиться склонность

к мифотворчеству пустого человека И.А. Хлестакова.

Для многих истероидов характерно подражание, реакция имитации, связанная с их собственной пустотой, как это хорошо видно у Элочки Людоедочки в ее нелегкой схватке с миллионершей Вандербильдихой.

### **Самооценка.**

Именно эта черта – желание постоянно обращать на себя внимание – является стержнем личности, на который нанизаны все остальные поведенческие реакции.

«Основа их личности – беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, восхищения, удивления, почитания, сочувствия. На худой конец предпочитается даже негодование или ненависть окружающих в свой адрес, но только не безразличие и равнодушие – только не перспектива остаться незамеченным» (2) .

У людей других типов характера подобное нарциссианство, любовь к себе, восхищение собой вызывает часто негативное отношение.

Даже такой отзывчивый человек, как П.Б.Ганнушкин, обычно наполненный сочувствием к людям, не может скрыть раздражения при столкновении с истероидами. Он пишет: «Им необходимо, чтобы о них говорили, и для достижения этого они не брезгают никакими средствами. В благоприятной обстановке, если ему представится соответствующая роль, истерик может и на самом деле «отличиться»: он может произносить блестящие, зажигающие речи, совершать красивые и не требующие длительного напряжения подвиги, часто увлекая за собой толпу; он способен и к актам подлинного самопожертвования, если только убежден, что им любуются и восторгаются. Горе истерической личности в том, что у нее обыкновенно не

хватает глубины и содержания для того, чтобы на более или менее продолжительное время привлечь к себе достаточное число поклонников»(1).

## **Отношение к миру.**

Если при исследовании мира взгляд астеника останавливается лишь на фактах, свидетельствующих о его несовершенстве, на всем том, что может подтвердить его невысокое мнение о себе, истероид выхватывает лишь ту информацию, которая подтверждает его значимость и уникальность.

Для истероида окружающий мир – это огромная сцена театра одного актера, залитая светом, подчеркивающим всю его неповторимость и привлекательность.

## **Общение.**

Основная жизненная задача истероида – произвести впечатление на окружающих, на случайных зрителей, ненароком заглянувших в его театрик. И, как опытный полководец, ведет истероид битву за внимание окружающих, пуская в ход все новые рода войск и искусно маневрируя.

Первый удар – внешность. Истероиды тщательно следят за собой. Кто еще так трепетно относится к каждой детали своего туалета, форме бровей, грациозности движений. Их часто можно узнать по одежде, где преобладают яркие цвета, неожиданные сочетания, красный бант в волосах и, конечно, шляпа, о эта шляпа истероида...

«Мы шли по Флоренции, на мне была головокружительная шляпа, а за нами бежали репортеры», – рассказывает истероидная женщина о поездке в Европу. Не отстают от женщин и мужчины-истероиды: щегольский костюм, экстравагантные детали туалета, ухоженное лицо.

Следующий удар в битве за благосклонность собеседника наносит уже тяжелая артиллерия – утонченная эмпатия истероида, его способность к

сопереживанию, умение разгадать собеседника, «расколоть» его.

Но если астеник проявляет талант сопереживания с целью что-то дать, оказать поддержку, помочь, то истероид стремится разгадать собеседника лишь для того, чтобы понять, как произвести на данного человека наибольшее впечатление. Если астеник в момент социального контакта является дающим, то истероид – берущий, отличный пользователь чужого мнения.

Без промаха бьет по собеседнику эмоциональность истероида. Ведь он дает эмоциональные всплески по поводу всего происходящего. Радость, восторг, осуждение – все эмоции яркие, сочные, подкрепленные междометиями «Ах» и «Ох».

Казалось бы, истероид полностью вовлечен в переживание ситуации. Однако краем глаза он зорко наблюдает за реакцией зрителя. И, если это необходимо, мгновенно меняется тональность его эмоциональных посланий.

Но вот полководец наносит еще один удар, в ход идут танковые колонны, которые давят недоверие собеседника. Теперь истероид не только говорит то, что приятно слышать собеседнику, он создает свой имидж, подкрепляя собственную значимость знакомством с сильными мира сего, со знаменитостями, часто перечисляя на самом деле несуществующие заслуги.

И вот цель достигнута: собеседник потрясен, восхищен, польщен знакомством.

Подобные средства нападения использует истероид Хлестаков в момент оболъщения городничего, его семьи и чиновников. Тут и вист с иностранными посланниками, и «с Пушкиным на дружеской ноге», и управление департаментом.

Никто так не чувствует своего зрителя, никто другой не сыграет так хорошо для своего зрителя пьесу, словно написанную по его заказу.

Самые искусные соблазнительницы – люди истероидного характера.

Чтобы поддержать впечатление, истероид использует свою уникальную способность фантазировать. «При их страсти к рисовке, к пусканию пыли в глаза они совершенно не в состоянии бороться с искушением использовать для этой цели легко у них возникающие богатые деталями и пышно разукрашенные образы и фантазии. Отсюда их непреодолимая и часто приносящая им колоссальный вред страсть к вранью. Лгут они художественно, мастерски, сами увлекаясь своей ложью и почти забывая, что это ложь. Часто они лгут совершенно бессмысленно, без всякого повода, только бы чем-нибудь блеснуть, чем-нибудь поразить воображение собеседника. Чаще всего, конечно, их выдумки касаются их собственной личности: они охотно рассказывают о своем высоком происхождении, своих связях в «сферах», о значительных должностях, которые они занимали и занимают, о своем колоссальном богатстве» (1) .

А.К., 19 лет, делает диплом в институте АН. Как бы нехотя рассказывает сотрудникам о роскошном образе жизни, который ведет ее семья, о шикарных автомобилях, бонне из Германии и о редкой породе белой обезьяне, которая живет у них. В течение полугода раскручивается сценарий о жизни семьи и повадках белой обезьяны. Совершенно случайно выясняется, что все это – выдумка. Через какое-то время в своей экспериментальной работе А.К. получает результаты, вызывающие фурор и изменение прежних теорий. При попытке повторить ее эксперименты выясняется, что имеет место откровенная подтасовка результатов.



Безудержные фантазии и лживость начинают настораживать окружающих, толкают их на путь сомнений и часто могут привести к срыванию масок. Развенчание истероидной личности, лишение ее ореола исключительности является ахиллесовой пятой данного характера.

«Однако при первом знакомстве многие истерики кажутся обворожительными: они могут быть мягки и вкрадчивы, капризная изменчивость их образа мыслей и настроения производит впечатление подкупающей детской простодушной непосредственности, а отсутствие у них прочных убеждений обуславливает легкую их уступчивость в вопросах принципиальных. Обыкновенно только постепенно вскрываются их отрицательные черты и прежде всего неестественность и фальшивость. Каждый поступок, каждый жест, каждое движение рассчитаны на зрителя, на эффект»(1) .

Гениальный Гоголь дает портрет еще одного истероида – Манилова, подчеркивая очарование от его личности при первом знакомстве, которое сменяется вначале недоумением, а затем желанием избегать общения и бежать куда подальше.

### **Тестирование реальности.**

Важной чертой истероидного характера является то особое восприятие мира, которое приводит его к отсутствию правды, объективной картины как по отношению окружающего мира, так и по отношению других людей и самого себя.

Информация, поступающая в наш аналитический аппарат, всегда проходит некую внутреннюю схему, которая создается установками нашего подсознания. В мозге существует некое «зеркало», где отражается окружающий нас мир, да и мы сами.

Но на пути информационных лучей находится призма из нашей внутренней схемы, лишь пройдя которую, информационные лучи создают картину, в какой-то степени соответствующую

действительности. Вся та информация, которая не соответствует нашей внутренней схеме, может быть признана недостоверной и будет затем отсечена.

Одной из волнующих тайн нашего существования является то, насколько наш мозг может создать это «зеркало», чистое и ничем не омраченное, и насколько точно и адекватно может быть отражен в нем окружающий нас мир.

На внутренней схеме циклотимика написано «Как хорош этот мир, и я хочу наслаждаться им». Информация, пропущенная через подобную призму, создает изображение, полное света и красок.

Эпилептоид пропускает информацию через схему «Самое главное – власть над людьми. Я хочу доминировать над окружающими», и на внутреннем «зеркале» создается мрачноватая картина с черно-фиолетовой подсветкой.

Внутренняя схема шизоида всегда недоступна нам, как и отражение действительности, возникающее в глубинах его психики.

Астеник с готовностью открывает перед нами свою внутреннюю схему: «Я люблю вас. Вы лучше меня. Я готов жертвовать собой ради вас», и информация, пропущенная через подобную схему, создает на внутреннем «зеркале» изображение, полное тепла и любви.

Ну, а что же истероид? Его внутренняя схема «Я – замечательный, удивительный, восхитительный и неповторимый. Как я хочу, чтобы вы смотрели только на меня». Подобная призма будет сильнейшим образом деформировать информационные лучи, пропуская на внутреннее «зеркало» лишь те факты, которые подтверждают значимость истероида.

Так эгоцентризм приводит к сильнейшей деформации драгоценного навыка тестирования реальности. Все то, что будет умалять значимость истероида или подвергать ее сомнению, будет безжалостно отсечено и забыто.

Ганнушкин прекрасно описывает этот процесс разрушения способности тестировать реальность, который происходит у истероида под влиянием его нарциссианских установок.

«В то время как одни вещи воспринимаются чрезвычайно отчетливо, чрезвычайно тонко и остро, кроме того, фиксируются даже надолго в сознании в виде очень ярких образов и представлений, другие совершенно игнорируются, не оставляют решительно никакого следа в психике и позднее совершенно не воспринимаются.

Внешний, реальный мир для человека с истерической психикой приобретает своеобразные, причудливые очертания; объективный критерий для него утрачен, и это часто дает повод окружающим обвинить истеричного в лучшем смысле во лжи и притворстве.

Границы, которые устанавливаются для человека с нормальной психикой пространством с одной стороны и временем – с другой, не существуют для истеричного; он не связан ими. То, что было вчера или нынче, может казаться ему бывшим десять лет назад и наоборот.

И не только относительно внешнего мира осведомлен неправильно истеричный; точно также осведомлен он относительно всех тех процессов, которые происходят в его собственном организме, в его собственной психике.

В то время как одни из его переживаний совершенно ускользают от него самого, другие, напротив, оцениваются чрезвычайно тонко. Благодаря яркости одних образов и представлений и бледности других, человек с истерическим складом психики сплошь и рядом не делает разницы или, вернее говоря, не в состоянии сделать таковой между фантазией и действительностью, между виденным и только что пришедшим ему в голову, между имевшим место наяву и виденным во сне; некоторые мысленные образы настолько ярки, что превращаются в

ощущения, другие же, напротив, только с большим трудом возникают в сознании. Лица с истерическим характером, так сказать, эмансипируются от фактов»(1) . .

### **Эмоции .**

Для эмоций истероида присуща поверхностность, инфантильность, причем чувствуется преобладание инстинктов, сферы бессознательного, а не голоса разума, сознания.

На первый взгляд, он чрезвычайно эмоционален. Но на самом деле усиленная жестикуляция, громогласные высказывания, выраженная мимика ставят своей целью привлечение внимания, а пылкие восторги прикрывают поверхностные, неглубокие чувства.

### **Сила разума .**

Сознанию истероида необычайно тяжело осуществлять свою посредническую функцию между подсознанием и требованиями социальных норм. Сознание зажато между двумя этими гигантами, которые вовсе не склонны слушать его нотации.

Огромно давление той части личности, которая прислушивается к окружающему социуму. Ведь истероидная личность только и занята мыслями о том, как произвести впечатление, как снискать благосклонность и одобрение окружающих.

С другой стороны, сознание находится под давлением мощного потока, вырывающегося из подсознания, часто напоминающего горную реку, готовую разбить в щепки все скромные рационалистические построения, сооруженные разумом.

Да можно ли вообще говорить о посреднической функции сознания у истероида? Ему бы хоть как-то сохраниться, зажатому в теснине между непомерно раздутыми подсознанием и социальными нормами.

## **Психологическая защита**

(см стр.16)

В качестве психологической защиты истероид использует отрицание, что позволяет ему вычеркивать, вымарывать всю информацию, которая могла бы подвергнуть сомнению его уникальность и значимость.

Кроме того, мощнейшей психологической защитой являются его фантазии, доходящие до синдрома Мюнхаузена.

Как талантливый художник истероид убирает с полотна всю негативную информацию о себе, чтобы затем волшебными красками истероидного вымысла нанести на полотно новые мазки и создать портрет исключительного человека.

### **Поведение в стрессе.**

Истероид плохо переносит стрессовые ситуации.

Если астеник в трудных условиях перестает жаловаться на здоровье и исторгает из своего хрупкого тела мощные потоки энергии для того, чтобы поддержать близких людей, то у истероида происходит обратная реакция.

Под ударом стресса он обмякает, начинает болеть, словно посылая окружающим сигнал SOS и призывая их усилить заботу о нем.

### **Мышление.**

Как правило, для мышления истероида присуща выраженная комформность, недостаток логики, отсутствие глубины, оригинальности. Крепелин пишет: «Их мышлению не хватает планомерности, порядка и связности, суждениям – зрелости и обстоятельности, и всему их восприятию жизни – глубины и серьезности» (1).

### **Юмор.**

В силу неоригинальности истероидного мышления не приходится говорить об остроумии,

присущем представителям именно этого типа характера.

### **Отношение к деньгам, порядку, времени.**

Истероиду сложно не только зарабатывать деньги, но и планировать их расход. Ему скучно наводить порядок где-либо и в чем-либо. Ко времени он относится безответственно, не ценит его и является, как бы сказал шизоид, классическим хронофагом (пожирателем чужого времени).

### **Отношение к пище.**

Пища – это еще одна возможность привлечь к себе внимание, подчеркнуть свою неповторимость и уникальность. Необычные блюда, заморские фрукты, «суп в кастрюльке прямо из Парижа», которым Хлестаков потряс воображение провинциальных дам – все они представляют собой еще одни артиллерийские снаряды, при помощи которых истероид ведет священную для него войну за внимание окружающих.

### **Привычки.**

Привычки истероида определяются подражанием каким-то героям, исполнением каких-то престижных в данной обстановке ролей: «хорошая хозяйка», «роковая женщина», «наука – это для меня все», «заботливый муж» и т.п. Изменение обстановки и состава зрителей немедленно влечет за собой смену роли со всеми присущими ей атрибутами.

### **Сексуальное чувство.**

В сексуальном поведении истероида много театрального. Это еще одна сцена, где он хочет поразить воображение зрителя. В силу развитой эмпатии он угадывает психологические особенности собеседника и, чтобы произвести впечатление, готов пообещать что угодно, однако

в то же время удивительно безответствен и легкомыслен.

Эгоцентризм истероида создает первую проблему при решении его сексуальных проблем. Он всегда как бы наблюдает за собой со стороны, и, как бы он не был влюблен, произведение впечатления остается для него главной задачей.

В отношениях с партнером он видит лишь себя. Эмпатия и интуиция используются лишь для того, чтобы понять, какой товар можно будет сбыть доверчивому потребителю.

Следующая проблема связана с тем, что на сцене, созданной его эгоцентризмом, он может осветить себя слишком яркими прожекторами, легко может перестараться и пообещать слишком много. Проблема возникает в тот момент, когда после первого свидания его избраница, очарованная его враньем и разнузданными фантазиями, захочет как-то приобщиться к сверкающему миру, описанному истероидом. И в этот момент возникает грозная опасность развенчания исключительности.

Но даже если он обойдет эти два подводных рифа и дело дойдет до секса, то здесь истероиду блеснуть особенно нечем. В силу слабости нервной системы, быстрой истощаемости его сексуальный потенциал невысок. Как это ни горько для него, но пальму первенства придется отдать обладателям сильной нервной системы – циклотимикам, эпилептоидам и шизоидам.

Но «женщина любит ушами», а мужчина-истероид так верно разгадает партнершу и найдет такие слова, которые она никогда не услышит ни от одного сексуального гиганта.

Ну а женщина-истероид... Ее положение еще более выигрышно, и, если сравнивать ее с представительницами других характеров, то она всегда останется непревзойденной. Такая женщина – истинная обольстительница.

Однако ее секс – чистое надувательство, притворство, изображение страсти. Часто женщина-истероид вообще фригидна. Но зато она держит ситуацию под контролем, и ее холодная голова, как талантливый режиссер, ставит очередной блестящий спектакль.

## **ПОВЕДЕНИЕ В СЕМЬЕ**

### ***Роль супруга.***

#### ***Совместимость в браке***

**Истероид-истероид.** Довольно редко можно встретить подобный союз двух неисправимых эгоцентриков. Ведь каждый из них не только хочет найти в супруге восторженного зрителя и поклонника, но и человека, который охотно положит на свои плечи ответственность за выживание, хозяйство, добывание денег и прочие малоприятные материи. Так что конфликты и распад союза почти неизбежны.

**Истероид-циклотимик.** Истероид с его утонченной способностью понимать партнера, с желанием, страстью и талантом производить впечатление может понравиться циклотимику.

Но дар разгадывания людей позволяет циклотимику легко выявить бесконечный эгоцентризм истероида, его ненасытную жажду внимания к своей особе. У циклотимика эти черты вызывают шутки и добродушный смех. Подобное развенчание невыносимо для истероида, что отталкивает его.

Однако долгосрочная связь возможна, если истероид будет переносить легкое подшучивание циклотимика над его неистребимым желанием покрасоваться и привлечь благосклонный взгляд окружающих.

**Истероид-эпилептоид.** Это битва двух великих эго, союз двух талантливых мани-



пуляторов, каждый из которых хочет обхитрить партнера и использовать его в своих целях.

Оба они пускают в ход весь свой арсенал уловок, интриг, манипуляций. Однако достижение некоего равновесия возможно, например, если мужу-эпилептоиду будет отдана королевская корона и право принятия всех решений. Однако он должен признать всю уникальность и неповторимость своей партнерши с ее кокетством, бесконечной заботой о своей внешности, гардеробе и французских духах.

Правда, конфликты неизбежны, потому что она больше занята собой, а не зарабатыванием денег, их экономией, ведением хозяйства. Однако блестящий актерский талант жены-истероида может помочь ей и на этот раз.

Обратное распределение ролей уже не имеет такого положительного прогноза.

Властная жена-эпилептоид хочет от мужа денег, надежности, мощного секса. Но мужчина-истероид не может похвастаться ни особым желанием работать, ни умением создавать дом-крепость. Да и в сексе ему нечем блеснуть. Развод часто неминуем, после чего истероидный мужчина уже боится подойти к женщинам, подчас утешается гомосексуальными связями и декламацией стихов на вечеринках.

**Истероид - шизоид.** В этом союзе истероид идеально выполняет супружескую роль. Шизоид с его отсутствием эмпатии и интуиции совершенно беспомощен перед великим манипулятивным талантом истероида.

Особенно гармоничным является брак мужчины-шизоида и женщины-истероида. Шизоид всегда влюблен в его истероидную супругу. Да и неудивительно. Ведь вся эмпатия истероида, весь ее талант перевоплощения направлен на то, чтобы очаровать своего спутника жизни, убедить его, что рядом с ним необыкновенное существо.

Умение следить за своей внешностью, кокетство, непредсказуемость поведения, смена ролей (если это производит впечатление на партнера), умение держать партнера в постоянном напряжении, постоянные требования заботы, в случае прекращения которой закатываются грандиозные истерики с заламыванием рук и угрозой суицида – все это создает некий романтический ореол вокруг такого существа.

Эмоциональная тупость шизоида и истероидная утонченная чувствительность (правда, используемая в своих целях) хорошо уживаются вместе.

Коммуникативные проблемы шизоида смягчаются рядом с истероидной супругой, которой необходима светская жизнь, где бы она могла блистать. Истероидная эмоциональность, болтливость жены вытягивают мужа-шизоида из его раковины.

Истероидная женщина находит в подобном браке то, что так ей необходимо, – беззаботность, возможность особо не работать, не напрягаться, быть самой собой. Поэтому понятно, что всю мощь своего манипулятивного таланта она направляет на сохранение брака.

**Истероид – астеник.** Союз с истероидом складывается не в пользу астеника. Истероид с его завышенной самооценкой легко возносит себя над неуверенным в себе астеником и благосклонно принимает жертвы, которые приносит астеник близким людям.

Однако откровенная демонстрация своих достоинств, все это нарциссианство, весь этот театр, который с наслаждением устраивает истероид, отталкивает астеника. Ему вовсе не нужен билет в первый ряд партера на пьесу, которая ему не нравится и лишний раз наполняет его ощущением собственных несовершенств.

Но благодаря своей эмпатии истероид верно отгадывает настроение астеника и находит для

него пару теплых слов. А тому и надо-то так немного, и он счастлив так малым.

### **Измены.**

Истероид обожает флирт, кокетство, легкую интригу. Летают воланчик светской беседы, звучат двусмысленности и рискованные замечания. Однако это лишь игра, которая тешит его эгоцентризм.

Страсть или стремление к сексуальному разнообразию неведомы асексуальному истероиду. Роль «роковой женщины» или «сексуального вампира» на самом деле является лишь хорошей театральной постановкой.

Истероид идет на измену лишь в поисках более выгодного партнера.

### **Разводы.**

При разводах еще раз проявляется холодная голова истероида, что дает возможность искусно манипулировать бывшим супругом, адвокатом, судьей. Разыгрывается грандиозный спектакль, героиня заламывает руки, падает в обморок, меняет роли, костюмы, маски.

Весь этот маскарад имеет лишь одну цель – получить при разводе побольше выгод для себя.

Нередко женщина-истероид с легкостью передает опеку над детьми бывшему мужу или родственникам.

### **Роль родителя.**

Истероиды, как правило, плохие родители. Отсутствие у них чувства долга, избегание ответственности, невозможность забыть хотя бы на минуту о собственных потребностях, неспособность терпеливо переносить повышенную нагрузку (особенно в первые годы жизни ребенка) делают родительскую роль крайне непривлекательной в их глазах.

Они тяготеют своими родительскими обязанностями и с удовольствием перекалдывают

на плечи других ответственность за воспитание детей.

Они требуют как от окружающих, так и от самих детей признания тех лишений, которые они имели в связи с рождением и воспитанием детей. Не заботясь о детях в детстве, истероидные родители требуют к себе внимания и материальной поддержки после того, как дети вырастают и становятся на ноги.

## СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ.

Чем больше личность находится во власти сферы сознания, чем более успешно она справляется с выплесками из подсознания, чем более успешно ведет она поиски компромисса между своими желаниями и требованиями социальной среды, тем более успешны ее социальные роли, тем выше ее реализация в каждой из них.

Однако, если подсознание берет верх, и личность оказывается во власти инфантильных желаний, это приводит к неспособности адаптироваться к реальной жизни и толкает личность на выбор неприглядных социальных ролей.

**Пустоцвет.** Воспитание в духе «кумир семьи» может привести к заострению истероидных черт, к формированию личности, которая занята только собой, озабочена лишь осуществлением своих желаний.

*О.К., 32 года, разведен, довольствуется маленькой зарплатой, дающей ему возможность приобретать «нужную ему дозу» легких наркотиков. В детстве был окружен обожанием обеспеченной семьи, рос в режиме потворствования, потакания всем его желаниям. Не смог*

обзавестись друзьями, учиться не хотел. Имел 3-летнюю связь с женщиной, мягкой, покладистой, делающей все, чтобы отучить его от наркотиков. Рождение ребенка, которого он рассматривал как «конкурента», лишь ухудшило отношения. После ухода его подруги живет один, друзей нет, к родителям и ребенку равнодушен.

**Рыбка-прилипала.** Слабая воля, отвращение к длительным усилиям, как физическим, так и интеллектуальным, неумение и нежелание справляться со своими желаниями часто толкают истероида на поиск сильной фигуры, которая облегчила бы его выживание. Как часто рядом с сильными и яркими людьми вьются эти рыбки-прилипалы.

**Красотка-жена.** Все девушки мечтают хорошо выйти замуж. Циклотимик мечтает со своим избранником исследовать мир и въехать на мотоциклах на Эльбрус, эпилептоид ищет того, кто бы принял ее диктат. Девушка с шизоидным характером ищет интеллектуального собеседника, ну а астеник готова полюбить любого, лишь бы ей дали возможность изливать на партнера потоки тепла и заботы.

Для женщины-истероида брак – это удачный контракт, выгодная сделка с судьбой. Любовь здесь ни при чем. Зорко оглядывает она окружающих ее мужчин и довольно верно угадывает того, кто согласен возложить на нее корону и взять на себя уход за этим дивным созданием.

Что ищет она в браке? Хорошую зарплату мужа, возможность не работать, заниматься собой, вести светский образ жизни (не может же она прятать такое сокровище, каким она является, от людей). Хорошо, если муж любит детей, пусть ими и занимается.

Все женщины могут стать сексуально зависимы. Но у нашей кокетки холодная голова, она асексуальна, хотя умеет блестяще сыграть роль женщины, потерявшей голову.

Все женщины могут говорить о любви, но у циклотимика оторвана пуговица и облезлый маникюр, женщина-эпилептоид подавляет своей энергетикой, шизоид – просто чушка и синий чулок, а астеническая женщина слишком подобострастна и понятна.

Зато женщина-истероид всегда ухожена, у нее модная прическа, маникюр, она следит за собой. А мила, а нежна, да и говорит именно то, что хочется услышать. К тому же кокетлива, непредсказуема, обольстительна...

**Трепетная лань.** Если муж не соглашается с бездельем своей истероидной супруги, происходит таинственная трансформация ее здоровья: появляются головокружения, приступы слабости, обмороки. Все это перемежается с потоками нежных слов и объяснений в любви к мужу. Подобное чередование таинственных припадков и обольщений мужа дает отличный результат. Муж приходит к выводу, что ей лучше сидеть дома.

Женщина-истероид – великая актриса, и непревзойденно проводит игру «У нашей девочки хрупкое здоровье».

**Попрыгунья-стрекоза.** Беспечность, скольжение по поверхности жизни, избегание глубоких чувств, холодное сердце, неспособность согреть другого человека, отсутствие каких-либо жизненных целей, рефлексия, реагирование на ерунду, внимание лишь к самой себе...

И вот уже прожита жизнь. Зачем? Для чего?

**Истероид-иммигрант.** Он довольно спокойно расстается со страной, где он вырос. Ему сложно адаптироваться в новой жизни, потому что нужно много работать, учиться, уставать, – вообще делать все то, чего он старается избегать.

Непросто убедить его новых собеседников в его сегодняшней значимости и исключительности, однако это легко сделать в воспоминаниях о прошлом.

И вот уже истероид с его постоянным желанием казаться выше, чем он есть, облачает свой эгоцентризм в волшебную рамку мифа и вымысла. Его ненасытный нарциссизм делает чудо, и из небытия создается сказка о его принадлежности к людям ярким, всем известным, богатым и знаменитым. А если он среди них, то и он что-то значит.

**Преступления.** Преступники-истероиды используют свой дар легко завязывать знакомства и приобретать доверие людей, каждый раз оглушая их потоком безудержной фантазии. Это шулеры и подделыватели документов, шарлатаны, присваивающие себе чужие звания, аферисты, легко пользующиеся доверием людей, проходимцы, выдающие себя за путешествующих инкогнито великих людей, брачные аферисты.

А.Ф.Кони, бывший обер-прокурором России по уголовным делам, оставил нам коллекцию психологических портретов преступников с разными типами характеров. Он описывает уголовное дело одной блестящей аферистки и подмечает еще одну мотивацию преступлений людей с данным видом характера – они с трудом переносят состояние развенчанной исключительности.

Возможно, истероидные черты в характере Марка Чепмена толкнули его на убийство Джона Леннона. Он всегда подражал Леннону: пробовал играть на гитаре, женился на японке, носил очки при хорошем зрении и т.п. Но его отношение к Леннону, вероятно, не ограничивалось лишь реакцией имитации, и однажды сравнение себя с кумиром привело к осознанию собственного ничтожества по сравнению с блеском Леннона. Подобная ситуация развенчанной исключительности

могла оказаться невыносимой и толкнула его на убийство.

Аналогичные мотивы, по-видимому, лежат в основе преступления, совершенного Сальери (А.С.Пушкин, «Моцарт и Сальери»), причем убийцу более всего беспокоит «А что, если гений и злодейство несовместимы?»

В США существует особый вид преступлений, на который идут женщины-истероиды, а именно – ложные обвинения в сексуальных домогательствах с предъявлением огромных денежных исков.

**Примерный гражданин.** Способность отгадывать собеседника и производить на него впечатление, подкрепленные образованием и воспитанной волей, открывают путь во многие профессии, такие как актер, журналист, певец, танцор. Успешные выбиватели фондов и грантов, люди, преуспевающие в создании связей между кампаниями, огромная армия дистрибьютеров, без которых немыслима экономика современного общества, люди, помогающие своим фирмам заключать важнейшие контракты, – многие из этих людей носят черты истероидной личности.

### **Отношение к здоровью.**

Чтобы истероид не болел, он должен быть окружен постоянным вниманием, восхищением, обожанием. Как только интерес к нему снижается, он немедленно «уходит в болезнь по принципу условной приятности» с целью привлечь к себе больше внимания.

Подобный «уход в болезнь» происходит также в ситуациях, когда его хотят заставить делать что-либо, чего он делать не любит, например, работать, учиться, выполнять домашние обязанности.

Его болезни с их причудливыми, необычными, вычурными симптомами часто являются поведенческим шантажом. Однако важно понимать, что делает он это бессознательно.



Лечить его очень тяжело, часто невозможно из-за сильнейшего подсознательного сопротивления. Истероид не заинтересован в выздоровлении. Ведь оно означало бы исчезновение мощного фактора, при помощи которого истероид старается манипулировать своими близкими.

С раннего детства истероид осваивает методику «ухода в болезнь по принципу условной приятности». Его подсознание четко регистрирует все выгоды подобного типа поведения и прибегает к этому спасительному и проверенному средству на всем жизненном пути.

### **Отношение к старости.**

Истероидная личность испытывает леденящий ужас перед старостью, потому что та унесит свежесть и красоту. Истероид нежно любит себя и любая потеря, касающаяся его здоровья и внешности, поражает его в самое сердце.

По-прежнему произведение впечатления на окружающих остается его главной потребностью и задачей. С горечью признает истероид, что увядание, изменение внешности нельзя остановить.

До последней минуты бьется истероидная личность с неумолимым временем, чтобы хоть как-то сохранить привлекательность. Косметология, пластическая хирургия, постоянное внимание к каждой морщинке – все ресурсы брошены на борьбу со временем.

Но даже если это сражение будет проиграно, в арсенале его средств произведения впечатления на окружающих остается еще одно мощное оружие – безудержные фантазии, стремление к приукрашению своей жизни.

В каждом истероиде сидит барон Мюнхаузен, и вот уже идет полная эмансипация от фактов, ошибки вычеркиваются из памяти, вымысел

приукрашает прожитую жизнь и она наполняется блеском, сверканием, мишурой...

Старость астеника омрачена горьким сознанием совершенных ошибок, циклотимик с досадой сожалеет о неиспользованных шансах. Старость отнимает у шизоида надежду понять, наконец, ускользающую от сознания истину. Время жестко напоминает эпилептоиду, что уже не будет долгожданной власти, а есть только одиночество, несовершенные люди, по отношению к которым он часто испытывает раздражение и ненависть.

Только старость истероида наполнена счастливым ощущением правильно и ярко прожитой жизни, и лишь только морщинка у виска отравляет настроение.

### **Отношение к истероидам.**

- \*Понимать их эгоцентризм** и спокойно принимать его.
- \*Понимать их манипулятивный талант** и не давать им возможность втянуть себя в их игры и интриги. Понимать, что если эпилептоид плетет интригу, то его целью является использование людей для достижения власти, в то время как у истероида интрига – это еще один способ держаться на виду и быть в центре внимания.
- \*Стараться избегать их развенчания.**
- \*Заставлять их учиться, работать,** брать на себя ответственность.
- \*Помнить об их склонности к безудержным фантазиям,** критически относиться к их выдумкам.
- \*Отслеживать их мотивации «ухода в болезнь».**

## ГЛАВА 6

### Смешанные характеры

Блестящий врач и ученый, ленинградский профессор А.Е. Личко исследовал психопатии и акцентуации характера у подростков. При этом он впервые сделал оценку встречаемости типов разных характеров.

**ГИПОТЕЗА.** Если экстраполировать полученные данные на всю популяцию, то можно предположить

1. Около половины человеческой популяции составляют чистые типы характера.

2. Частота встречаемости в этой части популяции составляют циклотимики 13%,  
эпилептоиды 13%,  
шизоиды 9%  
астеники 10%  
истероиды 4%.

3. Остальные люди обладают смешанными характерами. «Несмотря на кажущееся разнообразие смешанных типов, встречающиеся сочетания не случайны... Черты одних типов сочетаются друг с другом довольно часто, а других практически никогда... существуют два

вида сочетаний – типы промежуточные и типы амальгамные» (2).

**Промежуточные типы характера.** Их образование связано с генетическими факторами. Например, если один из родителей обладает шизоидным характером, а другой – астеническим, то ребенок может нести черты смешанного типа, сочетая в себе свойства, присущие шизоидам и астеникам.

**Амальгамные типы.** Неправильное воспитание в детстве, длительные стрессы могут приводить к ситуации, при которой на генетически детерминированную структуру одного характера наслаиваются черты другого. Например, воспитание в духе «кумир семьи» приведет к появлению истероидного налета на поведение ребенка.

Режим жестких взаимоотношений в семье, избияния ребенка приведут к его ожесточению, к включению механизма психологической защиты «идентификация с агрессором». Подобное наслаение эпилептоидных черт может произойти у представителя циклотимического или шизоидного характера, которые являются обладателями сильной нервной системы.

В других случаях подобный травмирующий жизненный опыт может привести к астенизации личности и выльется в появление постоянной тревоги и страха, в нарушения здоровья.

Воспитание ребенка в духе уважения, поощрения свободы, привития ему позитивного мышления, постоянное втягивание его в наслаждение жизнью приведет к появлению или заострению циклотимических черт.

Человек со смешанным характером обладает более сложным поведением, для которого присущи следующие особенности:

**1. В нем живут два разных существа.**

Действительно, наложение двух разных психологических программ приводит к более сложному типу поведения, причем в одних

условиях будет преобладать одна программа, в других условиях превалирует проявление другой программы. Например, астено-циклотимик будет радовать нас своим жизнелюбием, которое вдруг может смениться тревогой и неуверенностью в себе.

## **2. Внутренний конфликт.**

Две психологических программы, как два человека, часто находятся в конфликте. Ведь они по-разному видят себя, других людей, окружающий мир. Они выбирают разные пути для решения проблем, стоящих перед личностью. Они обладают различными потребностями в общении и столь несхожими коммуникативными навыками. Конфликт между ними скорее правило, чем исключение.

## **3. Сложности общения.**

Человек со смешанным типом характера обладает более сложным поведением, и окружающим нелегко приспособится к нему. Он менее предсказуем, потому что никогда не знаешь, какая его составляющая скажет свое решающее слово в выборе линии поведения.

Если, общаясь с эпилептоидом, мы можем выработать правильный алгоритм поведения, то нам значительно более сложно приспособиться к обладателю смешанного характера, совмещающего в себе, например, черты эпилептоида и шизоида.

## **4. Причудливый рисунок поведения в стрессовой ситуации.**

## **5. Сложность лечения невротических нарушений.**

В случае невротизации человек со смешанным типом характера обладает более сложным поведенческим дизайном. Возрастают сложности его диагностики, увеличивается вероятность ошибки при выборе оптимального лечения. Например, депрессия для представителей астено-циклотимического, астено-шизоидного, циклотимик-эпилептоидного характеров будет обладать неповторимыми особенностями и

потребуется в каждом случае своего уникального подхода.

Подробное описание смешанных характеров автор дает в своей новой книге «Можно ли изменить свой характер», которая готовится к печати.

## ГЛАВА 7

### ТЕСТЫ

#### **Тест № 1      Психологическая зависимость**

1. Неспособность быть самодостаточной личностью, постоянное стремление полагаться на близких в обеспечении финансовой поддержки, ухода за домом.
2. Чувство беспомощности, паники, страха перед лицом одиночества, особенно при окончании близких отношений.
3. Частое нахождение под страхом быть покинутым.
4. Чувство уязвимости в отношении критики, повышенное ожидание поощрения от других.
5. Избегание несогласия с другими из-за страха быть отвергнутым.
6. Неспособность принимать решения или планировать действия без интенсивной поддержки и одобрения окружающих.

7. Чувство собственной ценности, счастья, полноты жизни, ее смысла могут быть получены лишь из связей с другими.

Психологическая зависимость может развиться у представителей разных характеров, но наиболее она выражена у астеников.

### **Тест № 2      *Заниженная самооценка***

1. Самоуничижительные высказывания. Восприятие себя как человека непривлекательного, никчемного, лишенного какой-либо значимости, проигравшего, являющегося обузой для других.
2. Неспособность определить что-либо позитивное в себе.
3. Легкое возникновение чувства вины.
4. Неспособность принимать комплементы.
5. Утрата получения удовольствия от ухода за собой, красивой одежды, хорошей прически.
6. Неспособность говорить другим «нет».
7. Ощущение того, что он не нравится окружающим.
8. Страх отторжения, непринятия со стороны окружающих.
9. Установление необычайно низких жизненных целей.
10. Чувство дискомфорта в социальных ситуациях, особенно при нахождении среди большого количества людей.

Заниженная самооценка может развиться в результате стресса, депрессии, неправильного воспитания у представителей разных характеров. Однако наиболее она присуща астеникам.

### **Тест № 3**

### ***Циклотимический      характер***

1. Вы редко задумываетесь о вашей внешности.

2. Вы всегда сохраняете самоуважение и достоинство.
3. Вы любите принимать самостоятельные решения.
4. Вы легко берете на себя ответственность.
5. Вы любите решать проблемы и не переносите состояние бездеятельности.
6. Вы бесстрашны.
7. Вы любите преодоление препятствий, неизвестность, борьбу.
8. У вас, как правило, хорошее настроение.
9. У вас большая поисковая активность в условиях, не обещающих положительного прогноза.
10. Вы ориентированы на движение вперед, к успеху, но можете довольствоваться малым.
11. Общение с людьми – высшее наслаждение для вас.
12. Вы не переносите одиночества.
13. В споре вы всегда будете отстаивать свою точку зрения, однако доводы другого человека приводят на вас впечатление.
14. Вы не боитесь сказать «нет», хотя будете выражать свое несогласие дипломатично.
15. У вас хорошие отношения с начальством, коллегами, подчиненными.
16. Вы с удовольствием поможете тому, у кого сейчас трудное время.
17. Если окружающие хотят вас унижить, вы даете отпор.
18. Вы легко соблюдаете границы в отношениях и способны признать право другого человека на частную жизнь.
19. Вы разговорчивы, открыты и не можете хранить захватывающую информацию.
20. Вы любите покушать в компании.
21. Вы любите приглашать гостей и ходить в гости.
22. При общении вы легко подчеркиваете сильные стороны другого человека и можете оказать ему поддержку в областях его слабости.



23. Вы способны понять самых разных людей и принять их странности.
24. Вы хороший сосед.
25. Вы всегда признаете право другого человека на свободу и самостоятельное принятие решений.
26. Вы часто оказываетесь в центре внимания, хотя не стремитесь к этому.
27. Вы предпочитаете устанавливать с окружающими симметричные отношения, когда обе стороны вносят одинаковый вклад в отношения.
28. Вы не любите подавлять других, но, если нужно, легко идете на демонстрацию силы.
29. Даже в близких отношениях вы сохраняете независимость.
30. Вы легко признаете права других на фоне признания ваших прав.
31. Вы спокойно переносите критику, несогласие с вами или нежелание общаться с вами.
32. Вы любите узнавать новых людей.
33. Вы прирожденный лидер.
34. Вы с благодарностью оглядываетесь на прошлое, цените настоящее. В отношении будущего вы имеете самые радужные предположения.
35. Ваш позитивный прогноз на будущее часто чрезмерно завышен.
36. Вы, как говорят боксёры, хорошо держите удар.
37. Вы одновременно можете решать несколько задач.
38. Вы не переносите мелочного контроля, диктата, подавления.
39. Вы не мстительны и легко забываете обиду.
40. У вас редко возникает чувство гнева.
41. Вы сравнительно легко принимаете жизненные потери.
42. Вы быстро адаптируетесь в новых условиях.
43. Вы любите менять квартиры и место проживания.
44. У вас отличная психологическая защита.

45. Вы легко начинаете новое дело, но вам трудно довести его до конца.
46. Вы любите разнообразие в еде, сексе, проведении свободного времени.
47. Вам нравится передвигать мебель в квартире.
48. Вы любите добираться до работы разными путями.
49. Вы хороший стратег, но часто невнимательны к деталям и мелочам.
50. Вам трудно соблюдать порядок, и вы легко его нарушаете.
51. Вам трудно быть пунктуальным, и вы часто опаздываете.
52. Вы любите путешествовать и перемещение в пространстве всегда успокаивает вас.
53. Вы любите коллективные виды спорта.
54. У вас несколько хобби.
55. Вы легко учитесь и все схватываете на лету.
56. Вы хорошо переносите физические нагрузки, стресс, голод, недосыпание.
57. Вы легко относитесь к деньгам и любите их тратить.
58. Вам трудно копить деньги и планировать бюджет.
59. Вы любите делать подарки, и вам присуща щедрость сердца и кармана.
60. Деньги дают вам возможность в большей степени наслаждаться миром.
61. Вы любите развлекаться, ходить в театры, рестораны.
62. Вы часто забываете вовремя оплатить счета и всегда опаздываете с оформлением налоговой декларации.
63. Введение финансовой документации вызывает у вас досаду и требует от вас напряжения.
64. В детстве вы были доброжелательным, веселым и общительным ребенком.
65. У вас с детства хороший аппетит и сон.
66. Скорее всего, у вас был непростой подростковый возраст.

67. У вас мощная сексуальность, и вы любите сексуальное разнообразие.
68. Вы можете пойти на супружескую измену, сохранив при этом прекрасные отношения с женой (мужем).
69. Вы не ревнивы.
70. Вы ориентированы на семью при условии сохранения вашего права на частную жизнь.
71. Вы – хорошая поддержка для супруги (супруга) и любите украшать их жизнь.
72. Вы не пристаёте к детям по мелочам, но следите за тем, чтобы у них было хорошее настроение.
73. Наверно, вы даете детям слишком много свободы.
74. Вы любите решать проблемы с женой и детьми сообща.
75. У вас дома хороший психологический климат.
76. Люди любят бывать у вас в доме.
77. Вы любите домашних животных, но часто беспечны в отношении ухода за ними.
78. У вас прекрасные отношения с родственниками.
79. Вас любит и уважает ваша семья.
80. Вы заботитесь о престарелых родителях.
81. Вы доставляли им хлопоты с самого раннего детства (побеги из детского сада, попытки отправиться в кругосветное путешествие, драки за правое дело, физические травмы из-за переоценки своих возможностей).
82. Вы беспечны по отношению к своему здоровью.
83. Вы ненавидите ходить по врачам и лечиться.
84. Вы можете долго и напряжено работать.
85. У вас, как правило, хорошие взаимоотношения на работе.
86. Даже серьёзные заболевания не меняют вашего беспечного отношения к жизни.
87. Депрессия меняет ваше отношение к себе, вызывает чувство неуверенности, снижает присущую вам высокую самооценку.

88. Депрессия убивает ваш коммуникативный талант, меняет отношение к окружающим, вызывает потребность в уединении, заставляет вас избегать общения.
89. Депрессия изменяет ваше отношение к миру и присущий вам оптимизм.
90. Вы относитесь к малоспящим, но при депрессии ваша потребность во сне может резко возрасть.
91. Вы можете долго работать без усталости, но при депрессии ваша производительность резко падает.
92. При депрессии ваше беспечное отношение к будущему сменяется чувством тревоги и неуверенности.
93. Первые эпизоды депрессии могли появиться у вас в детстве и подростковом возрасте.
94. После окончания эпизода депрессии вы быстро наверстываете упущенное.
95. Вам не свойственно чувство зависти.
96. Вы берете на работу ярких людей и стараетесь продвигать их по службе.
97. Вы не боитесь конкуренции.
98. Вы умеете проигрывать.
99. Вы можете осуществлять крупномасштабные проекты.
100. Вам подходят профессии, связанные с меняющимися обстоятельствами, общением с разными людьми, взятием на себя ответственности и необходимости принятия решений.

#### **Тест № 4. Астенический характер**

1. Вы находите в своей внешности недостатки и это вас огорчает.
2. Если окружающие говорят о ваших достоинствах, вы испытываете чувство неудобства.
3. Вы недооцениваете ваши интеллектуальные достижения.

4. Вас легко обидеть. Слово, жест или молчание другого человека могут легко ранить вас.
5. Вы не верите в свои силы и стараетесь найти союзников в осуществлении даже тех проектов, которые вы можете осуществить самостоятельно.
6. Вы нерешительны и подвержены колебаниям в ситуации принятия самых простых решений.
7. Вы плохо переносите одиночество, хотя оно необходимо вам для восстановления сил.
8. Вы необычайно тяжело переносите окончание связи с другим человеком, и это занижает вашу самооценку.
9. В своем прошлом вы склонны находить лишь ошибки.
10. В жизни, окружающей вас сегодня, вы в первую очередь подмечаете теневые стороны.
11. Вы склонны строить негативный прогноз событий.
12. У вас завышенное чувство долга.
13. Вам трудно требовать что-либо для себя.
14. Если вы идете в кафе вскладчину, вы заплатите больше остальных.
15. Если хвалят вашу одежду, вы будете приуменьшать её ценность, говорить, что вы купили её на распродаже, что ей 100 лет и тому подобное.
16. Вы пропускаете всех вперед.
17. Вы хорошо понимаете окружающих, сочувствуете им, с удовольствием помогаете им.
18. Вы нуждаетесь в общении, но устаете от него.
19. Вам необходимо делиться своими чувствами с окружающими.
20. У вас повышенное чувство благодарности.
21. В близких отношениях вы легко попадаете в зависимость.
22. Вы легко признаете права других и легко идете на самоумаление.

23. Вам трудно отстаивать свое мнение, вы быстро соглашаетесь, даже если внутренне не согласны.
24. Вам нелегко принимать повседневные решения без совета с другими, их поддержки и одобрения.
25. Вы чувствительны к мнению окружающих.
26. Вам трудно выражать несогласие с другими и говорить слово «нет».
27. Вы болезненно переживаете критику, несогласие с вами, нежелание общаться с вами, и все это занижает вашу самооценку.
28. По возможности вы стараетесь не общаться с теми, кому вы не нравитесь.
29. Общение с новыми людьми может даваться вам с трудом из-за опасений критики или отвержения.
30. Вам часто кажется, что окружающим не интересно с вами общаться.
31. Вы прекрасный исполнитель, но вам крайне трудно руководить людьми.
32. Вам трудно устанавливать симметричные отношения с людьми, и вы всегда вносите больший вклад в любые отношения.
33. Вам крайне трудно пойти на демонстрацию силы.
34. Вы не позволяете себе выразить негативные чувства в адрес окружающих.
35. Вы, как правило, занимаете более низкое положение чем то, которого вы достойны.
36. Люди легко пользуются вами.
37. В любви вы дающий.
38. Вы любимы своей семьей.
39. Вы необычайно привязаны к тем, кого любите.
40. Вы не будете преодолевать препятствия ради себя, но сделаете это ради других.
41. Вашу внутреннюю утонченность окружающие часто принимают за слабость.
42. Вы легко приукрашаете и идеализируете людей.

43. Ваши хорошие отношения на работе основаны на вашей исполнительности, безотказности, стремлении помочь окружающим.
44. Вы побаиваетесь начальства.
45. Вы с удовольствием поможете тому, у кого сейчас трудное время.
46. Вы неуверенны в себе и тревожны.
47. Вы легко прощаете других, но жестоко корите себя за сделанные ошибки.
48. Вы заботитесь о семье, родственниках, друзьях, соседях.
49. Вы неуверенны в любви близких людей к вам.
50. Вы почти постоянно испытываете тревогу о ваших близких. Вы спокойны в полной мере, если они все находятся рядом с вами.
51. Вы легко приносите себя в жертву и не делаете из этого подвига.
52. При общении вы легко подчеркиваете сильные стороны другого человека, но не говорите о ваших достоинствах.
53. Вы часто испытываете страдание от несовершенства людей и окружающего мира. Вы все принимаете близко к сердцу.
54. Незаслуженная обида, прекрасная музыка или стихи могут исторгнуть из вас слезы.
55. Начало нового дела, инициация проекта являются для вас сильнейшим стрессом.
56. Вы скорее пессимист, чем оптимист.
57. Перемены пугают вас, даже изменение ситуации к лучшему может вызвать у вас панику.
58. Вам трудно принимать решения и брать на себя ответственность.
59. Вы всегда боялись экзаменов.
60. Перед экзаменом у вас часто болел живот, и вы испытывали недомогание.
61. Длительное интеллектуальное напряжение, например, экзаменационная сессия, повышало вашу заболеваемость.
62. Вы плохо адаптируетесь в новых условиях.

63. Вы плохо переносите физические нагрузки, голод, холод, жару, недосыпание, интеллектуальные перегрузки.
64. Вы хорошо функционируете на фоне щадящего образа жизни.
65. Вы часто испытываете физический дискомфорт. Почти каждый день у вас что-то болит.
66. У вас не в порядке гастроэнтерология.
67. Вы метеочувствительны.
68. С детства у вас чуткий сон.
69. Вы долгоспящий и нуждаетесь в повышенном количестве сна.
70. Вы тревожны, впечатлительны и обладаете повышенной чувствительностью к стрессам.
71. Вы с трудом принимаете самые незначительные жизненные потери.
72. Вы не любите менять обстановку дома и передвигать мебель.
73. Ремонт для вас – катастрофа.
74. Вы хорошо справляетесь с одной задачей. Необходимость выполнять одновременно несколько дел является для вас сильнейшим стрессом.
75. Вам с трудом дается начало нового дела и вы можете паниковать, раздражаться, заплакать и даже заболеть.
76. Но как только вы привыкаете к новым условиям, вы начинаете хорошо функционировать.
77. Вы не даете отпора на мелочный контроль, диктат, подавление, но в этих условиях у вас могут появиться физические и ментальные недомогания.
78. Длительное состояние фрустрации приводит к тому, что вы начинаете «рассыпаться».
79. В ситуации хронического стресса у вас появляются неврогенные нарушения соматики, обилие жалоб на здоровье при хороших анализах.
80. Вы ненавидите переезжать, менять квартиры.
81. Вы аккуратны, и в квартире у вас всегда порядок.



82. Вы всегда вовремя оплачиваете счета и раньше всех оформляете налоговую декларацию.
83. В школе вы хорошо и прилежно учились.
84. Вы не любите отвечать у доски и быть в центре внимания.
85. Вы прекрасно работаете с информацией.
86. Скорее всего, у вас высокий интеллект.
87. Вы тонко чувствуете живопись.
88. Вы любите природу.
89. Вы любите цветы, домашних животных и хорошо о них заботитесь.
90. Вы не любите спорт и редко достигаете в нем результатов.
91. Тихий вечер дома в кругу семьи или друзей, пребывание на природе – лучший отдых для вас.
92. В детстве ваши родители имели много хлопот с вашим здоровьем.
93. У вас невысокая сексуальная энергия, однако вы всегда внимательны к сексуальным потребностям вашего партнера.
94. Вам было бы трудно пойти на супружескую измену.
95. Вы являетесь отличной системой поддержки для ваших близких.
96. Вы бережливы и осторожно тратите деньги.
97. Деньги дают вам ощущение защиты от жизненных стрессов и снижают вашу неуверенность перед будущим. Они уменьшают вашу уверенность в том, что «черный день» обязательно наступит.
98. Вы не очень любите ходить в кафе и рестораны (нарушение диеты, трата денег, шум).
99. Вы редко опаздываете, чаще приходите раньше.
100. Вы любите лечиться и успокаиваетесь в кабинете врача.

### **Тест № 5. Эпилептоидный характер**

Люди эпилептоидного характера в силу завышенной самооценки и непомерного

эгоцентризма не могут оценить себя объективно. Поэтому к ним неприменимы тесты, основанные на самооценке, регистрации как сильных, так и слабых сторон личности. Вы можете пользоваться этим тестом для оценки другого человека и определения у него черт, принадлежащих эпилептоидному характеру.

1. Он не видит недостатки в своей внешности и поведении.
2. Он нравится себе.
3. Его самолюбие легко задеть, особенно проявляя неповиновение.
4. Он легко переносит одиночество.
5. По сути своей он мизантроп.
6. Люди часто вызывают у него гнев или зависть.
7. Он не переносит нанесенной ему обиды и готов отомстить.
8. Если вы прерываете с ним отношения, не думайте, что это вам так просто сойдет.
9. Он всегда переоценивает свои самые незначительные достижения и раздувает их до небес.
10. Он легко выражает свои негативные чувства в адрес окружающих и употребляет много негативных высказываний о других людях.
11. Он недоверчив, подозрителен и держит дистанцию в отношениях.
12. Он не склонен делиться своими чувствами и открывать душу, потому что он знает, что в душу ему наплюют, причем он может назвать потенциальных обидчиков поименно.
13. Он считает, что завистники и недруги хотят нарушить его планы в отношении будущего.
14. Он не хочет брать на себя обязательства и ответственность ради других.
15. Он не хочет устанавливать симметричные отношения с другими людьми и старается использовать окружающих.
16. Он – великий манипулятор.

17. Если вы идете в кафе вскладчину, он постарается заплатить меньше всех.
18. Он никогда не пропустит кого-либо вперед и легко перебивает других.
19. Ему кажется, что он хорошо понимает других, видя в них одни лишь недостатки.
20. Он часто приписывает другим свои неблагоприятные черты (злопамятность, скупость, завистливость и т.д.).
21. У него отсутствует чувство благодарности.
22. В близких отношениях он старается доминировать.
23. Он не признает права других, старается навязывать и диктовать свои условия.
24. Его редко удается переубедить, он игнорирует логические доводы и отстаивает свое мнение, даже если он понимает, что он не прав.
25. Он принимает повседневные решения, не советуясь с семьей.
26. На критику, несогласие с ним он реагирует гневом и даже желанием отомстить.
27. Он старается общаться с выгодными ему людьми.
28. На работе он угождает начальству и обладает талантом повиновения.
29. Он старается манипулировать сослуживцами, любит унижать подчиненных.
30. Он признает только силу и доброжелательное отношение часто воспринимает как слабость.
31. Он идет на демонстрацию силы при первом удобном случае и получает удовольствие от подавления других.
32. Он рвется к власти и часто занимает гораздо более высокое положение, чем то, которого он достоин.
33. В любви он берущий.
34. Обычно члены семьи и родственники побаиваются его.
35. Он устанавливает тотальный контроль за поведением жены и детей.

36. У него мощная сексуальная энергия, и он использует ее для наслаждения и манипуляции партнером.
37. Он любит сексуальное разнообразие и легко идет на измены.
38. Он необычайно ревнив и подозрителен.
39. Он старается не тратить деньги на любовницу и стремится создать у нее сексуальную зависимость.
40. Он больше всего на свете ценит власть.
41. У него частые конфликты с родственниками из-за ерунды.
42. Иногда он не может удержаться ни на одной работе из-за своей конфликтности и неуживчивости.
43. Он не переносит неконтролируемых ситуаций.
44. У него частые конфликты с соседями.
45. При общении он любит подчеркивать слабые стороны собеседника и игнорирует сильные стороны.
46. Жертвенность он считает проявлением глупости.
47. Страдания других его не волнуют.
48. Он может физически наказывать жену и детей.
49. У него хорошая психологическая защита.
50. У него отличное здоровье, и он физически силен.
51. Он прекрасный спортсмен и предпочитает силовые виды спорта, борьбу.
52. Он любит укреплять свое здоровье и старается вести здоровый образ жизни.
53. Он может отлично переносить нагрузки.
54. У него часто не очень высокий интеллект.
55. Он не очень любит работать, любит поспать и поваляться в кровати.
56. У него всегда отличный аппетит и сон.
57. Он любит роскошь и дорогую обстановку дома.
58. Дома у него всегда порядок, и за нарушение порядка он наказывает.
59. Часто у него бисерный почерк.

60. Он обожает деньги, любит их пересчитывать и копить.
61. Деньги для него – эквивалент власти.
62. Он скуп и с трудом расстаётся с деньгами.
63. Он аккуратно ведёт финансовую документацию.
64. Он не любит приглашать гостей из-за финансовых затрат.
65. Ради денег он рискнет и легко пойдет на нарушение закона.
66. У него невозможно одолжить деньги.
67. При ведении бизнеса с ним нужно быть осторожным.
68. В семье он легко переложит ответственность за заработок денег на плечи других.
69. В детстве родители имели много проблем с его дисциплиной, успеваемостью, ленью.
70. В школе он любил драться.
71. Он часто равнодушен к театру, музыке, живописи.
72. Ему не нужны прогулки на природе, но он признает общение с природой, дающее ему материальные ценности (рыбная ловля, охота).
73. Он любит крепкие алкогольные напитки и склонен злоупотреблять ими.
74. В состоянии опьянения он может терять контроль и становится опасным для окружающих.
75. Он азартен и любит играть на деньги.
76. Он любит хорошо и много поесть.
77. Он не разговаривает за едой.
78. Он любит развлекаться за чужой счет.
79. Он пунктуален и всегда приходит вовремя.
80. В случае разрыва отношений он может быть мстителен и опасен.
81. В порыве мести, ради обогащения он может пойти на преступление.
82. У него бывают периоды плохого, гневливого настроения без всякой причины.
83. Он может устроить скандал, ссору по ничтожному поводу.

84. Иногда для него присущи т.н. циклы жестокости, которые включают нарастание гнева, взрыв в виде скандала или драки, раскаяние и примирение с жертвой, новое нарастание гнева и т.д.
85. Такое явление, как домашняя жестокость вызвана, в основном, людьми данного характера.
86. Он внимательно следит за своим здоровьем и никогда не пропустит визита к врачу.
87. Он предрасположен к гипертонии.
88. Он не верит врачам и считает, что его не хотят лечить.
89. Заболев, он завидует молодым и здоровым.
90. На работе он бюрократ.
91. Ему чужды новизна, поиск. Они раздражают его, и он будет препятствовать проявлению любой инициативы.
92. Для него более важны правила, чем интересы дела.
93. Для него подходят профессии, связанные с выполнением строго очерченных обязанностей (чиновник).
94. Для него хороши профессии, связанные с подавлением и стремлением соблюдать законы (армия, полиция).
95. Диалог с ним возможен лишь с позиции силы.
96. Для дружбы и любви он часто выбирает более слабого партнера.
97. В отношении с ребенком он устанавливает режим подавления.
98. Он часто не заботится о пожилых или беспомощных родителях.
99. После развода он часто теряет интерес к детям и перестает им помогать.
100. Чаше других он вступает в брак по расчету.

### **Тест № 6. Шизоидный характер**

Шизоид плохо читает послания, которые он получает из окружающего мира. Также нечетко

детектирует он импульсы, идущие из глубин его внутреннего мира. Он плохо осведомлен о своей внутренней жизни. Поэтому ему не подходят тесты, основанные на самооценке. Но этот тест может быть с успехом применен другим человеком, наблюдателем.

1. У него высокий интеллект.
2. Он осознает свое интеллектуальное превосходство над окружающими.
3. Он постоянно ведет интеллектуальный поиск.
4. Часто он блестяще, энциклопедически образован.
5. Он тонко чувствует поэзию, музыку, живопись, интеллектуальное кино.
6. Он крайне неточно представляет окружающую его жизнь.
7. Нам трудно понять, о чем он думает.
8. Он плохо понимает чувства окружающих.
9. Он не замечает важных изменений в жизни окружающих, в обстановке вокруг него.
10. Его мало волнует, чем живут другие люди.
11. Он холоден и не склонен к проявлению теплых чувств.
12. Он становится разговорчивым лишь с избранными и среди них может быть общителен.
13. Он любит одиночество.
14. Ему трудно и не интересно поддерживать светский разговор.
15. Он не любит ходить в гости.
16. В гостях он, как правило, молчалив.
17. Его представления о людях часто наивны и оторваны от жизни.
18. Он беспомощен перед интригой.
19. Несмотря на свой мощный интеллект, он может быть игрушкой в руках манипулятора.
20. Он может легко согласиться с нами, лишь бы его оставили в покое.
21. Ему трудно определить границы в отношениях с другими, и он легко их нарушает.

22. На вторжение в его внутренний мир он отвечает протестом и гневом.
23. Он не переносит критики своих идей и ненавидит оппонентов.
24. Он не здоровается с соседями.
25. Он не любит быть в центре внимания или не замечает этой ситуации.
26. Он спокойно и невозмутимо воспринимает критику по бытовым вопросам, воспитанию детей, от-ношений с женой, часто даже не слыша, что ему говорят.
27. Он забывает о праздниках, днях рождения, забывает делать подарки по их случаю.
28. У него не развита потребность в принадлежности к какой-либо группе людей.
29. У него нет потребности заботы о ком-то.
30. Он не жалуется окружающих своим вниманием.
31. Его бестактные или грубые высказывания в адрес окружающих продиктованы невозможностью понять чувства других.
32. В детстве родители отмечали, что он долго может играть один.
33. Ему всегда было тяжело общаться со сверстниками, он держался особняком в детском саду и школе.
34. В школе он прекрасно учился и превосходил сверстников по интеллекту.
35. В школе сверстники не любили его, делали его объектом насмешек и даже издевательств.
36. Он отрицает необходимость симметричных отношений и какого-либо вклада в отношения.
37. Он старается не брать на себя ответственность за судьбы других людей.
38. Если кто-то из членов его семьи болеет, он может этого не заметить.
39. Он может выбрать партнершу внешне неинтересную, но интеллектуальную.
40. Он неприспособлен к бытовой жизни.
41. Его бытовая неприспособленность навязывает жене роль матери и домработницы.



42. Из-за своей бытовой беспомощности он нуждается в системе поддержки.
43. Семья нужна ему в первую очередь для его защиты от решения бытовых проблем.
44. Он плохая поддержка для супруги и детей и не балует их своим вниманием.
45. Он не любит обсуждать семейные проблемы, но внезапно может проявить к ним интерес в самой непредсказуемой форме.
46. Он не замечает жизни семьи.
47. Он не любит маленьких детей.
48. Он плохой родитель, плохо осведомлен о проблемах детей.
49. Он проявляет интерес к детям, когда они подрастают и с ними можно поговорить об умных вещах.
50. Он – человек крайностей.
51. Он мало обращает внимания на одежду, или, наоборот, отличается гиперэстетизмом.
52. Он ест, что попало или, наоборот, он изощренный гурман.
53. Ему трудно выразить свои чувства и облечь их в слова.
54. У него часто превосходная механическая память.
55. С детства у него отличный сон.
56. Он относится к малоспящим и ему может хватать 4–5 часов сна.
57. У него причудливое хобби, которому он отдается со всей страстью.
58. Вокруг него беспорядок, и он его не замечает.
59. Он рассеян, теряет очки и документы.
60. У него всегда трудности с финансовой документацией.
61. Он забывает вовремя оплатить счета. Ведение финансовой документации вызывает у него чувство раздражения и гнева.
62. Он оформляет налоговую декларацию позже всех, делает это плохо и теряет деньги.

63. Он предпочитает одиночные виды спорта.
64. Если он совершает преступление, то только в одиночку.
65. У него мощная сексуальность.
66. Он плохо понимает чувства жены, да они ему особо не интересны.
67. Он охотно обсуждает с женой свои внебрачные связи.
68. У него частые конфликты на работе, причины которых он не понимает.
69. На работе у него плохие отношения, за исключением ситуаций, где ценят его интеллект.
70. Он непригоден для руководства людьми, за исключением позиции научного руководителя.
71. Он может долго и напряженно работать.
72. Он плохо замечает течение времени и часто опаздывает.
73. Он не мстителен и легко забывает обиду, если она касается бытовой жизни.
74. Он легко проигрывает, если это не касается проигрыша в значимой для него интеллектуальной области.
75. Он легко инициирует проекты в области интеллекта, но отказывается делать это в бытовых вопросах.
76. Он любит путешествовать в одиночку.
77. Он часто привязан к собаке и предпочитает ее обществу двуногих.
78. У него прекрасное здоровье.
79. Он почти никогда не испытывает тревогу или страх.
80. Он часто любит экзотические диеты и нестандартные методы укрепления здоровья.
81. Он не любит ходить к врачам.
82. Он мало болеет и до глубокой старости сохраняет отличное здоровье.
83. У него сильная нервная система.
84. Он отлично справляется с любыми перегрузками.
85. Он старается не менять среду обитания.

86. Ему трудно обживаться в новой обстановке.
87. У него хорошая стрессоустойчивость в отношении стрессов окружающего мира, т.к. он их не замечает.
88. Он крайне чувствителен к вторжению в его внутренние схемы.
89. Он может одновременно решать несколько задач в интеллектуальной, но не в бытовой области.
90. Он тщательно анализирует ошибки в интеллектуальной области, но не учится на ошибках в повседневной жизни.
91. Он не склонен признавать свои просчеты, касающиеся отношений с окружающими.
92. Под влиянием стресса возрастает его нелюдимость, неразговорчивость, падает способность замечать других и понимать их жизнь.
93. Ему трудно планировать бюджет, разумно тратить деньги, копить их.
94. Он понимает, что деньги легализуют его право на странности, чудачества, нестандартность.
95. Он абстрактный гуманист, но не способен направить поток тепла и заботы на конкретного человека.
96. Он не может правильно себя вести в простейших социальных играх.
97. Женщины-шизоиды почти всегда плохие хозяйки.
98. Женщины-шизоиды часто делают блестящую профессиональную карьеру.
99. Как правило, они холодные матери, не понимающие проблем ребенка.
100. Шизоидам подходят виды деятельности, реализующие их яркий интеллектуальный потенциал и предполагающие ограниченное общение.

## **Тест № 7. Истероидный характер**

Истероидам не подходят тесты, основанные на самооценке из-за их крайне завышенной самооценки, приписывании себе всяческих заслуг и отрицании своих недостатков. Сложность тестирования связана еще и с непостоянством поведенческих реакций. Ведь истероиды подобны хамелеону, меняющему свой цвет в зависимости от цвета его окружения. Привычки и поведение истероидов зависят от той среды, в которой они находятся и которую они считают престижной.

1. У истероида высокая самооценка, часто ничем не подкрепленная.
2. Самое важное для него – произвести впечатление.
3. Его сиюминутные привычки определяются той средой, в которой он находится.
4. Он, как правило, тщательно следит за своей внешностью.
5. В его одежде яркие тона, причудливые фасоны.
6. У него часто необычная прическа.
7. Даже в старости он употребляют яркий макияж, вычурную одежду.
8. Он часто «молодиться», и его одежда соответствует более молодому возрасту.
9. Он любит говорить о знакомстве с сильными мира сего.
10. Его поведение меняется в зависимости от того, кто его окружает, и определяется той ролью, которая считается престижной в данной социальной группе.
11. У него хорошая эмпатия, и он хорошо понимает окружающих.
12. Он использует свою эмпатию для осознания того, как произвести наибольшее впечатление на окружающих.
13. Он часто врет, приукрашая себя. Он может страдать симптомами болезни Мюнхаузена.
14. Его потребность в принадлежности к престижному кругу людей необычайно велика.
15. Он прекрасно включается в социальные игры.

16. Он часто производит приятное впечатление при первом знакомстве, но скоро окружающие понимают его поверхностные, неглубокие чувства.
17. У него нет потребности заботы о других.
18. Ему доставляет удовольствие манипулировать другими.
19. Он всегда много обещает, лишь бы произвести впечатление.
20. Часто он плохой друг, и на него нельзя положиться.
21. Он любит поверхностные контакты и светскую жизнь.
22. Он легко меняет друзей и знакомых.
23. Он не хочет делать инвестиция, вклад в отношения.
24. Он легко использует других.
25. Он старается переложить ответственность на других.
26. Больше всего на свете он любит развлекаться.
27. Если ему дать возможность, он всю жизнь проведет в пустых развлечениях.
28. Он не думает о будущем и беспечно к нему относится.
29. У него слабая нервная система.
30. Он плохо переносит физические и нервные нагрузки, недосыпание, голод, интеллектуальные нагрузки.
31. У него не очень крепкое здоровье.
32. Он легко уходит в болезнь, чтобы получить выгоды (не учиться, не работать, снять с себя ответственность).
33. С детства он любил быть в центре внимания.
34. Родители часто воспитывали его по принципу «кумир семьи».
35. В детстве он часто капризничал.
36. Он требовал постоянного внимания к себе.
37. Он часто устраивал истерики, добиваясь своего от родителей.

38. У него часто не складывались отношения со сверстниками.
39. В своей возрастной группе он старался быть около лидера.
40. Женщины-истероиды - всегда искусные, рожденные кокетки.
41. Их главная жизненная цель - удачное замужество.
42. Мужчины-истероиды часто являются охотниками за богатыми женщинами.
43. Истероиды, как никто другой, владеют искусством обольщения.
44. Они стараются выбирать в качестве партнера шизоида, которым они легко манипулируют.
45. Благодаря постоянному кокетству и манипуляции женщина-истероид часто удачлива в роли жены.
46. Она - плохая хозяйка, но любит пустить пыль в глаза при приходе гостей.
47. Дома у нее часто неуютно.
48. Она часто плохая мать, ее раздражает плач детей.
49. Проблемы детей ей не интересны.
50. Она старается спихнуть с себя уход за детьми.
51. Развлечения и светская жизнь для нее более интересны и значимы, чем проблемы детей.
52. Истероид не способен признавать свои просчеты и ошибки.
53. Он не любит работать и не переносит длительных усилий.
54. Он не любит преодоления препятствий.
55. Он не думает о будущем семьи и детей.
56. Непомерный эгоцентризм, завышенная самооценка не позволяют ему признать свои ошибки и просчеты.
57. Секс не является его сильной стороной.
58. Преступники-истероиды избегают грубого насилия. Это аферисты, обманщики, вкравшиеся в доверие своей будущей жертвы.

59. Истероид, чаще других, старается достигнуть жизненного успеха не трудом, а за счет выгодного брака, престижных знакомых, отсуживания денег.

60. Довольно редко он делает успешную карьеру в науке, высоких технологиях, исполнительском искусстве, всюду, где требуются значительные, планомерные усилия. Однако он может быть успешен в театре, шоу-бизнесе, в профессиях, где он всегда будет в центре внимания.

#### СЛОВАРЬ

**Амбивалентность** – одновременное сосуществование двух взаимоисключающих установок, чувств, эмоций.

**Верификация** – проверка информации на достоверность.

**Дисфория** – «смешение гнева, тоски и страха»

**Девиация** – отклонение от нормального поведения, выраженный контраст с общепринятыми стандартами.

**Необусловленная любовь** – любовь на фоне принятия индивидуальности ребенка, принятия его как личности, обладающей ценностью и достоинством, чьи права нужно уважать вне зависимости от того, соответствует поведение ребенка родительским нормам и стандартам или противоречит им.

**Обусловленная любовь** – любовь, проявляемая лишь в ситуации одобрения поведения ребенка, когда оно соответствует нормам и стандартам родителей.

**Отрицание** – механизм психологической защиты, заключающейся в отрицании, игнорировании травмирующего фактора.

**Психосоматика** – раздел медицины и психологии, изучающий связь между определенными эмоциями и физическими заболеваниями.

**Патологическая зависимость** – физиологическая или психологическая зависимость от какого-либо фактора (алкоголь, наркотики, азартные игры, никотин, секс, и т.д.), что нарушает функционирование личности, ее физическое и ментальное здоровье, снижает уровень социальной адаптации.

**Перфекционизм** – желание сделать все самым лучшим образом.

**Проекция** – механизм психологической защиты, при котором происходит приписывание окружающим своих собственных неприемлимых, неблагоприятных мыслей и поступков.

**Реакция эмансипации** – кризис авторитетов, стремление подростка освободиться из-под опеки, контроля, покровительства старшего поколения.

**Ригидность** – неповоротливость, отсутствие гибкости.

**Ролевая модель** – человек, чья личность, поведение, социальные позиции используются другими людьми для подражания.

**Сенситивность** – повышенная чувствительность, например, к чужому мнению.

**Смещение** – способ психологической защиты, заключающийся в направлении подавленных негативных чувств (например, гнева) на замещающий объект.

**Соматика** (soma – тело) – физическое здоровье.

**Созависимость** – форма зависимости друг от друга, приводящая к подкреплению патологии друг друга

**Социализация** – приобретение социальных навыков, т.е. умения общаться, понимать других, занимать определенные позиции в существующей в группе



иерархии, умение принимать роли и включаться в социальные игры.

**Сублимация** – механизм психологической защиты, при котором желания и подсознательные импульсы, признаваемые неприемлимыми, трансформируются в творческую активность, приемлимую индивидуумом и обществом.

**Триггер** – фактор, запускающий патологию в действие

**Фрустрация** – состояние подавленной потребности.

**Эмпатия** – способность к сопереживанию.

**Язык тела** – мимика, жесты, поза, выражающие подсознательные установки и играющие важную роль в коммуникациях.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ганнушкин П.Б. Клиника психопатий. Их статика, динамика, систематика. (1933). –  
В кн.: П.Б. Ганнушкин, Избранные труды. Москва, Медицина, 1964.
2. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Ленинград, Медицина, 1983.
3. Кречмер Э. Строение тела и характер. (1922). Москва, ЭКСМО-ПРЕСС, 2001.
4. Васильченко Г.С. Частная сексопатология. Москва, Медицина, 1989.
5. Берн Эрик. Игры, в которые играют люди. Москва, ЭКСМО, 2004.
6. Берн Эрик. Люди, которые играют в игры. Москва, ЭКСМО, 2004.
7. Goldstein E.G. Ego Psychology and Social Work Practice. New York, The Free Press, 1995.
8. Freud Anna. The ego and the mechanisms of defense. Madison,

International Universities Press, Inc,  
1966.

## ПОСЛЕСЛОВИЕ

Время стирает в человеческой памяти имена. Поэтому я рада предоставившейся мне возможности напомнить имена интеллектуалов, совмещающих писательский дар с профессией врача.

Немецкий психиатр Э.Кречмер, русские психиатры П.Б.Ганнушкин и А.Е. Личко внесли уникальный вклад в понимание многообразия человеческих характеров. Считаю за честь привести их блестящие, необычайно точные высказывания и бережно привожу цитаты из их трудов.

Интеллектуальная эстафета определяет наше движение вперед к познанию истины. В книге сделана попытка совмещения теории характеров с популярной сегодня эго-психологией и ролевой теорией, для чего использовался материал моей клинической практики в течение 23 лет в Москве и Нью-Йорке.

Хотелось бы, чтобы книга помогла выработать более дружелюбное отношение к окружающим нас людям, а также способствовала выработке более терпимого отношения к людям с ментальными дефицитами, помогла бы оценить их мужество в борьбе за право ведения самой обычной жизни.

\* \* \*

Я благодарю детей Инну и Евгения за поддержку и выражаю благодарность любимому брату Григорию за неоценимую помощь в редактировании рукописи и издании книги.

Отзывы о книге могут быть отправлены по адресу [Elenalevental@yahoo.com](mailto:Elenalevental@yahoo.com)

## Об авторе:

Елена Левенталь ведет постоянную психотерапевтическую практику в Нью-Йорке и Нью-Джерси.

Направления ее работы

- \*Определение типа характера
- \*Лечение депрессии, тревоги, панических атак, маниакальной депрессии
- \*Семейные конфликты и семейная терапия
- \*Неврозы детей и подростков
- \*Психологическая совместимость будущих супругов
- \*Группы по управлению стресса.
- \*Группы психотренинга и медитации

Предлагаемая вниманию читателя книга по классификации характеров является уникальным в отечественной и мировой литературе по психологии практическим пособием, рассчитанным на читателя с любым уровнем подготовки.

Елена Левенталь закончила биологический факультет МГУ. В Москве вела психотерапевтическую практику с 1983 года, преподавала курс по психологии личности на Высших Режисерских Курсах в 1988–1989 годах.

После приезда в Нью-Йорк в 1989 году она вела группы по психологической поддержке для русскоязычных иммигрантов, организовала Центр для детей иммигрантов, работала психотерапевтом в программе по психологической адаптации русскоязычных иммигрантов, закончила Fordham University по специальности психотерапия.

Ее талант популяризатора связан с многолетней журналистской деятельностью. С 1991 по 1998 Елена Левенталь вела на Русском Радио популярную еженедельную передачу «Искусство быть счастливым», в 1993 году являлась автором и ведущим программы «Здоровье» на Русском телевиденье в Нью-Йорке, участвовала как консультант по психологии в передачах радио «Свобода», «Голос Америки», русских радио- и телестанций.

Статьи Елены Левенталь печатались в русских газетах Нью-Йорка. В 2003 году в Нью-Йорке вышла ее книга «Ваш характер».

В настоящее время она готовит к печати книги «Мы и характер ребенка», «Измененная личность. Характер и невроз», «Можно ли изменить свой характер?».

-----  
-  
ELENA LEVENTAL  
Characters and roles  
ELENA LEVENTAL  
ЕЛЕНА ЛЕВЕНТАЛЬ  
Характеры и роли

Copyright 2006 by Elena Levental.  
All rights reserved.  
No parts of this book may be reproduced or  
transmitted in any forms or by any means  
without written permission from author.

Авторские права защищены.

Library of Congress  
Cataloging-in Publication Data  
Elena Levental  
Characters and roles  
by Elena Levental-1st ed  
Includes bibliographical references.