



Проблемы развития и бытия личности

Галина Иванченко

ВОЗРАСТЫ ОДИНОЧЕСТВА

1. Младенчество и детство

Есть ли в человеческой жизни тот период, тот возраст, которому более, чем другим, присуще переживание одиночества? Мы будем говорить не о «крайних», болезненных, патологических формах одиночества, а о самых что ни есть типичных, «нормальных». Можно сформулировать и так: в каком возрасте человек в наибольшей степени рискует столкнуться с одиночеством?

Беспомощность
одиночества
младенца

Приходя в мир, человеческий младенец беспомощен, как никакой из детенышей животных. Долгие месяцы и годы пройдут, прежде чем он сможет быть относительно самостоятельным, автономным. Казалось бы, хотя бы в силу своей полной зависимости младенец и ребенок раннего возраста должны крайне болезненно переживать одиночество. Действительно, вспомним то отчаяние, которое слышится в крике младенца, проснувшегося и не увидевшего взрослых рядом, или невозможность объяснить ребенку чуть постарше, что мама, покидающая его ненадолго, вскоре вернется. Для ребенка в большей степени, чем для взрослого, временная разлука есть предчувствие разлуки вечной, у ребенка «с глаз долой» скорее порождает не «из сердца вон», а переживание ужаса космической, тотальной заброшенности и покинутости.

Вместе с тем пробуждение самосознания ребенка как бы подпитывается состояниями одиночества, когда в отсутствие всемогущих взрослых приходится соотносить свое существование с миром вещей или миром природы.

«Каждое
младенчество
печально...»

В автобиографической «Жизни Арсеньева» И.А. Бунина одной из первых метафизических тем повествования становится тема одиночества: «*Каждое*

младенчество печально: скуден тихий мир, в котором грезит жизнью еще не совсем пробудившаяся для жизни, всем и всему еще чуждая, робкая и нежная душа. Золотое, счастливое время! Нет, это время несчастное, болезненно чувствительное, жалкое.

Может быть, мое младенчество было печальным в силу некоторых частных условий? В самом деле, вот хотя бы то, что рос я в великой глуши. Пустынные поля, одинокая усадьба среди них... на хуторе хозяйство было небольшое, дворня малочисленная. Но все же люди были, какая-то жизнь все же шла... Почему же осталась в моей памяти только минуты полного одиночества?» [1]. Вспоминая себя маленьким ребенком, И.А. Бунин пишет далее: «...постепенно входили в мою жизнь и делались ее неотделимой частью люди» [2].

Необъятность «я»
границами

Но дополняют ли люди «Я» младенца или ограничивают его? Сторонником второй точки зрения выступает в своих первых воспоминаниях Р. Роллан: «Когда я переносюсь в те далекие времена, меня особенно поражает необъятность моего «я». Возникнув из бездны, оно в первую же секунду выплыло, словно огромная водяная лилия, заполняющая собою весь пруд. Ребенок не мог определить его размеры так, как я это делаю теперь: ведь начинаешь понимать что-то, лишь ударяясь о края жизни... Эти испытания приводят к тому, что, пока развивается и растет тело, «я» суживается. Только к концу отрочества оно полностью приравнивается к своей скорлупе. Но никогда оно снова не станет тем беспредельным океаном, каким оно было в первые дни. Духовное существо младенца не соответствует его крошечному росту...» [3].

Начало жизни
в отчуждении

Еще одну возможную перспективу взгляда на младенчество задает «Метафизический дневник» М. Эпштейна, в котором он анализирует свой опыт отцовства, опыт осмысления младенчества своей дочери: «...взрослые видят в детстве прежде всего то, что несвойственно их собственному возрасту: умиленную наивность, невинность и целомудрие. Дети же сами постоянно ощущают уход и разложение своей цельности, одичание пространства, раньше любовно их облекавшего. Каждый день ребенок теряет обжитой им накуне мир и переселяется в другой. Скитальческая тоска, неимение прочных привязанностей, постоянных занятий. Прежняя, бессознательная укрепленность в мироздании слабеет, новая, сознательная, еще зыбка и не обеспечивает уверенности, уюта. Детство – это глушь, заброшенность, стремительное выпадение в

пустоту, тысячи внешних раздражений, на которые неизвестно как нужно ответить, и тысячи внутренних побуждений, которые неизвестно как можно утолить. Это время величайшей растерянности и одиночества, разрыва природно-непосредственных и необретенных общественно-условных связей с миром, время гигантского, ни с чем последующим не сравнимого отчуждения.

Взрослый человек может чувствовать себя чуждым той или иной части мира – каким-то обычаям, нравам, людям, природе; если же он чужд всему, то это состояние, ведущее к самоубийству. Ребенок же в таком состоянии начинает жить: он в первые годы проходит ту страшную полосу отчуждения, которая взрослого, закаленного человека способна разрушить, отрешить от жизни...» [4].

Обрамление
«океанического Я»
ребенка

Итак, вынырнув из бездны небытия и приноравливаясь к новому миру, душа ребенка может встретить внимательных помощников и союзников в освоении непростого, изменчивого, недружелюбного мира – хотя любое, самое любовное отношение постепенно вводит «океаническое Я» ребенка в установленные обществом и культурой рамки.

Как протекает развитие ребенка в дружелюбном и внимательном окружении?

У ребенка, растущего в атмосфере теплоты, внимания к его возможностям, принятия его таким, какой он есть, развитие не может не идти в направлении самореализации. Человек, получивший такой шанс, будет развивать уникальные ресурсы своего *реального Я*: ясность и глубину мыслей, чувств, интересов, способность управлять ими, возможность выражать себя и устанавливать взаимоотношения с другими. Так считала К. Хорни, классик неопрейдизма [5].

Но ребенок нередко развивается и в неблагоприятных условиях, когда окружающие его люди будут склонны к запугиванию и к потаканию любым капризам, к раздражению и отстраненности, к установлению несправедливых, пристрастных отношений, к лживости и поглощенности собой, словом, если отношения невротически нарушены. Какие чувства будет испытывать в этих ситуациях ребенок, при всем их многообразии?

«Базальная
тревожность»

Прежде всего, чувства изолированности и беспомощности, которые впоследствии приведут к ощущению потенциальной враждебности людей и мира в целом. Для характеристики этого чувства глубинной небезопасности и неопределенного беспокойства К. Хорни

предложила термин «базальная тревожность». Базальная тревожность будет оказывать давление на взаимодействие ребенка с другими людьми, побуждая его общаться такими способами, чтобы тревога не увеличивалась. К.Хорни выделила три возможные тенденции в отношениях ребенка: движение к другим (привязанность), движение против других (бунт, враждебность) и от людей (эмоциональная отстраненность). Эти движения, для здоровых отношений необходимые и взаимодополняющие, у «ребенка, который из-за своей базальной тревожности чувствует себя стоящим на зыбкой почве, ... превращаются в ригидную крайность. Привязанность, например, превращается в прилипчивость, уступчивость становится податливостью... его влечет к бунту или к тому, чтобы оставаться в стороне, безотносительно к его реальным чувствам и без учета уместности его установки в конкретной ситуации. Степень слепоты и ригидности в установках ребенка пропорциональна интенсивности базальной тревожности, тающей в нем» [6]. Пытаясь решить конфликт в отношениях с другими (обусловленный ригидными движениями к другим – против других – от других), ребенок превращает одну из этих тенденций в основную, главенствующую. Уступчивость либо агрессия, либо равнодушие становится доминирующей установкой ребенка. Общим в этих случаях является нарушение внутренней силы, связности, *интеграции* индивида.

Целостность личности – главное очарование детства

Но ведь именно целостность, неспециализированная полнота развивающейся личности ребенка, такой богатой, чреватой неисчислимыми возможностями, составляют в наших глазах одно из главных очарований детства. В эссе М. Эпштейна «Парадоксы новизны» говорится об образе Арины Родионовны и пушкинском отношении к ней: внеэротическая нежность, внеидейная дружба, внесоциальная общность, внекровное родство. В отношении к няне менее всего сказалась та частичность и специализация, которая разделяет мир взрослых. Даже для ближайших друзей А.С. Пушкина нехарактерны такие подлинно человеческие, нефункциональные отношения. Целостность А.С. Пушкина, пишет М.Эпштейн [7], контрастно выступающая на фоне односторонности его друзей, – здесь, в образе няни, положительно обнаруживает себя как продленное детство.

Неполноценность «маленьких тиранов»

Однако полноценное развитие ребенка предполагает не только бесконечность возможностей, ранее обретенные целостности и своего реального Я, но и границы.

Рамки и границы, которые обнаруживает ребенок, взаимодействуя со взрослыми (например, запрет на физическую агрессию в отношении людей), имеют очень важное значение для психологического благополучия ребенка. Остановимся подробнее на значимости границ. Одна из причин будущего одиночества ребенка в семье и среди сверстников – жажда власти, идущая с самого раннего детства, если родители воспитали «маленького тирана». Обычно это агрессивный ребенок, своим «ужасным» поведением вынуждающий родителей принимать его условия, *enfant terrible*; но это могут быть и ушедшие в себя дети, открывшие в собственном внутреннем мире неограниченные возможности властвовать. «Маленький тиран» нередко «бросает вызов» не только родительской компетентности, но и профессиональному мастерству педагогов, психологов-консультантов, психотерапевтов. Такие дети могут, например, еще даже не умея говорить, отказываться от каких-то жизненно необходимых продуктов или вообще от пищи. Они предпочтут умереть от голода, чем сделать то, о чем их просят родители. Это уже не просто злость или агрессивность, но ярость, опасная для самого ребенка.

Одиночество
«маленьких
тиранов»

Властолюбивые дети, отмечает И. Прекоп, «пребывают в постоянной тревоге и совершенно одиноки. Они только берут и ничего не отдают взамен – вот почему они не знают, что такое любовь, ведь в основе любви лежит гармоничное сочетание «брать» и «давать»... если им не оказать своевременную помощь, их будущее окажется трагичным». Жить счастливой, полноценной жизнью человек может лишь в том случае, «если он все свои силы будет отдавать не стремлению к господству над окружающими, а приобретению таких способностей, как умение ждать, умение приспособливаться, умение достойно переживать поражения, умение справляться со страхом, умение сотрудничать с другими людьми». Дети-тираны, подрастая, не смогут «достичь полной свободы, пока они зависят от собственного властолюбия» [8].

Казалось бы, речь идет о редких и тяжелых случаях, но «маленькие тираны» просто ярче, чем большинство обычных детей из стран с высоким уровнем жизни, демонстрируют нарушение межпоколенческих отношений.

Опасность детской
вседозволенности

К. Лоренц, сопоставляя жизнь современного человека с жизнью его далеких предков и даже животных, назвал «восьмым смертным грехом цивилизованного человека» забвение прежних традиций и упадок генетически закрепленных отношений. Тысячи детей, пишет К. Лоренц, стали несчастными невротиками потому, что

«Удержание»
безоговорочной
любовью

родители воспитывали их по принципу «мой ребенок никогда не должен быть недовольным». Немецкий психотерапевт К. Мевес связывает растущую агрессивность детей с их пресыщенностью материальными благами и с тем, что ребенку не дают возможность осмыслить границы дозволенного. Матери разрешают ребенку буквально все, не давая ему возможности освоить нормы поведения. При этом агрессивность, ищущая выхода, не высвобождается, но вызревает, накапливается и развивается [9].

Решающим условием для правильного психологического развития ребенка оказывается, при всех индивидуальных вариациях, тесный контакт со всей семьей и удовлетворение его главной потребности – потребности в защищенности. Если изначально ребенок получил достаточно любви, получил поддержку, пользовался доверием, то он сможет передать другим любовь и поддержку, доверяться другим людям и своим чувствам. Недостаток поддержки в тот или иной период может быть отчасти компенсирован. Так, в отношениях с властолюбивыми маленькими детьми И. Прекоп и ее коллеги стали применять метод «удерживания» – с целью не подчинить ребенка, а «оказать ему надежную поддержку и подарить ощущение безоговорочной любви, опираясь на которую, он был бы готов к встрече со своим собственным потерянным «Я» [10].

И здесь речь идет о (кажущихся культурно-вариативными и отчасти преодоленными в «цивилизованном обществе») тесных контактах с матерью и другими взрослыми после рождения младенца. Новорожденному крайне необходима та связь, которую он ощущал в утробе матери, ему необходимо продолжение симбиоза еще и потому, что человеческий младенец рождается «физиологически недоношенным». Современная этология придает статус постулата тому утверждению, что у ребенка есть потребность не только быть в тесном телесном контакте с матерью, но и потребность перемещаться в пространстве, сидя у взрослого на спине или на руках. Как утверждают А.Портманн и Б.Хасселштейн [11], человека можно отнести к породе «наездников». В большинстве традиционных культур ребенка носили привязанным к спине или на руках, или у ребенка была возможность качаться в гамаке или колыбели.

В отрыве
от матери

Не началось ли одиночество современного человека, задается вопросом И.Прекоп, уже тогда, когда его ребенком изолировали от матери? Ведь именно в послевоенное время носить ребенка на руках считалось пре-

досудительным, и взросление этих детей сопровождалось стремительным ростом преступности и психических заболеваний [12].

Если в первых работах по психологии одиночества считалось, что истинное одиночество не может быть пережито ребенком ранее подросткового или предподросткового возраста [13], то недавние исследования убедительно демонстрируют, что дети не менее часто и возможно не менее глубоко, нежели взрослые, переживают одиночество [14].

Потребность
в принадлежности

Универсальность одиночества связывается современными исследователями с универсальностью потребности в принадлежности (need for belongingness), в том, чтобы быть объектом заботы и привязанности других людей. Поскольку полностью, всецело эта потребность не может быть удовлетворена, человек в той или иной степени сталкивается с одиночеством [15].

Одиночество из-за
застенчивости

Сравнительно более известной причиной одиночества ребенка является его застенчивость. Пожалуй, до сих пор остается лучшей книгой о причинах этого распространенного психологического явления книга Ф. Зимбардо «Застенчивость» [16]. Влияние застенчивости на жизнь человека может быть не меньшим, чем влияние самого серьезного физического недостатка или болезни. Уже в детском возрасте застенчивость мешает получать удовольствие от общения с другими людьми и сопровождается переживаниями одиночества, тревоги, безнадежности. Застенчивость не дает возможности оценить те или иные способности ребенка – он всегда отеснен более бойкими сверстниками. Застенчивость усугубляет чрезмерную сосредоточенность на себе и своих действиях, что создает своего рода «самоподдерживающуюся систему».

На склонность к застенчивости большое влияние оказывает порядок рождения. С одной стороны, среди выдающихся ученых значимо больше первенцев и единственных детей; именно к таким детям относились 20 из первых 23 американских астронавтов, отмечает Ф. Зимбардо. Однако первенцы более младших детей беспомощны и нуждаются в поддержке. Почему?

Застенчивость
и популярность

Беспокойство родителей в отношении здоровья и перспектив детей «обрушивается» большей частью на первенца. Если ребенок обладает хорошими способностями, то давление со стороны родителей приведет его, целеустремленного и настойчивого, к достижениям. Если же ребенок «не дотягивает», его самооценка снижается. В младшем школьном возрасте застенчивость больше всего свойственна первенцам.

«Обратная» изоляции «величина» – это популярность ребенка среди сверстников. И здесь младшие дети могут дать фору старшим братьям и сестрам. Им с раннего детства приходится учиться умению убеждать, идти на компромисс, использовать различные ухищрения, а не силу, которая на стороне старших. Все эти навыки здорово помогают младшим детям в общении со сверстниками позднее и делают их более популярными. «В борьбе за овладение социальной средой, – пишет Ф. Зимбардо, – они более похожи на юрких боксеров наилегчайшего веса, нежели на мощных тяжеловесов. В результате первенцы, не имеющие популярности у товарищей, более склонны считать себя застенчивыми, поскольку их “непопулярность” очевидна и им самим» [17].

Становление индивидуальности в переживании отъединенности от мира

Но одиночество даже маленького ребенка может рассматриваться глубже, нежели временные затруднения в установлении контакта с другими людьми. Уже в детстве человек приступает к решению задачи «слияния и сепарации»: дилеммы между принадлежностью к какой-то общности и необходимостью становления, роста, невозможных без индивидуализации. В «Бегстве от свободы» Э. Фромм пишет: «Поскольку ребенок приходит в мир, он осознает, что одинок, что представляет собой сущность, отдельную от всех других. Эта отъединенность от мира, подавляюще сильного и могущественного и часто угрожающего и опасного по сравнению с индивидуальным существованием, рождает чувство бессилия и тревоги. Пока мы являемся интегральной частью мира, не сознавая своих возможностей и ответственности индивидуального действия, нам нет нужды бояться мира. Становясь индивидуальностью, мы оказываемся в одиночестве и встречаемся один на один с миром во всех его опасных и подавляющих проявлениях» [18].

2. Отрочество и юность

С какими возрастными задачами сталкивается человек, переходя от детства к юности?

Одиночество в поиске идентификации

С наступлением пубертатного периода интенсивный физический рост и необходимость решения взрослых задач требуют от подростка «переопределить» свою идентификацию, интегрировать все предыдущие идентификации, способности и возможности. Даже любовь подростка, пишет Э.Эриксон, в значительной степени – попытка «добиться четкого определения собственной идентичности, проецируя расплывчатый образ

Непосильная
пустота свободы

собственного эго на другого и наблюдая его уже отраженным и постепенно проясняющимся» [19]. Вот почему так много, замечает Э. Эриксон, в юношеской любви разговоров.

Подростки оказываются отделенными от более строго контролируемых детей, а также и от взрослых. С одной стороны, большинству эта свобода, эта пустота вокруг еще непосильна. В уже цитированном нами «Метафизическом дневнике» М. Эпштейна есть запись о дне, проведенном автором в маленьком степном городке: «...на улице... я поймал случайный взгляд подростка – и ужаснулся: такая в нем животная немота и равнодушная злоба. Не ко мне, не к кому-то, а вообще злоба, к воздуху, к домам, к деревьям. Жгучий, режущий взгляд – он рассек меня и заскользил дальше, оставляя за собой кровавую набухающую полосу. Почему-то подростки в таких местах больше всего и запоминаются – степень безнадежности, убитости в них резче, что ли. Детям почти все равно, где жить, они везде радостны; взрослые уже непоправимо пришиблены к своему месту; а вот в подростках что-то корчится упрямо, пока не перерубят» [20].

С другой стороны, одиночество подростка еще не заполнено хлопотливой озабоченностью взрослых, оно оставляет простор для размышлений, чтения, мечтаний. Л. Гинзбург замечала [21], что мы умеем читать книги только в детстве и в ранней юности; для наслаждения чтением нужна неповторимая уверенность молодости в том, что спешить некуда и что суть жизни не в результатах, а в процессах.

Обособление
и аффилиация

Общение в подростковом и юношеском возрасте определяется в основном двумя потребностями: обособления (приватизации) и аффилиации (потребности в принадлежности к какой-либо группе). Обособление, как отмечает И.С. Кон [22], проявляется прежде всего в нежелании контроля со стороны старших. Но и общество сверстников порой начинает тяготить подростка.

Одно из первых экспериментальных исследований причин нарушения межличностных отношений у младших школьников и подростков было проведено Я.Л. Колминским [23]. Анализируя факторы непопулярности детей среди одноклассников (по социометрической методике), он пришел к выводу, что в первую очередь это качества, препятствующие соблюдению «кодекса товарищества» – несправедливость, завистливость, неуживчивость. Но и другие отрицательные личностные качества (лень, упрямство, драчливость) становятся причиной не-

Изолированность
отличных

популярности. Особо подчеркивается значение агрессивности как одной из основных причин [24]. Однако, как отмечает, например, Н.А. Николаева [25], агрессивность в равной мере может рассматриваться и как причина, и как следствие изоляции. Изолированные школьники часто характеризуются одноклассниками и ровесниками как некрасивые, неряхи, грязнули, непривлекательные – причем эта тенденция проявляется от дошкольного до младшего школьного возраста [26].

Нередко изолированными оказываются одаренные дети. Их яркая индивидуальность, их отличающиеся от присущих сверстникам интересы и способности препятствуют интеграции в коллектив сверстников. Надо сказать, что и педагоги не всегда благожелательно относятся к одаренным детям. Талантливый ребенок, отмечает М.Р. Битянова, осознает скорее не свою одаренность (это слово не из детского сознания), а свою отличность от других. В свою очередь, переживание *отличности* может перерасти в переживание *отдельности*, отчужденности. В младшем школьном возрасте такие конфликты находят свое выражение в высокой тревожности, неуверенности, в невротических и психосоматических симптомах, в подростковом же возрасте могут привести к нервному срыву [27].

Таким образом, любые отклонения от нормативной модели – отсутствие интересов и их многообразие, слишком высокий или чрезмерно низкий интеллект и т.п., могут привести к изоляции подростка. Близкое утверждение высказывается Н. Полански с соавторами, выделяющими в качестве основной причины одиночества ребенка в подростковом возрасте отсутствие содержательной основы для общения с ним. Статус ребенка может быть улучшен путем воспитания и самовоспитания у него тех или иных умений, интересов, привлечения к активному участию в спорте [28].

От боязни к
осознанию
ценности
одиночества

Дж. Коулмен, английский психолог, предлагал 11–13 и 15–17-летним мальчикам и девочкам дописать неоконченные фразы: «Когда нет никого вокруг...» и «Если человек один...» Затем их ответы классифицировались на положительные (например: «Когда нет никого вокруг, я счастлив, потому что могу делать что хочу») и отрицательные (например: «Если человек один, он начинает нервничать»). Оказалось, что от подросткового возраста к юношескому число положительных суждений растет, а негативных – уменьшается. Если подросток боится остаться один, то юноша ценит уединение [29].

Одиночество и
социальная
тревожность

В целом подростки и юноши намного чаще людей старшего возраста чувствуют себя одинокими. Отчасти это связано с недостаточно развитыми коммуникативными навыками и такой личностной чертой, как застенчивость. Выше мы уже говорили о работах Ф. Зимбардо. Положительная связь застенчивости с одиночеством, кроме того, была продемонстрирована в исследовании Д.Д. Аша и Л.Е. МакКутсен [30], где использовалась высоконадежная методика диагностики застенчивости Дж. Чика и А. Басса [31].

Ситуаций для проявления застенчивости оказывается более чем достаточно, почти любая ситуация может быть расценена как трудная и тревожащая. Так, в исследовании британских психологов студенты Оксфордского университета (было опрошено 233 чел.) признали самыми трудными для себя следующие ситуации: подойти к постороннему человеку – 36%; пойти на танцы/дискотеку – 35%; взять на себя инициативу при беседе – 26%; пойти на вечеринку – 25%; побыть с людьми, которых не знают хорошо, – 22%; оказаться в обществе представителя противоположного пола – 21%; быть в группе представителей противоположного пола – 21%; сблизиться с кем-то, чтобы узнать его глубоко – 21%; рассказывать о себе и о своих чувствах – 19%; смотреть людям в глаза – 18%; принимать решения, влияющие на других, – 17%; войти в комнату, где много народа – 17% [32].

В чем причины распространенности застенчивости в отрочестве и в юности? Это и неуверенность в себе, неустойчивость самооценки; это и пассивность, связанная с тем, что вплоть до окончания школы, а иногда и позже, ребенок не сталкивается с реальным выбором – за него все решают родители. Не стоит думать, говорит Ф.Зимбардо, что одиночество и застенчивость – это индивидуальные проблемы некоторых людей; в современном обществе «корни застенчивости следует искать в экологии социального Я» [33]. Так, мобильность среднего американца (около 14 переездов в течение жизни) способствует оптимальному распределению трудовых ресурсов; но какую плату за это приходится платить детям, которые вновь и вновь должны приспосабливаться к новому окружению, искать новых друзей, тосковать по оставленным родственникам и сверстникам?

Р. Циллер сравнил ощущение социальной изоляции и самооценку у трех групп восьмиклассников: детей, чьи родители служили в ВВС США и за короткое время успели сменить семь мест жительства, детей, пе-

Дефицит доверия

реживших около трех переездов, и школьников, всю жизнь проживших на одном месте. Наиболее социально изолированными оказались дети военных летчиков. Они были более склонны к идентификации со взрослыми, нежели со сверстниками, и считали себя «необычными», «одинокими», «не такими, как все» [34].

Не только в США, но и в большинстве других развитых стран размер семей все меньше, все больше людей, ни с кем не делящих свое жилище и хозяйство, все чаще разводы. Это также усугубляет дефицит по-настоящему доверительных, теплых отношений. Еще одна важная причина застенчивости, согласно Ф. Зимбардо, это ситуация конкуренции каждого с каждым, и те, кто не преуспел ни в спорте, ни в образовании, ни в бизнесе, ни в коллекционировании поклонников (поклонниц), чувствуют свою ненужность, ощущают себя неудачниками. Подростку и юноше сложнее, чем взрослому человеку, «разотождествиться» с образом «неудачливого баскетболиста» и сказать себе: «Зато у меня есть прекрасные, надежные друзья», или «Зато я отлично разбираюсь в музыке, футболе, спортивных велосипедах...» и т.п.

Все эти социальные причины не только застенчивости, но и одиночества, преодолимы лишь отчасти – это цена и часть взросления человека. Как говорит Дж. Фаулз в трактате «Аристос», взрослея, ребенок «идет за порог – в одиночество и реальность, и там он уже сам строит для себя реальную защиту от одиночества – из любви и дружбы, и своего равнодушия к ближним» [35].

3. Молодость (ранняя взрослость) и зрелость

«Изоляция вдвоем»

Согласно Э. Эриксону, задачей стадии, следующей за отрочеством и ранней юностью, а именно стадией ранней взрослости, является обретение близости – способности связывать себя отношениями интимного и товарищеского уровня и умения сохранять верность таким отношениям, даже если они могут потребовать значительных жертв и компромиссов. Избегание личного опыта (опыта полной групповой солидарности, близости интимной связи, влияния со стороны наставника и др.) из-за страха утраты эго может привести к глубокому чувству изоляции. С другой стороны, отмечает Э. Эриксон, существуют формы партнерства, равнозначные «изоляции вдвоем», ограждающие обоих партнеров от необходимости продолжать личностный рост и переходить к следующей стадии – продуктивной [36].

Тенденция к индивидуации

Каждый человек, утверждал К.Г.Юнг, обладает тенденцией к индивидуации или саморазвитию. В каждом взрослом есть *«вечный ребенок, нечто все еще становящееся, никогда не завершающееся, нуждающееся в постоянном уходе, внимании и воспитании»*. Это – часть человеческой личности, которая хотела бы развиваться в целостность. Однако человек нашего времени далек от целостности, как небо от земли» [37]. Индивидуация и есть процесс развития целостности, интеграции различных частей души: Эго, Персоны, Тени, Анимы или Анимуса, других бессознательных архетипов.

Для Эго рост означает расширение знаний о мире и о себе. Но индивидуация – это раскрытие самости, а с точки зрения самости целью развития является единение сознания и бессознательного. Как аналитик, К.Г. Юнг отмечал, что те, кто приходят к нему в первой половине своей жизни, относительно мало вовлечены в процессы индивидуации и в большей степени заняты достижением целей эго, внешними достижениями. Те же, кто обращался к анализу в более старшем возрасте, обычно уже разрешив задачи предыдущего этапа, искали скорее интеграции, гармонии и целостности духа.

Одиночество на пути обретения личности

Достичь уровня личности, писал К.Г. Юнг, – значит максимально развернуть целостность человеческой сущности. Нельзя упускать, напоминал он, сколь великое множество условий должно быть выполнено ради этой цели. *«Личность – результат наивысшей жизненной стойкости, абсолютного приятия индивидуально сущего и максимально успешного приспособления к общезначимому при величайшей свободе выбора и собственного решения»* [38]. Но именно на пути обретения личности человека ждет одиночество: *«От этого не избавят никакое успешное приспособление и никакое прилаживание к существующему окружению, а также ни семья, ни общество, ни положение. Развертывание личности – это такое счастье, за которое можно дорого заплатить»* [39].

Итак, личностное развитие возможно только как избегание широких, протоптанных, конвенциональных путей (А.С. Пушкину, по свидетельству историков, очень нравилась фраза Ф.Р. де Шатобриана – *«Счастье можно найти только на протоптанных дорогах»*). А какое уж счастье в полном одиночестве своего предназначения, своего пути!).

Одиночество из-за нерешенных основных жизненных задач

О задачах развития писал и А. Адлер. Он называл три основные жизненные задачи, обусловленные фундаментальными условиями человеческого существования

ния: работа, дружба и любовь, и подчеркивал, что они всегда взаимосвязаны – «разрешение одной помогает в разрешении других, мы даже могли бы сказать, что все они – аспекты одной и той же ситуации, одной и той же проблемы – необходимости для людей поддерживать и развивать жизнь в той среде, в которой они находятся» [40]. Люди, чей вклад в развитие человечества был наиболее ценным, писал А. Адлер, были наиболее кооперативными, и работы великих гениев всегда были общественно ориентированы. Еще более бесспорным выглядит замечание А. Адлера о том, что недостаток кооперации и возникающее в результате этого чувство неадекватности являются корнем всех невротических стилей жизни. Одиночество, таким образом, оказывается следствием нерешенных основных жизненных задач.

Гендерный аспект
одиночества

Мы говорили о задачах развития как общих для мужчин и для женщин; но это не отменяет различий в их реакциях на ситуации одиночества, в которых те оказались. Женщины чаще мужчин жалуются на одиночество и непонятость, вдвое чаще переживают состояние депрессии. Мужчины в состоянии депрессии обычно жалуются на трудности самораскрытия или предметные трудности – утрату интереса к людям, неспособность плакать, чувство социальной неудачи, болезненные соматические переживания; в женских же описаниях депрессии преобладают мотивы неудовлетворенности собой, отсутствия поддержки, нерешительности и т.п. [41].

«Мобильное
общество
одиночек»

И для женщин, и для мужчин семья является более важным источником удовлетворенности жизнью, нежели работа, – это подтверждают многочисленные исследования [42]. Однако постепенно уменьшается число и женщин, и мужчин, «сакрифицирующих» семью и готовых ради этого поступаться собственными экономическими и психологическими интересами [43]. Это не только следствие индивидуальных установок, бесчисленных личных выборов. Индивидуализация задается и рынком труда, и архитектурой, городским планированием и т.п. Вместе с равноправием «создается в конечном счете полностью мобильное общество одиночек» [44].

Человек между
профессией
и семьей

Процесс выявления, накопления и преодоления противоречий между семейными и профессиональными ролями в наши дни сам непросто и противоречив, в первую очередь с психологической точки зрения. Один из наиболее глубоких и точных «диагнозов» постоянного воспроизводства состояний одиночества в современном

обществе, однако же, принадлежит перу не психолога, а социолога – известного немецкого теоретика У. Бека. Индивидуализация, пишет он, разделяющая ролевые позиции мужчин и женщин, вновь толкает их к совместной жизни. С ослаблением традиций растет привлекательность супружеской общности [45]. Многочисленность социальных связей человека не может полностью заменить собой стабильность первичных взаимоотношений. Необходимо и то и другое, пишет У. Бек: «...и многочисленность многообразных связей, и прочная близость. Счастливые в браке женщины страдают от проблем контактов и социальной изоляции. Разведенные мужчины, объединившиеся в группы, чтобы высказать свои проблемы, не могут справиться с внезапным одиночеством, даже если они входят в социальные сетевые структуры... Брак и семья держатся не столько на материальном фундаменте и на любви, сколько на страхе перед одиночеством. Именно одиночество, которое грозит и внушает страх за их пределами, при всех кризисах и конфликтах, наверное, и составляет самый надежный фундамент брака» [46].

Ребенок как
средство
от одиночества

Но современные мужчины и в гораздо большей степени – женщины находят альтернативу проблематичным, зыбким, негарантированным партнерским отношениям: это – ребенок, который становится «последней, нерасторжимой, незаменимой семейной связью. Партнеры приходят и уходят. Ребенок остается. На него направлено все то, о чем человек мечтает, но не может иметь в партнерстве, в супружестве. Когда отношения между полами утрачивают прочность, ребенок как бы завладевает монополией на неосуществимую жизнь вдвоем, на реализацию эмоций в первозаданной суете, которая в иных сферах становится все реже и сомнительнее... Ребенок – последнее средство против одиночества, которое позволяет людям хоть как-то возместить ускользающие возможности любви» [47].

Но не бывает универсального средства, и если в роли средства выступает человек, ребенок, тем более. Сколько женщин надеялись наконец перестать чувствовать себя одинокими после рождения ребенка, но трудности первых недель, послеродовая депрессия, естественные ограничения возможности располагать своим временем, напротив, усугубляют изоляцию! Или вспомним «маленького тирана». Нередко его наличие в семье приводит к возникновению чувства одиночества у его родителей.

Одиночество
в сосредоточении
на ребенке

Современная женщина стремится быть такой же сильной, как и мужчина. Но когда ребенок превращается в маленького тирана, она начинает ощущать себя бес- сильной, тем более что отец ребенка, как правило, отстраняется от борьбы за власть в семье. По существу, полагает И. Прекоп, все происходящее является след- ствием неупорядоченных отношений в семье родителей женщины. Ненависть против собственной матери или отца вновь оживает. Слабость мужа, остающегося в сто- роне от принятия решений и воспитания детей, вызывает у женщины горькое разочарование, когда ей так не хватает мужской поддержки – «женщина чувствует се- бя одинокой, покинутой, вынужденной одной воспиты- вать детей» [48]. Но и отцу не лучше: *«Моя жена больше не принадлежит мне. Она стала марионеткой в руках нашего сына. Когда я прихожу с работы домой, у нее нет для меня ни минуты. Она полностью занята ре- бенком. Когда я пытаюсь с ней объяснить, она дума- ет, что я ревную. Она истерически кричит на меня, и я напоминаю сам себе загнанного зверя. Затем я умываю руки, беру трубку и ухожу в свою келью. А не лучше ли уйти совсем? А быть может, нужно просто почаще стучать кулаком по столу?»* [49].

Решит ли развод проблему одиночества родителей «трудного ребенка»? Скорее проблемы просто станут несколько иными. Как и в любом другом возрасте, изо- ляция создает самоподдерживающуюся систему: фак- торы, ведущие к одиночеству, усиливаются при дли- тельных ограничениях контактов с другими людьми. Изначально какие-то из этих проблем могут быть связа- ны с психологическими факторами: так, например, стремление ограничить социальные контакты свой- ственно людям с пониженным самоуважением, которые отличаются чрезвычайной ранимостью. Любое отрица- тельное мнение ими остро переживается, на шутку или замечание в их адрес может последовать неадекватно сильная реакция.

Сбой «социальных
часов»

Но немало проблем «задается» социальными усло- виями, культурными нормами, регулирующими выбо- ры и поведение любого из нас – в той или иной степени. Психологом Б. Ньюгартеном было предложено ставшее довольно популярным понятие «социальные часы», обозначающее нормативные сроки для получения обра- зования, вступления в брак, рождения детей и т.п. Уже четверть века назад отмечалось смягчение возрастных норм, выражающееся в подвижном жизненном цикле, в возрастающем числе изменений социальных ролей, и

по сути ведущее к исчезновению традиционных «часов» [50].

Тем не менее общественное мнение, «службы знакомств», брачные объявления в газетах создают определенное давление, которому не так просто противостоять. Яркое описание ситуации без внешних признаков давления, но «сильной» в плане воздействия, находим у Н. Хорнби в романе «Hi-Fi»: *«Когда тебе тридцать пять, поход в кино с папой, мамой и их безумными приятелями вовсе не отвлекает от мыслей... Мы стоим, ждем... и тут со мной случается нечто ужасное, душе-раздирающее и ледящее кровь: мне одобрительно улыбается самый жалкий мужчина на свете. У Самого Жалкого на Свете Мужчины громоздкие очки, как у Денниса Тейлора, и заячьи передние зубы; на нем грязная желтоватая куртка с капюшоном и вытертые на коленках коричневые вельветовые брюки; его тоже привели смотреть «Хоуардс-Энд» родители, хотя и ему под тридцать. И он улыбается мне своей ужасной улыбочкой, потому что видит во мне родственную душу. Я настолько ошарашен, что... когда я наконец беру себя в руки, действие фильма заходит уже слишком далеко, чтобы я мог разобраться в происходящем на экране... Все дело в том, что разница между нами не бросается ему в глаза, и я понимаю почему. Если как следует разобраться, главный источник привлекательности противоположного пола для всех нас, старых и юных, мужчин и женщин, заключается в том, что нам нужен рядом кто-то, кто избавил бы нас от сочувственных взглядов в воскресном фойе кинотеатра, кто удержал бы от падения в преисподнюю, в которой безнадежно холостые и незамужние живут вместе со своими родителями. Этого больше не повторится. Да я лучше всю жизнь просижу у себя в норе, чем еще раз удостоюсь подобного рода внимания» [51].*

«Генеративность против стагнации»

Вернемся здесь к жизненным задачам следующей за ранней взрослостью стадии, по Э.Эриксону, – стадии взрослости. Основной дилеммой этой большой стадии, по существу охватывающей чуть не половину жизни человека (приблизительно от 30 до 60 лет), является «генеративность против стагнации». Генеративность – более широкое понятие, чем креативность и продуктивность. Это «прежде всего заинтересованность в устройстве жизни и наставлении нового поколения», хотя у кого-то вследствие жизненных неудач или особой одаренности в других областях деятельности этот драйв не направлен на свое потомство [52]. Старшее по-

Регресс в потребности псевдоблизости

коление зависит от младшего не менее, чем младшее от него; зрелый человек нуждается в том, чтобы быть нужным. *«Жизненный опыт дает нам радость только тогда, когда мы можем передать его другим»*, – говорил А. Моруа [53].

Если такого обогащения своей жизни достичь не удастся, полагает Э. Эриксон, человек регрессирует к навязчивой потребности в псевдоблизости, начинает баловать себя, как если бы он был своим собственным, единственным ребенком. Причем сам факт наличия детей или желания их иметь не обеспечивает «автоматически» генеративности.

Ни успех, ни благополучие, ни творчество, «обеспеченные» на данной стадии развития, все же не гарантируют, что одиночество не придет и не потребует своей дани. В жизни Г. Уэллса, например, 1935 год был внешне одним из самых удачных – рассказывая о поездке в Америку в начале марта 1935 года, он говорит: *«Я обедал с президентом в Вашингтоне и с кем только не беседовал; я превосходно провел время и написал четыре статьи, которые потом вышли отдельной книгой – «Новая Америка: новый мир...»* Однако долгая и непростая история отношений с М. Будберг, секретарем А.М. Горького, заставляет Г.Уэллса признать: *«Одиночество все больше выводило меня из равновесия. Меня возмущала Мурина неспособность понять, как я нуждаюсь в ее обществе. Я приходил в ярость оттого, что она не желала ради меня отказаться от своей ничтожной, убогой эмигрантской жизни, от бесконечных сплетен ... от злоупотребления водкой и коньяком, от ночной болтовни и лежания в постели до полудня. Я возмущался ею и оттого, что по ее вине не смог сохранить ей верность, и, похоже, готов вернуться к своим беспорядочным связям»* [54].

Одиночество выводит из равновесия

Г.Уэллс во многом берет вину на себя, и проницательно отмечает те причины разлада, которые связаны скорее с ним, нежели с его возлюбленной: *«Многое из вышесказанного могут считать обвинением в адрес Муры. Но если так ... это ... обвинение самой жизни, несоответствию мужских и женских желаний, мужской и женской логики... осложненных глубоким различием между причудливым русским мышлением, способным вычеркнуть из памяти все, что ему неприятно, и образом мысли человека, привыкшего к мышлению упорядоченному. Это еще и свидетельство моих собственных неразумных, чудовищных требований к Призраку Возлюбленной (термин Г. Уэллса: нечто вроде идеальной*

Одиночество
в славе

спутницы, наделенной к тому же силой и загадочностью Анимы. – Г.И.), которые основаны на обременительной масштабности той личности, какой я хотел себя видеть. Я знаю, я стремлюсь быть такой величиной, до какой мне не дотянуться. Болезненно чувствительный, по-детски тоскующий о помощи, я недостаточно велик для «великого человека» [55].

Последняя мысль просто не могла бы и в голову прийти О.Уайльду, но с одиночеством – при том что вряд ли нашелся бы тогда в Англии человек, не мечтавший с ним познакомиться и услышать от него хоть слово, – с одиночеством столкнулся и он. П.Акройд в «Заветании Оскара Уайльда» вкладывает в уста своего главного героя рассуждения о своей свободе и одиночестве, которые тот произносит в самый блестящий период своей жизни. Вспоминая встречи с близкими друзьями, О. Уайльд признается: «...возможно, даже для них я разыгрывал роли. Я владел всеми секретами эпохи, и любая маска была мне к лицу... Мне казалось, что весь мир лежит у моих ног, что я всемогущ. Меня охватывала дикая радость. Я чувствовал себя свободным.

На самом же деле это была никакая не свобода. Мой успех был тюрьмой – я словно очутился в зеркальной комнате, где, куда ни взгляни, видишь только собственное отражение. Я стал всего лишь зрелищем; по ночам я часто сидел в одиночестве у себя на Тайт-стрит, пытаюсь осмыслить свое положение...» [56].

Если ребенок, подросток или даже юноша могут мечтать о том далеком или недалеком будущем, когда они наконец получат долгожданные любовь, восхищение, преклонение, успех, то «кризис середины жизни» заставляет задуматься о реалистичности этих надежд. Но и в случае, если они сбылись, – мы видим, как непрочно психологическое благополучие жизни, даже наполненной творчеством, признанием, славой.

4. «Одиночество»

Старение и
страх перед
одиночеством

По данным чикагской Американской академии медицины по борьбе со старением, объем рынка товаров и услуг по замедлению старения составляет сейчас около 40 миллиардов долларов и растет со скоростью 25% в год [57]. Только ли желание избавиться от боли в суставах, избежать облысения или частых простуд движет десятками тысяч людей, выкладывающих за курс «инъекций молодости» баснословные суммы? В значительной степени стремление к омоложению имеет психологические причины. Не последней из них является

страх перед одиночеством, нависающий над теми, кто уже не выглядит на вечные 25 лет.

Принято думать, что старость сопровождается даже не одиночеством само по себе, а страх перед ним – перед подступающим выключением из привычной профессиональной (в связи с выходом на пенсию), дружеской (в результате снижения мобильности, возможности передвигаться) и даже семейной (в связи с занятостью и отчуждением детей, внуков и других членов семьи) жизни. Тем не менее страх одиночества демонстрирует динамику, не совпадающую с общепринятым шаблоном.

Страх одиночества – как, по-видимому, и другие страхи – не является врожденным, его интенсивность меняется с возрастом. В США начиная с 1960-х годов широко применяется опросник Списка Страхов FSS (the Fear Survey Schedule) [58]. Опрашиваемые оценивают в баллах выраженность у себя страхов из списка, куда входят такие предметы страха, как «Змеи», «Смерть любимого человека», «Кладбища», «Закрытое пространство», «Одиночество», «Уколы» и т.п. По данным исследования в штате Вермонт разных возрастных групп оказалось, в частности, что страх одиночества достигает максимума примерно к десяти годам и затем медленно снижается к старости. Такую же динамику обнаруживают страхи толпы, смерти, травмы, болезни [59]. В настоящее время используется уже третья версия FSS-III для оценки страхов, преобладающих в тех или иных группах, для выявления индивидов с особыми страхами и для оценки успешности терапии страхов [60].

Страх одиночества
подчитывается
страхом старения

Вместе с тем, может быть и не будучи тотальным и даже слишком распространенным, страх одиночества переживается достаточно болезненно именно в пожилом возрасте. Страх одиночества подпитывается страхом старения, в котором, по выражению М. Уэльбека, «эпохе удалось... утопить трагическое предчувствие смерти» [61]. Одна из героинь романа «Элементарные частицы» признается: *«Теперь считается, что в жизни есть первоначальная беззаботная пора, а потом тебя постигнет призрак смерти. Все мужчины, которых я знала, панически боялись постареть, они без конца думали о своем возрасте. Одержимость возрастом начинается очень рано – я встречала ее у двадцатипятилетних...»* [62]. Почему же люди так неотрывно думают о своем возрасте? – *«...сейчас в уме каждого простая перспектива будущего: придет час, когда сумма физических радостей, которые уготованы ему в жизни,*

«Предчувствие
конца»

станет меньше, чем сумма ожидающих его страданий (в общем, человек знает, что счетчик работает – и крутится он в одну сторону)» [63].

Мучительное одиночество предстояния смерти, близости конца не обязательно является «привилегией» пожилого возраста. У. Шекспиру не было и сорока пяти лет (справедливости ради следует отметить, что продолжительность жизни тогда была намного меньше нынешней), когда он написал 73-й сонет, «*То время года видишь ты во мне...*» с его финальными строками –

Теснее наши связаны сердца! [64]

Ты видишь всё.
Но близостью
конца

Или – снова М. Уэльбек, об отношениях своих главных героев, Мишеля и Аннабель, встретившихся после двадцатилетнего перерыва, последовавшего за юношеской влюбленностью: «*Иногда они грустили, но главное, оба были серьезны. Они знали – и тот и другая, – что переживают свою последнюю истинно человеческую связь, и сознание это вносило в каждый отпущенный им миг нечто душераздирающее. Они испытывали друг к другу большое уважение и безмерную жалость. И все же в иные дни по неожиданной, волшебной милости им были дарованы минуты, пронизанные свежим воздухом и щедрым, бодрящим солнцем, однако куда чаще они чувствовали, как серая пелена накрывает и их самих, и землю, по которой они ступают, и во всем им виделось предчувствие конца» [65].*

Удивительно не то, что рано или поздно по крайней мере некоторые из людей переживают «предчувствие конца», но скорее то, что эти переживания могут быть психотерапевтичными. Так, И. Ялом рассказывает о групповом опыте переживания «жизненного цикла», предложенном Э. Аронсоном и Э. Дрейфус на летней программе Национальной тренинговой лаборатории (National Training Laboratory) в Бетеле, штат Мэн. Этот опыт помогал участникам сфокусироваться на основных вопросах каждой стадии жизни. В отрезок времени, посвященный старости и смерти, они целые дни жили жизнью стариков. Им была дана инструкция ходить и одеваться как старые люди, припудрить волосы и стараться играть конкретных хорошо знакомых им стариков. Они посещали местное кладбище. В одиночестве гуляли по лесу, представляя в своем воображении, как они теряют сознание, умирают, как их обнаруживают друзья и как их хоронят [66].

Безысходность
одиночества
в смерти

Но самое безысходное и полное одиночество в европейской культуре ожидает человека на пороге смерти. Роман Р.П. Уоррена «Дебри» начинается с размышле-

ний главного героя, вернувшегося с похорон отца: *«Он думал о предстоящей ночи. Думал об одиночестве этой ночи, первой ночи в земле. Именно тогда, думал он, усопший впервые осознает, что он совершенно один. Именно тогда, в этом полном одиночестве, ощутит он первые признаки долгой епитимьи разложением. Именно тогда усопший постигает страшную правду: Это конец, больше ничего не будет.»*

Быть мертвым, думал он, это знать, что больше ничего не будет» [67].

В.В. Набоков удивлялся тому, что мы боимся неизвестности и одиночества, которые наступят «после» жизни, не переживая особо по поводу того же состояния «до» нашей жизни. *«Заглушая шепот вдохновенных суеверий, здравый смысл говорит нам, что жизнь – только щель слабого света между двумя идеально черными вечностями. Разницы в их черноте нет никакой, но в бездну преджизненную нам свойственно вглядываться с меньшим смятением, чем в ту, в которую летим со скоростью четырех тысяч пятисот ударов сердца в час...»*, – говорил в «Других берегах» В.В. Набоков [68]. Впрочем, продолжает автор, *«я знавал... чувствительного юношу, страдавшего хронофобией и в отношении к безграничному прошлому. С томлением, прямо-таки паническим, просматривая домашнего производства фильм, снятый за месяц до его рождения, он видел совершенно знакомый мир, ту же обстановку, тех же людей, но сознавал, что никто его отсутствия не замечает и о нем не горюет. Особенно навязчив и страшен был вид только что купленной детской коляски, стоявшей на крыльце с самодовольной косностью гроба; коляска была пуста, как будто «при обращении времени в мнимую величину минувшего», как удачно выразился мой молодой человек, самые его кости истлели»* [69].

Психотерапевт Э. Берн в книге «Люди, которые играют в игры» рисует картину финала жизни в западной культуре: «Неактивных людей пожилого возраста можно разделить скорее всего на три группы. Например, в США главные отличия – финансовые. Те, у кого сценарий неудачников, живут одиноко в меблированных комнатах или дешевых отелях и зовутся стариками и старухами. Те, кто относятся к непобедителям, имеют собственные домики, где могут предаваться своим причудам и странностям. Их именуют старыми чудаками. Те же, кто реализовали сценарий победителя, проводят остаток жизни в уединенных усадьбах с управляющими и считаются достойными гражданами» [70].

Смерть как
проигрыш

Парадоксальным образом достижительность западной культуры помогает формированию взгляда на смерть как на проигрыш уходящего и выигрыш остающихся. Ты имеешь право на жизнь, участие, помощь до тех пор, пока за что-то держишься, что-то можешь; но и наличие, и отсутствие у тебя достижений скорее разъединяет тебя с другими людьми, нежели объединяет. И еще более разъединяет смерть – «Для русского человека отношение к жизни и смерти, таким образом, сродни игре, игре с выбыванием. Смерть – абсолютное поражение, катастрофа, которую не рекомендуется даже брать в расчет» [71]. И здесь нет особых различий между европейской и российской ментальностью. Философ А.В. Демичев говорит об «инфантильно-подростковом» отношении к смерти русского человека: смерть предстает не как необходимость, но как случайность, а ведь случайность можно исключить или свести к минимуму.

Одиночеству все
возрасты
покорны...

«Разрывы» в социальной ткани, связывающей нас с другими людьми, могут обнаружиться в любой период нашей жизни; но даже если наша жизнь сплетена со многими и многими другими, чувство изолированности, отграниченности, покинутости в любой момент может появиться и «пустить корни».

1. Бунин И.А. Жизнь Арсеньева (Юность). М., 2003. С. 9.
2. Там же. С.15.
3. Роллан Р. Воспоминания / Пер. с франц. М., 1966.
4. Эпштейн М. Отцовство. Метафизический дневник. СПб., 2003. С. 123–124.
5. Хорни К. Невроз и развитие личности. М., 1998. С. 11–14.
6. Там же. С. 13.
7. Эпштейн М. Отцовство. Метафизический дневник. СПб., 2003.
8. Прекоп И. Маленький тиран. Как дети манипулируют родителями. СПб., 2002. С. 13.
9. Цит. по: Там же. С. 17–19.
10. Там же. С.21.
11. Цит. по: Дугин А. Философия традиции. М., 2002. С. 270.
12. Прекоп И. Маленький тиран. Как дети манипулируют родителями. СПб., 2002. С. 68.
13. Sullivan H.S. The interpersonal theory of psychiatry. N.Y., 1953; Weiss R.S. Loneliness: the experience of emotional and social isolation. Cambridge, 1973.

14. *Burgess K.B., Ladd G.W., Kochenderfer B.J., Lambert S.F., Birch S.H.* Loneliness during early childhood: the role of interpersonal behaviors and relationships // Loneliness in Childhood and Adolescence. Ed. by Rotenberg K.J., Hymel Sh. Cambridge, 1999. P. 109–134; *Cassidy J., Asher S.R.* Loneliness and peer relations in young children // Child development. 1992. V.63. P. 350–365.
15. *Baumeister R.F., Leary M.R.* The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation // Psychological Bulletin, 1995. N 3. P. 497–529.
16. *Зимбардо Ф.* Застенчивость / Пер. с англ. М., 1991.
17. Там же. С.64.
18. *Фромм Э.* Бегство от свободы // Э. Фромм. Бегство от свободы. Человек для себя. Минск, 2000. С. 47.
19. *Эриксон Э.* Детство и общество. Изд. 2-е. / Пер. с англ. СПб., 1996. С. 367.
20. *Эпштейн М.* Отцовство. Метафизический дневник. СПб., 2003. С. 17.
21. *Гинзбург Л.* О старом и новом: Статьи и очерки. Л., 1982. С. 366.
22. *Кон И.С.* Психология ранней юности. М., 1989. С.129.
23. *Коломинский Я.Л.* Психология взаимоотношений в малых группах. Минск, 1976.
24. *Coie J. et al.* Childhood peer rejection and aggression as predictors of stable patterns of adolescent disorder // Development and Psychopathology. 1995. V. 7. P. 697–713; *Mounts N.* Aggression and Peer-Rejected Children // Human Development and Family Life Bulletin: A review of Research and Practice. 1997. V. 3. Iss. 2; *Steinberg L.* Adolescence. N.Y., 1996.
25. *Николаева Н.А.* Изолированность и одиночество в юношеском возрасте. Оренбург, 2005.
26. *Раттер М.* Помощь трудным детям / Пер. с англ. М., 1987; *Gronland N.E.* Sociometry in the Classroom. N.Y., 1959.
27. *Битянова М.Р.* Школьная психологическая служба и одаренные дети // Психология одаренности. От теории к практике / Под ред. Д.В. Ушакова. М., 2000. С. 55–65. С. 60.
28. *Polansky N., Idippitt R., Reddle F.* The use near sociometric data in research on group treatment process // Sociometry. 1970. N 13. P. 134–141.
29. *Кон И.С.* Психология ранней юности. М., 1989. С. 130.

30. *Ashe D.D., McCutcheon L.E.* Shyness, loneliness, and attitude toward celebrities // *Current Research in Social Psychology*. 2001. V.6 (9). P. 124–133.
31. *Cheek J.M., Buss A.H.* Shyness and Sociability // *Journal of Personality and Social psychology*. 1981. V. 41. P. 330–339.
32. Цит. по.: *Зимбардо Ф.* Застенчивость / Пер. с англ. М., 1991. С. 49–50.
33. *Зимбардо Ф.* Застенчивость / Пер. с англ. М., 1991. С. 51.
34. *Ziller R.* The Social Self. N.Y., 1973.
35. *Фаулз Дж.* Аристос / Пер. с англ. СПб., 2004. С. 150.
36. *Эриксон Э.* Детство и общество. Изд. 2-е. / Пер. с англ. СПб., 1996.
37. *Юнг К.Г.* О становлении личности // Структура психики и процесс индивидуации. М., 1996. С. 207–219. С. 209.
38. Там же. С. 210.
39. Там же. С. 211.
40. Цит. по: *Фейдимен Дж., Фрейгер Р.* Личность и личностный рост. Вып. 2 / Пер. с англ. М., 1992.
41. Цит. по: *Кон И.С.* Психология ранней юности. М., 1989. С. 133.
42. *Campbell A., Coverse P.E., Rogers W.L.* The Quality of American Life: Perceptions, Evaluations, and Satisfactions. N.Y., 1976; *Erskine H.* The Polls: Hopes, Fears, and Regrets // *Public Opinion Quarterly*. 1973. V. 37. P. 132–145; *Faver C.A.* Women in Transition. Career, Family and Life Satisfaction in three Cohorts. N.Y., 1984.
43. *Yankelovich D.* New Rules: Searching for Fulfilment in a World Turned Upside Down. N.Y., 1981.
44. *Бек У.* Общество риска. На пути к другому модерну / Пер. с нем. М., 2000. С. 182.
45. Там же. С. 171.
46. Там же. С. 172.
47. Там же. С. 177.
48. *Прекоп И.* Маленький тиран. Как дети манипулируют родителями. СПб., 2002. С. 123.
49. Там же. С. 146.
50. *Newgarten B.L.* Time, age, and the life cycle // *American Journal of Psychiatry*. 1979. V.136. P. 887–994.
51. *Хорнби Н.* High fidelity. Пер. с англ. М., 2003. С. 159–160.
52. *Эриксон Э.* Детство и общество. Изд. 2-е. Пер. с англ. СПб., 1996. С. 374.

53. *Моруа А.* Эссе. М., 2001. С. 317.
54. *Уэллс Г.* Фрагменты автобиографии // Иностранная литература. 1999. № 10. С. 222.
55. *Там же.* С. 223–224.
56. *Акройд П.* Завещание Оскара Уайльда. М., 1993. С. 57.
57. *Ибрагимов Х.* Секрет вечной старости // Коммерсантъ Власть. 6 июня 2005. С. 56.
58. *Geer J.H.* The Development of a Scale to Measure fear // Behaviour Research and Therapy. 1965. V. 3. P. 45–53.
59. Цит. по: *Бреслав Г.М.* Психология эмоций. М., 2004. С. 290.
60. *Ramirez S.Z., Kratchowill T.R.* Development of fear survey for children with and without mental retardation // Behavioral Assessment. 1990. V. 12. P. 457–470.
61. *Уэльбек М.* Элементарные частицы / Пер. с франц. // Иностранная литература, 2000. № 10. С. 5–103. С.60.
62. *Там же.* С. 125.
63. *Там же.* С. 131.
64. *Шекспир У.* Исторические драмы. Сонеты и песни для музыки. М., 1996. С. 511.
65. *Уэльбек М.* Элементарные частицы. Пер. с франц. // Иностранная литература, 2000. № 10. С. 5–103, 129.
66. *Ялом И.Д.* Экзистенциальная психотерапия. М., 2004. С. 197–198.
67. *Уоррен Р.П.* Вся королевская рать. Дебри: Романы. М., 2004. С. 433.
68. *Набоков В.В.* Другие берега. Собр. соч.: В 4 т. М., 1990. Т. 4. С. 135.
69. *Там же.*
70. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы / Пер. с англ. М., 1988. С. 279.
71. *Демичев А.В.* Дискурсы смерти. Введение в философскую танатологию. СПб., 1997. С. 15.

