

Абрахам Маслоу МОТИВАЦИЯ И ЛИЧНОСТЬ

Перевод А.М.Татлыбаевой

Глава 4. ТЕОРИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ МОТИВАЦИИ

ВВЕДЕНИЕ

В этой главе я попытаюсь сформулировать позитивную теорию мотивации, которая удовлетворяла бы теоретическим требованиям, изложенным в предыдущей главе, и вместе с тем соответствовала бы уже имеющимся эмпирическим данным, как клиническим, так и экспериментальным. Моя теория во многом опирается на клинический опыт, но в то же самое время, как мне представляется, достойно продолжает функционалистскую традицию Джеймса и Дьюи; кроме того, она вобрала в себя лучшие черты холизма Вертхаймера, Гольдштейна и гештальт-психологии, а также динамический подход Фрейда, Фромма, Хорни, Райха, Юнга и Адлера. Я склонен назвать эту теорию холистическо-динамической по названиям интегрированных в ней подходов.

БАЗОВЫЕ ПОТРЕБНОСТИ

Физиологические потребности

За отправную точку при создании мотивационной теории обычно принимаются специфические потребности, которые принято называть физиологическими позывами. В настоящее время мы стоим перед необходимостью пересмотреть устоявшееся представление об этих потребностях, и эта необходимость продиктована результатами последних исследований, проводившихся по двум направлениям. Мы говорим здесь, во-первых, об исследованиях в рамках концепции гомеостаза, и, во-вторых, об исследованиях, посвященных проблеме аппетита (предпочтения одной пищи другой), продемонстрировавших нам, что аппетит можно рассматривать в качестве индикатора актуальной потребности, как свидетельство того или иного дефицита в организме.

Концепция гомеостаза предполагает, что организм автоматически совершает определенные усилия, направленные на поддержание постоянства внутренней среды, нормального состава крови. Кэннон (78) описал этот процесс с точки зрения: 1) водного содержания крови, 2) солевого баланса, 3) содержания сахара, 4) белкового баланса, 5) содержания жиров, 6) содержания кальция, 7) содержания кислорода, 8) водородного показателя (кисотно-щелочной баланс) и 9) постоянства температуры крови. Очевидно, что этот перечень можно расширить, включив в него другие минералы, гормоны, витамины и т.д.

Проблеме аппетита посвящено исследование Янга (491, 492), он попытался связать аппетит с соматическими потребностями. По его мнению, если организм ощущает нехватку каких-то химических веществ, то индивидуум будет чувствовать своеобразный, парциальный голод по недостающему элементу, или, иначе говоря, специфический аппетит.

Вновь и вновь мы убеждаемся в невозможности и бессмысленности создания перечней фундаментальных физиологических потребностей; совершенно очевидно, что круг и количество потребностей, оказавшихся в том или ином перечне, зависит лишь от тенденциозности и скрупулезности его составителя. Пока у нас нет оснований зачислить все физиологические потребности в разряд гомеостатических. Мы не располагаем достоверными данными, убедительно доказавшими бы нам, что половое желание, зимняя спячка, потребность в движении и материнское поведение, наблюдаемые у животных, хоть как-то связаны с гомеостазом. Мало того. при создании подобного перечня мы оставляем за рамками каталогизации широкий спектр потребностей, связанных с чувственными удовольствиями (со вкусовыми ощущениями, запахами, прикосновениями, поглаживаниями), которые также, вероятно, физиологичны по своей природе и каждое из которых может быть целью мотивированного поведения. Пока не найдено объяснения парадоксальному факту, заключающемуся в том, что организму присущи одновременно и тенденция к инерции, лени, минимальной затрате усилий, и потребность в активности, стимуляции, возбуждении.

В предыдущей главе я указывал, что физиологическую потребность, или позыв, нельзя рассматривать в качестве образца потребности или мотива, она не отражает законы, которым подчиняются потребности, а служит скорее исключением из правила. Позыв специфичен и имеет вполне определенную соматическую локализацию. Позывы почти не взаимодействуют друг с другом, с прочими мотивами и с организмом в целом. Хотя последнее утверждение нельзя распространить на все физиологические позывы (исключениями в данном случае служат усталость, тяга ко сну, материнские реакции), но оно неоспоримо в отношении классических разновидностей позывов, таких как голод, жажда, сексуальный позыв.

Считаю нужным вновь подчеркнуть, что любая физиологическая потребность и любой акт консумматорного поведения, связанный с ней, могут быть использованы для удовлетворения любой другой потребности. Так, человек может ощущать голод, но, на самом деле, это может быть не столько потребность в белке или в витаминах, сколько стремление к комфорту, к безопасности. И наоборот, не секрет, что стаканом воды и

парой сигарет можно на некоторое время заглушить чувство голода.

Вряд ли кто-нибудь возьмется оспорить тот факт, что физиологические потребности – самые жизненноважные, самые мощные из всех потребностей, что они обладают самой большой движущей силой по сравнению со всеми прочими потребностями. На практике это означает, что человек, живущий в крайней нужде, человек, обделенный всеми радостями жизни, будет движим прежде всего потребностями физиологического уровня. Если человеку нечего есть и если ему при этом не хватает любви и уважения, то все-таки в первую очередь он будет стремиться утолить свой физический голод, а не эмоциональный.

Если все потребности индивидуума не удовлетворены, если в организме доминируют физиологические позывы, то все остальные потребности могут даже не ощущаться человеком; в этом случае для характеристики такого человека достаточно будет сказать, что он голоден, ибо его сознание практически полностью захвачено голодом. В такой ситуации организм все свои силы и возможности направляет на утоление голода; структура и взаимодействие возможностей организма определяются одной-единственной целью. Его рецепторы и эффекторы, его ум, память, привычки – все превращается в инструмент утоления голода. Те способности организма, которые не приближают его к желанной цели, до поры дремлют или отмирают. Желание писать стихи, приобрести автомобиль, интерес к родной истории, страсть к желтым ботинкам – все эти интересы и желания либо блекнут, либо пропадают вовсе. Человека, чувствующего смертельный голод, не интересует ничего, кроме еды. Он мечтает только о еде, он вспоминает только еду, он думает только о еде, он способен воспринять только вид еды и способен слушать только разговоры о еде, он реагирует только на еду, он жаждет только еды. Привычки и предпочтения, избирательность и привередливость, обычно сопровождающие физиологические позывы, придающие индивидуальную окраску пищевому и сексуальному поведению человека, настолько задавлены, заглушены, что в данном случае (но только в данном, конкретном случае) можно говорить о голом пищевом позыве и о чисто пищевом поведении, преследующем одну-единственную цель – цель избавления от чувства голода.

В качестве еще одной специфической характеристики организма, подчиненного единственной потребности, можно назвать специфическое изменение личной философии будущего. Человеку, измученному голодом, раем покажется такое место, где можно до отвала наесться. Ему кажется, что если бы он мог не думать о хлебе насущном, то он был бы совершенно счастлив и не пожелал бы ничего другого. Саму жизнь он мыслит в терминах еды, все остальное, не имеющее отношения к предмету его вожделений, воспринимается им как несущественное, второстепенное. Он считает бессмыслицей такие вещи как любовь, свобода, братство, уважение, его философия предельно проста и выражается присказкой: "Любовью сыт не будешь". О голодном нельзя сказать: "Не хлебом единым жив человек", потому что голодный человек живет именно хлебом и только хлебом.

Приведенный мною пример, конечно же, относится к разряду экстремальных, и, хотя он не лишен реальности, все-таки это скорее исключение, нежели правило. В мирной

жизни, в нормально функционирующем обществе экстремальные условия уже по самому определению – редкость. Несмотря на всю банальность этого положения, считаю нужным остановиться на нем особо, хотя бы потому, что есть две причины, подталкивающие нас к его забвению. Первая причина связана с крысами. Физиологическая мотивация у крыс представлена очень ярко, а поскольку большая часть экспериментов по изучению мотивации проводится именно на этих животных, то исследователь иногда оказывается не в состоянии противостоять соблазну научного обобщения. Таким образом выводы, сделанные специалистами по крысам, переносятся на человека. Вторая причина связана с недопониманием того факта, что культура сама по себе служит инструментом адаптации, и что одна из главных ее функций заключается в том, чтобы создать такие условия, при которых индивидум все реже и реже испытывал бы экстремальные физиологические позывы. В большинстве известных нам культур хронический, чрезвычайный голод есть скорее редкостью, нежели закономерностью. Во всяком случае, сказанное справедливо для Соединенных Штатов Америки. Если мы слышим от среднего американца "я голоден", то мы понимаем, что он скорее испытывает аппетит, нежели голод. Настоящий голод он может испытать только в каких-то крайних, чрезвычайных обстоятельствах, не больше двух-трех раз за всю свою жизнь.

Если при изучении человеческой мотивации мы ограничим себя экстремальными проявлениями воплощения физиологических позывов, то мы рискуем оставить без внимания высшие человеческие мотивы, что неизбежно породит одностороннее представление о возможностях человека и его природе. Слеп тот исследователь, который, рассуждая о человеческих целях и желаниях, основывает свои доводы только на наблюдениях за поведением человека в условиях экстремальной физиологической депривации и рассматривает это поведение как типичное. Перефразируя уже упомянутую поговорку, можно сказать, что человек и действительно живет одним лишь хлебом, но только тогда, когда у него нет этого хлеба. Но что происходит с его желаниями, когда у него вдоволь хлеба, когда он сыт, когда его желудок не требует пищи?

А происходит вот что – у человека тут же обнаруживаются другие (более высокие) потребности, и уже эти потребности овладевают его сознанием, занимая место физического голода. Стоит ему удовлетворить эти потребности, их место тут же занимают новые (еще более высокие) потребности, и так далее до бесконечности. Именно это я и имею в виду, когда заявляю, что человеческие потребности организованы иерархически.

Такая постановка вопроса имеет далеко идущие последствия. Приняв наш взгляд на вещи, теория мотивации получает право пользоваться, наряду с концепцией депривации, не менее убедительной концепцией удовлетворения. В соответствии с этой концепцией удовлетворение потребности освобождает организм от гнета потребностей физиологического уровня и открывает дорогу потребностям социального уровня. Если физиологические потребности постоянно и регулярно удовлетворяются, если достижение связанных с ними парциальных целей не представляет проблемы для организма, то эти потребности перестают активно воздействовать на поведение

человека. Они переходят в разряд потенциальных, оставляя за собой право на возвращение, но только в том случае, если возникнет угроза их удовлетворению. Удовлетворенная страсть перестает быть страстью. Энергией обладает лишь неудовлетворенное желание, неудовлетворенная потребность. Например, удовлетворенная потребность в еде, утоленный голод уже не играет никакой роли в текущей динамике поведения индивидуума.

Этот тезис в некоторой степени опирается на гипотезу, о которой мы поговорим подробнее ниже, и суть которой состоит в том, что степень индивидуальной устойчивости к депривации той или иной потребности зависит от полноты и регулярности удовлетворения этой потребности в прошлом.

Потребность в безопасности

После удовлетворения физиологических потребностей их место в мотивационной жизни индивидуума занимают потребности другого уровня, которые в самом общем виде можно объединить в категорию безопасности (потребность в безопасности; в стабильности; в зависимости; в защите; в свободе от страха, тревоги и хаоса; потребность в структуре, порядке, законе, ограничениях; другие потребности). Почти все, что говорилось выше о физиологических позывах, можно отнести и к этим потребностям, или желаниям. Подобно физиологическим потребностям, эти желания также могут доминировать в организме. Они могут узурпировать право на организацию поведения, подчинив своей воле все возможности организма и нацелив их на достижение безопасности, и в этом случае мы можем с полным правом рассматривать организм как инструмент обеспечения безопасности. Так же, как в случае с физиологическим позывом, мы можем сказать, что рецепторы, эффекторы, ум, память и все прочие способности индивидуума в данной ситуации превращаются в орудие обеспечения безопасности. Так же, как в случае с голодным человеком, главная цель не только детерминирует восприятие индивидуума, но и предопределяет его философию будущего, философию ценностей. Для такого человека нет более насущной потребности, чем потребность в безопасности (иногда даже физиологические потребности, если они удовлетворены, расцениваются им как второстепенные, несущественные). Если это состояние набирает экстремальную силу или приобретает хронический характер, то мы говорим, что человек думает только о безопасности.

Несмотря на то, что мы предполагаем обсуждать мотивацию взрослого человека, мне представляется, что для лучшего понимания потребности в безопасности имеет смысл понаблюдать за детьми, у которых потребности этого круга проявляются проще и нагляднее. Младенец реагирует на угрозу гораздо более непосредственно, чем взрослый человек, воспитание и культурные влияния еще не научили его подавлять и сдерживать свои реакции. Взрослый человек, даже ощущая угрозу, может скрыть свои чувства, смягчить их проявления настолько, что они останутся незамеченными для стороннего наблюдателя. Реакция же младенца целостна, он всем существом реагирует на внезапную угрозу – на шум, яркий свет, грубое прикосновение, потерю матери и

прочую резкую сенсорную стимуляцию.¹¹

Реакция младенца на различного рода соматические нарушения также гораздо более непосредственна, чем у взрослого человека. Очень часто соматическое расстройство воспринимается ребенком как прямая угроза, как угроза *per se* и вызывает страх. Так, например, рвота, колики в животе, острая боль могут полностью изменить мировосприятие ребенка. Образно говоря, для ребенка, испытывающего боль, весь мир становится мрачным, пугающим, опасным и непредсказуемым, – в таком мире может произойти все что угодно. Расстройство желудка, любое другое недомогание, которое взрослый человек считал бы "легким", заставляет ребенка испытывать ужас, вызывает ночные кошмары. В таком состоянии ребенок особенно остро ощущает потребность в участии и защите. Наглядным подтверждением наших рассуждений может служить недавно проведенное исследование, в котором изучались психологические последствия хирургических вмешательств у детей (270).

Потребность в безопасности у детей проявляется и в их тяге к постоянству, к упорядочению повседневной жизни. Ребенку явно больше по вкусу, когда окружающий его мир предсказуем, размерен, организован. Всякая несправедливость или проявление непоследовательности, непостоянства со стороны родителей вызывают у ребенка тревогу и беспокойство. В данном случае главную роль играет не столько несправедливость как таковая и даже не боль, связанная с ней, сколько то обстоятельство, что несправедливость или непоследовательность заставляет ребенка ощутить непредсказуемость мира, его опасность, убеждает ребенка в том, что этому миру нельзя доверять. Маленькие дети чувствуют себя гораздо лучше в такой обстановке, которая, если уж и не абсолютно незыблема, то хотя бы предполагает некие твердые правила, в ситуации, которая в какой-то степени рутинна, в какой-то мере предсказуема, которая содержит в себе некие устои, на которые можно опереться не только в настоящем, но и в будущем. Вопреки расхожему мнению о том, что ребенок стремится к безграничной свободе, вседозволенности, детские психологи, педагоги и психотерапевты постоянно обнаруживают, что некие пределы, некие ограничения внутренне необходимы ребенку, что он нуждается в них, или, если сформулировать этот вывод более корректно, – ребенок предпочитает жить в упорядоченном и структурированном мире, его угнетает непредсказуемость.

Несомненно, центральную роль в процессах формирования чувства безопасности у ребенка играют родители и семейная среда. Ссоры и скандалы, разлука с кем-либо из родителей, развод, смерть близкого члена семьи – каждое из этих семейных событий таит в себе угрозу для ребенка. Родительский гнев, угроза физического наказания, грубое обращение, словесные оскорбления подчас вызывают у ребенка столь сильный ужас и панику, что мы вправе предположить, что здесь задействован не только страх перед болью. Одни дети реагируют на грубое обращение паникой, которую можно объяснить страхом утраты родительской любви, тогда как другие, например, заброшенные, отверженные дети, реагируют совсем иначе – они льнут к карающим их родителям, и судя по всему, не столько в надежде завоевать или вернуть родительскую любовь, сколько потому, что ищут безопасности и защиты.

Реакция испуга часто возникает у детей в ответ на столкновение с новыми, незнакомыми, неуправляемыми стимулами и ситуациями, например, при потере родителя из поля зрения или при разлуке с ним, при встрече с незнакомым человеком, при приближении незнакомца, при встрече с новыми, неизвестными или неуправляемыми объектами, в случае болезни родителей или их смерти. Именно такие ситуации заставляют ребенка отчаянно цепляться за родителей, прятаться за их спины, и это еще раз убеждает нас в том, что родитель дает ребенку не только заботу и любовь, но и защиту от опасности.¹²

Нашему наблюдению можно придать более обобщенный характер и заявить, что среднестатистический ребенок и – что не так очевидно – среднестатистический взрослый представитель нашей культуры стремится к тому, чтобы жить в безопасном, стабильном, организованном, предсказуемом мире, в мире, где действуют раз и навсегда установленные правила и порядки, где исключены опасные неожиданности, беспорядок и хаос, где у него есть сильные родители, защитники, оберегающие его от опасности.

Уже сама констатация того факта, что вышеописанные реакции с легкостью обнаруживаются у детей, свидетельствует о недостаточно безопасном существовании наших детей (или, если рассматривать этот феномен в мировом масштабе, можно заявить, что детям не обеспечена надлежащая забота). В безопасном, любящем семейном окружении дети, как правило, не обнаруживают этих реакций. Реакция испуга у детей, окруженных надлежащей заботой, возникает только в результате столкновения с такими объектами и ситуациями, которые представляются опасными и взрослому человеку.

Потребность в безопасности здорового и удачливого представителя нашей культуры, как правило, удовлетворена. Люди, живущие в мирном, стабильном, отлаженно функционирующем, хорошем обществе, могут не бояться хищников, жары, морозов, преступников, им не угрожает ни хаос, ни притеснения тиранов. В такой обстановке потребность в безопасности не оказывает существенного влияния на мотивацию. Точно так же, как насытившийся человек уже не испытывает голода, человек, живущий в безопасном обществе, не чувствует угрозы. Для того, чтобы наблюдать потребности данного уровня в их активном состоянии, нам приходится обращаться к проблемам невротиков и невротизированных индивидуумов, к представителям социально и экономически обездоленных классов; массовые проявления активной работы этих потребностей наблюдаются в периоды социальных потрясений, революционных перемен. В нормальном же обществе, у здоровых людей потребность в безопасности проявляется только в мягких формах, например, в виде желания устроиться на работу в компанию, которая предоставляет своим работникам социальные гарантии, в попытках откладывать деньги на "черный день", в самом существовании различных видов страхования (медицинское, страхование от потери работы или утраты трудоспособности, пенсионное страхование).

Потребность в безопасности и стабильности обнаруживает себя и в консервативном поведении, в самом общем виде. Большинство людей склонно отдавать предпочтение

знакомым и привычным вещам (309). Мне представляется, что тягой к безопасности в какой-то мере объясняется также исключительно человеческая потребность в религии, в мировоззрении, стремление человека объяснить принципы мироздания и определить свое место в универсуме. Можно предположить, что наука и философия как таковые в какой-то степени мотивированы потребностью в безопасности (позже мы поговорим и о других мотивах, лежащих в основе научных, философских и религиозных исканий).

Потребность в безопасности редко выступает как активная сила, она доминирует только в ситуациях критических, экстремальных, побуждая организм мобилизовать все силы для борьбы с угрозой. Критическими или экстремальными ситуациями мы называем войны, болезни, стихийные бедствия, вспышки преступности, социальные кризисы, неврозы, поражения мозга, а также ситуации, отличающиеся хронически неблагоприятными, угрожающими условиями.

Некоторые взрослые невротики в своем стремлении к безопасности уподобляются маленьким детям, хотя внешние проявления этой потребности у них несколько отличаются от детских. Все неизвестное, все неожиданное вызывает у них реакцию испуга, и этот страх обусловлен не физической, а психологической угрозой. Невротик воспринимает мир как опасный, угрожающий, враждебный. Невротик живет в неотступном предощущении катастрофы, в любой неожиданности он видит опасность. Неизбывное стремление к безопасности заставляет его искать себе защитника, сильную личность, на которую он мог бы положиться, которой он мог бы полностью довериться или даже подчиниться, как мессии, вождю, фюреру.

Мне представляется, что есть здоровое зерно в том, чтобы определить невротика как человека, сохранившего детское отношение к миру. Взрослый невротик ведет себя так, словно боится, что его отшлепает или отругает мать, что она бросит его или оставит без сладкого. Складывается впечатление, что его детские страхи и реакции остались неизжитыми, что на них никак не повлияли процессы взросления и научения, – любой стимул, пугающий ребенка, пугает и невротика.¹³ Всеобъемлющее описание "базальной тревоги" невротика можно найти у Хорни (197).

Стремление к безопасности особенно отчетливо проявляется у больных компульсивно-обсессивными формами неврозов. Компульсивно-обсессивный невротик поглощен лихорадочными попытками организовать и упорядочить мир, сделать его неизменным, стабильным, исключить всякую возможность неожиданного развития событий. Он окружает себя частоколом всевозможных ритуалов, правил и формул в надежде, что они помогут ему справиться с непредвиденной случайностью, помогут предотвратить ситуацию непредсказуемости в будущем. Такие невротики очень похожи на описанных Гольдштейном больных с поражениями головного мозга: те также ищут спокойствия в попытках избежать всего незнакомого. Узкий, ограниченный мир невротика, в котором нет места ничему новому, предельно организован и дисциплинирован, в нем все разложено по полочкам, любая вещь и явление имеет свое, раз и навсегда отведенное место. Они стараются обустроить свой мир таким образом, чтобы оградить себя от любых неожиданностей и опасностей. Но если все же, вопреки их стараниям, с ними случается нечто непредвиденное, они впадают в страшную панику,

словно эта неожиданность угрожает их жизни. То, что в норме проявляется как умеренная склонность к консерватизму, к предпочтению знакомых вещей и ситуаций, в патологических случаях приобретает характер жизненной необходимости. Здоровый вкус к новизне, к умеренной непредсказуемости у среднестатистического невротика утрачен или сведен к минимуму.

Потребность в безопасности приобретает особую социальную значимость в ситуациях реальной угрозы ниспровержения власти, когда бал правят беззаконие и анархия. Логично было бы предположить, что неожиданно возникшая угроза хаоса у большинства людей вызывает регресс мотивации с высших ее уровней к уровню безопасности. Естественной и предсказуемой реакцией общества на такие ситуации бывают призывы навести порядок, причем любой ценой, даже ценой диктатуры и насилия. По-видимому, эта тенденция присуща и отдельным индивидуумам, даже самым здоровым, они тоже реагируют на угрозу реалистической регрессией к уровню безопасности и готовы любой ценой защищаться от подступающего хаоса. Но наиболее ярко эта тенденция прослеживается у тех людей, мотивационная жизнь которых исключительно или преимущественно детерминирована потребностью в безопасности – такие люди особенно остро воспринимают угрозу беззакония.

Потребность в принадлежности и любви

После того, как потребности физиологического уровня и потребности уровня безопасности достаточно удовлетворены, актуализируется потребность в любви, привязанности, принадлежности, и мотивационная спираль начинает новый виток. Человек как никогда остро начинает ощущать нехватку друзей, отсутствие любимого, жены или детей. Он жаждет теплых, дружеских отношений, ему нужна социальная группа, которая обеспечила бы его такими отношениями, семья, которая приняла бы его как своего. Именно эта цель становится самой значимой и самой важной для человека, он может уже не помнить о том, что когда-то, когда он терпел нужду и был постоянно голоден, само понятие "любовь" не вызывало у него ничего, кроме презрительной усмешки. Теперь же он терзаем чувством одиночества, болезненно переживает свою отверженность, ищет свои корни, родственную душу, друга.

Приходится признать, что у нас очень мало научных данных об этой потребности, хотя именно она выступает в качестве центральной темы романов, автобиографических очерков, поэзии, драматургии, а также новейшей социологической литературы. Эти источники дают нам самое общее представление о деструктивном влиянии на детскую психику таких факторов, как частые переезды семьи с одного места жительства на другое; индустриализация и вызванная ею общая гипермобильность населения; отсутствие корней или утрата корней; утрата чувства дома, разлука с семьей, друзьями, соседями; постоянное ощущение себя в роли приезжего, пришельца, чужака. Мы еще не привыкли к мысли, что человеку крайне важно знать, что он живет на родине, у себя дома, рядом с близкими и понятными ему людьми, что его окружают "свои", что он принадлежит определенному клану, группе, коллективу, классу. Я рекомендую

прочитать одну книгу, в которой этот вопрос раскрывается достаточно резко и убедительно (196); она поможет вам понять, что наша тяга к единению, к принадлежности имеет глубоко животную природу, что в основе ее лежит древнее стадное чувство. Работа Ардри Territorial Imperative (14) также может помочь лучше осознать важность этой проблемы, несмотря на категоричность суждений и поспешность выводов автора. По крайней мере, я нашел в этой книге много полезного для себя, она заставила меня всерьез задуматься о тех вещах, которым я прежде не придавал особого значения. Может быть, и другие читатели найдут в ней нечто ценное для себя.

Мне думается, что стремительное развитие так называемых групп встреч и прочих групп личностного роста, а также клубов по интересам, в какой-то мере продиктовано неутоленной жадой общения, потребностью в близости, в принадлежности, стремлением преодолеть чувство одиночества, ощущение изоляции, чувство, которое вызвано ростом мобильности американской нации, разрывом родственных связей, углублением пропасти между поколениями, стремительной урбанизацией, разрушением традиционного Деревенского уклада жизни, утратой глубины понятия "дружба". У меня складывается впечатление, что цементирующим составом какой-то части подростковых банд – я не знаю, сколько их и какой процент они составляют от общего числа – стали неутоленная жажда общения, стремление к единению перед лицом врага, причем врага неважно какого. Само существование образа врага, сама угроза, которую содержит в себе этот образ, способствуют сплочению группы. На тех же принципах основывается и феномен солдатской дружбы. Внешняя опасность объединяет солдат неразрывными узами кровного родства, которые не может порвать даже испытание мирной жизнью. Потребность бывшего солдата в братском единении столь настоятельна, что хорошее общество, стремящееся к здоровью, хотя бы в целях самосохранения, обязано предоставить ему возможности для ее удовлетворения.

Невозможность удовлетворить потребность в любви и принадлежности, как правило, приводит к дезадаптации, а порой и к более серьезной патологии. В нашем обществе сложилось амбивалентное отношение к любви и нежности, и особенно к сексуальным способам выражения этих чувств; почти всегда проявление любви и нежности наталкивается на то или иное табу или ограничение. Практически все теоретики психопатологии сходятся во мнении, что в основе нарушений адаптации лежит неудовлетворенная потребность в любви и привязанности. Этой теме посвящены многочисленные клинические исследования, в результате которых мы знаем об этой потребности больше, чем о любой другой, за исключением разве что потребностей физиологического уровня. Рекомендую прочесть великолепную работу Сатти (442). представляющий собой блестящий образец анализа "запрета на нежность".

Вынужден оговориться, что в нашем понимании "любовь" не служит синонимом "секса". Половое влечение как таковое мы анализируем при рассмотрении физиологических позывов. Однако, когда речь идет о сексуальном поведении, мы обязаны подчеркнуть, что его определяет не одно лишь половое влечение, но и ряд других потребностей, и первой в их ряду стоит потребность в любви и привязанности. Кроме того, не следует забывать, что потребность в любви имеет две стороны: человек хочет и любить, и быть

любимым.

Потребность в признании

Каждый человек (за редкими исключениями, связанными с патологией) постоянно нуждается в признании, в устойчивой и, как правило, высокой оценке собственных достоинств, каждому из нас необходимы и уважение окружающих нас людей, и возможность уважать самого себя. Потребности этого уровня подразделяются на два класса. В первый входят желания и стремления, связанные с понятием "достижение". Человеку необходимо ощущение собственного могущества, адекватности, компетентности, ему нужно чувство уверенности, независимости и свободы.¹⁴ Во второй класс потребностей мы включаем потребность в репутации или в престиже (мы определяем эти понятия как уважение окружающих), потребность в завоевании статуса, внимания, признания, славы. Вопрос об этих потребностях лишь косвенно поднимается в работах Альфреда Адлера и его последователей и почти не затрагивается в работах Фрейда. Однако сегодня психоаналитики и клинические психологи склонны придавать большее значение потребностям этого класса.

Удовлетворение потребности в оценке, уважении порождает у индивидуума чувство уверенности в себе, чувство собственной значимости, силы, адекватности, чувство, что он полезен и необходим в этом мире. Недовлетворенная потребность, напротив, вызывает у него чувство униженности, слабости, беспомощности, которые, в свою очередь, служат почвой для уныния, запускают компенсаторные и невротические механизмы. Исследования тяжелых случаев посттравматических неврозов помогают нам понять, насколько необходимо человеку чувство уверенности в себе и насколько беспомощен человек, лишенный этого чувства (222).¹⁵

Теологические дискуссии о гордости и гордыне, многочисленные теории глубинной диссоциации (или несоответствия собственной природе), выдержанные в духе философии Фромма, роджерсовские исследования "Я", работы таких эссеистов как Эйн Рэнд (388) способствуют все более глубокому пониманию опасных последствий нереалистической самооценки – самооценки, построенной только на основании суждений окружающих и утратившей связь с реальными способностями, знаниями и умениями человека. Можно сказать, что самооценка лишь тогда будет устойчивой и здоровой, когда она вырастает из заслуженного уважения, а не из лести окружающих, не из факта известности или славы. Необходимо четко понимать разницу между самим достижением и связанным с ним чувством компетентности, между тем, что обретено исключительно усилием воли, напористостью, ответственным отношением к делу, и тем, что пришло к вам в результате осуществления ваших естественных, спонтанных склонностей, что даровано вам вашей природой, конституцией, биологическим предназначением, судьбой, или, говоря словами Хорни, вашим реальным Я, а не идеализированным псевдо-Я (199).

Потребность в самоактуализации

Даже в том случае, если все вышеперечисленные потребности человека удовлетворены, мы вправе ожидать, что он вскоре вновь почувствует неудовлетворенность, неудовлетворенность оттого, что он занимается совсем не тем, к чему предрасположен. Ясно, что музыкант должен заниматься музыкой, художник – писать картины, а поэт – сочинять стихи, если, конечно, они хотят жить в мире с собой. Человек обязан быть тем, кем он может быть. Человек чувствует, что он должен соответствовать собственной природе. Эту потребность можно назвать потребностью в самоактуализации. Более подробно она обсуждается в главе 11.

Термин "самоактуализация", изобретенный Куртом Гольдштейном (160), употребляется в этой книге в несколько более узком, более специфичном значении. Говоря о самоактуализации, я имею в виду стремление человека к самоосуществлению, к воплощению в действительность потенциально присущих ему возможностей. Это стремление можно назвать стремлением к самотождественности, самобытности.

Очевидно, что у разных людей эта потребность выражается по-разному. Один человек желает стать идеальным родителем, другой стремится достичь спортивных высот, третий пытается творить или изобретать.¹⁶ Похоже, что на этом уровне мотивации очертить пределы индивидуальных различий почти невозможно.

Как правило, человек начинает ощущать потребность в самоактуализации только после того, как удовлетворит потребности нижележащих уровней.
Предпосылки для удовлетворения базовых потребностей

Можно назвать ряд социальных условий, необходимых для удовлетворения базовых потребностей; ненадлежащее исполнение этих условий может самым непосредственным образом воспрепятствовать удовлетворению базовых потребностей. В ряду этих условий можно назвать: свободу слова, свободу выбора деятельности (то есть человек волен делать все, что захочет, лишь бы его действия не наносили вред другим людям), свободу самовыражения, право на исследовательскую активность и получение информации, право на самозащиту, а также социальный уклад, характеризующийся справедливостью, честностью и порядком. Несоблюдение перечисленных условий, нарушение прав и свобод воспринимается человеком как личная угроза. Эти условия нельзя отнести к разряду конечных целей, но люди часто ставят их в один ряд с базовыми потребностями, которые имеют исключительное право на это гордое звание. Люди ожесточенно борются за эти права и свободы именно потому, что, лишившись их, они рискуют лишиться и возможности удовлетворения своих базовых потребностей.

Если вспомнить, что когнитивные способности (перцептивные, интеллектуальные, способность к обучению) не только помогают человеку в адаптации, но и служат удовлетворению его базовых потребностей, то становится ясно, что невозможность осуществления этих способностей, любая их депривация или запрет на них автоматически угрожает удовлетворению базовых потребностей. Только согласившись с такой постановкой вопроса, мы сможем приблизиться к пониманию истоков

человеческого любопытства, неиссякаемого стремления к познанию, к мудрости, к открытию истины, неизбывного рвения в разрешении загадок вечности и бытия. Соккрытие истины, цензура, отсутствие правдивой информации, запрет на коммуникацию угрожают удовлетворению всех базовых потребностей.

Все вышесказанное позволяет нам выдвинуть еще одну гипотезу. Я хочу сказать, что те или иные психологические феномены важны ровно настолько, насколько они связаны с базовыми потребностями. Я уже отмечал, что любое осознанное желание (парциальная цель) важно ровно настолько, насколько оно связано с той или иной базовой потребностью. Это же заявление справедливо и для поведенческих актов. Поведенческий акт только тогда имеет психологическое значение, когда он непосредственно влияет на возможность удовлетворения базовых потребностей. Чем меньше это влияние, чем более оно опосредовано, тем менее значим этот акт с точки зрения динамической психологии. То же самое можно сказать о всевозможных защитных механизмах. Некоторые из них напрямую связаны с нашими потребностями, служат их удовлетворению или защите, другие, напротив, очень отдаленно связаны с ними. В принципе, все защитные механизмы можно даже классифицировать как базовые и небазовые, как более базовые и менее базовые, и в результате мы бы обнаружили, что утрата базовых защитных механизмов гораздо опаснее, чем утрата небазовых защитных механизмов (при этом важно все время помнить, что причины такой закономерности кроются в тесной связи базовых защитных механизмов с базовыми потребностями).
Потребность в познании и понимании

Мы мало знаем о когнитивных импульсах, и в основном оттого, что они мало заметны в клинической картине психопатологии, им просто нет места в клинике, во всяком случае, в клинике, исповедующей медицинско-терапевтический подход, где все силы персонала брошены на борьбу с болезнью. В когнитивных позывах нет той причудливости и страстности, той интриги, что отличает невротическую симптоматику. Когнитивная психопатология невыразительна, едва уловима, ей часто удается ускользнуть от разоблачения и представиться нормой. Она не вызывает к помощи. Именно поэтому мы не найдем упоминаний о ней в трудах Фрейда, Адлера или Юнга, этих "столпов" психотерапии и психодинамического подхода.

Шилдер – единственный из известных мне психоаналитиков, обратившийся к проблеме человеческого любопытства и стремления к пониманию с точки зрения психодинамики.¹⁷ К этой проблеме обращались такие психологи, как Мерфи, Вертхаймер и Аш (19, 142, 466). До сих пор мы лишь походя упоминали когнитивные потребности. Стремление к познанию универсума и его систематизации рассматривалось нами либо как средство достижения базового чувства безопасности, либо как разновидность потребности в самоактуализации, свойственная умным, образованным людям. Обсуждая необходимые для удовлетворения базовых потребностей предпосылки, в ряду прочих прав и свобод мы говорили и о праве человека на информацию, и о свободе самовыражения. Но все, что мы говорили до сих пор, еще не позволяет нам судить о том, какое место занимают в общей структуре мотивации любопытство, потребность в познании, тяга к философии и эксперименту и т.д., – все наши суждения о когнитивных потребностях, прозвучавшие раньше, в лучшем

случае можно счесть намеком на существование проблемы.

У нас имеется достаточно оснований для того, чтобы заявить – в основе человеческой тяги к знанию лежат не только негативные детерминанты (тревога и страх), но и позитивные импульсы, импульсы *per se*, потребность в познании, любопытство, потребность в истолковании и понимании (295).

Феномен, подобный человеческому любопытству можно наблюдать и у высших животных. Обезьяна, обнаружив неизвестный ей предмет, старается разобрать его на части, засовывает палец во все дырки и щели – одним словом, демонстрирует образец исследовательского поведения, не связанного ни с физиологическими позывами, ни со страхом, ни с поиском комфорта. Эксперименты Харлоу (174) также можно счесть аргументом в пользу нашего тезиса, достаточно убедительным и вполне корректным с эмпирической точки зрения.

История человечества знает немало примеров самоотверженного стремления к истине, наталкивающегося на непонимание окружающих, нападки и даже на реальную угрозу жизни. Бог знает, сколько людей повторили судьбу Галилея.

Всех психологически здоровых людей объединяет одна общая особенность: всех их влечет навстречу хаосу, к таинственному, непознанному, необъясненному. Именно эти характеристики составляют для них суть привлекательности; любая область, любое явление, обладающее ими, представляет для этих людей интерес. И наоборот – все известное, разложенное по полочкам, истолкованное вызывает у них скуку.

Немало ценной информации могут дать нам экстраполяции из области психопатологии. Комппульсивно-обсессивные невротики (как и невротики вообще), солдаты с травматическими повреждениями мозга, описанные Гольдштейном, эксперименты Майера (285) с крысами – во всех случаях мы имеем дело с навязчивой, тревожной тягой ко всему знакомому и ужас перед незнакомым, неизвестным, неожиданным, непривычным, неструктурированным. Но, с другой стороны, описаны и феномены, диаметрально противоположные этим, такие как нарочитый нонконформизм, протест против любой власти, любых авторитетов, так называемая божественность, навязчивое желание шокировать окружающих, – эти феномены также наблюдаются при некоторых неврозах, но могут отмечаться и в процессе отторжения культурных ценностей.

Возможно, стоит упомянуть в этой связи и персеверативные детоксикации, описанные в главе 10, представляющие собой, по крайней мере, на поведенческом уровне, влечение к страшному, пугающему, таинственному и непознанному.

Складывается впечатление, что фрустрация когнитивных потребностей может стать причиной серьезной психопатологии (295, 314). Об этом также свидетельствует ряд клинических наблюдений.

В моей практике было несколько случаев, когда я вынужден был признать, что патологическая симптоматика (апатия, утрата смысла жизни, неудовлетворенность

собой, общая соматическая депрессия, интеллектуальная деградация, деградация вкусов и т.п.) у людей с достаточно развитым интеллектом была вызвана исключительно одной лишь необходимостью прозябать на скучной, тупой работе. Несколько раз я пробовал воспользоваться подходящими случаю методами когнитивной терапии (я советовал пациенту поступить на заочное отделение университета или сменить работу), и представьте себе, это помогало.

Мне приходилось сталкиваться со множеством умных и обеспеченных женщин, которые не были заняты никаким делом, в результате чего их интеллект постепенно разрушался. Обычно я советовал им заняться хоть чем-нибудь, и если они следовали моему совету, то я наблюдал улучшение их состояния или даже полное выздоровление, и это еще раз убеждает меня в том, что когнитивные потребности существуют. Если человек лишен права на информацию, если официальная доктрина государства лжива и противоречит очевидным фактам, то такой человек, гражданин такой страны почти обязательно станет циником. Он утратит веру во все и вся, станет подозрительным даже по отношению к самым очевидным, самым бесспорным истинам; для такого человека не святы никакие ценности и никакие моральные принципы, ему не на чем строить взаимоотношения с другими людьми; у него нет идеалов и надежды на будущее. Кроме активного цинизма, возможна и пассивная реакция на ложь и безгласность – и тогда человека охватывает апатия, безволие, он безынициативен и готов к безропотному подчинению.

Потребность знать и понимать проявляется уже в позднем младенчестве. У ребенка она выражена, пожалуй, даже более отчетливо, чем у взрослого человека. Более того, похоже, что эта потребность развивается не под внешним воздействием, не в результате обучения, а скорее сама по себе, как естественный результат взросления (неважно, какому из определений обучения и взросления мы отдадим предпочтение). Детей не нужно учить любопытству. Детей можно отучить от любопытства, и мне кажется, что именно эта трагедия разворачивается в наших детских садах и школах (158).

И наконец, удовлетворение когнитивных потребностей приносит человеку – да простят мне эту тавтологию! – чувство глубочайшего удовлетворения, оно становится источником высших, предельных переживаний. Очень часто, рассуждая о познании, мы не отличаем этот процесс от процесса обучения, и в результате оцениваем его только с точки зрения результата, совершенно забывая о чувствах, связанных с постижением, озарением, инсайтом. А между тем, доподлинное счастье человека связано именно с этими мгновениями причастности к высшей истине. Осмелюсь заявить, что именно эти яркие, эмоционально насыщенные мгновения только и имеют право называться лучшими мгновениями человеческой жизни.

Можно подвести черту под всем вышесказанным: на существование базовой когнитивной потребности указывают многочисленные факты и наблюдения, клинические данные и результаты кросс-культуральных исследований.

Однако, даже сформулировав этот постулат, нам явно не удастся почить на лаврах. Так

и человек, узнав нечто, не останавливается на достигнутом, он устремляется к более детальному, но в то же самое время и к более глобальному знанию, он пытается вплести его в некую философскую или теологическую систему. Новое знание, на первых порах очень предметное и конкретное, заставляет человека искать возможности для того, чтобы вписать его в некую систему, побуждает к анализу и систематизации. Некоторые называют этот процесс поиском смысла, или значения. А мы можем выдвинуть еще один постулат: человек стремится к пониманию, систематизации и организации, к анализу фактов и выявлению взаимосвязей между ними, к построению некой упорядоченной системы ценностей.

Если мы согласимся с этими двумя постулатами, то вынуждены будем признать, что взаимоотношения между этими двумя стремлениями иерархичны, то есть стремление к познанию всегда предшествует стремлению к пониманию. Все, что мы говорили об иерархии препотентности и ее характеристиках, справедливо и по отношению к иерархии когнитивных потребностей.

Хочу сразу же предостеречь от искушения, с которым вы неизбежно столкнетесь при обсуждении проблемы когнитивных потребностей. Нельзя рассматривать эти потребности, или стремления, как самостоятельный феномен, в отрыве от описанных выше базовых потребностей. Когнитивные и конативные потребности не противостоят друг другу. Само по себе желание знать и само по себе желание понимать – конативны, то есть носят побудительный характер и выступают такими же неотъемлемыми характеристиками личности, как и все описанные выше базовые потребности. Кроме того, и мы уже говорили об этом, иерархии когнитивных и конативных потребностей тесно связаны между собой, переплетены друг с другом; между ними нет антагонизма, напротив, они скорее синергичны, и у нас еще будет возможность убедиться в этом. Некоторые работы более подробно освещают этот вопрос (295, 314).

Эстетические потребности

Об этих потребностях мы знаем меньше, чем о каких-либо других, но обойти вниманием эту неудобную (для ученого-естествоиспытателя) тему нам не позволяют убедительные аргументы в пользу ее значимости, которые со всей щедростью предоставляют нам история человечества, этнографические данные и наблюдения за людьми, которых принято называть эстетам. Я предпринял несколько попыток к тому, чтобы исследовать эти потребности в клинике, на отдельных индивидуумах, и могу сказать, что некоторые люди действительно испытывают эти потребности, у некоторых людей они на самом деле проявляются. Такие люди, лишенные эстетических радостей, в окружении уродливых вещей и людей, в буквальном смысле этого слова заболевают, и заболевание это очень специфично. Лучшим лекарством от него служит красота. Такие люди выглядят изнеможенными, и немощь их может излечить только красота (314). Эстетические потребности обнаруживаются практически у любого здорового ребенка. Те или иные свидетельства их существования можно обнаружить в любой культуре, на любой стадии развития человечества, начиная с первобытного человека.

Эстетические потребности тесно переплетены и с конативными, и с когнитивными потребностями, и потому их четкая дифференциация невозможна. Такие потребности,

как потребность в порядке, в симметрии, в завершенности, в законченности, в системе, в структуре, – могут носить и когнитивно-конативный, и эстетический, и даже невротический характер. Лично я рассматриваю эту область исследования как почву для объединения гештальт-психологии с психодинамическим подходом. Если мы видим, что человек испытывает непреодолимое и вполне осознанное желание поправить криво повешенную картину, то, в самом деле, стоит ли стремиться к однозначной интерпретации его потребности?

ДРУГИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ БАЗОВЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ

Мера жесткости иерархической структуры

Когда мы говорим об иерархии препотентности, может сложиться впечатление, что речь идет о некоей жестко фиксированной структуре потребностей. Но в действительности иерархия потребностей вовсе не так стабильна, как это может показаться на первый взгляд. Базовые потребности большинства исследованных нами людей, в общем виде, подчинялись описанному порядку, но были и исключения из этого правила.

У некоторых людей, например, потребность в самоутверждении проявляет себя как более насущная, чем потребность в любви. Это самый распространенный случай реверсии, и в основе его лежит представление о том, что сильные, властные люди, люди, которые вызывают уважение и даже страх, люди уверенные в себе, ведущие себя наступательно и агрессивно, заслуживают большей любви или, по крайней мере, с большим правом пользуются ее плодами. Именно в силу этого представления человек, которому недостает любви и который ищет ее, может демонстрировать самоуверенное, агрессивное поведение. Но в данном случае самоуважение – не конечная цель, оно выступает как средство удовлетворения другой потребности. Такие люди занимают активную, наступательную позицию не ради самоутверждения как такового, а для того, чтобы добиться любви.

Креативные потребности людей с ярко выраженным творческим потенциалом выглядят более важными, более значимыми, чем любые другие. Надо отдать должное таким людям – испытываемая ими потребность в воплощении своих творческих возможностей не всегда вызвана пресыщением базовых потребностей, очень часто они творят вопреки неудовлетворенности.

Человек может навсегда остаться на одном, достаточно низком уровне мотивационной жизни, он может смириться со своими "земными" потребностями, забыть о самом существовании высших целей человеческого бытия или отказаться от них. Например, человек, некогда терпевший лишения, например, бывший безработный, до конца своих дней может радоваться только тому, что он сыт.

Психопат – еще один образчик утраты потребности в любви. Как показывают клинические исследования, психопат, в раннем детстве испытывавший недостаток любви, навсегда утрачивает желание и способность получать и дарить любовь (подобно тому, как у животных угасают сосательный и клевательный рефлекс, если в первые дни жизни они не получают достаточного подкрепления).

Еще один пример подмены потребностей можно обнаружить в тех случаях, когда человек, не встречая никаких преград на пути удовлетворения своих желаний, не постигает всей ценности дарованного ему. Люди, которые не знают, что такое голод, насколько жестокому испытанию подвергается голодный человек, со всей убежденностью считают еду чем-то неважным, несущественным. Если они движимы какой-то более высокой потребностью, то именно она представляется им самой важной, самой значимой. Ради нее они готовы терпеть лишения, готовы поступиться удовлетворением своих физиологических потребностей. Однако можно предположить, что [тут явно какая-то лакуна в русском переводе – В.Д.] той или иной базовой потребности они будут вынуждены согласиться с тем, что "низкая" потребность, более насущная, жизненно важная потребность требует к себе более уважительного отношения. Например, человек решает бросить работу, потому что считает, что его недооценивают, но полгода спустя, испытав материальные затруднения, он уже готов поступиться амбициями и не прочь оказаться на прежнем рабочем месте.

Очень может быть, что видимость реверсии возникает еще и потому, что мы пытаемся говорить об иерархии препотентности скорее в терминах осознаваемых желаний и стремлений, нежели в терминах поведения. Известно, что поведение не всегда отражает стоящие за ним мотивы. Говоря об иерархии потребностей, мы утверждаем лишь, что человек, у которого не удовлетворены две потребности, предпочтет сначала удовлетворить более базовую, а следовательно, и более насущную потребность. Но это ни в коем случае не означает, что поведение этого человека будет определяться именно этой потребностью. Считаю нужным еще раз подчеркнуть, что потребности и желания человека – не единственные детерминанты его поведения.

Из всех случаев реверсии, пожалуй, самую высокую ценность имеют те, что связаны с высшими социальными нормами, с высшими идеалами и ценностями. Люди, преданные таким идеалам и ценностям, готовы ради них терпеть лишения, муки и даже пойти на смерть. Мы сможем лучше понять чувства этих людей, если согласимся с основополагающей концепцией (или гипотезой), которую в кратком изложении звучит следующим образом: удовлетворение базовых потребностей в раннем детстве закладывает основы повышенной фрустрационной толерантности. Можно предположить, что у людей, которые большую часть жизни, и особенно в раннем детстве, были удовлетворены в своих базовых потребностях, развивается особый иммунитет к возможной фрустрации данных потребностей, что фрустрация не страшит их хотя бы потому, что они обладают сильным, здоровым характером, истоки которого лежат в базовом чувстве удовлетворенности. Это – сильные личности, они не боятся осуждения и не отступят перед трудностями, они умеют плыть против течения, против общественного мнения, они всегда стоят за правду, чего бы это ни стоило им. Они умеют по-настоящему любить, и они любимы другими, они способны к настоящей дружбе, той,

которой не страшны никакие испытания.

Я не смог удержаться от пафоса и патетики, несмотря на то, что толерантность к фрустрации с равной убедительностью можно было бы списать на элементарное привыкание. Не исключено, что человек, большую часть жизни проживший впроголодь, в результате свыкнется с депривацией пищевой потребности. Вопрос о том, какая из двух предпосылок – привыкание или базовое чувство удовлетворенности – может стать более прочным фундаментом для развития толерантности к фрустрациям, остается открытым и требует дальнейших исследований. Пока мы вправе только предполагать, что они действуют обе, бок о бок, поскольку явного противоречия между ними не обнаруживается, и что решающую роль в формировании фрустрационной толерантности играет удовлетворение базовых потребностей индивидуума в младенчестве и в раннем детстве. Люди, с молоком матери впитавшие базовые чувства безопасности и уверенности, как правило, умеют сохранять спокойствие и уверенность даже в самых опасных ситуациях.

Мера удовлетворенности потребности

Боюсь, что наши рассуждения могут подтолкнуть мысль читателя в ложном направлении. Может показаться, что иерархия пяти описанных нами групп потребностей обозначает конкретную зависимость – стоит, мол, удовлетворить одну потребность, как тут же ее место занимает другая. Отсюда может последовать следующий ошибочный вывод – возникновение потребности возможно только после стопроцентного удовлетворения нижележащей потребности. На самом же деле, почти о любом здоровом представителе нашего общества можно сказать, что он одновременно и удовлетворен, и неудовлетворен во всех своих базовых потребностях. Наше представление об иерархии потребностей будет более реалистичным, если мы введем понятие меры удовлетворенности потребностей и скажем, что низшие потребности всегда удовлетворены в большей мере, чем высшие. Если в целях наглядности воспользоваться конкретными цифрами, пусть и условными, то получится, что у среднестатистического гражданина физиологические потребности удовлетворены, например, на 85%, потребность в безопасности удовлетворена на 70%, потребность в любви – на 50%, потребность в самоуважении – на 40%, а потребность в самоактуализации – на 10%.

Термин "мера удовлетворенности потребности" позволяет нам лучше понять тезис о пробуждении более высокой потребности после удовлетворения более низкой. Особо следует подчеркнуть, что процесс пробуждения потребностей не внезапный, не взрывной; скорее следует говорить о постепенном, медленном пробуждении и активизации более высоких потребностей. Например, если потребность А удовлетворена только на 10%, то потребность В может не обнаруживаться вовсе. Однако, если потребность А удовлетворена на 25%, то потребность В "пробуждается" на 5%, а когда потребность А получает 75%-ое удовлетворение, то потребность В может обнаружить себя на все 50% и так далее.

Неосознаваемый характер потребностей

О базовых потребностях нельзя однозначно сказать, что они бессознательные или, наоборот, сознательные. Однако, как правило, у среднестатистического человека они все же имеют бессознательную природу. Не думаю, что было бы разумным приводить здесь все то огромное множество клинических данных, которые свидетельствуют о чрезвычайно важной роли бессознательной мотивации. Потребности, которые мы называем базовыми, большинством людей либо совсем не осознаются, либо осознаются отчасти, хотя, разумеется, особо утонченные, особо чувствительные люди способны и к полному осознанию. Есть ряд специальных техник, предназначенных именно для того, чтобы помочь человеку осознать свои бессознательные потребности.

Потребности и культура, общее и особенное

Предложенная выше классификация основывается на представлении об универсальном характере базовых потребностей и представляет собой попытку преодоления тех видимых, поверхностных различий, которые обнаруживаются в конкретных желаниях представителей разных культур.

Бесспорно, сознательное содержание мотивационной жизни может быть совершенно разным у представителей разных культур. Однако, большинство антропологов сходятся во мнении, что у всех людей, и в том числе у представителей разных культур, столь разных на первый взгляд, так непохожих друг на друга, на самом деле очень много общего, и что по мере того, как мы узнаем людей ближе, мы обнаруживаем все больше и больше сходства между ними. Только тогда мы начинаем понимать, что самые бросающиеся в глаза, самые разительные различия, такие, например, как разница в прическах, в одежде, в гастрономических предпочтениях, – на самом деле внешние и несущественные. В какой-то мере и наша классификация базовых потребностей обусловлена стремлением найти то общее, что объединяет всех людей независимо от цвета их кожи, национальности, стиля жизни, привычек, манеры держаться и прочих внешних вещей. Мы не готовы со всей уверенностью заявить, что наша классификация – истина в последней инстанции, что она универсальна абсолютно для всех культур. Мы утверждаем лишь, что она несколько более универсальна, несколько более ультимативна, что она позволяет нам приблизиться к пониманию общих характеристик человека, помогает нам понять, что базовые потребности представляют собой гораздо более универсальную характеристику человека, чем его сознательные желания.

Множественная мотивация поведения

Ни одна из упомянутых нами потребностей почти никогда не становится единственным, всепоглощающим мотивом поведения человека. Подтверждением этому могут стать исследования таких форм поведения, которые принято называть физиологически мотивированными, например, исследования пищевого или сексуального поведения.

Клиническим психологам давно известно, что посредством одного и того же поведенческого акта могут выражаться самые разные импульсы. Иначе говоря, практически любой поведенческий акт детерминирован множеством детерминант или множеством мотивов. Если говорить о мотивационных детерминантах, то поведение, как правило, детерминировано не одной отдельно взятой потребностью, а совокупностью нескольких или всех базовых потребностей. Если мы сталкиваемся с поведенческим актом, в котором мы можем выявить единственную детерминанту, единственный мотив, то нужно понимать, что мы имеем дело с исключением. Человек ест для того, чтобы избавиться от чувства пустоты в животе, но это не единственная причина. Человек ест также и потому, что стремится к комфорту, к безопасности или пытается таким образом удовлетворить иные свои потребности. Человек занимается любовью не только под воздействием полового влечения. Для одного половой акт служит способом мужского самоутверждения, для другого это возможность властвовать, почувствовать себя сильным, третий, занимаясь любовью, ищет тепла и сочувствия. Хорошей иллюстрацией этому тезису послужило бы специальное исследование. Мне кажется, что возможно было бы (если не практически, то хотя бы теоретически) проанализировать любой отдельно взятый поведенческий акт конкретного индивидуума и попытаться обнаружить в нем конкретные проявления его физиологических потребностей, его потребности в безопасности, потребности в любви, потребности в самоуважении и потребности в самоактуализации. Такой подход в корне отличен от наивного, прямолинейного подхода, принятого в психологии личности, когда поведенческий акт жестко соотносится с определенной чертой характера или с определенным мотивом, например, акт агрессии рассматривается как свидетельство агрессивности человека.

Множественная детерминация поведения

Базовые потребности не предопределяют все поведение человека. Можно сказать даже, что не за всяким поведенческим актом обязательно стоит какой-то мотив. Есть и иные, кроме мотивов, детерминанты поведения. В роли одной из важнейших детерминант выступает внешняя среда, или так называемое поле. Все поведение человека может, по крайней мере теоретически, предопределяться влияниями среды или даже каким-то одним, специфическим, изолированным внешним стимулом, и такое поведение мы называем ассоциативным или условно-рефлекторным. Если в ответ на стимульное слово "стол" в моей голове мгновенно возникает картинка стола или стула, то очевидно, что эта реакция никак не связана с моими базовыми потребностями.

Кроме того, хочу вновь привлечь ваше внимание к прозвучавшему выше тезису, согласно которому те или иные формы поведения имеют большую или меньшую связь с базовыми потребностями, то есть характеризуются разной степенью мотивированности. Одни поведенческие акты можно назвать высокомотивированными, другие – слабомотивированными, третьи – вовсе не мотивированными (это не мешает нам утверждать, что все поведенческие акты чем-то детерминированы).

Необходимо также учитывать различия между экспрессивным и функциональным (или

целенаправленным) поведением. Экспрессивное поведение не имеет цели, оно не более чем отражение личности, индивидуальности. Глупец ведет себя глупо не потому, что хочет выглядеть дураком или старается вести себя так, а просто потому, что он таков, каков он есть. То же самое можно сказать о певце, который поет басом, а не тенором или сопрано. Спонтанные движения здорового ребенка, улыбка, озаряющая лицо счастливого человека, бодрая, пружинистая походка молодого, здорового мужчины, его всегда расправленные плечи – все это примеры экспрессивного, нефункционального поведения. Общий стиль, манера поведения, – как мотивированного, так и немотивированного, – сами по себе могут считаться экспрессивным поведением (8, 486).

Поневоле задаешься вопросом: всякое ли поведение экспрессивно, или иначе, всякое ли поведение отражает индивидуальность человека? Ответу: нет. Механическое, автоматизированное или конвенциональное поведение может быть и экспрессивным, и неэкспрессивным. То же самое можно сказать и про большую часть поведенческих актов, спровоцированных теми или иными внешними стимулами.

В заключение считаю нужным подчеркнуть, что термины "экспрессия" и "целенаправленность" в применении к поведению не взаимоисключают друг друга. В повседневном поведении человека несложно обнаружить как один, так и другой компонент. Более подробно этот вопрос мы обсудим в главе 10.

Антропоцентризм против зооцентризма

За отправную точку в данной теории мотивации мы взяли человека, а не какое-нибудь низшее, более простое животное. Мы поступили так потому, что слишком многие выводы, сделанные на основании экспериментов с животными, бесспорные по отношению к животным, оказываются совершенно неприемлемыми, когда мы пытаемся распространить их на человека. Я не понимаю, отчего многие исследователи, желающие исследовать мотивацию человека, начинают с экспериментов над животными. Причем логика, а вернее нелогичность этой всеобщей погони за псевдопростотой навязывается нам не только учеными-естественниками, ей зачастую следуют философы и логики. Если согласиться с тем, что изучению человека обязательно должно предшествовать изучение животных, то несложно сделать и следующий шаг и заявить, что, прежде чем браться за психологию, нужно досконально изучить, например, математику.

Мотивация и теория психопатогенеза

Итак, мы оцениваем содержание осознанной мотивации как более или менее важное в зависимости от того, в какой мере оно связано с базовыми целями. Желание съесть мороженое может быть косвенным выражением потребности в любви, и в этом случае оно выступает чрезвычайно важной мотивацией. Но если причина вашей потребности в мороженом исключительно внешняя, если вам жарко и вы просто-напросто хотите

чего-нибудь прохладного или у вас неожиданно разыгрался аппетит, то это желание можно отнести к разряду несущественных. Я призываю относиться к повседневным осознанным желаниям лишь как к симптомам, как к внешним проявлениям иных, более базовых потребностей и желаний. Если же мы будем принимать их за чистую монету, если мы примемся оценивать мотивационную жизнь индивидуума по этим внешним, поверхностным симптомам, поленимся искать их подоплеку, мы можем очень сильно ошибиться.

Преграды, встающие на пути удовлетворения внешних, несущественных желаний, не грозят человеку ничем существенным, но если неудовлетворенными окажутся важные, базовые потребности, ему угрожает психопатология. А потому любая теория психопатогенеза должна иметь в своей основе верную теорию мотивации. Конфликт или фрустрация не обязательно приводят к патологии, но они становятся серьезными патогенными факторами тогда, когда угрожают удовлетворению базовых потребностей или тех парциальных желаний, которые тесно связаны с базовыми потребностями.

Что остается от потребности после ее удовлетворения

Уже несколько раз в этой книге я говорил о том, что потребность пробуждается только тогда, когда удовлетворены потребности нижележащих уровней – более сильные, более жизненноважные по отношению к ней. И еще раз подчеркну, что концепция удовлетворения имеет чрезвычайно важное значение для теории мотивации. Впрочем, она важна не сама по себе, а сокрытым в ней смыслом. Например, она предполагает, что потребность, после того, как она удовлетворена, уже не может влиять на поведение человека, не может предопределять и организовывать его.

Я близок к тому, чтобы сделать еще более сильное заявление, я почти готов утверждать, что человек, удовлетворив свою базовую потребность, будь то потребность в любви, в безопасности или в самоуважении, лишается ее. Если мы и предполагаем за ним эту потребность, то не более чем в метафизическом смысле, в том же смысле, в каком сытый человек голоден, а наполненная вином бутылка – пуста. Если нас интересует, что в действительности движет человеком, а не то, чем он был, будет или может быть движим, то мы должны признать, что удовлетворенная потребность не может рассматриваться как мотив. С практической точки зрения правильно было бы считать, что этой потребности уже не существует, что она угасла. Считаю необходимым особо подчеркнуть этот момент, так как во всех известных мне теориях мотивации его либо обходят стороной, либо трактуют совершенно иначе. Я со всей ответственностью заявляю, что у нормального, здорового, благополучного человека нет сексуального и пищевого позывов, что он не испытывает потребности в безопасности, любви, престиже или самоуважении, за исключением тех редких моментов, когда он оказывается перед лицом угрозы. Если вы захотите поспорить со мной на эту тему, то я предложу вам признать, что вас мучает множество патологических рефлексов, например, рефлекс Бабинского, ведь ваш организм может продуцировать его в случае расстройства нервной системы.

На основании всего вышеизложенного я со всей прямоотой и резкостью заявляю, что человека, неудовлетворенного в какой-либо из базовых потребностей, мы должны рассматривать как больного или по меньшей мере "недочеловеченного" человека. Нас ничто не останавливает, когда мы называем больными людей, страдающих от нехватки витаминов и микроэлементов. Но кто сказал, что нехватка любви менее пагубна для организма, чем нехватка витаминов? Зная о патогенном влиянии на организм неразделенной любви, кто возьмется обвинить меня в ненаучности на том лишь основании, что я пытаюсь ввести в сферу научного рассмотрения такую "ненаучную" проблему как проблема ценностей? Терапевт, столкнувшись с цингой или пеллагрой, рассуждает о роли витаминов, с тем же правом психолог говорит о ценностях. Следуя этой аналогии, можно сказать, что главной движущей силой здорового человека служит потребность в развитии и полном осуществлении заложенных в нем способностей. Если человек постоянно ощущает влияние иной потребности, его нельзя считать здоровым человеком. Он болен, и эта болезнь так же серьезна, как нарушение солевого или кальциевого баланса.¹⁸

Может быть, это заявление покажется вам парадоксальным. В таком случае спешу заверить вас, что этот парадокс – лишь один из множества, которые ожидают нас при исследовании глубин человеческой мотивации. Невозможно понять сущность человека, не задав себе вопроса: "Что нужно этому человеку от жизни, чего он ищет в ней?"

Функциональная автономия

Гордон Олпорт (6, 7) сформулировал и ввел в научный обиход принцип, гласящий, что средство достижения цели может подменить собой цель и само по себе стать источником удовлетворения, то есть может стать самоцельным в сознании индивидуума. Этот принцип лишний раз убеждает нас в том, что обучение играет важнейшую роль в мотивации человека. Но не это существенно, а то, что он заставляет нас заново пересмотреть все изложенные выше законы человеческой мотивации. Парадокс Олпорта ни в коем случае не противоречит им. он дополняет и развивает их. Вопрос о том, насколько уместно рассматривать эти средства-цели в качестве базовых потребностей и насколько они удовлетворяют выдвинутому выше критериям отнесения потребности в разряд базовых, остается открытым и требует специальных исследований.

Как бы то ни было, мы уже убедились в том, что на базовые потребности, удовлетворяемые достаточно постоянно и достаточно длительное время, уже не оказывают такого существенного влияния ни условия, необходимые для их удовлетворения, ни сам факт их удовлетворения или неудовлетворения. Если человек в раннем детстве был окружен любовью, вниманием и заботой близких людей, если его потребности в безопасности, в принадлежности и любви были удовлетворены, то, став взрослым, он будет более независим от этих потребностей, чем среднестатистический человек. Я склоняюсь к мнению, что так называемый сильный характер выступает самым важным следствием функциональной автономии. Сильный, здоровый, самостоятельный

человек не боится осуждения окружающих людей, он не ищет их любви и не заискивает перед ними, и эта его способность обусловлена чувством базового удовлетворения. Испытываемые им чувство безопасности и причастности, его любовь и самоуважение функционально автономны или, говоря другими словами, не зависят от факта удовлетворения потребности, лежавшей в их основе.