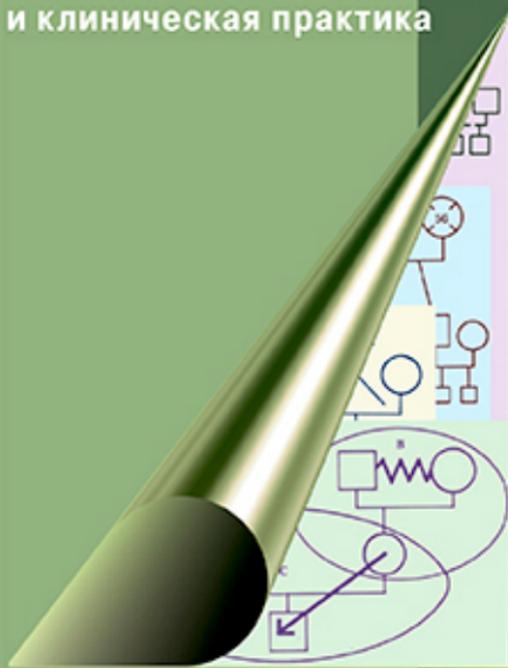


Современная  
психотерапия

# Теория семейных систем Мюррея Боуэна

Основные понятия, методы  
и клиническая практика



COGITO  
CENTRE  
NT

**Сборник статей**  
**Теория семейных систем**  
**Мюррея Боуэна. Основные**  
**понятия, методы и**  
**клиническая практика**  
Серия «Современная  
психотерапия (Когито-Центр)»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=9370803](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9370803)*

*Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика. 2-е изд. стереотип./ Научные редакторы К.*

*Бейкер, А. Я. Варга: Когито-Центр; Москва; 2008*

*ISBN 978-5-89353-644-7*

### **Аннотация**

Книга включает статьи известного американского психиатра и психотерапевта Мюррея Боуэна (1913–1990), а также его ближайших учеников и последователей и дает представление о созданной им теории семейных систем. Кроме общих аспектов теории семейных систем, в книге освещаются такие темы, как супружеский конфликт, детская психопатология,

эмоциональные разрывы, и более специальные вопросы (инцест, смерть значимого члена семьи и др.).

Книга будет полезна психологам, психотерапевтам, социальным работникам, студентам психологических вузов и широкому кругу читателей, у которых возникают те или иные проблемы в семейных отношениях.

*В формате a4.pdf сохранен издательский макет.*

# Содержание

Благодарности	6
Мюррей Боуэн. Биографическая справка	7
Теория Боуэна в России	10
Цели программы	10
Биографии преподавателей	11
Миссия семинара	14
Модель семинара	15
Результаты	23
Обсуждение	30
Выводы	42
Вопросы теории	49
Эмоциональная система	49
Системы эмоций, чувств и интеллекта	54
Эмоциональная система в природе	70
Конец ознакомительного фрагмента.	80

**Теория семейных систем  
Мюррея Боуэна. Основные  
понятия, методы и  
клиническая практика  
Под редакцией К.  
Бейкер, А. Я. Варги**

*Эта книга посвящается российским и американским семьям, семьям всего мира. Теория Мюррея Боуэна помогает нам понять, что все мы – одна человеческая семья.*

Перевод с английского под общей редакцией  
*В. И. Белопольского*

Переводчики:

*А. Боковиков, Е. Дайчик, Т. Драбкина, И. Меркулова, А. Мирер, В. Соснин, Е. Стишова, И. Хамитова, А. Харитонов*

# Благодарности

Выражаю большую признательность Борису Мастеровому, автору идеи организовать в Москве двухлетний обучающий семинар по теории Мюррея Боуэна, Эдуарду Бурчаганову, предоставившему тексты статей для перевода и терпеливо, на протяжении многих месяцев ждавшему их возвращения, поэту и переводчику Марине Бородицкой, помогавшей разбираться с особо трудными для перевода местами, Марине Хазановой и Татьяне Драбкиной за организацию переводов части статей. Хотела бы поблагодарить Кэтрин Бейкер и Питера Тайтельмана, которые два года в любую погоду прилетали в Москву и преподавали теорию Боуэна в Москве. Они были строгими учителями, внушавшими нам необходимость много читать. Тексты М. Боуэна и его коллег не переводились на русский язык. Для обучения пришлось заняться переводом. Так возникла идея этого сборника.

Я выражаю глубокую и искреннюю благодарность Кэтрин Бейкер, научному соредактору этого сборника, за энтузиазм и заинтересованность, колоссальную работоспособность, неоценимую помощь в уточнении терминов и русского написания фамилий авторов.

*А. Я. Варга*

# Мюррей Боуэн.

## Биографическая справка

Мюррей Боуэн (31 января 1913 – 9 октября 1990) родился в небольшом городке Ваверли, штат Теннесси. Он был старшим из пяти детей. После окончания школы учился в университете штата Теннесси, где в 1937 г. получил свою докторскую степень по медицине. Затем в течение нескольких лет вплоть до 1941 г. стажировался в различных клиниках штата Нью-Йорк.

После окончания интернатуры Мюррей Боуэн пять лет (1941–1946) служил в армии США, пройдя путь от лейтенанта до майора. После военной службы он был принят на должность хирурга в клинику Майо, но область его интересов резко сместилась от хирургии в сторону психиатрии.

Его стажировка по психиатрии началась в 1946 г. в Фонде Меннингера (Топека, штат Канзас), и после ее окончания он работал там штатным врачом вплоть до 1954 г. Затем он участвовал в уникальном пятилетнем проекте, проводившемся Национальным институтом психического здоровья в г. Бетсезда, штат Мэриленд. Этот проект был посвящен длительному наблюдению за семьями со взрослым ребенком, страдающим шизофренией.

В 1959 г. Боуэн поступил на отделение психиатрии меди-

цинского центра Джорджтаунского университета. Он получил там звание профессора клинической психиатрии, основал направление по консультированию семьи и в 1975 г. основал Джорджтаунский семейный центр. Доктор Боуэн оставался директором этого Центра вплоть до своей смерти. Кроме того, он имел обширную частную практику в своем домашнем офисе в Шеви Чейз, штат Мэриленд.

Он читал лекции, консультировал и проводил исследования в ряде крупных медицинских центров и университетов. Работая по совместительству в Медицинской школе г. Ричмонда, штат Виржиния, Боуэн впервые в практике семейной терапии применил телевизионную запись терапевтических встреч для их последующего совместного с пациентом просмотра и обсуждения (метод замкнутой телевизионной системы).

Мюррей Боуэн был исследователем, клиницистом, преподавателем и автором многих научных работ. Он без устали трудился, чтобы создать новую науку о человеческом поведении. Он принимал активное участие в работе профессиональных организаций, стараясь оказать им посильную помощь. Два срока он был президентом Американской ассоциации семейной терапии. Его деятельность и многочисленные научные труды были отмечены различными наградами и отличиями. Фонд Меннингера в 1985 г. признал его лучшим ученым года, а в 1986 г. за выдающиеся научные достижения его наградила университет Теннесси-Ноксвилл.

Он обладал достаточно редкой способностью – генерировать новые идеи. Он имел смелость идти против основного течения в психиатрии и социологии, горячо отстаивать свои взгляды на природу человеческого поведения. Благодаря его усилиям мир узнал новую теорию человеческого поведения, способную потеснить психодинамический подход, а также основанный на этой теории новый метод психотерапии.

# **Теория Боуэна в России**

## **Кэтрин Бейкер, Питер Тайтельман**

В октябре 1999 г. Общество семейных консультантов и психотерапевтов пригласило нас, Кэтрин Бейкер и Питера Тайтельмана, для организации в Москве обучающего семинара по теории семейных систем Боуэна. Занятия планировалось проводить для группы, состоящей из сорока российских клинических психологов, академических психологов и бизнес-консультантов. Семинар состоял из двухдневных теоретических и практических занятий, проводившихся каждые шесть месяцев в течение двух лет. В перерывах между занятиями участники должны были встречаться раз в месяц небольшими группами для обсуждения переводной литературы по теории Боуэна и для подготовки письменных работ, посвященных определенным аспектам теории. Занятия начались в апреле 2000 г. и закончились в октябре 2001 г.

### **Цели программы**

1. Подготовить группу клинических психологов и бизнес-консультантов для преподавания теории семейных систем Боуэна всем заинтересованным специалистам в России.
2. Разработать теоретическую базу для понимания психологических травм, полученных многими поколениями лю-

дей в России.

Данная книга является одним из результатов работы этого семинара. В ней содержится перевод некоторых работ Боуэна, посвященных теории семейных систем. Для тех, кто не участвовал в семинаре, мы предлагаем обзор теоретических и клинических положений теории Боуэна.

Ниже приведены наши краткие биографические данные, а также информация о нашей подготовке как специалистов в области теории семейных систем Боуэна. Кроме того, разъясняется, как и почему возник наш интерес к России и к организации обучающей программы в Москве. Затем дается подробное описание обучающей программы (модели, которая была использована, и результатов ее применения). В заключение оценивается значение теории Боуэна для российских психологов на основе обсуждения, проведенного участниками при завершении работы семинара в октябре 2001 г.

## **Биографии преподавателей**

*Кэтрин Бейкер*

Давно интересуется Россией и русской культурой. Впервые побывала в Советском союзе в 1962 г., будучи студенткой, а в 1965 г. получила степень магистра в области изучения России в Нью-Йоркском университете. Имеет докторскую степень по социальной работе; кроме того, прошла длительное обучение теории Боуэна, в том числе четыре года

практиковалась в Боуэновском центре изучения семьи в Вашингтоне.

В период перестройки доктор Бейкер несколько раз приезжала в Россию в составе группы психологов с целью организации семинаров по семейной терапии. В начале 1990-х годов доктором Бейкер и российским психологом Борисом Мастеровым было создано Объединение специалистов по межкультурным вопросам (Intercultural Training Associates, Inc. – ИТА). Отделения фирмы размещались в Москве и в Вашингтоне. Основная цель ИТА – создание межкультурных обучающих программ для русско-американских совместных предприятий в целях улучшения взаимопонимания и взаимодействия между партнерами.

В предлагаемых ИТА тренинговых программах затрагивались такие темы, как роль культурных различий при формировании команд, в коммуникации и разрешении конфликтов.

В этот период доктор Бейкер опубликовала ряд статей в российском журнале «Вопросы психологии». В одной из них описывалось взаимодействие в США профессионалов и организаций, занимающихся психическим здоровьем. В других работах теория семейных систем Боуэна рассматривалась как психотерапевтический метод в семейной клинической практике. В 1993 г. доктор Бейкер в соавторстве с российским исследователем Юлией Гиппенрейтер при содействии фонда «Мемориал» и финансовой поддержке IREX

(Международный совет по совместным исследованиям и обмену) провела исследование влияния сталинских репрессий на три поколения российских семей. Результаты этой работы были опубликованы в США и России в 1994 г.<sup>1</sup>

### *Питер Тайтельман*

Как психолог-клиницист имел частную практику в штате Массачусетс. Прошел длительное обучение теории семейных систем Боуэна в Западном психиатрическом институте и в клинике г. Питтсбурга. В настоящее время специализируется в терапии, бизнес-консультировании, обучении и супервизии в рамках подхода Мюррея Боуэна. Доктор Тайтельман много выступал с докладами и опубликовал большое количество статей в научных журналах США. Он также был редактором трех книг: «Собственная семья терапевта: к вопросу о дифференциации собственной личности» (1987), «Клиническое применение теории семейных систем Боуэна» (1998) и «Эмоциональный разрыв: перспективы развития теории семейных систем Боуэна» (2003).

Интерес доктора Тайтельмана к России и к Восточной Европе объясняется его происхождением. Его предки<sup>1</sup> со стороны матери и отца эмигрировали из России в США в конце XIX в. Хотя он не знает, есть ли у него родственники в се-

---

<sup>1</sup> Бейкер К., Гиппенрейтер Ю.Б. Влияние сталинских репрессий конца 30-х годов на жизнь семей в трех поколениях. «Вопросы психологии», № 2, 1995. С. 66–84. Смотрите также настоящее издание.

годняшней России, для него важна история многих поколений его семьи, этот интерес к семейной истории привел его в Россию и Литву в конце 1990-х годов.

## **Миссия семинара**

Возможность проведения двухгодичного семинара по теории Боуэна в Москве, предоставленная Обществом семейных консультантов, для нас обоих была очень интересной. По личному опыту мы знали, что краткосрочные семинары дают очень незначительный эффект. Участники двухдневного семинара с интересом знакомятся с новыми идеями и практикой, но без дальнейшего применения легко о них забывают. Кроме того, трудно сохранить системное мышление, живя в мире, где преобладает линейное, «причинно-следственное» мышление. В этих условиях более эффективным был следующий подход к обучению: организация двухгодичного семинара, ознакомление с соответствующей литературой и создание небольших консультационных групп в Москве.

Кроме того, нам самим было интересно провести семинар по теории Боуэна с профессиональными психологами, принадлежащими к другой культуре.

Теория семейных систем Боуэна основана на биологии, поэтому ее категории описывают поведение человека и взаимоотношения между людьми на универсальном – глубин-

ном – уровне. Многие положения теории имеют параллели с системами взаимоотношений приматов и других общественных млекопитающих. Эти данные были подтверждены многими этологами и другими исследователями поведения животных. Можно с уверенностью сказать, что эти положения до какой-то степени верны и для всех людей, независимо от того, к какой культуре они принадлежат (хотя культурные различия могут проявляться достаточно специфическим образом).

Впервые эта теория стала разрабатываться в США в 1950-1960-е годы. В последующие пятьдесят лет ее преподавали, исследовали, использовали как методическую основу в практической работе, но не делали попыток систематически знакомить с нею специалистов других стран. Московский семинар впервые дал нам возможность организовать семинар по теории Боуэна для группы профессионалов-неамериканцев и обсудить с ними некоторые универсальные положения.

## **Модель семинара**

Совместно с руководителями Общества семейных консультантов и психотерапевтов мы разработали план двухдневного семинара, который проводится два раза в год и рассчитан на два года. В выходные дни каждый из нас читал лекцию по одному из основных положений теории Боуэна, затем проводилась дискуссия с участниками семинара. В течение

нескольких семинаров доктор Бейкер проводила системное интервью с одним из участников семинара с последующим обсуждением. Основные правила для обсуждения были следующими: (1) человеку, с которым проводилось интервью, нельзя было задавать вопросы; (2) все вопросы и комментарии должны были касаться процесса проведения интервью, а не его содержания; (3) следовало сохранять полнейшую конфиденциальность. Интервьюируемый был, разумеется, ненастоящим клиентом, а цель самого интервью состояла в демонстрации системного подхода.

После перерыва участников семинара разделяли на две группы, их работой руководили авторы этой главы. Три участника представляли материал об их собственных семьях, а также клинические случаи, которые служили иллюстрацией к некоторым вопросам, возникавшим при чтении или слушании лекций.

В течение шестимесячного интервала между семинарами участники раз в месяц встречались группами по шесть-восемь человек, обсуждали переведенные для них статьи и рассказывали друг другу о клинических случаях или о своих собственных семьях. Они также должны были сделать одно письменное задание и сдать его нам в начале следующего семинара. Некоторые участники предпочли не выполнять письменного задания.

В конце двухгодичного семинара те участники, которые выполнили все письменные задания и посетили все заня-

тия, получили свидетельство «Об окончании вводного курса по теории семейных систем Боуэна, включавшего теоретические положения, анализ материала, клинические и консультационные навыки». Такое свидетельство выдается Масчусетским центром изучения теории Боуэна. Тот, кто не выполнил все задания, получил свидетельство о посещении семинара.

Во время первого семинара в апреле 2000 г. мы рассказали о жизни Мюррея Боуэна, в какой семье он родился, какое получил образование, чем занимался, как пришел к своей теории. Остальная часть первого семинара была посвящена краткому обзору восьми основных понятий теории Боуэна (дифференциация Я, треугольники, эмоциональный процесс в ядерной семье, процесс семейной проекции, процесс межпоколенческой передачи, эмоциональный разрыв, сиблинговая позиция и эмоциональный процесс в обществе). Была подчеркнута необходимость понимания особенностей родительской семьи психотерапевта для эффективной клинической и консультационной практики. Затем докладчики представили материал о семьях, из которых произошли они сами, с использованием семейных диаграмм для описания всех членов семьи, характера взаимоотношений и уровня функционирования на примере трех-четырёх поколений.

Перед началом семинара мы разослали участникам письма с описанием программы, упомянув, чего мы от них ждем. «Это программа для взрослых. Мы надеемся, что вы начнете

по-другому воспринимать человеческие взаимоотношения и поведение людей в целом, а также ваши собственные взаимоотношения и поведение. Желательно, чтобы каждый участник прочел как можно больше работ по теории Боуэна и связанным с ней областям, таким, как теория эволюции, биология и этология. Мы также просим участников вести дневник, чтобы обеспечить преемственность между семинарами. Никаких отметок выставляться не будет».

В письмах содержалось описание того, как должна выглядеть семейная диаграмма, а также список фактов, которые следует в нее включить. Мы попросили определить схемы функционирования, характерные для нескольких поколений; описать как минимум три основных эмоциональных треугольника в их семейных системах и выбрать один (или несколько), с которого они хотели бы начать попытку детриангуляции. Кроме того, мы попросили их использовать в семейной диаграмме символы, обозначающие разрыв или слияние в семье.

Мы предложили определить их собственное положение в семье, ответив на следующие вопросы:

1. Какова ваша сиблинговая позиция?
2. Как бы вы описали вашу роль в треугольнике, образованном вами и вашими родителями?
3. Как бы вы описали вашу роль в треугольнике, образованном вашими детьми, мужем (женой) и вами?
4. Как бы вы описали вашу роль в отношениях между ва-

ми и вашими родителями и/или вашим супругом: как гипер- или гипофункционирование?

5. Как проявляет себя тревога в семейных взаимоотношениях? Наблюдаются ли у вас какие-либо эмоциональные, социальные или физические симптомы, которые могут быть симптомами тревоги?

6. Можете ли вы описать примеры эмоционального слияния или разрыва в нескольких поколениях, которые помогли бы вам понять ваше собственное базисное функционирование?

7. Есть ли связь между вашим желанием стать психологом или бизнес-консультантом и вашими взаимоотношениями в собственной семье?

Мы предложили следующий план для подготовки письменного доклада о каком-либо конкретном случае:

1. Изложение проблемы.
2. Краткая история ядерной семьи.
3. Краткая история расширенной семьи.
4. Первоначальный анализ, включающий sibлинговую позицию, межпоколенческий процесс, треугольники, процесс проекции, типы гипо- и гиперфункционирования и оценка уровня дифференциации в семье.

5. План и процесс терапии, включающий:

- наблюдение за самим собой в системе;
- планирование изменения;
- осуществление конкретных действий;

- анализ результатов этих действий;
- планирование дополнительных изменений.

При подготовке к обсуждениям в малых группах мы дали следующие рекомендации:

1. Лидер группы должен поощрять:

- конфиденциальность;
- взаимное уважение;
- нейтральность;
- вдумчивость;
- использование положений теории Боуэна;
- избегание советов.

2. Участие в группах: эти встречи не ориентированы на традиционный групповой процесс (т. е. на взаимоотношения между членами группы). Они предоставляют участникам возможность рассказать о своих наблюдениях над собственными семьями или над клиентами, в то время как другие члены группы молча слушают.

3. После каждого доклада члены группы могут прокомментировать его. Если будут задаваться вопросы, они должны касаться фактов, а не интерпретации. Иными словами, вопросы должны начинаться со слов: «кто», «что», «где», «когда» и «как». Старайтесь избегать вопросов «почему».

4. Тот, кто рассказывает о своих собственных семьях, должен начинать с самого себя, своих супругов и детей, а затем переходить на семьи, из которых он произошел, и на предшествующие поколения семей. Тем не менее жестких рамок

для докладов не существует.

5. Сначала сосредоточьтесь на фактах: на хронологии и узловых событиях.

6. Затем определите модели и темы семейных отношений на протяжении нескольких поколений.

Полная двухгодичная программа включала следующие темы:

*Апрель 2000 г.*

Обзор основных положений теории семейных систем Боуэна. Доклады о семьях участников.

*Октябрь 2000 г.*

Анализ клинической практики и бизнес-консультирования. *Апрель 2001 г.*

Различные подходы к клинической практике и бизнес-консультированию.

*Октябрь 2001 г.*

Основные понятия об организационных, общественных и естественных системах и анализ понятия «эмоциональный разрыв».

Во время встреч мы постоянно возвращались к восьми основным понятиям теории Боуэна и обсуждали их.

Особенностью модели семинара был упор на дифференциацию Я самих докладчиков и участников. От них требовался высокий уровень самонаблюдения и ответственности за свое Я. Мы часто ссылались на модель обучения «взрослого ученика», подразумевая, что участники семинара явля-

ются взрослыми специалистами, записавшимися на семинар потому, что они сами этого захотели. Они отвечают за себя и за свое обучение, сами оценивают, насколько для них полезна программа семинара.

Несомненно, эти ожидания могли вызвать у участников некоторую тревогу, и каждый реагировал на нее по-своему.

Иногда в начале семинара тревога препятствовала свободному обсуждению. Может быть, она также помешала некоторым участникам выполнить письменные домашние задания. К концу наших встреч наблюдалась более активная работа; участники семинара свободнее выражали свое мнение по поводу теоретических положений и конкретных случаев. Кроме того, во время последней встречи мы получили наибольшее число письменных работ.

В своих докладах мы стремились дать ясное представление о теории Боуэна, не навязывая «правильных» ответов участникам семинаров. Мы больше старались ставить вопросы, чем давать ответы. Нам была интересна точка зрения и реакция участников во время обсуждения основных положений и конкретных случаев. Особую тревогу вызывала адекватность изложения теории Боуэна. Мы преподносили ее, сославшись на собственное понимание, стараясь не говорить «за Боуэна».

*Регулирование взаимоотношений преподавателей друг с другом* во время подготовки к семинарам и выступлениям также было важным и ответственным делом. Мы позволяли

себе не соглашаться друг с другом по поводу некоторых положений теории. Мы по очереди делали доклады и вели дискуссии, старались не перебивать друг друга во время докладов, если нас не просили высказаться.

Необходимость *перевода* была важным моментом во всех докладах и обсуждениях. Российский психолог, свободно владеющая английским языком, обеспечивала прекрасный перевод всех выступлений и обсуждений. Иногда ей помогали другие участники, свободно говорившие по-английски. Доктор Бейкер, немного говорящая по-русски, могла устанавливать более тесный личный контакт с теми участниками, которые не говорили по-английски. Последовательный перевод, естественно, замедляет процесс чтения доклада, что имеет свои плюсы и минусы. Поскольку каждый абзац повторяется на другом языке, у докладчика и слушателей есть время подумать и усвоить материал без спешки. Однако это означает также, что время каждого доклада увеличивается вдвое. Поэтому сокращается вдвое и количество предъявляемого материала. Это несколько раздражало тех участников, которые говорили по-английски. Но перевод был необходим тем, кто не говорил по-английски и понимал материал только благодаря переводу.

## Результаты

В конце семинара в октябре 2001 г., подводя итоги, ди-

ректор Общества отметил, что «одним из положительных аспектов программы было то, что каждая сторона выполнила добровольно возложенные на себя обязательства. Российское общество предоставило помещение, а также прекрасное материально-техническое обеспечение. Докладчики приходили на семинары подготовленными, с необходимыми планами и материалами. Участники посещали семинары регулярно и без опозданий. Они сами решали, делать им домашнее задание или нет. Чуть меньше половины участников регулярно его выполняли и получили свидетельство об участии в семинаре.

У нас было несколько возможностей оценить результаты семинара. Во-первых, на последнем занятии почти 75 % участников письменно проанализировали пройденный курс. Во-вторых, в декабре 2001 г. группа участников собралась в Москве и провела дискуссию о том, насколько полезен был семинар. И, в-третьих, восемь участников, хорошо говорящих и пишущих по-английски, записались на курсы дистанционного обучения, чтобы продолжить изучение теории Боуэна в Семейном центре в Питтсбурге. Были также предприняты попытки получить гранты для того, чтобы послать отдельных участников в США для продолжения обучения теории, но эти попытки не имели успеха.

## ***Анализ результатов анкетирования участников семинара***

Анализ включал 10 вопросов по существу и сбор некоторой демографической информации об участниках. Что касается возрастного состава, то 80 % участников имели возраст от 30 до 50 лет, 10 % – от 20 до 30 и 10 % – от 50 до 60 лет. 90 % состояли в браке. Почти 50 % были единственными детьми в семье, 25 % – старшими и 25 % – младшими детьми. У одного из участников был брат-близнец.

80 % имели высшее образование по психологии и почти все прошли дополнительное обучение на курсах по семейной терапии. Один участник был студентом-психологом, а двое получили педагогическое образование. Опыт работы по специальности был в пределах от нуля до 25 лет, у большинства он колебался в пределах от 6 до 10 лет.

59 % участников заявили, что они выполняли все письменные домашние задания, 24 % – что они не делали домашних заданий, а 17 % – что они делали их время от времени. 90 % сказали, что хотят продолжить обучение теории Боуэна.

Вопрос 1. *Изменилось ли в результате посещения семинара ваше представление о самом себе и о вашей роли в семье?*

На этот вопрос было получено много серьезных ответов,

таких, как: «Начал смотреть на себя как на часть большой системы из многих поколений», «Появился интерес к семейной истории», «Снизилась собственная тревога», «Началась работа над эмоциональными разрывами», «Появилась объективность, большая наблюдательность по отношению к своей роли в семье», «Пришло осознание того, что собственный уровень дифференциации был ниже, чем предполагалось». Несколько человек отметили: «Изменения только начались. Очевидно, это будет длинный путь».

*Вопрос 2. Изменилось ли у вас видение вашей семьи и роли, которую вы в ней играете?*

Несколько человек ответили, что изменилось, но изменение поведения займет значительное время. Многие отметили, что они работают над преодолением эмоциональных разрывов в своих семьях. Несколько человек сообщили, что их роль является слишком доминирующей и они стараются себя сдерживать. Многие работали над созданием большей открытости во взаимоотношениях с родителями, братьями, сестрами и супругами.

*Вопрос 3. Изменился ли способ оценивания ваших клиентов?*

Несколько человек отметили, что их отношение к клиентам стало более нейтральным. Другие сказали, что их подход к сбору информации о предшествующих поколениях се-

мей своих клиентов стал более системным. Некоторые стали восприимчивы к наличию эмоционального разрыва в семьях клиентов.

*Вопрос 4. Изменилось ли что-нибудь в вашей манере проведения клинической практики?*

Треть участников сообщили, что они собирают информацию более систематично и вдумчиво, используя семейную диаграмму. Часть обратили внимание на то, как они общаются с клиентами. Некоторые стали внимательнее относиться к тем членам семьи, чья роль была более значительной. Другие обнаружили, что теория Боуэна дает им схему для работы с некоторыми членами семей, а не со всей семьей в целом.

*Вопрос 5. Какие основные положения теории Боуэна оказались для вас самыми полезными?*

Большинство участников перечислили несколько положений. Наиболее часто упоминались эмоциональный разрыв, эмоциональный треугольник и дифференциация Я. Были также названы семейная проекция, процесс социализации, слияние, сиблинговая позиция, процесс межпоколенческой передачи, эмоциональный процесс в ядерной семье и передача тревоги.

*Вопрос 6. Какие положения теории Боуэна были самыми*

*трудными для вашего понимания и усвоения?*

Один человек считает, что они все являются трудными из-за их сложности. Приходится много думать над каждым из них. Почти 50 % участников заявили, что самым сложным является дифференциация: «Это загадка»; «Ее сложно понять теоретически и распознать практически»; «Не совсем ясно, как использовать это понятие с клиентами»; «Мне сложно определить точный уровень дифференциации и измерить его». Двое отметили, что понятие «процесс дифференциации» слишком поверхностно и недоработано.

*Вопросы 7 и 8. Какие аспекты семинара были самыми интересными для вас?. Какие аспекты были наименее интересными?*

Большинство отметили, что для них представляли интерес все аспекты семинара, особенно интервью, чтение, групповые обсуждения и доклады о конкретных случаях. 28 % посчитали, что лекции были менее интересными, чем остальная часть программы. Несколько человек сказали, что материал лекций повторял материал для чтения. 17 % считали чтение бесполезным, потому что материалы они получали нерегулярно, списка литературы не было и поэтому они не могли читать дополнительно. 17 % сочли, что групповые встречи были не очень интересными.

*Вопрос 9. Как бы вы описали ваши взаимоотношения с*

*руководителями семинаров, помогли ли они изучать теорию Боуэна?*

Вопрос был не очень хорошо сформулирован; соответственно и ответы были не очень понятными. Несколько человек ответили, что им хотелось бы большего контакта и более активного руководства клинической практикой со стороны руководителей семинара. Некоторые остановились на стиле обучения, который отличался от того, к которому они привыкли. Большинство считали, что теория излагалась ясно и понятно, а руководители были доступными и открытыми, относились к участникам семинара с уважением.

*Вопрос 10. Каковы положительные и отрицательные аспекты дистанционного обучения; как они влияли на ваше обучение? Как вы относились к наличию и качеству перевода?*

Только один человек заявил, что перевод создавал трудности. Остальные считали, что он им не мешал, хотя некоторые отметили, что он замедлял передачу содержания лекций. Многие обратили внимание на то, что дистанционность, как во времени, так и в пространстве, давала им больше времени на обдумывание материала и позволяла быть более независимыми в процессе обучения. Один человек написал, что «дистанционное обучение дало возможность усваивать материал в собственном ритме». Другой участник отметил: «Дистанционное обучение требует большей организованно-

сти и инициативы. Мне не всегда удавалось быть организованным, но когда такое происходило, я считал это достижением». Другой участник написал, что «такое обучение требует большей зрелости и независимости в обучении».

Отрицательными аспектами программы было то, что двухдневные семинары пролетали очень быстро, не было достаточной обратной связи по поводу письменных работ, отсутствовал полноценный контроль со стороны руководителей семинара, было мало клинического анализа, а шестимесячные перерывы между семинарами были слишком длинными.

Этот краткий обзор ответов на вопросы не вполне отражает ту вдумчивость и тщательность, с которой участники давали ответы. Многие из них потратили достаточное количество времени на обдумывание вопроса о значении семинара, а затем очень подробно ответили на вопросы, за что мы им очень благодарны.

## **Обсуждение**

В декабре 2001 г., через два месяца после окончания семинара, всем участникам было предложено собраться и обсудить впечатления о двухгодичных курсах по теории семейных систем Боуэна. На встрече присутствовали тринадцать участников. Для обсуждения организаторы предложили пять тем:

1. Использование подхода Боуэна с учетом культурных особенностей России.

2. Личные впечатления от «взрослой» модели<sup>2</sup> обучения теории Боуэна.

3. В чем эта теория показалась вам наиболее интересной и что конкретно произвело на вас наиболее глубокое впечатление?

4. Место теории Боуэна среди других системных подходов.

5. Перспективы использования теории Боуэна в России. Самыми интересными вопросами для группы были первый и пятый, но несколько участников рассуждали о теории в целом и о тех ее понятиях, которые оказали на них наибольшее влияние. Мы включили в эту главу отрывки из дискуссии для того, чтобы продемонстрировать, насколько серьезно участники отнеслись к семинару.

*Эдуард Бурчаганов:*

Эта теория дает возможность понять процессы, происходящие не только в семье, но и в больших социальных системах. Самым интересным было то, что особенности функционирования в семье переносятся на функционирование других социальных систем. Мне эта теория представляется сво-

---

<sup>2</sup> «Взрослая» модель обучения – термин, использовавшийся К. Бейкер и П. Тайтельманом. Имеется в виду, что обучающиеся занимаются без принуждения и контроля, руководствуясь соображениями пользы, для своего профессионального роста.

его рода алгеброй эмоциональной системы...

Впечатляет и то, что теория была изложена семейной парой, которая постаралась преодолеть свои конфликты, проанализировала треугольники друг с другом и со своими детьми. Теория была представлена не как абстрактная, а как основанная на жизни и опыте преподавателей.

Их пример вдохновил организаторов, которые также представили для обсуждения и анализа свои семейные диаграммы, что послужило дополнительным стимулом для остальных участников.

*Гражина Будинайте:*

Самое сильное впечатление на меня произвело то, что понятие дифференциации связано со способностью уменьшать свою собственную тревогу. Многие проблемы в семьях возникают из-за неспособности уменьшить тревогу. На самых низких уровнях дифференциации тревога проявляется в нескольких вариантах: конфликты, дисфункция одного из супругов, и – самое главное – проекция на ребенка...

Поскольку я изучала теорию Боуэна в рамках общего курса теории семьи, у меня сложилось впечатление, что если эту теорию включить в программу института, она будет основой системного понимания, которое облегчит изучение других вопросов.

*Ольга Борисовская:*

Я согласна с Гражиной... Теория Боуэна помогает избегать автоматических реакций в клинической работе. Этот подход прекрасно помогает нормализовать обстановку в семье. С его помощью легко уловить эмоциональное напряжение клиента, показать, что он не единственный, что его семейный опыт имеет универсальный характер. В этой ситуации для демонстрации универсальности проблем очень полезно определить треугольники.

*Марина Хазанова:*

Я сконцентрировалась на понятии эмоционального разрыва, которое помогает осознать причины возникновения эмоциональных проблем. Это дает возможность каждому человеку принять решение о том, как относиться к семейным трудностям. Эта тема имеет особое значение в России, где типична такая мысль: «Ах, ты согрешил, я тебе покажу, я отдалюсь от тебя и подвергну тебя остракизму».

(В течение всей дискуссии участники проявили большой интерес к возможности распространения теории Боуэна в России. Им было интересно, совместима ли эта теория с русской культурой.)

*Инна Хамитова:*

До недавнего времени в России особо признавался психодинамический подход. Исторически он считался более серьезным. Он оказывал огромное влияние на терапевтов и

клиентов. В отличие от Запада, где системный подход стал классическим, в России он считается слишком «авангардным». Теория Боуэна находится на пересечении психоанализа и теории систем. Теория семьи как системы объединяет два глобальных подхода: психодинамический и системный.

*Наталья Манухина:*

Кроме проведения консультаций, я работаю в больнице в качестве психолога. Жаль, что та информация о теории Боуэна, которой владеют коллеги из Америки, неизвестна в России. Работая в больнице, я вижу, что самые серьезные заболевания коренятся в семейных проблемах, которые возникают не только в данной семье, но идут от семьи родителей или семей бабушек и дедушек. Теория Боуэна и ее клинический подход очень эффективны при работе с соматически больными пациентами. Жизнь пациентов улучшается, если они анализируют свои взаимоотношения с ближайшими родственниками.

*Татьяна Дергачева:*

Самое большое влияние теория Боуэна оказывает на тех, кто болен физически. Люди начинают болеть астмой или другими болезнями из-за семейных конфликтов и частично – из-за эмоциональных связей.

*Елена Вроно:*

Ситуация в России не похожа на ситуацию в Америке. Российская история полна стольких катаклизмов, что люди не знают, где их корни, и не интересуются ими. Первое поколение американцев добровольно порвало связи со своими корнями, переехав в Новый Свет, но в последующие 200 лет они могли свободно выбирать, где жить, и переезд был их собственным выбором. Их не отрывали от корней, как в России. В течение 140 лет на территории США не было войн. Это создает большое различие между нашими цивилизациями. Для нас требование Боуэна создать семейную диаграмму из трех поколений трудновыполнимо.

*Марина Хазанова:*

Я полагаю, что подход Боуэна в условиях России важен в тех ситуациях, когда есть сознательный разрыв между членами семьи, большая протяженность этого разрыва и утверждение, что он необходим. В таких ситуациях иногда можно преодолеть разрыв во втором или третьем поколении или на другом уровне...

*Ольга Троицкая:*

Даже в контексте тех исторических различий, о которых было сказано, теория Боуэна нужна в России, так как она дает возможность вдумчиво и спокойно исследовать семейные отношения и семейные травмы, что в принципе достаточно сложно для нашей ментальности. В России реакции

людей отличаются большой эмоциональностью, особенно по вопросам, касающимся нашего прошлого. Поэтому спокойный аналитический подход к семейным проблемам не только помогает клиентам обрести внутреннее спокойствие; они начинают смотреть на вещи более объективно, что дает возможность увидеть картину в целом и найти пути выхода из трудностей.

Драма нашего прошлого экстраполируется и подчеркивает разрыв в наших семейных диаграммах. С помощью других методов семейной терапии мы можем работать с мифами клиентов, тогда как теория Боуэна уделяет большое внимание анализу реальных фактов, реальных биографий членов семей. В то же время, используя подход Боуэна, клиенты имеют возможность изменить свои взаимоотношения с предыдущими поколениями, изучая реальную ситуацию в семье и связывая ее с текущими проблемами.

*Ольга Борисовская:*

В использовании методов психотерапии в России существует еще одна трудность. Люди не идут к психотерапевту со своими проблемами. В России нет такой традиции. Мы, русские, не идем поговорить о себе с кем-то другим, потому что не уверены, что нас выслушают. Метод Боуэна важен, так как терапевт готов слушать, проявляет заинтересованность, дает клиенту возможность рассказать свою историю и выделяет эмоциональные ценности и характеристики из это-

го процесса. Это имеет огромное терапевтическое значение.

*Эдуард Бурчаганов:*

В нашей стране психотерапевт исторически воспринимался как человек с особыми личностными качествами, которых нет у пациента, а процесс психотерапии – как некое таинство. В своей теории Боуэн раскрывает психотерапию по-новому, как сферу услуг, где пациент и терапевт – обыкновенные люди и равные партнеры. Просто терапевт больше знает и умеет это знание до пациента донести. Т. е. знания и навыки, позволяющие оказывать психологическую помощь другим людям, можно передавать от одного другому. Я уверен, что знакомство с этим подходом обязательно внесет свежую струю в повседневную практику многих российских специалистов. Учитывая, что эта теория применима не только к семье, но и к организации и обществу, она обязательно станет популярной в России.

*Татьяна Юдеева:*

...С помощью теории Боуэна всегда можно помочь пациенту найти неиспользованные возможности, которые существуют в каждой семье, дать надежду на то, что найдутся правильные решения. Мне кажется, что метод Боуэна может оказаться полезным в практике психотерапевтов.

Мне очень понравилось работать над моей семейной диаграммой, потому что это давало возможность изменить соб-

ственное поведение и помогало найти что-нибудь неожиданное и новое в себе и в истории своей семьи. Таким образом, психотерапевт может пополнить свое образование и открыть горизонты для своего собственного роста.

*Наталья Манухина:*

Я отметила, как полезен был семинар, особенно работа с семейными диаграммами моих коллег, которые обсуждались в большой аудитории. Мы хотим предложить группе студентов, изучающих теорию семейных систем, сделать то же самое. Правила группы по установлению четких границ и по осознанию разницы работы с коллегами и с клиентами помогли в клинической практике. Эта работа показала, что для некоторых из наших студентов было бы полезно иметь личного наставника и что для начинающего терапевта работа со своей собственной семьей не очень проста.

(Большинство участников дискуссии, уже опробовавших этот метод на практике, говорили о том, насколько полезной оказалась для них эта теория.)

*Ольга Троицкая:*

Этот метод также очень эффективен для индивидуальных бизнес-консультаций. Использование понятий теории Боуэна значительно облегчает анализ и способствует нормализации ситуаций, возникающих на работе. Интересно работать с клиентом, у которого очень жесткий и практиче-

ский стиль мышления. Такой человек быстро схватывает эти понятия, интернализирует этот опыт и начинает ориентироваться и действовать в рамках этих категорий.

*Елена Вроно:*

В клинической практике я часто вижу, что симптомы, наблюдаемые у ребенка, являются показателями напряжения между родителями. Это трудно объяснить советским и постсоветским клиентам. Мне сложно объяснить им, что я собираюсь направить их к семейному психологу или психотерапевту. Для них это означает, что я не хочу им помочь.

*Ольга Борисовская:*

Я согласна с Еленой в том, как трудно объяснить родителям, что часто проблема их ребенка является не его проблемой, а проблемой родителей. Но, в отличие от Елены Вроно, я не говорю родителям, что существует другой способ работы, который требует другого специалиста. Обращаясь к семье и даже приглашая родителей прийти на занятие без ребенка, я всегда подчеркиваю, что мы работаем над проблемами ребенка через привлечение более широкой системы взаимоотношений.

*Мария Яценко:*

Подход Боуэна незаменим при работе терапевта с семьей, потому что дает возможность работать с одним человеком.

Это приводит к сбору и анализу фактов из истории нескольких поколений семьи с помощью одного члена этой семьи – клиента. Мне такая модель кажется исключительно продуктивной.

Она позволяет моментально преодолеть несколько видов сопротивления. Глубокий, многослойный анализ ситуации в семье требует следующих действий: необходимо писать письма, встречаться, преодолевать давние глубокие разрывы во взаимоотношениях. Но первоначальное сопротивление, возникающее у клиентов, постепенно пропадает после того, как у них возникает понимание и начинается собственный анализ. Как только я осознала, что в моей собственной семье есть определенные люди, которые по разным причинам были исключены из круга близких ко мне людей (разрыв), я стала понимать, что связь необходимо восстановить. Я поняла, что существует скрытый процесс, направленный на сохранение разрыва, частью которого я являюсь. Эти люди начинали звонить и общаться со мной. То же самое может произойти в нашей работе с клиентами, которые вначале говорят, например, что они даже знать ничего не хотят о своем отце. Позже они соглашаются встретиться и поговорить с ним, и такие контакты продолжают.

*Ольга Троицкая:*

Распространение теории Боуэна вселяет надежду. В соответствии с подходом теории Боуэна к большим и малым си-

стемам, как только будет издана и начнет распространяться книга с изложением этой теории, на ее основе будут создаваться другие большие системы. Это означает, как и предсказывал сам Боуэн, развитие и распространение его теории. Из его теории следует, что время играет очень важную роль. Самое главное, с его точки зрения, это то, что оно движется, а не блокируется или задерживается. Но мне кажется, что в то же самое время появление теории Боуэна (не техник, а самой теории) дает нам несколько иной взгляд на мир в целом и на возможности человека...

*Марина Хазанова:*

У меня такое впечатление, что все наши комментарии и обсуждение касаются не возможности приспособить теорию Боуэна к российской реальности, а того, сможем ли мы приспособить ее к нашим собственным занятиям психотерапией.

*Елена Вроно:*

После прочтения книги мы берем на себя ответственность за ее распространение. А это означает, что, несмотря на наши противоположные мнения и наш клинический опыт, мы все сочли теорию Боуэна мудрой, достойной и подходящей для того, чтобы распространять и использовать ее в нашей стране. С моей точки зрения, она исключительно важна для внутреннего системного взгляда на различные взаимосвя-

занные области и в сфере чистой практики во вспомогательных областях.

## Выводы

Проведение московского семинара по теории Боуэна имело много положительных аспектов, хотя были и трудности, связанные с трактовкой некоторых положений этой теории. Мы подготовили и скомпоновали материал, чтобы представить его в течение двухлетнего периода группе мотивированных специалистов из другой части света. Нам удалось организовать преемственность содержания наших докладов, а также создать учебную атмосферу, которая, как мы надеялись, способствовала повышению уровня дифференциации студентов. Идея «взрослой» модели была основана на предположении, что участники, будучи зрелыми людьми, относятся к занятиям ответственно.

В общем это предположение подтвердилось. Участники посещали семинар регулярно, а выполненные ими письменные задания, как и доклады об их собственной семье и клиентской практике, были вдумчивыми и глубокими. Хотя один участник дискуссионной группы заявил, что у русских нет доступа к информации об их собственных семьях из-за большого количества трагических событий, которыми изобилует российская история, на нас произвели большое впечатление тщательно выполненные семейные диаграммы

трех и более поколений. Некоторые люди ничего не знают о своих предках, другие знают о них очень много, и самая большая группа имеет средний объем информации о своей семье. Это не зависит от того, насколько та или иная семья была травмирована войнами и репрессиями.

Обсуждения в группах сначала проходили медленно, возможно, из-за того, что учебная модель была непривычной, менее формальной, чем та, к которой привыкли участники. К концу семинара почти все активно участвовали в обсуждении теории и ее значения лично для них и для их профессиональной практики.

Перевод материалов для чтения также представлял некоторые трудности. Для профессионального перевода материалов не было ни времени, ни финансов. Поэтому многие участники получали только краткий пересказ, а не полное изложение того материала, который был рекомендован для чтения. Их начальное понимание теории основывалось на этих кратких пересказах, хотя со временем они были дополнены нашими лекциями и обсуждениями. В будущем профессионально переведенные главы, включенные в эту книгу, обеспечат более высокое качество материала для тех, кто захочет изучать теорию Боуэна.

Нам был интересен тот факт, что при обсуждении семинара в декабре 2001 г. участники продолжали спорить, важна ли теория Боуэна для России. На протяжении всего семинара мы рассматривали эту теорию как универсальную, основан-

ную на законах функционирования природных систем и биологии. Хотя она объясняет особенности человеческого поведения и системы взаимоотношений, многие ее положения и схемы можно применять к поведению таких общественных млекопитающих, как приматы, дельфины и слоны. Эмоциональные процессы и тревога, описанные Боуэном, наблюдаются во всем животном царстве.

Культурные особенности и различный исторический опыт человеческих популяций имеют огромное значение для понимания специфики человеческих систем. Но такие явления, описываемые теорией Боуэна, как треугольники, разрыв, проекция и дифференциация Я, можно наблюдать у представителей всех народов. На первый взгляд, они несколько отличаются друг от друга, но на глубинном уровне эмоционально сходны. Нам жаль, если мы недостаточно четко это выразили, поскольку участники продолжали сомневаться в успешности применения теории Боуэна в России. Мы считаем, что она применима к любым человеческим сообществам.

Универсальность теории можно показать на примере понятия разрыва. Это понятие описывает различную дистанцию или близость, которая сохраняется у детей с их родителями, когда они становятся взрослыми и заводят свои собственные семьи. Существует большое разнообразие культурных различий в том, как проявляется разрыв. В США юноша или девушка, находящиеся в состоянии тревоги и крайней

степени разрыва, могут переехать из Нью-Йорка, где живут их родители, например, в Калифорнию, и изредка им звонить. В России эмоционально дистантный или «отрезанный» молодой человек может продолжать жить с родителями, но при этом он будет очень редко делиться с ними своими переживаниями и мыслями. Длительный эмоциональный разрыв в нескольких поколениях обычно приводит к образованию эмоциональных, социальных или физических симптомов у некоторых представителей последующих поколений. В разных культурах эти симптомы могут оказаться различными, но все они связаны с разрывом как способом управления тревогой в семьях.

Понятие дифференциации Я было самым трудным для понимания, что типично для всех изучающих теорию Боуэна. Многие участники отмечали, что это тайна, что уровень дифференциации очень трудно измерить. Боуэн вывел это понятие из идеи о дифференциации клеток в биологии; оно включает как отдельность/автономию, так и связь/кооперацию близко связанных между собой единиц. В самом общем смысле понятие дифференциации означает способность индивида определять свои собственные мысли и чувства в контексте близких, эмоционально напряженных взаимоотношений. Дифференциация Я также показывает способность индивида быть одновременно отдельно и вместе. Это мера эмоциональной зрелости, которая отражает способность человека вести себя ответственно, находясь в са-

мых близких взаимоотношениях. Все другие понятия теории Боуэна связаны друг с другом через понятие дифференциации Я, поскольку оно определяет человеческое поведение. Теоретически это понятие должно быть применимо ко всем культурам и ко всем людям как биологическому виду.

Однако некоторые аспекты обсуждения Боуэном этого понятия могут ввести в заблуждение. Он предложил шкалу дифференциации от нуля до ста, которая была скорее теоретическим конструктом для описания огромного диапазона различий в поведении человека, чем инструментом измерения. Боуэн не помещал отдельных людей или семьи на какие-то точки шкалы; вместо этого он описал общие черты поведения, характерного для каждой из четырех четвертей шкалы. Например, те, кто попадали в нижнюю четверть шкалы дифференциации (0-25), вели себя более тревожно и характеризовались большим слиянием в самых близких взаимоотношениях. Те же, кто попадал в верхнюю четверть (75-100), действовали с сильным чувством «индивидуальности», или автономии, и наименьшей тревогой в самых близких взаимоотношениях.

Боуэн также описал различие между «базовым» уровнем дифференциации индивида, который можно оценить, только изучив весь жизненный путь, и «функциональным» уровнем дифференциации индивида, показывающим, как он вел себя или приспособлялся в данный момент в процессе близких взаимоотношений.

Для того чтобы понять это положение теории Боуэна, необходимо на протяжении многих лет читать специальную литературу, анализировать и заниматься самонаблюдением, но даже в этом случае клиническая оценка дифференциации часто бывает описательной и субъективной. Поэтому неудивительно, что российским участникам было трудно понять и начать использовать это положение в клинической практике.

Настоящее понимание теории Боуэна приходит, когда мы начинаем применять ее к своей собственной семье и наблюдать за самим собой и своими действиями внутри семьи. Это та семья, которую мы знаем лучше всего. Внутри этой семьи мы вступаем во взаимоотношения, в которых мы наиболее тревожны и реактивны. Когда мы начинаем разбираться в наших собственных проблемах и тревогах, в близких семейных взаимоотношениях, тогда мы понимаем и наших клиентов. Мы можем научить наших клиентов быть объективными настолько, насколько нам самим это удалось.

Можно подумать, что когда человек формировался и жил в репрессивном, тоталитарном обществе (как все наши российские участники при советском режиме), он не захочет обсуждать со своими коллегами самые сокровенные семейные взаимоотношения. Мы наблюдали большой диапазон реакций, когда просили участников работать со своими собственными семьями. Многие участники глубоко изучали свои семейные взаимоотношения, другие же делали это частично или совсем не делали. Мы полагаем, что решение ра-

ботать или не работать со своими собственными предками определялось в большей степени уровнем дифференциации индивида, а не традиционным недоверием. Однако у нас нет способа это проверить.

В результате проведения семинара сорок российских психологов и консультантов за два года получили общее представление о теории Боуэна. Восемь говорящих по-английски участников продолжают обучение по дистанционной программе, организованной в Питтсбурге. Эта книга содержит подборку основополагающих теоретических и клинических статей Боуэна и его наиболее ярких последователей, что должно обеспечить знакомство с этой теорией широкого круга российских читателей. Мы надеемся, что она будет способствовать поддержанию интереса к теории Боуэна в России.

# Вопросы теории

## Эмоциональная система Майкл Керр, Мюррей Боуэн

Концепция эмоциональной системы – одна из самых важных в теории семейных систем. Она не только предлагает радикально новое понимание человеческой семьи, но и расширяет наши знания об эволюционных процессах, происходящих в природе. По значимости и возможным последствиям эту концепцию можно сравнить с дарвиновской теорией эволюции. Лорен Айзли суммирует вклад идей Дарвина следующим образом: «Теория Дарвина нанесла человечеству один из самых страшных ударов – продемонстрировала физическую близость человека к миру низших животных» (Eiseley, 1957, p. 157).

Дарвин показал физическую связь между человеком и низшими формами жизни. Боуэновская теория эмоциональной системы создала основу для прослеживания связей между поведением человека и животных. Нам предстоит узнать еще очень много об эмоциональной системе, но пока идет процесс накопления знаний, концепция Боуэна служит важнейшей теоретической базой для научного понимания пове-

дения человека и животных.

Поскольку наше знание о живых системах ограничено, мы можем дать пока только достаточно общее определение эмоциональной системы. В соответствии с концепцией Боуэна все формы жизни являются системами. Такие системы позволяют организму получать информацию (изнутри и из окружающей среды), интегрировать новое знание и выстраивать на его основе свое поведение. В эмоциональную систему входят механизмы, участвующие в процессах поиска и добывания еды, размножения и выращивания потомства, защиты от врагов и в других социальных взаимодействиях. В нее включены разнообразные реакции – от инстинктивных до тех, в которых смешаны автоматические действия и приобретенные навыки. Реакции организма, которыми управляет эмоциональная система, иногда обслуживают собственные интересы, а иногда – интересы группы.

В связи с тем что определение эмоциональной системы включает все механизмы, которые организм использует в процессе жизнедеятельности, эта концепция может показаться слишком глобальной, чтобы служить практическим нуждам. Это все равно, что сказать: автомобиль – это «автомеханическая система», и эта система включает все, что делает автомобиль автомобилем. Несмотря на то, что определение эмоциональной системы является чересчур общим, оно служит нескольким важным целям.

*Во-первых*, это понятие, являющееся краеугольным кам-

нем теории семейных систем, постулирует, что все формы жизни управляются одними и теми же фундаментальными «жизненными силами»<sup>1</sup>. Благодаря эмоциональной системе поведение человека по большей части управляется процессами, возникшими у живых существ на ранней стадии эволюции, до развития коры головного мозга. В то время как люди стараются обосновывать свои действия, другие животные просто действуют, не обременяя себя поисками причин своих поступков.

На протяжении веков люди стремились понравиться друг другу, женились, воспроизводили себе подобных, воспитывали их, боролись, воевали, спасались бегством, молились и т. д. Они создавали браки во имя «любви», боролись во имя «идеала», помогали друг другу во имя<sup>3</sup> «добродетели» и воспитывали детей, потому что принимали на себя «ответственность» за их будущее. Наблюдая за поведением животных в природе, можно прийти к выводу, что все эти формы активности не требуют специальных моральных оснований для своего осуществления. Этот взгляд не отрицает влияния высших мозговых центров на поведение человека; он лишь подчеркивает важность того, что для определенных форм поведения высшая мозговая активность не имеет значения.

*Во-вторых*, концепция эмоциональной системы описыва-

---

<sup>3</sup> Выражение «жизненные силы» относится к тем процессам, которые побуждают траву – расти, медведей – впадать в зимнюю спячку, новорожденного кенгуру – заползать в сумку матери, китов – мигрировать и т. д.

ет способ мышления, который может объединить современные разрозненные знания о биологических процессах. Отсутствие системного подхода, общего взгляда проявляется в постоянных теоретических спорах в медицине и биологии, например, о том, какие причины – психические или соматические – лежат в основе заболеваний, или о том, что важнее – наследственность или воспитание. Это также определяет нашу неспособность понять причины возникновения патологических процессов. Иммунологи, эндокринологи, вирусологи, генетики и другие специалисты пока только описывают патологические процессы в тех системах, которые они изучают, но не могут объяснить ни сами процессы, ни механизмы, которые ими управляют. Концепция эмоциональной системы вполне способна объединить эти знания и предложить единое объяснение для большого числа наблюдаемых явлений. Потенциал этой концепции заключается именно в предположении, что все физиологические системы организма являются элементами одной большой системы, регулируемой по единым принципам. Предполагается, что эти управляющие принципы родственны тем, что существуют во всех природных системах.

Если человека рассматривать как эмоциональную систему, это может расширить наше понимание такой клинической проблемы, как рак: возможно, причина этой болезни состоит в нарушении баланса этой эмоциональной системы.

Такой вариант объяснения ракового заболевания значи-

тельно отличается от установок большинства исследователей рака, сфокусированных на процессах, происходящих внутри раковой клетки. Вопрос в общем виде формулируется примерно так: «Что же произошло с этой клеткой, после чего она стала вести себя ненормальным образом?» Исследование, основанное на предположении, что рак вызывается нарушением внутри клетки, может в конце концов дать адекватное объяснение этого заболевания. С другой стороны, адекватное объяснение может быть основано на представлении о человеческом теле как некой биологической целостности, например, как колонии клеток. Тогда рак будет отражать нарушение этого целого. Нарушение, происшедшее внутри клетки, будет отражением нарушения большой системы, частью которой является орган, пораженный раком.

Такое объяснение возникновения ракового заболевания, по общему признанию, достаточно спекулятивно. Исследования семьи выявили несколько важных принципов, которые управляют эмоциональной системой семьи. Однако мало известно о тех принципах, которые могут управлять системами отдельного организма. Предлагая концепцию эмоциональных систем для объяснения жизнедеятельности индивида, мы хотим лишь указать возможное направление будущих исследований. Можно предположить, что коль скоро существуют системные принципы, рассматривающие семью как целое, то, очевидно, аналогичные принципы применимы и в рамках целостного подхода к индивиду.

*В-третьих*, цель концепции эмоциональной системы заключается в том, что она легко может быть выведена за рамки индивида и расширена до рассмотрения системы отношений. Это важно, так как, хотя анатомически и физиологически эмоциональность ограничена физическими границами отдельного организма, многое в эмоциональном функционировании определяется взаимоотношениями с другими организмами и окружающей средой. Действительно, функционирование индивида часто не может быть понято вне контекста его отношений с группой.

Примером эмоциональных межличностных отношений служат отношения внутри семьи. В природе существует много других примеров, но прежде чем мы будем обсуждать эти случаи и их теоретическую основу, вернемся к вопросу о соотношении эмоциональной системы и двух других важных систем, а именно систем чувств и интеллекта.

## **Системы эмоций, чувств и интеллекта**

В свете теории семейных систем функционирование и поведение человека во многом зависит от взаимодействия систем чувств и интеллекта с эмоциональной системой. С терминами «эмоция» и «чувство» часто возникает путаница, поскольку в обычной жизни они нередко используются как взаимозаменяемые. Если не различать эмоцию и чувство, то сложно применить термин «эмоциональность» ко всем жи-

вым существам. Уравнивание эмоции и чувства отражено в таком утверждении: «Птицы, рыбы и насекомые не имеют эмоций». Тот, кто говорит подобное, обычно имеет в виду, что низшие животные не имеют чувств. Для большинства видов, возможно, это и правильно. Системная теория, тем не менее, разделяет эмоции и чувства, что позволяет использовать термин «эмоциональный» применительно ко всем живым существам.

Примером эмоционально детерминированного поведения низших животных может служить деятельность высоко организованных муравьев из касты солдат, решительно защищающих колонию от незваных гостей. Муравьи не обдумывают значения своих действий, не имеют националистических чувств, они просто действуют. Другой пример эмоциональной реакции низших животных – обнажение зубов у самца бабуина при встрече с незнакомцем. Непроизвольный поворот растений, полет мотылька к свету – также примеры эмоционального ответа.

Более сложную эмоциональную реакцию можно наблюдать у молодого дельфина, который, устав от слишком большого давления со стороны своего тренера, уединяется и отказывается от еды. Когда похожие реакции демонстрирует человек, причина его ухода и отказа от еды трактуется как внутренний психологический конфликт. В случае с дельфином легче увидеть, что, кроме психологических, есть еще биологические и эмоциональные причины такого поведения.

Может быть, распознать биологическую компоненту в поведении дельфина проще хотя бы потому, что мы не можем узнать у дельфина, почему же он не ест. Когда мы спрашиваем человека о мотивах его действий и поступков, мы ожидаем психологического объяснения, но, сфокусировавшись на психологических причинах, легко забыть, что люди, как и муравьи-солдаты, демонстрируют множество поведенческих реакций, в основе которых лежат процессы, имеющие более глубокие (или более древние, с точки зрения эволюции) корни, чем мышление и чувство.

Система чувств и интеллектуальная система – это недавнее «приобретение» в эволюционном развитии животных, которое и привело к появлению *Homo sapiens*. Когда эти системы были присоединены к имеющимся и/или развились в процессе эволюции человека, они не заменили собой (или лишь отчасти заменили) функции эмоциональной системы. Эмоциональная система продолжала оказывать решающее влияние на поведение людей, а новые системы лишь дополняли ее.

*Система чувств*, несомненно, очень сильно влияет на человеческое поведение. Фактически чувства оказывают на просоциальное поведение большее влияние, чем мышление. Люди познают свои чувства на собственном опыте. Эмоции в отличие от чувств не ощущаются. Влияние эмоций проявляется в том, *что* делают или не делают в заданной ситуации люди и другие организмы. Чувства проявляют себя как

интеллектуальное или когнитивное осознание наиболее поверхностных моментов эмоциональной системы. Люди чувствуют вину, стыд, неодобрение, злость, возбуждение, ревность, экстаз, симпатию, отвержение и т. д. Многие животные часто действуют так, *как будто* они испытывают похожие чувства, но имеется лишь очень немного свидетельств того, что некоторые из них на это способны. Они просто реагируют эмоционально. Есть и такое предположение, что люди тоже реагируют эмоционально, но на высшем уровне у них есть слой чувств. То, что мы сознаем, является чувством, но в реакции человека есть и много другого.

*Интеллектуальная система* относится к той части нервной системы, которая является совсем недавним достижением эволюции и относится к «думающему мозгу». В эту систему включена человеческая способность – знать и понимать. Это то, что делает человека уникальной формой жизни. В ряду всех живых существ человек уникален именно из-за своей способности знать, понимать и передавать сложные идеи. Нет никаких достоверных данных о том, что по мыслительной способности к человеку, который может наблюдать природные процессы и обобщать свои наблюдения, приблизился какой-либо другой вид живых существ.

Однако есть важное различие между процессом мышления, на который не влияют эмоции и чувства, и мышлением, которое подверглось этому влиянию. Ясно, что большую часть времени человеческий интеллект «обслуживает»

эмоциональные процессы и чувства. Если кто-то воспринимает реальность неадекватно, или кто-то идет на убийство, или группа людей оправдывает свои желания контролировать других с помощью политики и религии, интеллект ищет и находит оправдание этим чувствам, желаниям и эмоциям.

Природа нейтральна. В ней нет истинного и ложного, хорошего и плохого. Природа – это просто процесс взаимосвязанных событий. Но человеческая субъективность и система чувств «пристрастны» по отношению к тем или иным событиям и таким образом навязывают свои законы природе. Даже когда нам кажется, что мы совершенно объективны, разум находится под влиянием эмоций и чувств; наша точка зрения питается страстями, эгоизмом, догматизмом, ощущением собственной правоты. Если человеку свойственно биполярное мышление (хорошее – плохое, черное – белое), он не может адекватно воспринимать процессы, происходящие в природе и в нем самом. Человеческий интеллект способен оценивать и наблюдать природу объективно, но он очень легко теряет эту объективность. И хотя теоретически всегда есть возможность объективно оценить происходящее, эта возможность постоянно подавляется эмоциями и чувствами.

Когда люди реагируют эмоционально на внешние или внутренние стимулы, эти реакции могут проявляться на разных уровнях – на уровне эмоций, чувств и интеллекта<sup>4</sup>. На

---

<sup>4</sup> Выражение «реагировать эмоционально» подчеркивает включение физиоло-

интеллектуальном уровне это проявляется в мышлении, которое находится под сильным влиянием эмоций и чувств (субъективность). Хотя чувственное реагирование проявляется наиболее наглядным образом и наиболее подходит к категории «автоматического», управляемое эмоциями мышление также может быть автоматическим и также может влиять на поведение. Ценности, убеждения, принципы, в своих проявлениях часто напоминающие «коленный рефлекс», являются примерами автоматических, эмоционально детерминированных реакций мышления. Если кто-то в ответ на чужую идею автоматически дискредитирует эту идею или самого человека, в этом проявляется субъективность реагирующего. Ответ может показаться рациональным, но управляется он прежде всего эмоцией или чувством.

Вот примеры проявления эмоциональной реакции индивида на неодобрение: уход (эмоциональный ответ, встречающийся во всех формах жизни); печаль (испытываемая только высшими формами жизни); ощущение своей неадекватности (несомненно, свойственное только человеку). Другие примеры эмоциональной реакции на неодобрение: агрессивное выражение лица (эмоция), злость (чувство), отстаивание собственных интересов с «правильной» точки зрения (интеллект).

Скорее всего, все три системы взаимно влияют друг на друга. Эмоциональная реакция может быть «спусковым

крючком» для чувства, а чувство в свою очередь «запускает» мысли, которые окрашены этим чувством. Противоположный процесс также имеет место: субъективные соображения могут провоцировать чувства, а чувства – эмоциональную реакцию. Было бы неправильно считать, что какая-то из этих систем «лучше» других. Каждая из них выполняет важную функцию. Все они – продукт эволюции и продолжают эволюционировать.

Пока Боуэн развивал концепцию трех систем, построенную главным образом на клинических наблюдениях, исследователь мозга Пол Маклин (MacLean, 1976) создал очень похожую модель на базе нейроанатомических и нейро-психологических исследований. Суть концепции Маклина – представление о *триедином мозге*. Обсуждение роли мозга в мышлении, эмоциях и чувствах совершенно не означает, что мозг является органом эмоциональной системы. Предполагается, что эмоциональная система человека и человекообразных включает процессы, которые относятся ко всему организму, а не только к центральной нервной системе. То, что происходит в человеческом мозге, может отражать процессы, происходящие в теле, даже на клеточном уровне, а то, что происходит в человеческом теле, может отражать процессы, происходящие в мозге. Концепция эмоциональной системы стремится объединить все процессы, действующие в организме.

## *Триединый мозг*

Основываясь на всестороннем сравнении мозга рептилий, низших и высших млекопитающих, Маклин заключил, что, хотя человеческий мозг существенно развился, он сохраняет родственные черты с мозгом рептилий, а также с мозгом ранних и современных млекопитающих. Эти базовые черты позволяют выделить три формации в человеческом мозге, которые радикально различаются по структуре и химическому составу. Эти три формации и составляют то, что Маклин назвал «триединым» мозгом.

Три формации мозга описаны Маклином как мозг рептилии (R-комплекс), мозг древних млекопитающих (лимбическая система), мозг современных млекопитающих (кора головного мозга). Эти формации мозга нельзя в точности соотносить с эмоциональной, чувственной и интеллектуальной системами, которые описывает теория семейных систем. Системы относятся к функциям и взаимоотношениям, а установить прямое однозначное соответствие между функциями, взаимоотношениями и анатомическими структурами не представляется возможным. Попытки несмотря ни на что установить такое соответствие часто приводят к редуccionизму. Тем не менее можно проследить очевидные параллели между моделью трех формаций Маклина, с одной стороны, и теорией семейных систем – с другой.

С точки зрения эволюции, R-комплекс – старейшая из трех частей мозга. Этот комплекс анатомически локализуется в большом ганглии у основания переднего мозга. Нельзя недооценивать то влияние, которое оказывает R-комплекс на наше поведение. Ящерицы и другие рептилии демонстрируют сложные формы поведения, которые часто можно наблюдать и у млекопитающих, в том числе у человека. Эти поведенческие паттерны включают имитационное поведение (возможно, оно влияет на человеческое поведение гораздо сильнее, чем мы склонны считать); предрасположенность к определенному режиму и ритуалу (несомненно, это очень важный аспект человеческого поведения); замещающее поведение (поведение, не соответствующее данной ситуации и проявляющееся, когда животное находится под воздействием стресса); маскирующее поведение (Маклин напоминает, как Артур Бремер изо дня в день постепенно подкрадывался к своей жертве, Джорджу Уоллесу<sup>5</sup>); тропизмы (положительные либо отрицательные реакции на появление живых или неживых объектов). Тропизмы частично совпадают с имитационным поведением, таким, например, как кратковременная причуда или увлечение модой. Проведя серию сложных экспериментов, Маклин показал, что *неврологическим базисом для такого рода поведения млекопитающих является R-*

---

<sup>5</sup> Джордж Уоллес – политик, губернатор штата Алабама, известный своими расистскими высказываниями, автор лозунга «Сегрегация навсегда!» В 1962 г. после покушения, совершенного на него Артуром Бремером, оказался частично парализованным. – *Прим. пер.*

*комплекс*. Это открытие помогло установить структурную и поведенческую связь между рептилиями и млекопитающими.

Маклин выражает уверенность в том, что доказательство факта влияния R-комплекса на поведение млекопитающих опровергает общепринятую точку зрения на происхождение человеческого поведения, истоки которой следует искать в представлении Джона Локка (Locke, 1984) о «*tabula rasa*». Маклин пишет следующее:

«Принято считать, что человеческий мозг начал свое существование как “чистый лист”, на котором мог быть запечатлен любой опыт. Работа Павлова об условных рефлексах с его особым подчеркиванием роли “новой” коры головного мозга только укрепила эту точку зрения. Общепринято, что человеческое поведение, за исключением базовых биологических функций, строится и развивается посредством передачи знаний и традиций из поколения в поколение. Таким образом, акцент делается прежде всего на обучении и вербальной коммуникации... Хорошо, если все человеческое поведение является продуктом обучения, почему же, несмотря на весь наш интеллект и культурно обусловленное поведение, мы продолжаем вести себя и действовать примерно тем же самым образом, как и животные?» (МакКеап, 1978, р. 319).

Несмотря на то, что мозг рептилий хранит опыт предыдущих поколений, Маклин считает, что рептилии плохо подго-

товлены к действиям в новых условиях, поскольку их мозг обладает только рудиментарной корой. Когда эволюция привела к появлению первых млекопитающих, они обладали уже более сложной корой. Эта примитивная кора обеспечивала млекопитающим лучшие способности воспринимать окружающую среду и учиться выживать в ней. У всех существующих ныне млекопитающих эта примитивная кора найдена в лимбической зоне. В 1952 г. Маклин предложил термин «лимбическая система» для того, чтобы объединить воедино лимбический мозг и те структуры ствола мозга, с которыми он соединен напрямую. Маклин так описывает некоторые уникальные особенности лимбической системы:

«Лимбический мозг, благодаря связи с гипоталамусом, имеет гораздо большее влияние на висцеральные и эндокринные функции, чем новый мозг. Результаты клинических и экспериментальных исследований, проведенных за последние сорок лет, показывают, что лимбический мозг извлекает информацию об эмоциональных переживаниях, ответственных за поведение, необходимое для самосохранения и сохранения вида» (р. 326).

Лимбическая система имеет три отдела. Нервные клетки первого отдела – миндалины – участвуют в обеспечении пищедобывательного, агрессивного и оборонительного поведения. Клетки второго отдела, перегородки, задействованы в выполнении основных функций, обеспечивающих процесс

воспроизводства. Искусственная стимуляция этой области вызывает сексуальное возбуждение и аффективное поведение. Третий отдел, расположенный вокруг сосцевидных тел, обеспечивает выкармливание потомства и материнское поведение в целом. В мозге рептилий нет никакого аналога этому отделу (их родительское поведение вообще выражено очень слабо).

Лимбическая система выполняет также важные интегративные функции, одна из которых относится к способности испытывать и выражать эмоции. Вся гамма чувств – от страха к экстазу и к чувству вины – генерируется именно этой частью переднего мозга человека. Важную роль лимбической системы в генерации подобных чувств доказывают самоотчеты пациентов, переживших приступы психомоторной эпилепсии в результате раздражения лимбического мозга. Маклин пишет:

«Сильное волнение может также вызвать вспышку чувств типа “эврика”, сопровождающих любое открытие, или парящую в сознании уверенность в том, что ты обладаешь истинным, реальным и полезным знанием. Когда мы думаем о том, как оценить важность того или иного события или факта, ничто не может дать нам больше, чем понимание, что именно примитивная лимбическая система обладает способностью генерировать сильное чувство убежденности в правильности собственного видения проблемы независимо от того, истинное оно

или ложное» (р. 331).

С появлением в процессе эволюции высших млекопитающих передний мозг резко увеличился, в основном за счет неокортекса. Этот неокортекс и стволовые структуры мозга, с которыми он напрямую связан, были названы «мозгом новых млекопитающих». Маклин пишет:

«Неокортекс достиг высшей точки в человеческом мозге, в котором развился целый мегаполис нервных клеток, связанных с формированием символического языка и относящихся к нему функций чтения, письма и вычислительных операций. Мать изобретения, отец абстрактного мышления, неокортекс обеспечивает сохранение старых и порождение новых идей» (р. 332).

Неокортекс предназначен для ориентировки и принятия решений в ситуациях, которые возникают во внешнем мире, получает сигналы прежде всего от глаз, ушей и соматических рецепторов. Как бы ни был важен неокортекс, он не играет никакой существенной роли во многих аспектах социального функционирования животных, что стало ясно из ряда впечатляющих экспериментов. Один такой эксперимент был проведен в 1969 г. на крысах, у которых сразу же после рождения посредством специальных манипуляций остановили развитие неокортекса (Haddad, Rabe, Laqueur, 1969). Было установлено, что, *несмотря на его отсутствие, животные оказались способны спариваться, размножаться и ухаживать за своими детенышами. Более того, психологические*

*тесты не выявили различий между подопытными крысами и их собратьями с полноценным неокортексом.* Маклин позже подтвердил результаты этих исследований на опытах с хомяками, у которых также было приостановлено развитие неокортекса. Эти животные *вели себя так, как и обычные хомяки в естественных условиях.*

Маклин провел другую интересную серию опытов на обезьянах, у которых были сохранены связи неокортекса с другими структурами, но большинство связей R-комплекса и лимбической системы были разрушены. В этом случае животные были способны передвигаться и питаться, они внешне не отличались от сородичей, но они *перестали вести себя как обезьяны.*

Работы Маклина ясно показывают, что на многие базовые аспекты поведения высших млекопитающих оказывает важное влияние та часть их мозга, которая является общей для высших и низших млекопитающих и рептилий. Маклин подчеркивает, что эволюционное развитие неокортекса обеспечивает млекопитающим уникальные возможности:

«Тот факт, что основные формы встречающегося в природе поведения обеспечиваются старейшими эволюционными образованиями мозга, не умаляет важности неокортекса. Ни один факт из области неврологии не является более достоверным, чем то, что неокортекс необходим для обеспечения функций языка и речи и что только ему мы обязаны бесконечным

разнообразием способов самовыражения» (р. 334).

Самая эволюционно молодая часть неокортекса – это лобные доли. В процессе эволюции от неандертальца к кромаignonцу человеческий лоб постепенно увеличивался по высоте. Лобные доли находятся непосредственно за высоким лбом. Хотя эта часть неокортекса почти никак не связана с интеллектуальными способностями, *зато она – и только она – отвечает за способность к самоконтролю и самосозерцанию*. Лобные доли обеспечивают также возможность заглядывать в будущее, планировать свои и чужие действия. Вероятно, именно неокортекс делает людей действительно непохожими друг на друга. Являемся ли мы единственными живыми существами, которые способны наблюдать за своими эмоциями, чувствами и субъективными состояниями, и, как следствие, единственными, кто способен в какой-то степени *модифицировать* влияние этих состояний на наши действия? Более того, действительно ли лобные доли позволяют нам различать объективную реальность и субъективные переживания?

Существует сложная взаимосвязь между R-комплексом, лимбической системой и корой головного мозга, которая прекрасно описана популяризатором науки писательницей Анной Розенфельд:

«Давайте возьмем простой пример – и позволим себе немного пофантазировать – поскольку мы и на самом деле не знаем абсолютно точно, какую роль каждый из

трех отделов мозга играет в формировании сложного человеческого поведения. Каждый компонент нашего триединого мозга реагирует как-то по-особенному на одни и те же сенсорные стимулы. Например, если мы случайно встречаемся с нашей “старой любовью”, неокортекс может начать генерировать обычные фразы из нашего разговорного этикета, медленно произнося имя человека, спрашивая “как дела”, болтая о том, о сем и при этом получая множество знаков и сигналов, несущих информацию о находящемся рядом человеке, и пытаюсь как-то успокоить лимбическую систему. Лимбическая система, напротив, будет засыпана всякими вопросами – сверху, снизу, изнутри и снаружи; она будет вспоминать свои желания и страхи, но ни в коем случае не останется спокойной. Посылаемые ею сообщения, проходя через другие, нижележащие отделы мозга, могут заставить сердце учащенно биться, руки – холодеть, живот – бурлить, лицо – вспыхивать, а сексуальные рефлексy – активизироваться, несмотря на все усилия неокортекса сохранять невозмутимость. Или, например, нас обуревают злость и желание прервать эту неприятную нам встречу. Но... мы продолжаем обмен любезностями. Тем временем унаследованная нами от рептилий часть мозга тоже начинает возбуждаться, заставляя нас делать такие жесты и принимать такие позы, которые выдают наш конфликт – возможно, наше рукопожатие будет длиться дольше обычного, или же мы внезапно почувствуем острое желание почесать ухо»(Коше^ЕЫ, 1976, р. 5–6).

Как видно из этого примера, иногда мы переживаем внутреннюю борьбу чувств, жестов и рационального осмысления ситуации. В другое время, однако, может наблюдаться большая гармония разных отделов мозга. Исследуя возможные анатомические и физиологические субстраты эмоциональной системы, было бы полезно выяснить также и ту роль, которую эмоциональность играет в природных системах.

## **Эмоциональная система в природе**

Как уже говорилось, когда встает задача изучить процессы семейного взаимодействия, нужно перейти от взгляда на семью как собрание относительно автономных индивидов к рассмотрению ее как целостной эмоциональной единицы. Представление о том, что группу отдельных организмов можно рассматривать как отдельную целостность, – в биологии это идея суперорганизма – имеет долгую историю. Несмотря на частые упоминания данной концепции в литературе, ее научный базис многим биологам представляется спорным. И хотя нет никаких сомнений в том, что организмы очень часто живут в плотно спаянных группах, разработка теоретических принципов, позволяющих рассматривать группу как единое целое, наталкивалась на определенные трудности. Когда нет понимания того, как именно организована группа, концепция суперорганизма действительно выглядит безосновательной.

Когда отдельный организм физически прикреплен к другому организму – как в колонии беспозвоночных и до определенной степени в некоторых колониях насекомых, – идея о том, что части находятся под управлением целого, представляется вполне справедливой. Даже когда организмы связаны между собой менее плотно, как большинство общественных насекомых, идея о суперорганизме также выглядит вполне разумной. Конечно, отдельные муравьи не совсем автономны, особенно тогда, когда они с помощью особых химических веществ склеиваются друг с другом. Кроме того, поскольку муравьи весьма различаются по своим функциям и физическому строению, правильнее описывать их индивидуальное функционирование в рамках целого, нежели в понятиях автономных «мотивов» каждого в отдельности. Однако когда организмы еще более свободны в своей привязанности друг к другу (как, например, млекопитающие), то естественнее воспринимать индивидуальный организм как автономный, действующий самостоятельно, а не в составе группы. Идея суперорганизма кажется притянутой за уши, когда применяется к таким независимым существам, как млекопитающие.

Изучение человеческой семьи привело к открытию, что психологическое и физическое функционирование отдельной личности, как и ее поведение, регулируется взаимоотношениями в гораздо большей степени, чем это было принято считать ранее. Было установлено, что эмоциональное функ-

ционирование индивида не определяется степенью его автономии, как это утверждали предшествующие теории. Наверное, самым важным результатом этого открытия явилась законченная теория, описывающая этот крайне важный процесс взаимоотношений. В рамках естественных наук такая теория никогда раньше не разрабатывалась. Чтобы оценить важность теории отношений, полезно рассмотреть роль процесса взаимоотношений у общественных животных.

### *Эмоциональная система общественных животных*

Армия муравьев является одним из наиболее ярких примеров того, какие ценные результаты могут быть получены при исследовании поведения животных в свете системных взаимоотношений. Первые работы, посвященные этой теме, были выполнены в 1930-1940-е годы Т. С. Шнейрла. Муравьи, как и многие другие общественные насекомые, разделены на касты: царицы, работники и солдаты. Эти особые виды общественных насекомых являются предметом давнего интереса ученых из-за своих циклических миграций. Орды муравьев периодически перемещаются на большие расстояния. Понимание того, что управляет этими массовыми миграциями, углублялось поэтапно, причем параллельно с пониманием связи между солнечными ритмами и человеческим поведением. И в том и в другом случае происходил по-

степенный сдвиг фокуса внимания с отдельных деталей на процесс их взаимодействия.

Сначала о взаимоотношениях в армии муравьев было мало что известно, вследствие чего некоторые ученые стремились приписать индивидуальные черты и мотивы поведения каждому отдельному муравью. Например, Пол Гриссволд Ховес (Howes, 1919) отмечал, что муравьи послушны и ответственны: лейтенанты следят за порядком и прячут царицу от остальных муравьев. Остается непонятным, каким образом это «собрание индивидов» планирует и организует миграцию.

Шнейрла, наоборот, считал, что поведение колонии не зависит от индивидуальных мотивов, а является результатом иерархически организованных взаимосвязанных поведенческих актов (Schneirla, 1957). Периодичность овуляционного цикла царицы регулируется не ее собственными биоритмами, а стадией созревания личинки. По мере того как личинка приближается к окукливанию и ее потребность в еде уменьшается, царице достается больше еды, увеличивается ее рабочая активность. Увеличение питания царицы стимулирует ее переход к новому циклу производства яиц. Кочевая фаза миграционного цикла колонии заканчивается в тот момент, когда совпадают изменения в активности царицы и рабочих муравьев. Было выявлено, что в основе циклических изменений жизни колонии лежит самовоспроизводящаяся система автоматической регуляции, система реципрокных отно-

шений между царицей и остальной колонией. Шнейрла установил, что колония муравьев может быть лучше понята как эмоциональная единица, чем как собрание отдельных особей. Колония как целое содержит в себе предсказуемый процесс взаимоотношений.

Даниель Лерман (Lehrman, 1967) провел обширные исследования влияния процесса взаимоотношений голубей-вахирей на их репродуктивное поведение. Его работа позволила получить два важных результата, которые идут в русле системного подхода к поведению. Первый состоит в том, что существует тонко настроенный взаимопереход между психологией и физиологией отдельного голубя, а второй – что существует взаимовлияние того, что происходит внутри отдельной особи, и того, что происходит между голубями.

Лерман, проводивший это исследование в Институте поведения животных в университете Рутгера, тщательно регистрировал последовательность мельчайших физиологических и поведенческих изменений у голубей-вахирей во время процессов ухаживания, спаривания, строительства гнезда, откладывания и высидывания яиц, выведения птенцов и, наконец, их выкармливания и защиты. Когда мужская и женская особи голубей-вахирей помещаются в клетку, где есть пустой стеклянный шар и какое-то количество материала для строительства гнезда, они сразу же начинают свой нормальный поведенческий цикл, который идет предсказуемым курсом по привычному расписанию. Полный цикл начина-

ется с ухаживания и продолжается до момента, когда молодые птицы уже способны сами клевать зерна с пола клетки. Все это занимает шесть-семь недель.

Изменения в поведении птиц происходят в четкой последовательности. Птицы не начнут строительство гнезда только потому, что в клетку помещен соответствующий материал. Гнездостроительное поведение может возникнуть только на определенной стадии цикла. На яйца и на молодняк птицы также реагируют лишь на соответствующей стадии цикла. Эти циклические изменения в поведении связаны не только с изменениями во внешней ситуации, но и с поразительными изменениями в анатомии и физиологическом состоянии птиц, которые включают и состояние яичников, и вес яичек, и длину кишки, и вес печени, и микроскопическую структуру гипофиза, и другие параметры, которые коррелируют с поведенческим циклом.

Хотя эти параллельные анатомические, физиологические и поведенческие изменения происходят в циклической форме у каждой птицы, *этих изменений не возникнет*, если мужскую и женскую особи поместить в разные клетки, пусть даже и в такие, где есть материал для строительства гнезда. Таким образом, цикл психобиологических изменений может происходить только синхронно у живущих вместе членов голубиной пары, но при их раздельном проживании он не запускается. Изменения, которые происходят у каждой птицы, есть результат стимуляции, возникающей от соседства с

партнером. Взаимодействие с партнером, например, постепенно готовит птицу к высиживанию яиц, и этот эффект значительно усиливается при наличии строительного материала. Сигналы, которые идут от самца, усиленные за счет присутствия шарообразного каркаса для гнезда и материала для его строительства, индуцируют выделение гипофизом самки полового гормона, а результатом этого процесса является ее готовность к высиживанию яиц. Короче, гормоны регулируют поведение, но и сами они подвержены влиянию поведения и других внешних стимулов. Поведение каждой птицы влияет на гормональный фон и поведение ее партнера. Это прекрасно организованная система, что видно из следующих слов Лермана:

«Регуляция репродуктивного цикла голубя-вахиря зависит, по крайней мере частично, от двойного набора реципрокных взаимоотношений. Первый из них – это влияние гормонов на поведение голубя и влияние внешних стимулов (включая те, которые вызваны поведением самого животного и его партнера) на секрецию гормонов. Второй же включает сложные реципрокные отношения между влиянием самого факта присутствия и поведения одного партнера на эндокринную систему другого и влиянием самого факта присутствия и поведения другой птицы (включая те аспекты ее поведения, которые индуцированы этими эндокринными влияниями) обратно на эндокринную систему первой птицы. Подобной цикличности не было

обнаружено у пар птиц, находящихся в изоляции друг от друга, так что синхронизацию циклов двух партнеров можно теперь считать результатом взаимодействия факторов внутренней и внешней среды (Lehrman, 1967, p. 88).

Джон Колхаун (Colhoun, 1963), изучая процесс социальной стратификации в колонии норвежских крыс, определил другие важные параметры взаимоотношений. Он обнаружил, что эти крысы, даже будучи генетически почти идентичными (благодаря специальному скрещиванию), находясь в группе, отличаются друг от друга по уровню активности и «степени общительности» с другими крысами. Этот феномен дифференциации был выявлен в *каждой* колонии. Даже когда Колхаун исследовал группу крыс с максимально высокой степенью генетического сходства, он также наблюдал, что колония по-прежнему производит как активных доминантных крыс, так и менее активных подчиненных особей. Если группа формировалась только из крыс, которые доминировали в прежней группе, новая иерархия приводила к тому, что кто-то из них становился подчиненным. Точно так же, если группа формировалась только из крыс, которые в прежней группе были подчиненными, в новой группе все равно появлялись доминантные крысы.

Развитие доминантности и подчиненности, или, другими словами, активного и пассивного функционирования, является скорее продуктом постоянно присутствующих взаимо-

отношений, нежели специфических личностных особенностей отдельных крыс. Совсем не нужно выводить особых крыс для организации этого взаимодействия, равно как и не требуется, чтобы сам процесс взаимодействия влиял на поведение крыс. Неизменность этого процесса взаимоотношений, независимого от способа размножения животных, свидетельствует о том, что он коренится где-то глубже, чем гены, либо он обусловлен той частью генома, которая никогда не меняется.

Колхаун высказал предположение о возможной функции процесса социальной стратификации. Поскольку более активные и доминантные крысы чаще спариваются и дают потомство, то этот процесс проявляет форму механизма естественного отбора. Однако на основе своего исследования ушастых окуней Бернанд Гринберг (Greenberg, 1946) предложил другую возможную функцию стратификации. У окуней существует социальная иерархия. Гринберг установил, что когда он изымал из аквариума подсаженного туда окуня-изгой, оставшиеся там постоянные жители становились более агрессивными друг к другу. Затем запускали новую незнакомую рыбу, и она становилась новым объектом агрессии. Все выглядело так, как будто эти рыбы-изгой служили каналом для отвода агрессии.

Примером другой удивительной системы, которая демонстрирует взаимодействие анатомии, физиологии, поведения и процесса взаимоотношений, является тропическая рыба

*Labroides dimidiatus*. Социальная группа состоит из одного самца и гарема самок, занимающих общую территорию. Робертсон (Robertson, 1972) показал, что самец подавляет тенденцию самок к смене пола, агрессивно доминируя над ними. Когда он умирает, доминантная самка в группе моментально меняет пол – и становится новым хозяином гарема!

Уилсон (Wilson, 1985), длительное время исследовавший процессы взаимоотношения общественных насекомых, был поставлен перед необходимостью использовать принципы системной теории. Он начал с определения специфических отношений, которые регулируют функционирование колонии насекомых. Пока Шнейрла изучал, как мельчайшие особенности поведения одного организма влияют на особенности поведения другого, Уилсон попытался выявить сами принципы, которые управляют наблюдаемыми последовательностями поведенческих актов. Колония насекомых – прекрасная гомеостатическая система в отношении контроля за размером популяции, кастовыми пропорциями и гнездового окружения. Поскольку Уилсон смог определить регуляторные механизмы, свойственные колонии как целому, т. е. механизмы, которые контролируют функционирование отдельных рабочих особей, он счел возможным назвать колонию насекомых суперорганизмом. Колония должна быть понята как самодостаточная целостность.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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