

Психологические установки по Карлу Густаву Юнгу

Экстраверсия и интроверсия

До развития идеи о четырех функциях сознания (см. главу 10) Юнг предложил классифицировать пациентов по типу установки на *экстравертов* и *интровертов*. Представителей каждой из четырех функций, в свою очередь, можно разбить еще на две группы по принципу экстраверсии/интроверсии. Юнг постулировал, что индивиды по-разному относятся к жизни, то есть речь идет о психологических способах адаптации. **Экстраверт** определяет себя сквозь призму взаимоотношений с событиями окружающего мира, а **интроверт** видит мир в условиях своего положения в нем. По Юнгу и его современным последователям, данные установки (экстраверсия или интроверсия) определяются не сознательным выбором и не являются врожденными по своей сути. С первым положением я согласен, со вторым – нет. Доминирующее активное миазматическое состояние, конечно же, предопределено и не представляет собой результат сознательного выбора (см. главу 12); и тип установки, несомненно, будет обусловлен существующим доминирующим миазмом.

Например, сифилитический и смешанный раковый миазмы обычно ведут к интроверсии, а сикотический и смешанный туберкулезный – к экстраверсии. Псорик, ищущий поддержки, может быть и экстравертом (т. к. ищет помощи других и ценит общество друзей и семьи), и интровертом (размышляет и теоретизирует). Потому-то два ребенка из одной семьи могут быть совершенно противоположных типов! Пациент также может проходить через различные миазматические стадии благодаря гомеопатическому лечению или отсутствию такового и менять свою психологическую установку на протяжении жизни. Так, сикотический подросток-экстраверт может стать депрессивным интровертом в зрелости, когда сифилитический миазм сменит сикотический и станет доминирующим.

Сила и слабость психологических установок

Эти два типа установок распознать гораздо легче, чем четыре функциональных типа, которые мы обсудим дальше.

- Экстраверт тяготеет к тому, чтобы быть замеченным (например, *Argentum nitricum*, *Argentum metallicum*, *Palladium*, *Platina*, *Lachesis* и *Sulphur* в своих начальных фазах), т. е. он всегда пребывает «в атаке», защищая свой имидж и стремясь к лидерству.

- Интроверт, напротив, не находит ничего лучше, чем уйти в тень и оставаться инкогнито. Он всегда пребывает «в обороне», яростно защищая свою уединенность. Он негласный лидер, обеспечивающий тыл, который с ним будет в безопасности.

- Экстраверт должен действовать и спешить во всем, чем бы он ни занимался (*Tarentula*, *Phosphorus*, *Sulphur*, *Lachesis*, *Nux vomica* и т. д.), и зачастую импульсивно. Но он уверен в себе и полностью использует все возможности, легко адаптируясь к различным ситуациям.

- Интроверт наблюдает, сомневается и обдумывает ситуацию, отчего действует медленно (например, *Calcarea carbonica*).

- Экстраверта (часто сикотика, любителя приключений) влечет и возбуждает новое и неизведанное, к которому он быстро приспосабливается.

- Интроверт псорически осторожно относится к неизвестному. Он планирует жизнь загодя и не любит импровизаций.

- Экстраверт (например, *Argentum nitricum*, *Ignatia* и *Pulsatilla* – все имеют импульсивность в 3-й степени) сначала действует, затем думает. Он быстро принимает решения, а действует энергично и безотлагательно, в отличие от интроверта.

- Экстраверт любит шум большого города, многолюдные супермаркеты и восточные базары.

- Интроверт ищет убежища в тишине своего дома, «вдали от шума городского». Чем более многолюдно место, тем меньше у него желания его посетить.

- Экстраверт нуждается в хорошей оценке со стороны окружающих (*Palladium*), подвержен влиянию общественного мнения и взглядов большинства.

- Интроверт ищет оценку внутри себя, а мнение со стороны убеждает его редко.

- Экстраверт желает влиять на окружающих с помощью своей речи (болтливость: *Lachesis*, *Sulphur*, *Phosphorus*, *Lycopodium*), обладает естественным авторитетом и командной жилкой.

- Интроверт влияет на других непреднамеренно, своими делами, говорящими сами за себя (например, *Aurum*, *Natrum sulphuricum*). (Многословный тип чаще пустомеля, бестактный болтун. Большинство людей избегают что-либо рассказывать экстраверту, поскольку не желают, чтобы об их проблеме все знали уже на следующий день.)

- Экстраверт преувеличивает и гиперболизирует свои моральные качества, поэтому не распознаёт свои собственные пороки. (Нет ничего высокого, что не произрастало бы из «низких» корней. Или, как говорил Ницше, «корни дерева, чьи ветви достигают небес, находятся в аду».)

У экстраверта много друзей, и он зачастую выбирает их неразборчиво (например, пациентка *Phosphorus* ищет связей со всем миром и ведома своей центральной делюзией «*совсем одна на острове*»); интроверт считает дружбу священной, неким даром, которого заслуживают немногие (*Natrum muriaticum* в 3-й стадии, *Sepia*). Экстраверт терпеть не может одиночества, поскольку оно вынуждает его рефлексировать, самоуглубляться, а это вызывает у него дискомфорт. Для экстраверта нет секретов. Его девиз – если нет новостей, пусть будут слухи. Он живет с душой нараспашку и часто обжигается, делясь чувствами. Интроверты секретов не раскрывают: личное должно сохраниться нетронутым любой ценой. Конечно, экстраверты не афишируют некоторые аспекты своей жизни – яркая сикотическая черта. Это не противоречит тому, что сикотический миазм обычно экстраверсивен в своих проявлениях. Секреты обычно маскируются другими гипертрофированными проявлениями экстраверсии.

Возьмите, к примеру, харизматического проповедника, скрывающего свою сексуальную жизнь. Примеры такого рода стали широко известны в последние десятилетия.

Экстраверт избегает всего, что гасит его оптимизм и созидательный настрой. Всё он делает с энтузиазмом, теплотой, полной убежденностью в неизбежном успехе: «Жизнь прекрасна!» Его избыточный оптимизм часто граничит с беспечной доверчивостью в ситуациях неизвестности и не дает разобраться в реальных возможностях. В лексиконе таких людей нет слова «поражение», риски в бизнесе – частое у них явление. Они любят приукрашивать действительность и редко бывают объективны. Конечно, на них часто нападает скука, если положительные результаты не даются быстро. Они могут легко поменять профессию, факультет в университете, даже супруга. Часто берутся за много дел сразу, рискуя ни одно не довести до конца. Успех может прийти в силу необузданного энтузиазма или жестокости. Темперамент холерический или сангвинический, лексика непристойная, поведение приводит к проблемам со здоровьем.

Интроверт более опаслив, тревожен и стеснителен, флегматического или меланхолического темперамента. Он видит трудности даже там, где их нет (например, *Silica, Gelsemium, Lycopodium* и *Aurum*, который *везде видит трудности, связанные с судьбой или ним самим*), смотрит в будущее и берется за любое дело с опаской. Поражение рассматривается как реальная вероятность. Это может приводить к нерешительности и, в итоге, к утраченным возможностям, поскольку выраженный интроверт бывает инертным вплоть до отсутствия интереса к жизни. Но в конечном счете он способен добиваться больших результатов, поскольку действует проверенными методами, объективно, бесстрастно всё анализируя. Он может рассчитывать на других, поскольку лидер он молчаливый, но надежный, ведущий за собой не красивым словом, но делом. В отличие от экстраверта, он стремится достичь высокого признания выбранной им социальной роли и готов положить на это время. Он добивается успеха еще и потому, что требует от других того же, что и от себя.

Для экстраверта самоуглубление (т. е. исследование своего бессознательного) полно опасностей, и он всячески пытается его избежать. Для него определенно существует лишь один мир – тот, который здесь и сейчас, осознанная, осязаемая реальность. Для него сны – это видения, которые улечиваются в момент пробуждения. Он находит достаточно подтверждений и заверений в окружающем мире, в котором «всё отлично и всё будет отлично». Он может увлекаться книгами с заголовками вроде «Как разбогатеть за год?». Ради достижения успеха он без сомнений приблизится к пределам дозволенного законом и даже выйдет за его рамки.

Интроверт, в свою очередь, лелеет свой внутренний мир и часто ведет личный дневник. Для достижения удовлетворения, комфорта и уверенности в столкновении с ежедневными проблемами он полагается на свою способность к рефлексии. Сны очень его интересуют, он любит в них разбираться. Его бессознательный мир столь же велик, как и сознательный, и он получает огромное удовольствие, культивируя теневую сторону своей личности. Безуспешность в этом лишь усилит постоянно присутствующую тревогу. Книги на тему «Психология бессознательного» у него настольные, а справедливость и честность, скорее всего, будут фундаментом его жизни. Свою ранимость он компенсирует прозорливостью.

Экстраверт – «социальная стрекоза», душа компании, легко общается с кем угодно, способен наэлектризовать помещение одним своим присутствием и умением вести разговор на любую интересную тему (например, *Phosphorus, Medorrhinum, Lachesis, Lycopodium, Sulphur* и *China*). Ежедневник заполнен пометами о встречах с друзьями. Такой человек легко подвержен влиянию друзей и столь же легко может восхищать других. Его инструменты – харизма, флирт и общительность. Невозможно не заметить на светском рауте яркого экстраверта с его заразительным смехом, нередко вплоть до того, что вы не вспомните никого другого, словно он израсходовал весь кислород в помещении. Яркая помада и вызывающие наряды женщины-экстраверта, говорящие о присущем ей даре обольщения, часто отражают сексуальность, используемую для завоевания окружающих. Много времени экстраверт тратит на чувственные удовольствия, пикники, игры, в том числе карточные, встречи, filmy и т. п. Интроверт смотрит на всю эту мишуру с презрением. К любому контакту он подходит с осторожностью: немногие могут заслужить его доверие или преодолеть защитные барьеры, которые он соорудил. Интроверт малообщителен и держится в стороне. Он ограничивает себя от влияния других, имеет мало друзей. В святая святых он допустит только родственные души.

Экстраверт снисходителен и великодушен, создает ощущение превосходства и самонадеянности вкупе с делюзией превосходства (делюзии «он великая личность», «он генерал», «он принц»). Ему несложно радоваться успехам других. Интроверт может стать завистливым и весьма критичным, увидит все соринки в чужом глазу, считая экстраверта существом без царя в голове, в то время как сам страдает недостатком уверенности в себе и своих силах. Делюзии такой пациентки часто имеют отношение к делам сердечным и религиозным (делюзии «в зеркале видит себя уродливой», «преследуема», «совсем одна в этом мире», «общается с высшей силой или с Богом» и др.).

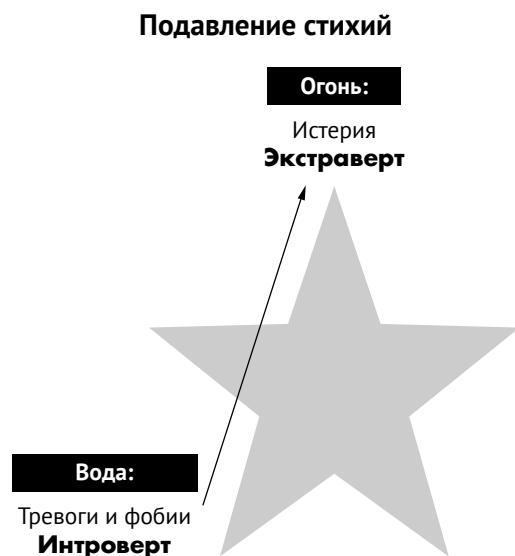
Называя интроверта «тормозом», экстраверт может обманываться, быть объектом насмешек и даже видеть в этом позитивный опыт, в то время как интроверт окружает себя рядами колючей проволоки и прячется в броню, чтобы избежать затруднений. Умеренность, педантичность и осторожность интроверта входят в противоречие с безграничным великодушием, панибратством и импульсивностью экстраверта.

Неврозы двух типов установки

Наиболее частый невроз экстраверта – *истерия*, относящаяся к стихии Огня в терминологии традиционной китайской медицины. Это сикотический гипертрофированный ответ непосредственному окружению: постоянное стремление сделать себя интересным и привлекающим внимание подключает фантазию, что часто проявляется ложью, хвастовством и преувеличениями. Если экстраверт обладает еще и гипертрофированной сферой сознательного, его бессознательное будет незрелым и архаичным, что может привести к невротическим срывам, злоупотреблению наркотиками и инфантильному эгоизму. Конечно, психоэмоциональная экстраверсия приведет к типичной гипертрофии и театральности соматических симптомов,

как бывает у *Ignatia*, – истерический ком, вздохи, тремор, всхлипывания, судороги после горя или замечаний – всё это сикотические проявления.

Интроверт, относящийся в традиционной китайской медицине к стихии Воды, более склонен к *тревогам* и *фобиям*, которые ведут к нерешительности и странностям в поведении, изолируя человека еще сильнее. Но догадайтесь, кто лучше себя контролирует? Экстраверт считает, что **он**. Однако ни в какое сравнение с интровертом он не идет. Вода побеждает Огонь!



На первый взгляд кажется, что интроверт – социальный неудачник. Стремясь к тишине, он легко получает обвинения в отчужденности, холодности, высокомерии, асоциальности, гордыне, упрямстве, эгоизме и своенравии. Но мы не должны забывать, что у каждого индивида есть мир объективный и мир субъективный, а целостность формируется из видимого сознательного и потаенного бессознательного. Субъективная сторона обладает ценностью не меньшей, чем объективная. Тут разница в приоритетах: у любого человека преобладает что-то одно. Нужно избегать односторонности и для большего совершенства развивать обе стороны.

То, что ценно для интроверта, может не иметь интереса для экстраверта. Моя супруга (интроверт, интуитивный тип *Carcinosinum*) выбралась на прогулку со своей подругой-экстравертом, которая не поддержала идею посетить музеи, желая пройтись по магазинам. Особого энтузиазма у моей жены это не вызвало, но, бродя по магазинам, они зашли в один, где были выставлены старинные медицинские инструменты и книги. Это воодушевило мою супругу-интроверта, которая тут же превратилась в экстраверта и принялась оживленно обсуждать с хозяйкой историю этих сокровищ. Между тем ее подруга-экстраверт упала духом и не могла дожидаться, когда они закончат: ей было скучно и одиноко. Другими словами, этот магазин смог поменять людей ролями: моя супруга стала экстравертом, а ее подруга интровертом!

Супружество и типы установки

Предыдущая история подводит нас к теме брака и отношений. Хорошо известен старый афоризм «Противоположности притягиваются». И, конечно, создается впечатление, что идеальный брак – это симбиоз двух противоположных людей, интроверта и экстраверта, которые бессознательно комплементарны друг другу. Один партнер разведывает и рефлексировает, а другой проявляет инициативу и действует в соответствии с рефлексиями первого. И жизнь полна роз без шипов, не так ли? Увы, таких роз в природе не существует. Когда мужчина-экстраверт достигает успеха в карьере и цели в жизни (т. е. успешного выхода на пенсию), у него появляется время заняться своей супругой-интровертом и ее делами. Он не осознаёт, что вплоть до этого момента они действовали в противоположных направлениях и каждый энергично удерживал свою сферу влияния. Теперь же они повернулись друг к другу – и, возможно, пришло понимание, что они никогда друг друга не знали. Дружба дружбой, но табачок врозь!

Конфликт двух типов в данном случае почти неизбежен, если каждый решит навязать свою волю партнеру. Исключение – идеальная личность, способная увидеть и оценить положительное в партнере. К сожалению, такие люди – редкость. Мы должны помнить, что экстраверт обладает чертами интроверта, которые глубоко сокрыты и в большей или меньшей степени неосознаваемы (у большинства экстравертов интроверсия редко, но проявляется). Естественно, подобное верно и в отношении интровертов.

Выходя на пенсию, пациент лицом к лицу сталкивается со своей неразвитой слабой стороной, и это пугает его. Лишь те, у кого имеется внутренняя сила и кто прошел долгий путь индивидуации*, успешно смогут задействовать свою слабую сторону на благо отношений. Для других «идеальный» симбиоз окончится страшным пробуждением и несказанными трудностями. Для большинства признать ценность партнера равносильно обесцениванию себя, не считая тех немногих людей (исключений, признаем), которые способны и к экстраверсии, и к интроверсии. Конечно, в течение жизни экстраверт и интроверт часто вырабатывают в себе противоположные интересы (просто прожив разные жизни). Теперь, когда оба партнера больше не сталкиваются с внешними трудностями, такими как зарабатывание денег, симбиоз может распасться. И вполне понятно, почему индивид *Aurum*, занимавший высокое положение исполнительного директора, заслуженного врача, адвоката или офицера высшего командного состава, выйдя на пенсию, может впасть в глубокую депрессию. Он не способен ужиться со своим бессознательным и тем, что было бессознательным у его супруги. Для него это крах: жизнь утратила смысл (делюзия «он не годен для этого мира»). Скука, тревога, раздражительность, инфаркт и даже суицид – таковы типичные последствия.

* Индивидуация, по Юнгу, – процесс становления личности, такого психологического развития ее, при котором реализуются индивидуальные задатки и уникальные особенности человека. – *Примеч. пер.*