

## Что такое черта характера?

Когда мы говорим о качестве личности или индивидуальности, то применяем к человеку весьма обобщенное представление, которое пригодно и для неодушевленного предмета - скажем, минерала, вещи, поскольку они все обладают определенными качествами, которые обнаруживаются в отношениях вещей друг к другу, в их сравнении. Однако в применении к человеку принято говорить о чертах, чтобы их отличить от понятия качества, которое используется слишком широко. Поэтому для того, чтобы организовать наше самопознание или познание других, нам необходимо уяснить себе, что же следует понимать под чертой характера человека или чертой личности.

Человек обнаруживает свои свойства в поступках, в поведении. Посмотрите на то, как мы работаем. Один делает все быстро; другой - медленно и основательно, тщательно обдумывает задачу и лотом действует наверняка; третий сразу же бросается в задачу, как в омут, и уже после того, как он к ней приступил, осматривается и координирует свои действия с учетом обстоятельств. Один сдержан в общении, другой открыт, один занят своими мыслями, а другой - мыслями других. Эти различия, прежде всего, проявляются как определенные особенности поведения. Любая черта есть некоторый устойчивый стереотип поведения. Но самый необщительный человек в определенных обстоятельствах становится общительным, правдивый - солжет, трусливый проявит отвагу и мужество. Поэтому смысл каждого устойчивого вида поведения нужно связывать с той ситуацией, в которой он осуществляется.

Мы можем очень грубо ошибиться, если некоторую черту человека будем рассматривать в отрыве от тех типичных ситуаций, в которых она проявляется. Мы удивились тому, что наш Петя-лжец оказался правдивым, потому что не знали его личной ситуации и того, как он ее определяет. Если бы ее знали, то его поведение было бы нам понятным. Поэтому любая черта - это *устойчивая форма поведения в связи с конкретными, типичными для данного вида поведения ситуациями*. Тот, кто может в большинстве своих жизненных ситуаций проявить отвагу и самоотверженность, не становится трусливым оттого, что, например, боится зубоврачебного кресла.

В восприятии человека человеком люди склонны недооценивать значение ситуации и переоценивать черты характера. О других людях мы чаще всего думаем как о неизменных сущностях, обладающих раз и навсегда определенными чертами. Если человек солгал или достаточно часто лжет, то мы приписываем ему свойство, обозначаемое словом «лжец». С этого момента, с момента выполнения акта наименования, нам начинает казаться, что данный человек обладает неизменной и постоянной чертой, которая определяет наше отношение к нему. Фетишизация слова, с помощью которого мы обозначаем подобный устойчивый шаблон поведения, приводит к тому, что наше отношение к человеку становится ригидно-

устойчивым. Поскольку этот человек ведет себя в соответствии с тем, как мы к нему относимся, то черта, которую мы мыслим в отрыве от ситуации, закрепляется и внедряется в структуру его личности. Если черта, обозначаемая определенным словом, в обществе расценивается как плохая, то такая диалектика приводит к тому, что человек, которому приписывается эта черта, начинает о себе думать, что он плохой, лжец.

Известно, что К. Маркс, говоря о товарном фетишизме, показал, что в человеческих отношениях вещь, предназначенная для обмена, приобретает таинственные свойства, сильно влияющие на человеческое поведение. Можно с таким же основанием говорить о фетишизме имени. Имя является символом, приписываемым единичному, и тем самым - стимулом, вынуждающим носителя имени и других к определенному поведению. Магическое значение имени сохраняется применительно к чертам человека. «Лжец», «лентяй», «предатель», «сильный», «заботливый» влияют не только на носителя имени, который становится более лживым, ленивым, ненадежным или более сильным, заботливым, но и на других, которые начинают обращаться с носителем этих признаков в соответствии со сложившимися стереотипами. Выбор имени может быть особой заботой родителей, искренне верящих в то, что свойства имени будут переходить и на носителя. Наблюдательный человек может найти корреляции между характером отдельного человека и его именем, что, по-видимому, является следствием того, что с носителем определенного имени окружающие склонны обращаться соответствующим имени образом, а это не может не оказать влияния на формирование характера.

Словесные обозначения отдельных черт характера приобретают относительную самостоятельность и также способствуют закреплению данной черты в соответствии со значением ее наименования, поскольку окружающие склонны быть особо внимательными к носителю определенной отрицательной черты. В самопознании нам придется научиться отделять наименование черты от стихийно возникающего представления о ее поведенческой основе. Это необходимо также для конкретизации нашего мышления о другом человеке или о самом себе путем включения в предмет осознания черты еще и ситуации, в которых данная черта проявляется. Что обозначает выражение «правдивый человек», если мы пытаемся его понять вне связи с ситуацией? Наша задача значительно упрощается с момента, когда мы начинаем мыслить черту в связи с ситуацией или другими обстоятельствами. Тогда мы найдем, что, скажем, поведение, обозначаемое словом «лживое», у одного возникает в состоянии угрозы, выступает как способ устранения опасности и диктуется страхом, а у другого - в ситуации, когда возникает возможность предстать в выгодном свете, приписав себе некоторые достоинства, которые ценятся среди окружения. В первом случае, оказывается, в основе лжи лежат ранимость, страх, привычка к бегству из ситуации и отсутствие стойкости, а во втором случае - это уже способ повышения престижа, получения

восхищения значимых других. Нетрудно заметить, что за одной и той же чертой, точнее - наименованием, скрываются совершенно различные качества личности. Следовательно, познание самого себя или других требует, чтобы наряду с поименованными чертами мы мыслили и определенные группы жизненных ситуаций. А это приходит с опытом жизни. Если ребенку сказать, что «этот человек плохой», то он оценивает его плохим, независимо от обстоятельств и ситуаций жизни. Для ребенка этот человек всегда плохой! Такой инфантильный способ мышления в познании другого человека свойствен и взрослым. Психологи именуют это предубеждениями и предрассудками, которым соответствуют определенные стереотипы. Человек с выдающейся нижней челюстью считается волевым, энергичным, даже если эта конфигурация лица вызвана деформацией из-за неправильного прикуса.

## Наименование черт

Мы живем не только в мире энергии, форм, вещей, но и в мире имен. Для каждого из нас имеют значение не только суть черты и ситуации, в которых она проявляется, но и то, как называется эта черта. Между названиями «трусливый» и «осмотрительный» граница неопределенна. Однако первое вызывает отрицательное отношение. Обладать такой чертой неприятно. Если же я думаю, что у меня такой черты нет и я всего лишь «осмотрительный», «осторожный», то тот, кто мне приписывает трусливость, оскорбляет, обижает меня. В условиях, когда эти черты приобретают особое значение, например во время войны, моя реакция на приписывание этих черт существенно обострится. Не менее сильной будет и реакция других» Они могут, например, зная, что я труслив, объяснить неудачу в штурме высоты моей трусостью и отдать меня под суд военного трибунала. Они не станут этого делать, если будут считать, что я просто осторожен или осмотрителен. Отбор слов, с помощью которых обозначаются наиболее часто встречающиеся черты, происходит все время и имеет исторические причины. Поэтому понимание истинного значения слов, с помощью которых именуется черты, способность отделить общественное значение от смысла имени, а также понимание строения черты имеют исключительное значение в самопознании.

И это касается не только самопознания, но и процесса самооздоровления, которое происходит вследствие ослабления напряжения души, возникающего от приписывания себе самим собой или другими определенных черт. Из практики консультирования мне вспоминается случай, когда клиент жаловался на слабование и просил меня помочь разработать ему программу усиления воли. Я его спросил, что же он понимает под силой воли.

- Сила воли - это когда я могу настоять на своем и ничто не остановит меня, - ответил он уверенно. Потом добавил:

- И когда я могу заставить себя и других делать то, что надо.

Я попросил его описать наиболее часто встречающиеся ситуации, в которых он не мог настоять, т. е. проявил недостаток силы воли. Оказалось, что эти ситуации были связаны с поддержанием порядка в доме и необходимостью наказывать домашних, в особенности жену, за нарушение порядка в доме, за то, что она его поддерживает недостаточно энергично и систематически.

- А что значит «настоять» в вашем представлении? - спросил я его.

- Она должна быть наказана; по крайней мере, я должен сделать ей замечание, и если она не отреагирует на него, отругать и настоять на своем. Но я не делаю замечаний и не ругаю ее,- пояснил он свою слабость.

- А что вам мешает делать ей замечания и настоять на своем?- донимал я клиента своими вопросами.

- Не могу. Она по этому поводу сильно переживает. У нее портится настроение, и мне от этого становится еще хуже. Мне больно, когда ей неприятно. Я даже притворяюсь, что мне все это безразлично, лишь бы ее хорошее настроение не

омрачилось ничем. Но мне это все труднее и труднее делать. Иногда срываюсь.

- Как бы вы могли назвать ту черту в вас, которая мешает причинять вашей жене неприятности и способствует сохранению у нее хорошего самочувствия? - Я продолжал его подталкивать к размышлению о собственных чертах характера.

- Наверное, альтруизм?

- ?

- Люблю я ее! - сказал он наконец.- Наверное, в этом причина моего слабоволия? - спросил он удивленно.

- А в отсутствие близких вы часто раздражаетесь по поводу нарушения порядка в доме?

Оказалось, что его чрезмерный педантизм приводил к тому, что он терял способность к конструктивной работе, так как все силы уходили на наведение порядка. Прежде чем сесть за свою работу, ему нужно были упорядочить ее условия; на это уходила вся энергия, и для работы сил уже не оставалось.

- Так, значит, навязчивый педантизм и любовь к жене. Причем тут слабоволие? - Потом, выдержав некоторую паузу, чтобы подчеркнуть значение сказанного, я добавил:- Будем заниматься вашей навязчивостью как отрицательной чертой. А ваша любовь к жене не имеет никакого отношения к слабоволию.

В практике психотерапевта и консультанта постоянно решается задача уяснения того, что скрывается за наименованиями свойств человека, которые, будучи приписаны человеку, подвергают его в стресс. Также и в самопознании важно понимать значение и смысл наименований черт, которые мы находим или приписываем себе.

Итак, рассмотрены структура черты и типичные ситуации, в которых данный устойчивый шаблон поведения проявляется.

Но это еще не все.

Наряду с ситуациями, в которых обнаруживается определенная черта, ее существенной характеристикой является вероятность того, что данный вид поведения в данной ситуации состоится. Эта вероятность приближается к единице, например, если в десяти случаях, когда человек может проявить страх, он проявляет его только в одном, мы можем сказать, что этот человек бесстрашный. Поэтому в понятие любой черты включается не только вид поведения, характерный для ситуации, в которой он возникает, но и вероятность того, что это поведение возникнет в данной ситуации. О какой-либо черте мы можем говорить как об устойчивой характеристике человека, если эта вероятность достаточно велика.

Когда же вероятность приближается к единице, то мы говорим о строго детерминированном поведении; оно просто механически обусловлено. Простые условные или безусловные рефлексy, как правило, строго детерминированы. Например, если прикоснуться к роговице глаза, то в этой ситуации абсолютно достоверно, что глаз будет реагировать миганием. Точно так же абсолютно детер-

минированно проявляются некоторые привычки, которые закрепились в нас, например наш ответ на улыбку другого человека или на приветствие. Если кто-то сказал нам «здравствуйте», то мы автоматически отвечаем на это приветствие и лишь потом успеваем подумать о том, кто этот человек и почему он с нами поздоровался. В данном случае эту черту мы называем воспитанностью.

Итак, под *чертой характера* мы будем понимать такие устойчивые формы или шаблоны поведения, которые возникают в определенных ситуациях с достаточно большой вероятностью, так что можно предвидеть это поведение. Если же мы не в состоянии предвидеть поведение другого или собственное поведение, то не можем вести речь и о черте характера. Следовательно, познание самого себя есть познание собственных черт характера.

Знание черт человека играет исключительно большую роль в совместной жизни и особенно в совместной деятельности. Поэтому наиболее распространенные черты обозначены определенными словами. Когда мы говорим, что человек обидчив или тщеславен, то нужно отчетливо представить, что же скрывается за этими словами. Иначе слова остаются пустым звуком, вызывающим в нас лишь определенное эмоциональное отношение: нам кажется, что мужество, правдивость - это нечто хорошее, а трусость и педантизм - нечто плохое. Но так как эта книга написана не просто для познавательного чтения, а ради практической помощи читателю в самосовершенствовании, то очень важно каждый раз представлять, что же скрывается за этими словами.

## Для чего нам нужно знать черты характера?

На этот вопрос ответить нетрудно: для познания себя и других и, в конечном счете, для самовоспитания и умения правильно строить отношения с другими. Но это не все. Прежде всего, это знание необходимо для повышения эффективности общения с другими, но это не исключает необходимости понимания смысла определенных черт человека. Тягостное впечатление производит человек, употребляющий слова, не понимая их смысла. Когда дело касается слов, с помощью которых обозначаются предметы, свойства неживых объектов природы, то мы быстро обнаруживаем несоответствие и вносим коррективы в свое мышление. Но когда мы произносим слова, обозначающие черты характера, то мы миримся с невежеством в этой области. В некоторых случаях это незнание становится привычным и причиняет нам большой вред, поскольку дезориентирует наши усилия по самосовершенствованию. Мы уже приводили пример со слабоволием. Часто проблемы бывают сложнее, когда имена черт используются как оскорбление. Точно так же искажается взаимосвязь черт. Когда мы пытаемся объяснить поведение человека, кроме мотивов манипулируем в уме еще и чертами. Некоторые под силой понимают упрямство или агрессивность. «Он дерется потому, что очень сильный», - сказал мне один мальчик, которого я спросил, что он понимает под «сильным мальчиком». Беспощадность, нечуткость и отчужденность от других часто в сознании людей рядятся в имена целеустремленности и силы. На самом же деле эти качества прямо противоположны им. Нетрудно понять, что упрямство - это вид слабости, когда наше Я не может изменить однажды возникшее отношение или сменить определенную цель, которая уже стала бессмысленной.

Знание черт необходимо, чтобы понимать, какое поведение и какие ситуации скрываются за ними. Имея дело с обидчивым или упрямым человеком, я должен поступать иначе, чем с человеком открытым и гибким. Знание того, как черты устроены, позволяет организовать наши представления о людях в устойчивые понятийные формы, что несомненно повышает возможности взаимного понимания и приспособления друг к другу.

Психологи, изучавшие способности людей к взаимной адаптации, нашли, что обладающие этими способностями, как правило, лучше знают значение слов, обозначающих определенные черты. Однако я не перестаю удивляться тому, что при современном уровне развития психологии недостаточно уделяется внимания описанию человеческих черт. Большие интеллектуальные усилия затрачиваются на их классификацию, сведение к небольшому числу основных черт. При этом значения слов, обозначающих черты человека в повседневной жизни, почти не расшифровываются. А это необходимо для поддержания психического здоровья людей. Когда дело касается вещественных субстанций, то мы тщательно классифицируем их на вредные и невредные, изучаем строение. Когда же касается дело того, что скрывается за наименованиями черт характера, мы беспечны.

Сознание человека устроено так, что наши мысли становятся отчетливыми и определенными в случае словесного их выражения. Читатель, наверное, замечал, что многое ему кажется понятным до тех пор, пока нет необходимости выразить свое понимание в речи. Как только он начинает говорить, то замечает, что многое ему еще непонятно. Поэтому понимание слов, с помощью которых обозначаются черты личности, необходимо для понимания самого себя и других.



## Какие черты следует вырабатывать в себе?

Спросите любого из нас, какие качества мы хотели бы иметь, и мы не затруднимся с ответом. Легкость решения этой сложной задачи - кажущаяся. Она происходит от уверенности в значении того, что большей частью мы плохо знаем. Черты, которым мы придаем значение, при ближайшем рассмотрении и анализе оказываются иными и вовсе не значимыми. Поэтому невозможно правильно определить цели самовоспитания, пока мы не будем ясно представлять, чего хотим от себя.

Каждый занимающийся определенным делом должен ясно определить цели своей деятельности. Это нам помогает организовать все действия, необходимые для ее достижения, способствует вовлечению других в достижение общей цели, позволяет контролировать работу по получению конечного результата. Это верно для любой деятельности. В работе по самовоспитанию важно знать, какие результаты должны быть получены в итоге. *Каков я есть сейчас, каким я должен стать в результате работы самовоспитания* - вот вопросы, на которые человек должен ответить. А для этого необходимо точно определить цели самовоспитания. Они же могут быть заданы в тех чертах, которые человек намерен выработать в себе, усилить или, напротив, ослабить, сгладить.

Такие черты, как любовь к учению или к любому делу, которым человек занят, умение быстро входить в работу, умение отдыхать в перерывах между делом, сосредоточенность, концентрация внимания, спокойствие, быстрота принятия решения, хорошая память, способность мало спать и высыпаться, физическая сила и выносливость, красивая осанка, худощавость, умение ладить с людьми, уверенность в себе, самоуважение, уважение к другим, необидчивость, отсутствие тщеславия, принципиальность, любовь к близким, способность уступить слабому и противостоять силе,- эти черты, если они своевременно выработаны, могут оказать огромное влияние на судьбу человека, на его профессиональное и семейное самоопределение. Поэтому выработка этих черт может быть целью самовоспитания. Как видно, здесь перечислены разные черты: умственные, социальные, физические, конституциональные. Каждый из нас может составить список черт, которые следовало бы усилить, и список черт, которые можно было бы ослабить. Вместе с тем многие черты носят полярный характер. Например, борьба с трусостью есть выработка бесстрашия и мужества, устранение физической слабости достигается путем усиления здоровья, забывчивости - путем достижения уверенности, которая улучшает нашу память и способность помнить то, что нужно. Однако при определении целей самовоспитания полезна консультация с компетентным психологом или педагогом, чтобы правильно их наметить.

Мне вспоминается случай с человеком, который решил бороться со своей забывчивостью путем тренировки памяти. Он заучивал длинные списки слов, рисунков, названий различного рода объектов. Он работал добросовестно, но

результаты оказались странными. Он помнил огромное количество слов и предметов, которые специально запоминал, а черта забывчивости в нем осталась. Он забывал как раз то, что ему важно было сделать. Это произошло потому, что он не понимал, что его черта забывчивости происходила не вообще от плохой памяти, а от того, что он забывал как раз те дела и ту информацию, которые для него были особо неприятны, и то, что ему не хотелось делать, хотя и было необходимо. В результате у него было много неприятностей на работе. А если бы он понимал происхождение своего недостатка, взялся бы за выработку любви к той работе, которую он делает, вместо того чтобы заниматься бесполезным делом (тренировкой памяти), его забывчивость исчезла бы с того момента, как ему стала нравиться его работа. Но чаще всего дело будет обстоять сложнее, если принять во внимание, что направленное забывание может происходить под влиянием более глубоких конфликтов в бессознательном. Может быть, его начальник на работе чем-то напоминает ему строгого и беспощадного отца, которого он боялся? Может быть, этот страх - результат существования неизжитого Эдипова комплекса, как полагают психоаналитики? Может быть, ситуация, в которой он находится на своей работе, обладает признаками тех обстоятельств, в которых ранее ему было очень стыдно и страшно, но он о них забыл, а его бессознательное помнит? Поэтому если есть возможность, то при определении программы самосовершенствования нужно обязательно проконсультироваться с человеком, который в этом разбирается.

Чтобы не допускать грубых ошибок в планировании работы над собой, важно знать, как устроены наши черты, которые мы стремимся у себя выработать, и как устранять привычки, которые стали плохими чертами характера.

## Как устроены черты характера?

Поскольку мы уже установили, что черты - это некоторые устойчивые типы поведения, возникающие с достаточно высокой вероятностью в определенных ситуациях, то теперь нетрудно будет от понятия поведения перейти к понятию действия. Каждое, какое бы ни было - сложное или простое, поведение состоит из определенных действий, которые организованы так, что способствуют достижению определенной цели. Поэтому, чтобы понять, как устроена черта характера, полезно получить представление о том, как устроено само действие или действия, из которых складывается черта.

Действие характеризуется, прежде всего, целью. Предположим, что я намерен выпить воды; в этом случае все многообразие усилий, направленных на то, чтобы вода оказалась во рту, организуется именно нашим представлением того, что такое «вода во рту». В зависимости от условий я могу воспользоваться стаканом, или пить из трубочки, или просто наклонившись над водоемом, как это делают четвероногие. Вот этот результат, с достижением которого действие считается выполненным, и является той силой, которая способствует организации всего действия. Действие устроено так, что его результат существует в представлении заранее, до исполнения действия, в виде идеального образа результата. Этот образ и позволяет координировать процесс. Если я ясно представляю цель, то действие хорошо организуется. Если же эти представления неясны, неопределенны, то действие может распасться, не реализоваться.

Хотелось бы обратить внимание читателя на то, что полностью автоматизированные действия нами могут и не осознаваться. Тогда от сознания ускользают и цели. В этом случае наше бессознательное работает вне всякого сознательного контроля. Цель не осознается, но она может порождать действия, которые никак невозможно объяснить сознательно поставленной целью. Например, муж признается жене в неверности. Сознаемая им цель состоит в том, чтобы показать, как он ее любит и ничего не скрывает. А на самом деле это действие направлено на то, чтобы причинить ей боль в отместку за прошлые обиды. Поэтому человек должен стараться ясно представлять свои подлинные цели, размышления над реальными последствиями действия и способом его достижения. Если бы муж задумался о результатах своего признания, то он, наверное, мог бы понять, почему ему хочется признаться ей именно в тот момент, когда она счастлива и рада. Не мешает иногда задать себе вопрос: «Почему я этого хочу?»

Осознание цели приводит к ориентировочной активности, направленной на оценку обстоятельств, в которых нам предстоит действовать. Функция нашего мышления, думания состоит в том, чтобы на основе оценки ситуации и воспроизведения прошлого выбрать наилучшую программу достижения цели. Однако в прошлом опыте некоторые программы приводили к неприятным переживаниям, или, как говорят психологи, к отрицательному эмоциональному подкреплению, а некоторые программы - к положительному. Понятно, что

выбирается последняя. Но бывает так, что все возможные программы в прошлом опыте сопровождались неприятными переживаниями, отрицательным подкреплением. Тогда цель может существовать, но человек чувствует, что она недостижима. Ему мешает какая-то внутренняя преграда, которую он не может преодолеть. В этом случае мы или отказываемся от цели, или переживаем крушение надежд, фрустрацию. Но так бывает не всегда. Большей частью мы более благополучны.

В зависимости от обстоятельств на основе прошлого опыта выбирается определенная программа достижения цели. Выбор способа определяется обстоятельствами, ситуацией. В прошлом опыте содержится информация о многих программах действий и выбирается та, которая кажется человеку наиболее уместной и приемлемой.

Но бывает, что в прошлом опыте подобной программы не было. Тогда строится новая программа, происходит творческий процесс поиска. Мы, таким образом, в составе действия выделили три элемента: *цель, оценку ситуации и программу, или план*. Однако действие еще должно реализоваться. Процесс исполнения действия постоянно корректируется в зависимости от того, правильно ли оно исполняется или нет. Сейчас это называется *обратной связью*. Физиологи, изучавшие действие, нашли, что наши мышцы не только получают определенные сигналы из центральной нервной системы, но и посылают обратно сигналы, в которых передается информация о том, как выполняется действие. Это делает возможным постоянное управление и регулирование исполнения. Поэтому действие осуществляется в процессе управления им. Я подробно рассказываю об устройстве действия для того, чтобы читатель имел представление о том, что обучение определенному действию всегда есть обучение определенным его функциональным элементам: обучение постановке цели, оценке ситуации, способам и проверке исполнения. .

Действие осуществляется так: ясно осознаются его программа и цель, а регулирование выполняется чаще всего автоматически. В тех случаях, когда действие отработано, оно называется *навыком*. Для его исполнения не требуется сосредоточения внимания. Увидев канаву, я автоматически перепрыгиваю ее. Все это происходит благодаря навыку. Таким образом, навык освобождает ум и внимание от необходимости сосредоточиваться на отдельных деталях действия. Чем больше навыков, тем легче исполняется действие или поведение. Поэтому, когда мы совершаем огромное количество действий, почти не задумываясь над ними, это свидетельствует только о том, что эти действия благодаря частому упражнению превратились в навыки. Но в этом наряду с положительной стороной есть и отрицательная. Навык, став привычкой, не нуждается в сознательном регулировании. Привычки бывают как хорошие, так и дурные.

Отдельные действия, организуясь в большое целостное действие, могут образовать сложный навык, например, управления автомобилем или сложный

навык прощупывания печени больного, исполняемого врачом в целях диагноза. Вот эти сложные навыки, представляющие некоторую целостную деятельность, принято называть *умениями*. Умение использует и знание, и опыт. В отличие от навыка в умении сознание участвует в большей степени.

Теперь мы имеем представление о том, как устроена какая-либо черта в смысле типа поведения. Это некоторая автоматизированная реакция на определенную ситуацию; это система сложившихся навыков, которые возникают всякий раз, когда складывается определенная ситуация. Поэтому, если я хочу изучить, как устроена моя определенная черта, я должен умственно воспроизвести постепенно все стадии поведения, составляющего эту черту, и те навыки-действия, из которых состоит это поведение.

Но для того чтобы узнать, как работает эта черта, надо знать, какая ситуация вызывает это поведение. Для этого нам надо установить, чем отличается привычка от навыка. Если навык, в общем-то, включается сознательно, то привычка, в отличие от навыка, срабатывает полностью автоматически. Достаточно курильщику увидеть сигарету или папиросу, как его рука автоматически тянется к ней. Срабатывает привычка. Часто сам курильщик даже не успевает подумать о действии, которое уже сделано. Это плохая привычка - курить, тянуться к сигарете. Однако и хорошие привычки тоже срабатывают автоматически. Представьте, что вы идете по улице. Вдруг некто, идущий рядом с вами, запнулся и вот-вот упадет. Вы еще ни о чем не успели подумать, как ваши руки уже его поддерживают, чтобы он не упал. Эта привычка лежит в основе черты взаимопомощи. Однако, к сожалению, существует достаточно много людей, у которых такой привычки нет и они не могут автоматически «сработать», чтобы поддержать падающего.

Представьте на минуту, что вы не успели поддержать падающего. Вы испытаете очень неприятное чувство. У некоторых это чувство настолько сильно, что они предпочли бы сами упасть, чем позволить упасть другому, особенно если это старый человек. Это свидетельствует о том, что привычка, в отличие от навыка» состоит также и в потребности выполнить определенное действие. Если потребность не удовлетворена, мы всегда испытываем чувство лишения. Точно так же в привычке навык сросся с потребностью выполнить данное действие.

Теперь нам нетрудно уяснить себе, что любая черта личности представляет собой некоторую сложную привычку в определенных условиях действовать определенным образом. Такая важная черта, как альтруизм, проявляется во множестве привычек человека, которые могут быть охарактеризованы как человеколюбие, стремление оказать помощь тому, кто в ней нуждается.

Но было бы неверно считать, что привычки сами по себе уже образуют черту характера человека. Они создают только предрасположенность к действию определенным образом. Черта характера всегда осознается человеком, так как она включает в себя определенный способ мышления и понимания. Привычка

помогать страдающему и нуждающемуся в помощи, кроме многих привычек-автоматизмов, включает в себя и привычку определенным образом думать, включает в себя сознание, так как в сознание входит и мышление. Таким образом, черта характера состоит не только из поведения, которое может непосредственно наблюдаться, она включает в себя определенное умственное поведение, мышление, понимание. Альтруист, в отличие от мизантропа, понимает страдающего человека, сочувствует ему. Следовательно, поскольку черта включает в себя и сознание, то она связана и с определенными переживаниями, чувствами. Оказывая помощь человеку, мы испытываем удовлетворение, а если не смогли этого сделать, испытываем смущение или даже мучительные угрызения совести.

Сказанное приводит нашего читателя к пониманию того, что те черты, которые он хочет или выработать в себе, или ослабить, если они плохие, состоят из привычек, переживаний и понимания, осознания определенной ситуации. Поэтому самовоспитание, направленное на изменение наших черт, не может осуществляться в результате простой дрессировки и выработки навыка. Я знаю много людей, которые тысячи раз могут повторить какое-либо действие с целью его сделать привычным, но привычка не возникает, так как этому мешают механизмы их мышления. Многие курильщики тщетно пытаются бросить курить, но не могут, так как в курении они находят определенное удовлетворение, которое не могут ничем другим заменить. Они не могут бросить курить, так как от курения испытывают удовольствие. Они не могут бросить курить также и потому, что в своем мышлении преуменьшают вред от него.

Каждый, кто имеет какую-либо дурную привычку, наверное, заметил, что эта дурная привычка действует не постоянно, а «срабатывает» в определенные моменты. То же можно сказать и о хороших привычках. Чтобы научиться управлять собой и совершенствовать себя, нужно знать, отчего срабатывает та или иная черта нашего характера. Например, я должен знать, что нужно, чтобы я с удовольствием сел за свой рабочий стол для того, чтобы начать писать сочинение или курсовую работу, а не ходил бы вокруг стола, тщетно пытаясь начать работу, постоянно откладывая ее. Любая черта актуализируется лишь в определенных ситуациях.

«А зачем это нужно?»- может возразить нетерпеливый читатель, который хочет немедленно «взять быка за рога» и начать процесс самовоспитания и приобретения власти над самим собой. Отвечу, что поскольку мы - существа сознательные, то в мою задачу входит сделать сознательным и процесс самосовершенствования. Если вы не знаете, как возникают и обнаруживают себя ваши плохие или хорошие черты, вы не можете работать над ними ни по их усилению, ни по их ослаблению или искоренению. Ведь для устранения плохой привычки недостаточно просто ее подавлять. Это даст временный эффект. Для этого нужно еще и кое-что другое.