

Предисловие

В 1966 году мне посчастливилось опубликовать книгу под названием Psychological Stress and Coping Process, которая в определенной степени предвосхитила сдвиг в психологии, произошедший за последующие 25 лет — от бихевиористской к когнитивно-посреднической парадигме. Мне хотелось бы верить, что я внес вклад в этот переход. Почти двадцать лет спустя, в 1984 году, совместно с Фолкман, я продолжил эту работу в книге «Стресс, оценка и совладание». Центральным понятием обеих книг, как и почти всех моих исследований с самого начала, выступала оценка — процесс, посредством которого человек придает смысл происходящему в своей жизни в контексте собственного благополучия.

С тех пор произошло еще одно значительное изменение (а точнее — расширение научного интереса): от психологического стресса внимание исследователей переместилось к эмоциям. Хотя стресс и совладание остаются важными темами, ученые начали осознавать, что эти понятия — лишь часть более широкой категории, а именно эмоций. В результате понятия «оценка» и «совладание» также пришлось переосмыслить: если раньше они касались только одной шкалы стресса (от низкого до высокого) или нескольких его базовых типов (например, ущерб/потеря, угроза и вызов), то теперь оценка должна учитывать различия между разнообразными отрицательными эмоциями — такими как гнев, страх, тревога, вина, стыд, печаль, зависть, ревность и отвращение, — а также положительными эмоциями — радость, гордость, любовь и облегчение. Кроме того, требуется осмысление и некоторых эмоциональных явлений с неопределенным статусом, в числе которых надежда, сострадание и эстетические переживания. Современная теория эмоций и адаптации, посвященная этой книге, требует выдвижения положений о роли оценки в формировании каждой отдельной эмоции.

Идея этой книги, которую я давно хотел написать, родилась именно в результате вышеописанных размышлений. Я начал над ней работать примерно четыре года назад, с полной отдачей создать насыщенную и целостную концептуальную систему, которая бы прояснила ключевые вопросы, лежащие в основе метатеоретических и теоретических решений, необходимых для жизнеспособной когнитивно-мотивационно-реляционной теории. Это оказалось по-настоящему сложным, но в то же время увлекательным опытом, в очередной раз доказавшим, что лучший способ учиться — писать. Как это часто бывает при работе над книгой, скромная первоначальная идея изменилась со временем: по мере

углубления моего осознания и восполнения пробелов в знаниях объем работы существенно увеличился. Это монография моих поздних лет, труд любви, лучшей из возможных книг об эмоциях, которую я мечтал написать. И, как всякий подобный труд, она не может быть окончательно завершена, но, осознавая стремительно растущий интерес профессионального сообщества к теме эмоций, я решил закончить и, с некоторыми исключениями, зимой 1990 года закрыл рукопись для новых мыслей и ссылок.

Эмоции — это междисциплинарная область, соединяющая несколько наук о жизни: биологию, психологию, социологию и антропологию. Кроме того, ее истоки восходят к философии. Я старался охватить этот обширнейший предмет как можно шире, однако литература — как историческая, так и современная, как эмпирическая, так и теоретическая — столь обширна, что мне пришлось быть весьма избирательным. К сожалению, с зимы 1990 года вышло множество важных работ, которые вполне могли бы войти в эту книгу. Так, интересные дискуссии между А. В. Круглянски и его оппонентами в *Psychological Inquiry* (1990, vol. 1, p. 181–230) касались сложного вопроса: насколько общей и абстрактной или, наоборот, конкретной должна быть теория. В том же выпуске обсуждение между Майклом Льюисом и его критиками было посвящено вопросам интенциональности и мотивации в контексте эмоционального развития. Эти работы свидетельствуют о том, насколько динамичен и изменчив сам процесс понимания. В любом случае я надеюсь, что те, чьи исследования я глубоко уважаю, простят мне возможные упущения. Включение всей имеющейся литературы сделало бы книгу чрезмерно длинной и утомительной для чтения.

Книга, по сути, посвящена проблемам и идеям. Она представляет собой теоретическое изложение и совокупность положений, касающихся эмоционального процесса и его последствий, а не обзор литературы. Я часто прибегал к иллюстрированию, когда отдельный тезис или тема подкрепляются конкретными экспериментальными или клиническими наблюдениями, а также нередко использовал примеры из художественной литературы, дающие наглядные и выразительные образы. Было бы неискренне утверждать, будто я стремился к беспристрастному изложению. В столь сложной, живой и междисциплинарной области даже научное произведение не может быть полностью нейтральным. Я также ценю значимость научных дискуссий — как для читателей, так и для самих исследователей — и потому сознательно прибегаю к спекулятивным рассуждениям и порой к выражению четкой позиции там, где это кажется уместным. Я надеюсь, что мои идеи вызовут конструктивную дискуссию и будут способствовать дальнейшим исследованиям.

Для кого написана эта книга? В самом начале я стремился восстановить и развить свою историческую роль новатора в теории оценки и соответствующих исследованиях, а также продвинуть всестороннюю когнитивно-мотивационно-

реляционную теорию. Это должен был быть аналитический и позиционный труд для коллег, увлеченных данной тематикой, а не сбалансированное рассмотрение различных подходов. Я хотел, чтобы изложение было ясным, не перегруженным жаргоном, а представители смежных дисциплин, не обладающие глубокой подготовкой в психологии, могли прочесть и понять написанное. Однако, когда пишешь для осведомленных коллег, которые неизбежно скажут: «Да, но...», — трудно полностью избежать профессиональной терминологии, часто требующейся для защиты спорных идей. Тем не менее я стремился найти баланс между разговорным стилем и академической высокопарностью.

Несмотря на ту убежденность, с которой я излагал и отстаивал определенные взгляды, результатом, как мне кажется, стала широкая современная трактовка предмета эмоций. Представить всеобъемлющую теорию — значит по необходимости затронуть множество вопросов, с которыми сталкивается любая амбициозная концепция. Поэтому я полагаю, что эта книга может быть понятна и полезна как студентам старших курсов, так и аспирантам и специалистам. И поскольку эмоции играют ключевую роль в работе практиков в таких областях, как общая медицина, психиатрия, клиническая и медицинская психология, социальная работа и сестринское дело, она будет полезна в этих сферах. Кроме того, книга представляет интерес и для представителей «жесткой» когнитивной науки, а также таких разделов психологии, как личностная, социальная, возрастная и физиологическая.

Единственные темы, к которым в этой книге я почти не обращаюсь, за исключением отдельных упоминаний, — это нейрофизиология, биохимия и генетика эмоций. Хотя я и критикую редукционизм и сознательно избегаю опоры на нейрофизиологические объяснения, я вовсе не отрицаю их значимости для понимания эмоций. Биология в целом не осталась без внимания. Например, я надеюсь, что ценным стало стремление в пятой главе примирить два подхода — биологические универсалии и социокультурные источники вариативности — и найти место для каждого из них, как и подобает любой полноценной теории эмоций.

Я благодарен многим людям, чья помощь сыграла важную роль в создании этой книги, с традиционной оговоркой, что они не несут ответственности за ее возможные недостатки. Прежде всего я хочу поблагодарить Пола Экмана, который со свойственной ему остротой ума и глубокими знаниями комментировал ранние черновики, а также организовал семинар в Калифорнийском университете в Сан-Франциско (UCSF) в 1988–1989 годах, благодаря которому его коллеги и студенты смогли прочесть и критически осмыслить мои тексты. Эти обсуждения стали для меня ценным источником новых знаний. Поддержанная Национальным институтом психического здоровья (NIMH, США) программа постдокторантуры в 1989/90 академическом году, которую

мы с Экманом курировали в Беркли, а также выдающийся состав преподавателей из разных университетов — Джуди Данн, Сеймур Эпштейн, Майкл Голдстейн, Джон Готтман, Джером Каган, Яак Панксепп, Роберт Левенсон, Ричард Дэвидсон, Клаус Шерер, Арли Хохшильд, Джордж де Вос и Марди Горовиц, прочитавшие спецлекции, — стали для меня мощным источником вдохновения и помогли осознать и обдумать множество аспектов, которые ранее ускользали от моего внимания.

Несколько лет назад, летом, вместе с женой я три месяца провел в качестве приглашенного профессора в Гейдельбергском университете. Мы гостили у профессора Райнера Бастина в тогдашней Западной Германии. Я работал за арендованным компьютером и читал лекции об идеях, которые в дальнейшем легли в основу этой книги. Мне довелось выступить в Гейдельберге, Майнце, Свободном университете Берлина, Амстердамском университете и на Европейском конгрессе по психологии в этом же городе, а также в Женевском университете, а затем в университетах Вюрцбурга, Мюнхена и Бамберга. Я выражаю глубокую признательность всем, кто принимал меня во время этих поездок, слушателям моих лекций за их содержательные и вдумчивые вопросы, которые помогли мне в формулировке многих положений книги, жителям Гейдельберга, где мы жили, а также таким коллегам, как профессор Лотар Лаукс и доктор Ханнелоре Вебер из Бамберга — их интеллектуальные беседы об эмоциях заметно обогатили качество и глубину этой работы.

Несколько моих коллег прочитали и конструктивно прокомментировали отдельные главы книги. Их вклад невозможно переоценить, ведь одно из самых добрых дел, которое может сделать ученый, — внимательно прочитать и искренне раскритиковать чужую работу, чтобы помочь сделать ее лучше. Крейг А. Смит, прошедший со мной в Беркли два года постдокторантуры, щедро делился своим временем и предоставлял исключительно глубокую и ценную обратную связь по всем главам, предлагая идеи, которыми я часто пользовался. Эрик Джиллетт внимательно прочитал несколько глав, над которыми я работал в Гейдельберге, и дал мне столь необходимую психоаналитическую перспективу, особенно в процессе попытки интеграции теории оценки с концепцией бессознательного. Элеанор Рош внесла вклад в рукопись благодаря уникальному сочетанию тонкого понимания когнитивной науки и стремления к более широкому и глубокому осмыслению человеческого опыта — как в восточной, так и в западной традиции мышления.

Покойный Ирвинг Дженис внимательно прочитал и прокомментировал раннюю версию книги, проявив редкую мудрость и глубину анализа. Меня сильно опечалило известие о его безвременной смерти, утрате для всех нас. Я также глубоко признателен Джо Кампосу за многочисленные беседы, которые мы вели на протяжении многих месяцев на позднем этапе работы над рукописью.

Мы обсуждали широкий круг идей, теоретических положений и эмпирических данных, и его помощь оказалась неоценимой для многих разделов текста, особенно в тех частях, которые касаются раннего эмоционального развития — области, в которой я не чувствовал себя уверенно. Он также организовал небольшую финансовую поддержку от Института развития человека (Institute of Human Development, Калифорнийский университет, Беркли), которая помогла завершить работу над рукописью, и за это я также благодарен.

Я признателен Джоан Боссерт, редактору Oxford University Press, за ее преданную и профессиональную работу, направленную на улучшение моего стиля, критику рассуждений, выявление противоречий и устранение множества различных недостатков в рукописи. Ее вклад сыграл важную роль в том, какой получилась эта книга. Я также благодарен за тщательную работу ее помощницы, Луиз С. Пейдж, и других сотрудников издательства.

Большинство ученых в той или иной степени обязаны студентам и коллегам, чьи исследования и живые столкновения с предметом оставляют неизгладимый, пусть и трудно формализуемый след в их научном мышлении. Всем им я выражаю свою неизменную благодарность.

Прежде всего я хочу выразить признательность моей супруге Бернис, с которой мы прожили 46 лет. Ее жизненная сила, стойкость и жизнерадостность вдохновляют меня. Она всегда поддерживала и оберегала мою профессиональную деятельность, и благодаря ей я смог полностью посвятить себя написанию этой книги.

*Беркли, Калифорния,
май 1991 года. Р. С. Л.*