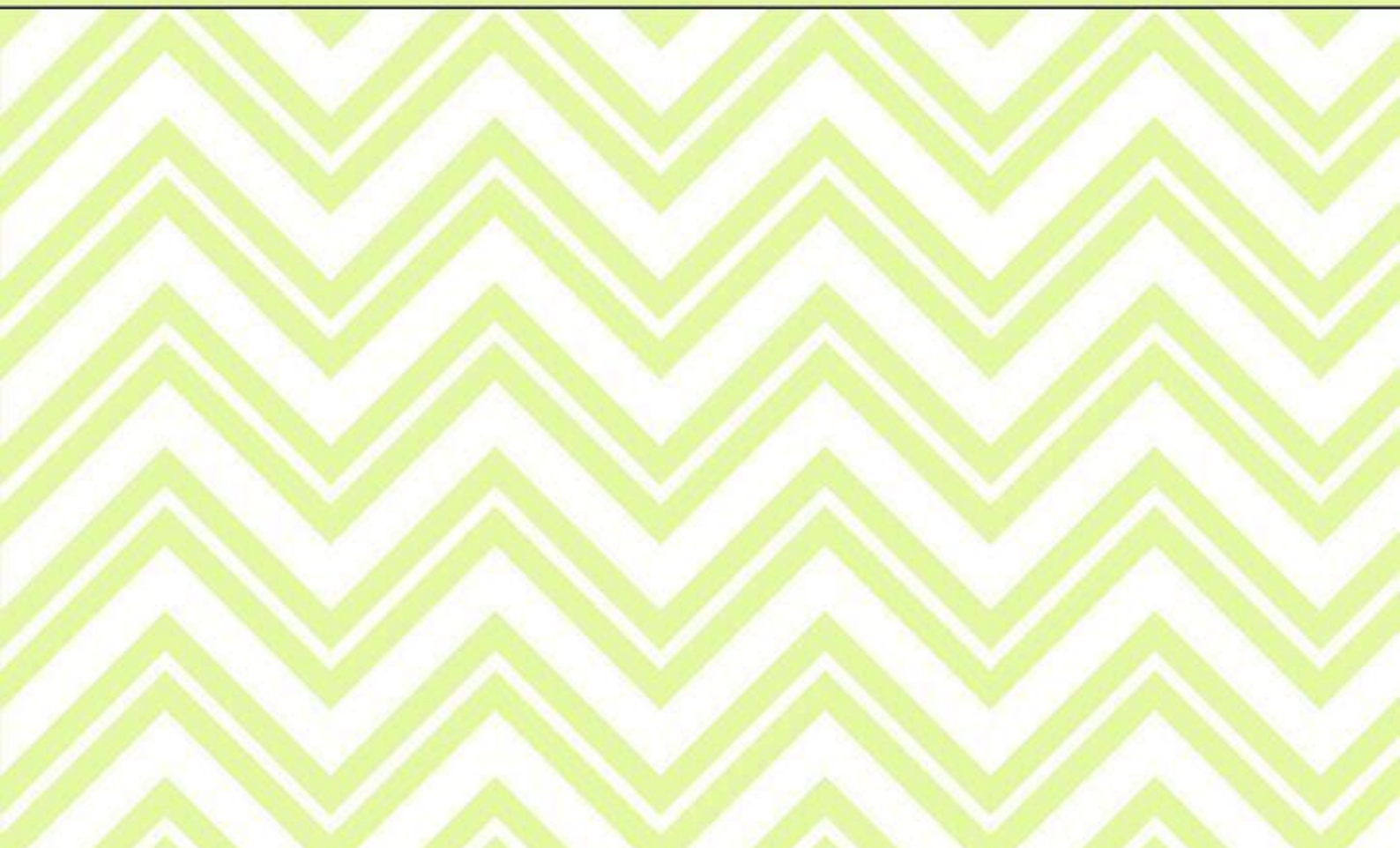


18+ Андрей Яблочков

# *Абсолютная психология*

Часть первая. Энергопсихология



Андрей Яблочков

**Абсолютная психология. Часть  
первая. Энергопсихология**

«Издательские решения»

**Яблочков А. Н.**

Абсолютная психология. Часть первая. Энергопсихология /  
А. Н. Яблочков — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-659772-3

Совершенно новая, революционная концепция психологии человека на базе общеизвестных научных теорий и постулатов, легко и доступно объясняющая истинные причины поведения людей — как отдельного человека, так и их сообществ, всего человечества в целом. Для широкого круга читателей, а также для коллег-психологов.

ISBN 978-5-00-659772-3

© Яблочков А. Н.  
© Издательские решения

## Содержание

|                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| Вступление                                                                  | 6  |
| К истории вопроса                                                           | 7  |
| Об энергии жизни и жизненной энергии                                        | 11 |
| Возрастная психология с точки зрения Закона сохранения энергии              | 13 |
| Кризис рождения и первых лет жизни с точки зрения энергетической психологии | 14 |
| Шаблоны/паттерны поведения как способы сохранения энергии                   | 16 |
| Две крайности в воспитании ребёнка как две граничные точки                  | 20 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                                           | 21 |

# **Абсолютная психология**

## **Часть первая. Энергопсихология**

**Андрей Николаевич Яблочков**

*Корректор* Алена Базлова

© Андрей Николаевич Яблочков, 2026

ISBN 978-5-0065-9772-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Вступление

Современная психология в своём развитии, по моему мнению, к сожалению, зашла в тупик, топчется на месте, так как является, по сути, набором подчас противоречащих друг другу направлений исследования причин поведения человека (если мы говорим о психологии человека) без более-менее единой теории этого самого поведения. И произошло это из-за изначально неверного целеполагания, выбора неверного понимания предмета исследования этой науки — собственно, психики. Ни больше, ни меньше.

Отсюда такой разброс различных методов решения психологических проблем человека — от применявшихся ещё совсем недавно абсолютно изуверских способов «лечения» психически больных людей при помощи лоботомии, с практиковавшейся во многих западных странах — и Японии — принудительной стерилизации людей с психическими отклонениями на одном полюсе, до призывов к абсолютной толерантности к поведению психически больного человека — на другом полюсе. Что вполне логично привело к признанию некоторых категорий людей с психическими отклонениями полноправными и даже наиболее ценными участниками общества с открытой (но, к счастью, запрещённой в нашей стране) пропагандой таких заболеваний и такого поведения, и даже приведением во власть таких откровенно больных психически людей во властные структуры.

Всё это происходило и происходит именно по причине неправильного понимания базовых причин человеческого поведения.

И в данной книге я как раз и предоставляю наиболее верную теорию о причинах чьего-либо поведения — в том числе и человека, разумеется.

Книга максимально доступна в изложении и может быть интересна как всем людям, предпочитающим вести осмысленный образ жизни и понимать причины своего и чьего-либо поведения — и последствия такового, и, безусловно, специалистам — психологам различных направлений, так как я в данной своей работе постараюсь показать сильные и слабые стороны большинства из существующих популярных ныне в психологии направлений, подведя под них крепкий основательный базис, позволяющий обосновать действенность этих методов через демонстрацию многочисленных очевидных для всех примеров.

## **К истории вопроса через историю психологии**

Основоположники современной науки — и психологии в том числе — Платон и Аристотель по-разному видели подходы к изучению природы вообще и природы человеческого поведения в частности.

Платон предлагал не размениваться на частности и «мелкотемье», а изучать природу и её законы с точки зрения «идеального начального замысла», ссылаясь на то, что любое воплощённое, уже готовое творение или изделие, далеки от первоначального замысла и потому, как правило, не идеальны. А значит, мыслил Платон, надо изучать собственно изначальный замысел, разбираясь в его целях и задачах, а не его готовое воплощение в виде окружающего мира. И потому это направление исследований называли идеалистическим. Душа у Платона — всё та же «идея», вечная и существующая, в том числе отдельно от тела.

Ученик Платона, Аристотель, предлагал исследовать окружающий мир таковым, какой он есть, безотносительно «идеального замысла». Душа и тело, по мнению Аристотеля, неотделимы, душа в трактовке Аристотеля — это некая организующая руководящая система, принцип, дословно: «...душа есть как бы начало живых существ».

По сути, Платон и Аристотель продолжили древнейший спор мудрецов Востока — древней Индии, Персии, Китая, переосмыслив их и со своей аргументацией. И по сути же, Платон и Аристотель дали начало двум основным направлениям — теоретическим и естественно научным исследованиям европейской научной школы.

Правда, европейские мыслители эпохи Возрождения, заложившие основы современной науки, этого почему-то не осознали, на словах отрицая учение и методы как Платона, так и Аристотеля, ошибочно путая их постулаты об идеальном с «божественным», при этом, по сути, продолжали следовать всё теми же двумя путями: путём исследования теории — то есть идеального, и практики — то есть, собственно, материи.

В психологии происходило то же самое. Декарт, Вольтер и другие мыслители, заложившие основы современной европейской науки и считающиеся также основоположниками и современной психологии, отрицали идеи, предложенные Аристотелем в его работе «О душе» — наверное, единственной работе по психологии, которая была актуальна для исследователей на протяжении более тысячи лет, и предлагали взамен идеи некоего универсального механического единства.

Именно в это время Ньютон и другие исследователи смогли описать математическими формулами основные законы физического мира, поняли, что эти законы универсальны — применительны ко всей природе, ко всему миру. Наиболее впечатляющим подтверждением этому было открытие законов небесной механики — законов движения небесных тел — как механической, по сути, системы. И именно благодаря этому и появилась концепция понимания окружающего мира как гигантского механизма. Человека в том числе, как часть этого самого «мегамеханизма».

Примерно в это же время активно проводились исследования в области анатомии человека — это стало возможным по причине постепенных отказов от религиозных запретов, появления полулегальных исследований усопших и огромному количеству погибших на полях европейских войн. Появились даже целые «анатомические театры».

Исследователи того времени одновременно изучали различные естественные науки и, исследуя анатомию человека, видели сходство с как раз тогда появляющимися первыми механизмами и строением некоторых органов и суставов человека: суставы и мышцы как рычажные

механизмы, лёгкие как подобие кузнечных мехов, сердце и кровеносные сосуды как насос и гидравлическая система.

Потому тогда и появилась идея, что человека — человеческое тело — надо рассматривать тоже как механизм, а у механизма по определению не могло быть души, поэтому Ламетри и была сформулирована концепция «человека-машины», как продолжение механистических теорий Декарта, которая в видоизменившихся формах существует и сейчас в виде теории бихевиоризма.

Но механизм, механическая система по определению не может быть грустной или радостной — механизм либо исправно работает, либо он сломан. Потому человеческие переживания, неврозы, плохое настроение стали относить к условной «поломке» человеческого организма. И потому исследователи с того времени и до наших дней пытаются найти способ «починить сломавшегося» человека, его психику.

Другой важной целью этих исследователей стал поиск систем управления этим самым «человеком-механизмом», поиск условного рычага в виде внутреннего органа — мозг, сердце, железы внутренней секреции — были и другие версии, «переключая» которые можно было бы управлять поведением человека так же, как управляли обычными механизмами, рукотворными. Естественно, всё ради благой цели — сделать человека, в частности и всё человечество в целом, счастливыми, «переключив» искомый рычаг управления в положение «счастье».

Понятно, что властные и другие управляющие обществом структуры — особенно военные и финансовые — были так же заинтересованы в поиске управляющего механизма человеком, но уже в своих, как правило корыстных целях.

Но долгое время ощутимых прорывов в этой области их изысканий не было. Даже открытие нервной системы в середине позапрошлого века, работы по «физиологической психологии» — по сути, рефлексологии — В. Вундта, а чуть позже и исследования Бехтерева и академика Павлова об условных и безусловных рефlekсах, не дало универсальных способов управления психикой, хотя и вдохновило Джона Уотсона на развитие нового направления в психологии — бихевиоризма.

И хотя благодаря этим исследованиям стало понятно, что именно нервная система является управляющей в человеческом организме, но вот как, чем или кем управляется сама нервная система, оставалось непонятно. Проводились исследования прохождения нервных импульсов, скорости их распространения, собственно строения нервной системы, но и не более того. Однако именно это время официально почему-то принято считать временем рождения современной психологии, хотя эти исследования, на мой взгляд, всё же в чистом виде больше относятся к неврологии, а не к психологии.

Параллельно из салонных — казалось бы, антинаучных — опытов скучающих европейских аристократов по спиритизму и гипнозу, привезённых из Индии и других колонизированных стран Востока, родилось другое направление психологии — психоанализ.

Началось всё с изучения гипноза.

Первые успешные опыты по гипнозу в Европе того времени приписывают маркизу де Пюисегюру, Аман-Мари-Жак де Шастене, жившему в 1751—1825 годах. Именно он, изучив работы Месмера, якобы первый применил гипноз для диагностики внутреннего состояния человека во время погружения в транс. Он проводил свои опыты над своим садовником — с его, естественно, согласия — и получил уже тогда весьма интересные и неординарные результаты. В частности, садовник — абсолютно безграмотный молодой человек 23 лет, никогда не изучавший медицину, по запросу Пюисегюра весьма точно ставил диагнозы участникам таких сеансов, присутствующим при погружении этого садовника в транс. Также садовник менял своё поведение в трансе, становясь как бы «другим человеком». Видимо, это и натолкнуло Пюисегюра и его последователей на идею использовать гипноз для коррекции поведения человека путём некоторых внушений. И этот метод начал весьма успешно развиваться.

Однако гипноз является всего лишь инструментом — мощным, а потому актуальным и до сих пор инструментом, позволяющим провести поиск причин того или иного поведения человека и его коррекцию, но при этом специалисту необходим был анализ этих исследований, на базе которых он мог бы провести коррекцию в ту или иную сторону. Нужна была концепция о том, что считать отклонением, а что нормой человеческого поведения, какое поведение считать правильным, а какое — нет, концепция, объясняющая причины появления условно неправильного поведения, с целью коррекции и недопущения дальнейших рецидивов проявления этого самого «неправильного поведения». Именно такую концепцию и предложил З. Фрейд, как раз и занимавшийся изначально опытами с лечением гипнозом своих пациентов, назвав свою концепцию собственно психоанализом — то есть, анализом психического поведения человека.

Теория Фрейда весьма противоречива и мало что объясняет, но, тем не менее, даёт импульс к развитию психологии уже как науки именно о психике человека — уже как личности, а не условной «машины».

Энергию, которая является побуждающей, движущей силой для человека, его психики, Фрейд предложил считать сексуальное влечение и назвал эту движущую силу психики «либидо» — стремление к жизни.

Предположу, что Фрейд, как и многие мыслители того времени, взял эту идею у всё тех же восточных философских школ, так как так называемое ведическое мировоззрение предполагает, что человека направляет некая «энергия благодати», заставляющая человека, в частности, любить детей и представителей противоположного пола, заботиться о них якобы потому, что те наполнены этой самой «энергией благодати» — сравните с фрейдовской «энергией либидо». На мой взгляд, концепции схожи.

Но ни концепция «благодати», ни концепция Фрейда не объясняет поведение всё тех же людей в разных ситуациях: мать, любовно ухаживающая за своим ребёнком, час спустя может вдруг по какой-то причине отвесить болезненный подзатыльник этому же самому ребёнку за какую-то провинность или проступок, равно как и мужчина запросто может жестоко обходиться с женщиной или детьми в различных жизненных ситуациях, а в других — наоборот, их нежно любить и даже самоотверженно защищать ценой собственной жизни. Опять же, для одних людей абсолютно одни и те же люди являются объектом обожания, почитания или уважения, любви, а для других они мало что значат и не вызывают никаких эмоций — или даже вызывают диаметрально противоположные чувства.

Видимо, осознавая эту противоречивость много позже, Фрейд пытался обосновать ещё и понятие «мортидо» — стремление к смерти — как противоположность либидо, выстраивая поведение человека между этими двумя противоположными стремлениями. Но и это «стремление» также весьма противоречиво, так как большинство людей хотя бы раз в жизни думали о добровольном уходе. Но чаще всего такое поведение это элемент манипуляции близкими людьми, окружающими, по типу детского «вот умру, тогда вы все и пожалеете», и в 99% случаев эти мысли, к счастью, ни к чему трагическому не приводят. Даже если некое подобие причинение вреда своему здоровью и предпринимается, то чаще всего именно с целью напугать окружающих, привлечь к себе их внимание. Именно потому, что все живые существа — не только человек, но всё живое — стремится сохранить свою жизнь как можно дольше, даже и в невыносимых, казалось бы, условиях. Выполняя один непреложный закон природы, про который я подробно расскажу чуть ниже.

Уже первые последователи теории Фрейда — К. Юнг, А. Адлер — отказались от идеи Фрейда об энергии «либидо», но всё же указывали в своих работах на некую энергию, управляющую поведением человека. Но подразумевали некую абстрактную «таинственную» энергию, никак не связывая её с уже известными физическими энергиями. И совершенно напрасно.

Ведь именно там, по моему глубокому убеждению, и следует искать истинную движущую силу психики человека, равно как и всех живых существ.

## Об энергии жизни и жизненной энергии

Именно в это время — в первой половине XX века — российско-венгерский биолог Э. Бауэр сформулировал «Универсальный закон биологии»: «Все и только живые системы никогда не находятся в равновесии и выполняют работу за счёт своей свободной энергии против равновесия, требуемого законами физики и химии при существующих внешних условиях». (Э. С. Бауэр, Теоретическая биология», изд. ВИЭМ, 1935 г.) Этот закон считается Первым законом термодинамики биологических систем, к которым человек так же, естественно, относится. Далее эту идею развили и подтвердили в своих работах Г. Хакен, Р. Том, и И. Р. Пригожин, который, в частности в своей совместной с И. Стенгерс работе «Порядок из хаоса», писал: «В этом смысле жизнь, заведомо укладывающаяся в рамки естественного порядка, предстаёт перед нами как высшее проявление происходящих в природе процессов самоорганизации».

А собственно Первое начало термодинамики, или он же Закон сохранения энергии, вообще был сформулирован в середине XIX века немецким учёным Ю. Р. Майером, далее — Д. Джоулем и Г. Гельмгольцем, и тогда же они доказали универсальность этого закона, изучая, в том числе, его реализацию, в том числе и в живых организмах.

Вопрос: почему в те же годы или чуть позже, в начале XX века, этот закон, Первое начало термодинамики, тогдашние основатели основных направлений в психологии не догадались применить и к психике человека, мне не понятно.

Ведь очевидно же, что если закон универсален, то он в какой-то степени применим и к психологии. Опять же, мыслители эпохи Возрождения, основатели теории «человек-машина», пытались применить для объяснения поведения человека как раз простые физические законы, универсальные для всей Вселенной. Тогда Закон сохранения энергии, он же Первое начало термодинамики, ещё не был сформулирован, но уже были известны законы Ньютона, являющиеся, по сути, частными случаями Закона сохранения энергии, и уже тогда, по большому счёту, можно было прийти к пониманию истинной природы причин человеческого поведения (пишу слово Закон с заглавной буквы, дабы выделить его потом именно как главный закон — собственно, Закон сохранения энергии).

Ведь если энергообмен, получение и сохранение энергии есть основа жизни вообще и человека — в частности от внутриклеточных процессов до глобальных взаимодействий в биосфере планеты, — то и для человека вопросы получения и сохранения энергии должны стоять очевидно на первом месте.

Ибо только решение вопроса получения и сохранения энергии и есть основа жизни человека, равно как и всех остальных живых существ.

Больше человек ничем не занят в своей жизни!

Только решением этих двух взаимосвязанных и взаимозависимых задач — получением и сохранением энергии.

Потому что мы — живые.

И всё.

То есть, потому что мы, люди, как живые существа, постоянно теряем энергию — простую, физическую — в процессе нашего бытия, нашей жизни, не только вследствие энтропии, но именно потому, что мы постоянно расходует свою энергию — энергию своего тела — на работу своих мышц в первую очередь, а также нервной системы и внутренних органов. Даже в состоянии покоя. Даже в состоянии глубокого анабиоза или комы. Мы расходует нашу энергию.

И потому постоянно вынуждены её пополнять и сохранять. Ибо в противном случае мы просто умрём, погибнем от истощения внутренних ресурсов/резервов.

И потому всё, что мы делаем, — мы делаем для того, чтобы пополнить или сохранить запасы нашей физической энергии, и делаем это потому, что эту энергию теряем.

Как наглядный пример этому я в первой своей работе приводил приблизительный усреднённый распорядок дня обычного человека — сон + завтрак + работа + обед + домашие дела и так далее, всё связано именно с сохранением и получением энергии.

В этой же работе я более подробно продемонстрирую это же самое на примере всего жизненного цикла человека от его рождения до самой смерти, постаравшись показать, таким образом, через это ещё и действие Закона сохранения энергии / Первого начала термодинамики применительно к так называемой «Возрастной психологии», по ходу изложения отдельно акцентируя внимание и на остальных разделах современной психологии именно в преломлении Закона сохранения энергии.

Итак, собственно.

## **Возрастная психология с точки зрения Закона сохранения энергии**

Периодизация жизни человека, этапы его развития у разных авторов приводятся примерно одинаковыми; примерно одинаково авторы указывают и критерии достижения того или иного периода жизни человека как достижение того или иного состояния — физического и интеллектуального состояния, кроме, конечно же, всё того же Фрейда, который «привязал» этапы развития человека к якобы развитию различных «центров наслаждения», не понимая, что достижение наслаждения есть способ стимуляции, мотивирования живых существ — не только человека.

Все виды наслаждения животных, и человека в том числе, есть результат выброса соответствующих гормонов и одновременно является вознаграждением за выполнение соответствующих действий, так или иначе связанных именно с сохранением здоровья, то есть энергии, и энергии для сохранения здоровья и самой жизни человека. И поглощение пищи, и процесс, извиняюсь, дефекации присущи человеку с самого рождения, эти процессы естественно взаимосвязаны. Получение удовольствия от принятия пищи и воды, когда ты голоден или обезвожен, — это стимулируемый гормонами процесс получения энергии. И в полной мере мы начинаем получать удовольствие от этого, по всей видимости, с самого рождения, процесс выведения остатков жизнедеятельности напрямую связан с процессом получения еды и воды и так же «доступен» нам почти с самого рождения. И с самого рождения он так же стимулируется гормонами. И потому разносить по времени на несколько лет некое «развитие центров удовольствия» от этих процессов, как это сделал Фрейд, не верно.

Всё наше развитие связано именно с освоением внутренней и внешней энергии, а различные временные периоды развития животных и человека связаны именно с достижением энергетического баланса в разные периоды жизни человека, как я это покажу ниже.

## **Кризис рождения и первых лет жизни с точки зрения энергетической психологии**

Рождение человека обусловлено желанием родителей получить наслаждение и желанием — осознанным или чаще не осознанным — сохранить себя, свои знания и свою ДНК, в следующем поколении. Как я подробно покажу далее в разделе о семейной жизни, это совершенно гениальный природный механизм для как раз-таки сохранения и обновления энергии в широком смысле. Потому пока рассмотрим детство — детский период развития человека, его особенности в свете предлагаемой мной теории.

Ещё до своего рождения будущий ребёнок наиболее полно отображает постулаты моей теории, ибо в чреве матери он с самого своего зачатия только и занят потреблением и расходом энергии на свой рост, собственное развитие, в полном соответствии с законами биологии, так как он изначально является всего лишь материнской одной-единственной клеткой, которая начинает бурно делиться после получения мужского фрагмента ДНК во время оплодотворения. То есть, весь организм ребёнка — это изначально одна-единственная клетка, многократно клонированная сама собой и выстроившая из этих своих клонов, собственно, организм ребёнка.

Энергия в этот период поставляется материнским организмом в виде питательных веществ и тепла, им же утилизируются отходы жизнедеятельности зародыша. Если энергия в виде питательных веществ и кислорода поступает в плод нормально, то и плод развивается нормально. Если энергии недостаточно — плод мёрзнет или недополучает кислорода или питательных веществ; плод страдает или даже, в крайнем неблагоприятном случае, гибнет, и с этим же связано поведение плода — здесь всё, надеюсь, очевидно.

Рождение же есть акт отделения, выход из материнского тела и «отключение» от прямого энергообеспечения материнской энергией. С этим и связан так называемый первый кризис детского возраста — собственно кризис рождения, когда ребёнок начинает более активно расходовать уже свою энергию на свою же жизнедеятельность, сам дышать, обогреваться, питаться, выводить отходы жизнедеятельности. Правда, ребёнок ещё около года продолжает получать питание от своей матери, либо от своей кормилицы в виде грудного молока (в худшем случае — его заменитель).

Если ребёнок успешно проходит этот кризис — то есть, если он, его организм, успешно подготовлены к более-менее самостоятельной жизни уже вне утробы матери, то он продолжает успешно развиваться как самостоятельный организм. Если нет — погибает, либо остаётся на какое-то время зависим от внешних систем жизнеобеспечения.

И в этом возрасте, от рождения и примерно до года своей жизни, ребёнок, опять-таки, только потребляет энергию в виде питания от матери, общей заботы от своих родителей и/или близких, обеспечивающих ему безопасность и комфортный температурный режим. Небольшую часть энергии малыш уже производит сам за счёт реакции окисления, обеспеченное уже собственным дыханием, опять же расходуя полученную энергию на собственный рост, собственное всестороннее развитие.

Собственно, опять именно это, наличие или отсутствие баланса энергии, и определяет поведение ребёнка, его психические проявления. Если баланс нарушен — ребёнок голоден, или перекормлен, и у него от этого болит живот, замерзает, либо ему жарко; ребёнок проявляет недовольство или беспокойство — чаще всего явно и довольно бурно, от этого зависит его жизнь, буквально, ибо сам он восстановить баланс пока не в состоянии. Если же ребёнок обеспечен энергией сбалансировано, в полной мере — он сыт, ему комфортно, то ребёнок доволен и спокоен. Связь психологии поведения и энергетики/энергообмена тут очевидна.

Далее ребёнок, развиваясь, осваивает прямохождение, другие движения, осваивает гигиенические процедуры (горшок), учится самостоятельно есть, пить, то есть — самостоятельно обеспечивать себя энергией. Пока приготовленной всё ещё родителями, но уже частично сам. Сам пытается найти что-то съедобное вокруг места своего нахождения, пытается откусить всё, до чего дотянется первыми зубами, которые как раз в это время у него в норме и появляются. Наступает так называемый кризис первого года жизни, как раз и обусловленный этими всеми изменениями. И все они направлены именно на увеличение энергетической самостоятельности и увеличением собственного энергетического потенциала человека, пока ещё маленького ребёнка.

И опять — если ребёнок подготовлен, в первую очередь физически, к этому переходу к самостоятельному передвижению, примитивному поиску еды, умению самостоятельно выводить отходы жизнедеятельности — то есть, самостоятельно, по мере пока своих небольших сил и небольшого умения поддерживать энергетический баланс своего тела, то ребёнок успешно и незаметно проходит этот кризис первого года своей жизни. И наоборот.

В это же время ребёнок учится коммуницировать с окружающими — важнейший этап в развитии ребёнка. Этап получения важнейшего навыка в его дальнейшей жизни. Навыка, связанного как раз с получением информации — одной из форм всё той же энергии, в том числе информации о способах получения и сохранения этой самой энергии, как я покажу далее.

Из школьного курса физики мы знаем, что информация и энергия непрерывно связаны, по сути это две стороны одного единого процесса — энергия, распространяясь, несёт информацию о своём источнике и носителе, а информация может распространяться только на некоем энергетическом носителе, модулируя колебания энергии, либо неся ту самую информацию об источнике энергии. Всё просто.

И потому, учась получать информацию из окружающего мира, ребёнок учится получать информацию о состоянии энергии вокруг себя. А при общении с себе подобными — людьми — ребёнок, равно как и любой другой человек, получает в первую очередь информацию о, правильно, наиболее эффективных способах получения и сохранения энергии в виде получения неких материальных благ: еды, воды, защиты, одежды и прочего, а также о способах сохранения энергии, в том числе в виде обучения неким нормам поведения как способах получения этой самой энергии, её сохранения, в том числе сохранения своей жизни, своего здоровья, а также жизни и здоровья окружающих, их энергии в целом. Как правильно, по мнению окружающих и, в первую очередь, родителей — пить, есть, передвигаться, совершать те или иные действия над собой, окружающими людьми и окружающим миром в целом. То самое «коллективное бессознательное» активно начинает влиять на ребёнка.

То есть, начинают закладываться — в том числе, благодаря обучению родителями — первые шаблоны поведения как наиболее эффективных с точки зрения всё той же энергетики — её сохранения и получения — действий ребёнка.

Ниже небольшое отступление о шаблонах в рамках предлагаемой мною концепции.

## **Шаблоны/паттерны поведения как способы сохранения энергии**

Шаблоны поведения в психологии принято называть поведенческими паттернами — от английского «pattern», собственно «шаблон» — устойчивый способ поведения, привычные повторяющиеся действия на определённые ситуации. Но далее я всё же буду использовать более привычное для меня и для моих неискушённых читателей словосочетание «шаблон поведения».

Шаблон поведения, сам по себе, любой, также является образцом выполнения всё того же Закона сохранения энергии, так как он возникает и формируется как привычный и потому наиболее энергоэффективный того или иного действия. Он опробован — возможно, даже и несколькими поколениями, и потому доказал свою энергоэффективность с одной стороны, а с другой стороны — за счёт заучения этого шаблона поведения при его выполнении становится наименее затратным для самого человека, так как в силу своей заученности, автоматизма, не требует особых интеллектуальных, когнитивных затрат, равно как, опять таки, в силу своего автоматизма, требует минимальных затрат физических.

Шаблоны поведения есть у любых высокоразвитых живых существ, к примеру, большинство животных предпочитает передвигаться одними и теми же маршрутами-тропами, так как они наиболее изучены и, как правило, наиболее безопасны, менее трудоёмки и наименее протяжённые. То есть, наиболее энергоэффективны. И, соответственно, изменение маршрутов передвижения, изменение привычного рациона питания, привычного способа охоты и так далее вызывает закономерное сопротивление именно потому, что привычный шаблон кажется сознанию животного наиболее энергоэффективным.

Шаблоны поведения формируются с самого раннего детства под воздействием примеров поведения окружающих. С самого рождения ребёнок наблюдает за родителями, за манерой их поведения, но полноценно начинает перенимать их после года своей жизни после того, как начинает более-менее полноценно двигаться, то есть полностью овладевает своим телом. Именно с этого момента ребёнок может начинать перенос шаблонов поведения окружающих на себя. Именно поэтому ребёнок примерно с одного года стремится постоянно находиться рядом с кем-нибудь из родителей — ему нужен объект исследования, он внимательно изучает все аспекты поведения окружающих и пытается их повторить, то есть перенести на себя, и если это поведение кажется ему энергоэффективным, то оно закрепляется как уже собственный шаблон поведения.

Наиболее наглядным подтверждением этому является поведение так называемых «маугли» — детей, воспитанных дикими зверями или даже домашними птицами — в открытых источниках описан и такой случай. Эти дети, по какой-то причине оставленные, как правило, в джунглях, перенимают единственно доступные им там шаблоны поведения окружающих их зверей. А вот шаблоны поведения человека им, естественно, там не доступны. Именно поэтому после обнаружения таких детей и возвращения их в человеческое сообщество выяснялось, что эти дети не могут полноценно передвигаться как люди — им привычнее передвигаться на четвереньках, именно потому, что в раннем возрасте они не освоили прямохождение. Чаще всего у них не была сформирована речь, равно как и другие привычные для нас, обычных людей, шаблоны поведения. Они «не так» ели, спали, ходили и т. д. Именно потому, что у них перед глазами не было соответствующего образца человеческого поведения в соответствующем возрасте. И, кстати говоря, переучивание их на привычные людям шаблоны поведения было весьма долгим и трудным, особенно у тех детей, которых обнаружили в достаточно позд-

нем возрасте их развития — их мозг уже сформировал и прочно закрепил шаблоны поведения диких зверей как свои.

То есть, абсолютно справедлива старая русская поговорка о том, что воспитывать ребёнка надо тогда, когда он помещается на лавке поперёк, а не когда он вырос и может помещаться уже только вдоль этой самой лавки :-).

Отсюда, как я покажу далее, неукротимое любопытство детей в возрасте от одного года до 3—5 лет. В первую очередь в отношении своего окружения — родителей, сиблингов, других родственников или окружающих их людей, а также и в целом объектов природы, граничащие порой с риском для жизни: ребёнку просто жизненно необходимо создать в короткие сроки свои собственные шаблоны поведения для обретения самостоятельности.

И задача родителя в этом возрасте — точнее, начиная с этого возраста и далее, по возможности, на протяжении всей своей жизни — передать свои варианты наиболее оптимальных шаблонов поведения в различных жизненных ситуациях, с указанием возможных опасностей в особенности. Ибо ребёнок в первые годы своей жизни просто не знает, что такое опасность — он изначально находился в нормальных семьях, в защитном коконе родительской опеки, и потому не сталкивался с опасностями. «Новорожденный телёнок волка не боится» — справедливо гласит русская поговорка. Телёнок просто не видел этого самого волка, не знает, как он опасен именно для него, а потому и не боится! То же и с маленькими детьми. Потому не оставляйте детей без присмотра, следите за своими маленькими детьми постоянно.

Вышеописанное отлично продемонстрировал опыт, проведённый зарубежными психологами во второй половине прошлого века. К сожалению, прочёл о нём довольно давно — в ранней юности в одной из первых моих книг по психологии, и потому не помню авторство этого эксперимента и точного места и времени его проведения, а найти в открытом доступе упоминания об этом эксперименте пока не удалось — простите.

Итак, группа психологов проводила эксперимент с детьми разного возраста, собрав их в комнате, разделённой посередине большой полосой. Полоса была чётко видна всем детям, а обе половины комнаты ничем особо не отличались одна от другой. И дети могли свободно перемещаться по этой комнате. Но как только детям сообщили, что они ни в коем случае не должны пересекать эту самую разделительную линию, произошло нечто примечательное: самые малолетние дети — от одного года до примерно трёх лет — моментально перебежали на противоположную сторону, пересекая ту самую «запретную» линию. Дети чуть постарше забегали за эту «запретную» линию и тут же возвращались обратно на «правильную» условно «разрешённую» им сторону. А подростки ходили по этой самой разделительной линии, как бы формально выполняя запрет на её пересечение — они же на линии, не за ней.

О чем говорят результаты этого опыта? Почему дети так себя вели и почему их поведение так отличалось в зависимости от их возраста?

Классические психологи утверждают, что у маленьких детей занижено чувство опасности, и потому они и попадают в разные опасные ситуации чаще более взрослых детей, но это не объясняет поведение младших детей в этом опыте. Дети чуть старше, опять же, по классике, провоцируют взрослых на ответную реакцию непослушанием, но зачем они это делают — опять мало кто может вразумительно объяснить: ни поклонники бихевиоризма, ни сторонники классического психоанализа, ни оперантного научения.

Моя же теория позволяет объяснить это поведение легко и просто.

Итак.

Дети младшего возраста пересекли разделяющую комнату линию сразу после объявления запрета на пересечение линии именно в рамках программы познания окружающего мира, заложенной в каждом из нас от рождения как необходимое условие выживания, как это ни парадоксально, и будущей самостоятельности. Только свой собственный опыт даёт нам стопро-

центную уверенность в тех или иных оценках ситуации. Вот за этим самым опытом малыши и ринулись через запретную линию.

И не потому, что у них притуплено чувство опасности. Ибо нет у нас такого органа чувств! Расхожее выражение есть — чувство опасности, а вот отдельного органа, ответственного за опасность, нет. Опасность мы «ощущаем» мозгом, который сравнивает различные сигналы от различных органов чувств, и если они приближаются по уровню к ранее испытанным болевым ощущениям, испытанным ранее, выдаёт предупреждение о возможной опасности. То есть, «чувство опасности» — это опять про сформированные ранее нами самими шаблоны тех самых пограничных опасных ситуаций, после которых мы можем получить удар, ожог или иное болевое ощущение. А таких шаблонов у совсем маленьких детей ещё нет, ещё не наработали, и потому задача родителей рассказать и показать все возможные опасности в жизни ребёнка на протяжении всей их жизни. Желательно с негативным подкреплением в рамках того самого «оперантного обучения».

Не сталкивались малыши пока и с директивными запретами со стороны взрослых и наказаниями за их нарушение — по крайней мере, за это самое пересечение запретной линии в пустой комнате. И потому их не пугает и запрет со стороны взрослых пересекать эту самую линию.

Дети чуть постарше уже явно имеют опыт опасных переживаний, в том числе после предупреждения об опасностях от взрослых с одной стороны и с наказаниями за нарушение таких предупреждений и/или запретов с другой стороны, и потому ведут себя более осторожно. Но всё же дети не видят явной опасности в пересечении линии посередине пустой, на вид безопасной комнаты. И потому у них также включается всё тот же интерес узнать истинную причину запрета — они её не видят и не понимают! И поэтому пытаются исследовать «запретное пространство» за чертой. Но осторожно, с учётом опыта прошлых наказаний за нарушение запрета и боли от некоторых происшествий, произошедших в подобных ситуациях — то есть, используют свои пока немногочисленные шаблоны поведения по этому поводу. Забегают за запретную линию недалеко и ненадолго, дабы успеть быстро вернуться на «безопасную разрешённую» сторону и не получить сильную травму, если что-то и случится, и в случае угрозы наказания заявить, что они там — в запретной зоне — были недолго.

Ну и совсем уж умудрённые опытом подростки — то есть, люди, нажившие/скопившие уже внушительный арсенал своих и чужих шаблонов/паттернов поведения — также имея интерес к разгадке этого запрета, тем не менее, предпочитают балансировать на краю этого самого запрета в прямом смысле слова, прогуливаясь по линии разграничения и исследуя этот феномен, таким образом, формально не нарушая запрет. Там у них уже «на подходе» «гормональные игры» и борьба за статус, о которых поговорим чуть ниже, которые также в значительной мере подталкивают подростков на эту самую «запретную линию» — при наличии наблюдателей-сверстников в особенности.

Такой вот простой, но интересный эксперимент с многозначительными и интересными выводами. А именно: **младших детей для обеспечения их безопасности необходимо оберегать в силу отсутствия опыта взаимодействия с этими опасностями с одной стороны, и их же необходимо обучать и показывать возможные варианты/шаблоны поведения в этих самых опасных ситуациях, держа ситуацию под контролем, давая возможность почувствовать реальные последствия в случае наступления того или иного опасного воздействия — осторожно, аккуратно и с любовью к ребёнку.** То есть не просто директивно запретить что-то делать — это, как видим из вышеприведённого эксперимента, слабо работает: ребёнок при ослаблении контроля всё равно может «перебежать запретную линию», чтобы посмотреть, а что там — вылезти в окно, выбежать на дорогу, потрогать собаку и так далее. Нужно дать ему попробовать последствия послушания либо на чужом примере, либо на своём, то есть его, но контролируемо малотравматично, ну либо прибегнуть

к старому дедовскому способу негативного закрепления в случае попытки нарушить запрет, дабы у ребёнка появилась чёткая ассоциация нарушения запрета с моральным давлением или даже небольшой болью. Не надо избивать ребёнка до полусмерти!!! Но дать подзатыльник или слегка — чисто символически — ударить по шаловливым рукам иногда стоит. Да, безусловно, я против насилия вообще и неприемлю насилие к детям, но такое негативное подкрепление, во-первых, как раз в рамках оперантного научения, а во-вторых — и это главное — такая суровая мера, возможно, спасёт вашему ребёнку жизнь в дальнейшем. Ибо испытанная, пусть и слабая собственная боль гораздо сильнее действует, чем многочасовые увещания и упрёки. И ныне модная ювенальная юстиция после смерти ребёнка, опять же, обвинит родителей в недостатке того самого научения...

То есть, например, не просто запрещать залезать на подоконник, но после очередного самостоятельного падения ребёнка с небольшой высоты — дивана, стула или лёгкого удара о что-либо, сказать, что если он, ребёнок, будет лазить на подоконник, то ударится очень сильно и очень больно. Ну и желательно дополнительно подстраховаться, поставив на окна простые копейные стопора от открывания окна маленькими детьми или вообще решётку, на всякий случай, так как такие дети мало что знают о боли. Пока. А когда узнают, может быть слишком поздно.

И потому я категорически не приемлю «свободное» воспитание ребёнка, воспитание без его ограничений, наказаний и запретов, так как такое воспитание не создаёт необходимых для ребёнка шаблонов поведения, многие из которых он получить сам просто не может, или же получение таких шаблонов на собственном опыте будет стоить ему здоровья или даже жизни. Всегда проще и безопаснее учиться на чужом опыте, изучая чужие шаблоны поведения, чужие ошибки, не только набивая собственные шишки. А мнимое сочувствие ребёнку и нежелание его наказывать за нарушение запретов граничит с бесчувственностью. Что ювенальная юстиция и демонстрирует.

Я за свою долгую жизнь имел возможность близко наблюдать результат такого «либерального» подхода к воспитанию ребёнка и абсолютно уверен, что ничего хорошего такая «свободная» система не даёт ни родителям, ни детям.

К примеру, моя бывшая начальница — американка — иногда на работу в офис приводила своих детей, воспитанных в той самой ныне модной «свободной» манере — свобода от запретов. Старший её сын — абсолютно расторможенный ребёнок, просто не знавший с рождения слово «нет», довольно безобразно вёл себя в публичном месте, ощущая себя, видимо, центром Вселенной. Ну и работа всего офиса на этом заканчивалась, все были вынуждены переключить своё внимание на этого ребёнка. Ему даже было отказано в приёме в цирковую студию при одном из дворцов культуры нашего города — цирковая студия! — где почти всё можно, но всё же дисциплина и там важна — и там он устроил истерику после первого же запрета ещё на собеседовании, после того, как ему слегка намекнули, что и в цирке есть рамки приличия и нормы поведения.

Ещё одно небольшое отступление как раз на эту тему...

## **Две крайности в воспитании ребёнка как две граничные точки**

«Свободное» воспитание есть результат либо откровенно наплевательского отношения родителей к ребёнку, почти полная отстранённость от его проблем и воспитания, обесценивания ребёнка, либо есть результат чрезмерного возвеличивания ценности ребёнка, его желаний, которые очень быстро перерастают в капризы.

## **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.