

## Глава 8

# Интроспекция, или Опасность самопознания

**Заблуждение:** вы точно знаете, почему вы что-то любите, а что-то не принимаете, и почему вы относитесь к жизни именно так, а не иначе.

**Истина:** вам непонятен источник некоторых ваших эмоциональных состояний, и если вам приходится объяснять их, то вы просто что-то выдумываете.

Возьмем какую-нибудь картину, которую все признают прекрасной, например «Звездную ночь» Ван Гога, и представим, что нужно написать эссе, почему это произведение искусства пользуется такой популярностью. Валяйте, подыщите разумное объяснение. Нет-нет, дальше читать пока не надо. Попробуйте! Объясните, чем так хорош Ван Гог.

Есть у вас любимая песня, любимая фотография? Возможно, фильм, который вы пересматриваете постоянно? Книга, зачитанная до дыр? Вспомните что-то, без чего жить не можете, и попробуйте коротко объяснить, за что вы это любите. Скорее всего, будет трудно найти нужные слова, но если на вас нажать, то что-нибудь придумаете.

Беда в том, что, согласно многочисленным исследованиям, ваше объяснение окажется полным вздором. Том Уилсон из Виргинского университета продемонстрировал это в 1990 году с помощью эксперимента, в котором задействовал рекламные плакаты и иллюстрации. Обеим группам студентов показали набор плакатов и иллюстраций,

и той и другой группе предложили выбрать любой понравившийся плакат и унести домой, единственная разница: студенты из второй группы должны были письменно изложить свое предпочтение. Полгода спустя Уилсон опросил испытуемых, нравятся ли им подарки. Первая группа, которой разрешили действовать по принципу «хватай и беги», осталась довольна. Вторая группа, от которой требовались письменные объяснения, ненавидела свои плакаты. Те, от кого не требовалось никаких объяснений, брали иллюстрации качественных, со вкусом написанных картин, а те, кто знал, что выбор придется оправдывать, брали простенькие обучающие картинки, вроде изображения кота, играющего с натянутой веревкой.

По мнению Уилсона, когда человек сталкивается с тем, что ему придется объяснять то или иное решение, он подавляет свое эмоциональное восприятие и включает рациональное начало, чтобы дать разумное обоснование. Мысленно он перебирает все за и против, о чем и не подумал бы, если мог бы положиться на интуицию и личный вкус. «Формирование предпочтений подобно езде на велосипеде. Ехать нетрудно, объяснить, как это делается, почти невозможно», — подытожил Уилсон.

До публикации Уилсона, в которой он описал эксперимент, считалось: тщательно все взвесить, перед тем как выбрать что-либо, никогда не вредно, однако результаты опроса продемонстрировали, что процесс самоанализа может подтолкнуть человека к таким решениям, которые годятся для формальной отписки, но с точки зрения эмоционального воздействия ничего не дают. Уилсон был знаком с исследованиями, проведенными в Кентском государственном университете, согласно которым, если человек пребывает в депрессии, ему лучше не заниматься самокопанием, поскольку это только усугубит болезненное состояние. Чтобы поднять

настроение, нужно отвлечься. Самоанализ часто приводит к обратным результатам. Исследования процесса самопознания и его эффекта вынуждают подвергнуть сомнению всю индустрию критического анализа искусства: литературы, кинематографа, музыки, видеоигр и всего остального. Более того, таким же образом стоит отнестись к мнению фокус-групп и результатам маркетинговых анализов — очевидно, что эти методы исследований мало способствуют развитию рынка новых товаров: участник опроса меньше всего думает о реальной оценке качества продукта, поскольку больше всего обеспокоен разумным объяснением своих чувств. Когда вам задают вопрос, почему вы что-то любите или не любите, вы должны перевести свои глубокие эмоциональные переживания на рациональный и строго структурированный язык слов и предложений. Сложность в том, что потаенные глубины сознания остаются недоступными, а те крохи, которые вытаскивает ваш рассудок, имеют малое отношение к предмету оценки и вашей к нему симпатии или антипатии. Позднее, когда попытаетесь оправдать свои решения, связанные с эмоциональными привязанностями, вас начнет беспокоить мысль, хорошо ли звучат эти объяснения и в каком свете они представляют вас как личность, что еще более исказит обоснованность вашего отчета.

В эксперименте Уилсона большинство действительно предпочли бы забрать не обучающую картинку с изображением кота, а иллюстрацию хорошей живописи, но для последней пришлось бы придумывать разумное объяснение, чем она привлекла вашу душу, более того, потребовалось бы все это изложить на бумаге. Зато об обучающей картинке можно написать много всякой ерунды. Для такого выбора у вас имела веская, легко выражаемая словами мотивация.

В другом эксперименте Уилсона участникам показывали маленькие фотографии двух разных людей и просили

определить, кто из них более привлекателен. Затем каждому вручали увеличенный портрет якобы выбранного им человека, но на самом деле это было совсем другое лицо, и просили обосновать свой выбор. Каждый раз тот или иной участник с сознанием долга плел всякие небылицы, что должно было убедить экспериментаторов в правильности его выбора. Никогда прежде он не видел лица этого человека и не оставивал на нем свой выбор, но это нисколько не затрудняло реконструкции воображаемого прошлого.

В еще одном эксперименте Уилсона испытуемых просили оценить качество джема. Перед участниками ставили пять сортов, которые, по данным Американского союза потребителей, занимали 1-ю, 11-ю, 24-ю, 32-ю и 44-ю строки потребительского рейтинга. Одну группу попросили просто оценить джем, от второй потребовали развернутого письменного ответа, что и почему им понравилось. Как и в случае с картинками, те, от кого не требовалось объяснений, разделили общий выбор и предпочли джем, который Союз потребителей назвал лучшим. Те, кого условия эксперимента принуждали к самопознанию, обнаружили гораздо более широкий разброс мнений и предпочтений в зависимости от того, какое им удалось подобрать объяснение. Вкус словами не передашь, а потому они сосредоточились на других качествах: консистенции, цвете, прозрачности. Первая группа, свободная в своем выборе, на эти подробности даже внимания не обратила.

Убеждение, будто вы понимаете причины своих желаний, мотивов и чувств, называется *иллюзией интроспекции*. Вам кажется, что вы знаете самих себя, знаете, почему устроены так, а не иначе; вам кажется, с помощью этого знания вы сможете проанализировать, как будете поступать в будущем. Исследования опровергают эту иллюзию, вновь и вновь демонстрируя, что самоанализ отнюдь не процесс

погружения в тайную лабораторию собственного сознания; без точных инструментов и эталонов самопознание оборачивается элементарной фальшивкой. Вы присматриваетесь к своим поступкам и чувствам, сочиняете для них разумное обоснование, в которое сами верите. Если приходится перед кем-то отчитываться, вы придумываете такое объяснение, в которое сторонний человек вполне может поверить. Но когда дело доходит до аргументации — вы пасуете, поскольку недостаточно умны. Любая попытка обосновать собственные выбор, предпочтение, вкус может изменить вашу точку зрения.

В новую эпоху широкого и свободного общения всех со всеми с помощью социальных сетей люди получили возможность сразу высказывать свое отношение к искусству. Посмотрите, сколько и сарказма, и хвалы вызвали «Аватар» или «Остаться в живых». Когда на «Титаник» посыпались многочисленные «Оскары», кое-кто говорил, что это величайший фильм всех времен и народов. Теперь его называют не более чем хорошим: снято крепко, но слишком слезлив и чересчур мелодраматичен. Что скажут через сто лет?

Было бы вполне разумным не забывать историю некоторых произведений, которые уже давно стали классикой, но в свое время их появление встречалось уничтожающей критикой. Вот как отзывался в 1851 году критик-современник о романе «Моби Дик»:

*Нелепая смесь вымысла и скучных фактов. Мысль о необходимости связного и законченного сюжета, очевидно, порой посещала автора, но затем вновь забывалась. Местами стиль изложения переходит даже в не самый плохой, да вот несчастье — английский какой-то вывихнутый; правда, иногда автор выправляет свои вывихи, но как-то поспешно, слабо и неразумно. В оправдание этой абсурдной*

*книги сказать почти нечего. Мистер Мелвилл сам виноват, если читатель отбросит в сторону его ужасы и эпосы как бессмыслицу, родившуюся в сумасшедшем сознании пациента Бедлама. Не потому, что читатель оказался невосприимчив к ремеслу художника, а потому, что не счел себя обязанным его усвоить.*

*Генри Чорли (London Athenaeum)*

А теперь «Моби Дик» входит в десятку величайших произведений американской литературы и считается одним из лучших романов мировой литературы. Почему? Не в наших силах объяснить это.