Страх комбинируется с надеждой.

С самого зарождения своей науки социологи пробовали обращаться к чувствам как предмету исследования. Классики социологии уделяли им огромное место в своих работах: к примеру, и Маркс, и Вебер, и Дюркгейм говорили об эмоциях и об эмоциональных действиях.

Но в то же самое время стала преобладать рациональная модель человека, и социологу предписывалось дистанцироваться от всех оценок, эмоций и чувств, дабы достигнуть объективности знания, которой, как утверждалось, противоречат и мешают именно эмоции.

Потом об эмоциональной сфере в социологии просто забыли. Но тут грянули кризисы, предсказанные классическими работами о капитализме. Социологи поняли, что в объяснении поведения концы с концами не сходятся, научную картину нужно дополнять. На сегодня положение о том, что индивид – это аналитическая единица с присущими ей рациональными мотивами, считается не только неполным, но и ошибочным. Теперь модель человека рационального «раскрашивается» аффективными аспектами-красками.

Как социологи «делят» одну и ту же сферу исследования эмоций с психологами?

Я бы хотела сразу размежеваться с психологией эмоций. Во-первых, с нашей точки зрения, эмоции обусловлены социальными причинами. Например, такие социальные проблемы как неравенство и конфликт, естественно, порождают у людей определенные эмоции.

Во-вторых, эмоции невозможно изучать как универсальный феномен, поскольку они представляют собой исторически изменчивое явление.

В-третьих, культурные переменные могут трансформировать эмоции до неузнаваемости. Так что единый набор языковых определений эмоций, будто бы понятный всем на свете «язык эмоций», – это миф. Иногда даже универсальная экспрессивная мимика не дает возможности распознать определенные чувства в определенной культурной среде.

И последнее, эмоции – это феномен, которым можно управлять. Управление эмоциями – эмоциональная работа – это и есть предмет социологии эмоций. Потому, что практически во всех контекстах люди выражают, а также сдерживают, возбуждают, подавляют, скрывают различные эмоции, именно «работают» со своими чувствами.

В выражении «управление эмоциями» можно слышать что-то от психотерапии. Или социального инжиниринга. Какой смысл ему придает социология эмоций?

Позиция социолога никак не пересекается с позицией персонального психотерапевта. Социолог не может разрабатывать рекомендации о том, как лучше справиться с любовью или горем. Это прикладные задачи, причем психологические. А для социолога прикладной задачей является изучение психологической реакции в социальных контекстах. Изучать управление эмоциями – это значит замечать, понимать и верно идентифицировать эмоциональные состояния научными методами. Тогда можно видеть, какие параметры описывают или делают возможным управление эмоциями. Их выделяют несколько: 1) физиологическая реакция, 2) экспрессивная мимика, 3) оценка ситуации, в которой возникает эмоция, 4) культурная дефиниция чувства. Эмоциями люди управляют, изменяя один из этих параметров, к примеру, когда волнуются, стараются глубоко дышать, то есть снижают остроту физиологической реакции, или стараются «держат» лицо, не показывая истинных чувств, или определяя сильные чувства таким образом, чтобы оправдать силу своей эмоциональной реакции.

Что такое «культурная дефиниция» эмоций?

Это помощь человеку в определении его эмоции, которая приходит со стороны культуры, культурных традиций, к примеру, или культурных верований, и в том числе и со стороны науки. Часто мы сами не можем разобраться в потоке наших переживаний, который называется эмоциями. Без культурной дефиниции нам трудно их выделить, трудно их осознать, трудно с ними справиться.

Без этого инструмента и социологу тоже затруднительно работать с эмоциями людей. Конечно, прежде всего социолог регистрирует сам «звоночек». Для него усиление эмоций – сигнал о том, что происходит нечто не совсем обычное, что он обнаружил, собственно, предмет своих исследований. Эмоциональная реакция часто бывает, к примеру, на нарушение моральных норм. После этого начинается сбор материала, его обработка, и наконец осуществляется научный анализ ситуации. В данном случае, мы можем сказать, насколько сильны эти моральные нормы.

А разве поведение человека в конкретном социуме не предмет социальной психологии?

Между этими двумя дисциплинами почти нет противоречий, зато есть сотрудничество. Единственное ограничение – эксперимент, на который социологи решаются крайне редко. Из социальной психологии пришла методика вербальных маркеров эмоций. Это метод их объективной фиксации. Составляются списки эмоций, им даются дефиниции с помощью данных психолингвистики и социолингвистики. Одних вербальных маркеров для понимания эмоций мало, но помочь изучить ситуацию они могут, только надо разобраться, в чем и как. Я, к примеру, сопоставляла списки определений эмоциональных состояний, созданные на английском языке, и искала с помощью отечественных филологических работ, какие подходят по смыслу, и пыталась адаптировать к нашему обществу.

На международных конференциях сначала мы чувствовали себя неуверенно. Вербальные маркеры эмоций, перенесенные в наш социальный и культурный контекст – насколько вообще работают?

Все получалось не очень похоже на то, как на Западе. Например, чувство зависти. Мы обнаружили, что страдает не только тот, кто завидует успеху ближнего, но и тот человек, кому завидуют за его успешность – он тоже из-за этого испытывает страдания. Для кого-то это сомнительно. А вот представители Восточной Европы нас открыто приветствовали, говоря, что у себя встречают то же самое.

Кто-то завистлив, кто-то нет. А для широких социальных групп, например, классов, вербальные маркеры применимы?

У меня был кейс о российском крестьянстве. В нашем обществе с недавних пор довольно ярко выражено «презрение к физическому труду» – крестьянскому труду, и эта установка воспроизводится на разных ступенях социальной структуры. За что презирают? Циклический тип физического труда по понятиям «прогресса» – бесперспективный. В советской традиции это подавлялось, а теперь опять вышло на передний план.

Все это мы увидели по вербальным маркерам эмоций и сумели разобраться. Больше всего крестьян тяготила даже не сама бесперспективность. Тяжелее всего, что их дети, окружение и даже непосредственные начальники оценивали их труд как замкнутый в своей бессмысленности. Они испытывали стыд и одновременно зависть к тем, кто более успешен. И это сильно отражалось на их профессиональной и личностной эффективности. Мотивация к труду очень страдала. Кроме экономической составляющей, есть ведь и статусные вещи. Например, преподаватель в наше время все-таки имеет свой статус в обществе, даже если беден. А с крестьянином оказалось тяжелее.

Чем отличаются чувства от эмоций? Наверное, это классический вопрос, но на уровне языка различия ускользают.

Чувства более сложны. Они включают в себя сразу много разных эмоций, а также рефлексивные элементы. Эмоции – более конкретны и кратковременны. В принятой классификации пять базовых эмоций: страх, печаль, гнев, радость и отвращение.

Всего одна позитивная, а все остальные – отрицательные. Эволюционная роль отрицательных эмоций очевидна – они полезны для выживания.

Однако, эта простая классификация эмоций на позитивные и негативные не всегда работает. Например, если человек переживает стыд или страх, он может это оценивать как негативную эмоцию. А ученый скажет, что эмоция стыда или страха очень функциональна. Заставляет мобилизоваться к действию или, наоборот, не совершать его.

Следующий тип классификации содержит настроения – длительные ненаправленные чувства, не очень интенсивные, но способные выполнять свои функции.

Выделяют и так называемую эмоциональную энергию, если следовать современной американской терминологии, в частности социолога Рэндалла Коллинза. Это обычно переживания энтузиазма или воодушевления, которые могут разделяться и большими коллективами и какое-то время сохраняются. Обычно это происходит в рамках ритуальных событий, праздников, шествий.

Есть еще особый тип – моральные эмоции. Они очень рефлексивны – действительно, испытывая моральную эмоцию, человек четко знает, что происходит и на кого она направлена. Конечно, некоторые эмоции могут быть и первичными, и моральными – к примеру, стыд, благодарность.

Как «моральные эмоции» эволюционируют в России? Иногда складывается впечатление, что слишком бурно.

Существует тренд, который захватывает не только Россию. Например, стыд все больше скрывается, его избегают. Он воспринимается как нечто неприятное и болезненное, заведомо определяющее человека как «нехорошего». Современные люди не хотят переживать чувство стыдливости. Его пытаются перепрыгнуть, перескочить или трансформировать в другие эмоции.

Чем это объясняется? Теоретик цивилизационного процесса Норберт Элиас считает, что дело в трансформации самоконтроля. Он становится больше индивидуальным делом, все более внутренним. Именно поэтому нет необходимости развивать открытые стыдящие практики. А если их и нужно применять, то только на определенных этапах жизни человека. На самом деле, воздержание от широкого применения стыдящих практик определяет облик современного государства. Для нас такое воздержание не очень характерно.

Привычка стыдить культурно задана и фатальна?

Задана, но все меняется, даже привычки. В России тоже можно выработать вполне разумное отношение к стремлению непременно пристыдить другого человека. В направлении более деликатного отношения к личности. Надо сфокусироваться на этом и внимательно наблюдать, что происходит в обществе. А это актуальная тема. С приходом виртуальных соцсетей легко навалиться и затравить человека до смерти, было бы желание.

Положительных эмоций совсем мало. Не склоняет ли это общества к регулярной депрессии и постоянным разочарованиям?

На жизнь в обществе это накладывает огромный отпечаток. Из первичных положительных эмоций у нас – только радость и еще интерес. А все остальное – презрение, гнев, обольщение, страх. Очень важно, какие состояния в обществе принято поддерживать. Если культивируются отрицательные эмоции, общество начинает деградировать. Прекращается выработка солидарности и моральных норм, в основании которой в конечном счете – терпимость, кооперация, благодарность, альтруизм. Однако и положительных сложных чувств достаточно много. Они как раз связаны с чувством коллективности и сотрудничества.

Невооруженным взглядом видно, что эмоции могут меняться в обществе довольно быстро. Возьмем, к примеру, историю самоубийства миллионера Тарасова, произошедшую в 1910 году. У него была девушка, у девушки был в любовниках офицер. Офицер

проигрался в карты, девушка попросила денег у Тарасова, тот, зная подоплеку, отказал. Офицер застрелился. Потом застрелилась девушка. Ее подруга, узнав про это, заказала Тарасову “подарок с намеком”, отправив ему домой гроб. Якобы в тот момент, когда он приехал, застрелился сам Тарасов. Сейчас представить такую драму уже невозможно. А можем ли мы, зная историческую логику изменения эмоций в обществе, прогнозировать их будущее?

Прогнозировать можно, но социологи исходят не из психики индивидов, а из социальных условий. Если резюмировать труды последних лет, то прогноз тревожный в прямом смысле слова. Социологов заботит неизбежный рост тревожности. Современное общество – общество страха и риска. Высокие технологии только подстегивают уровень тревожности. Постоянные изменения не дают осязаемой ориентации для людей и несут осознание рисков неподконтрольных процессов. Из осознания опасности и рисков, которые подстерегают человека, сейчас ничего не стоит высечь искру страха, как как пишут специалисты. А конкретные страхи вновь подпитывают тревожность, которая становится повсеместной.

Это серьезная социальная проблема, потому что страх и тревога – разные чувства. Страх – направленное чувство. Мы знаем, чего именно мы боимся и можем сознательно выстраивать защиту. А тревожность – это когда человек и сам не знает, чего в точности он сейчас боится, но готов испугаться еще сильнее. Запускается цепная реакция. Если это чувство к тому же поддерживается тем, что оно и в обществе распространяется как пожар, возникает постоянное чувство тревожности, причем среди широких слоев населения. Тревожность очень угнетает. Есть люди, которые в состоянии выбраться из этой тяжелой эмоциональной ситуации, разорвать цикл порождающих друг друга отрицательных эмоций, но для других это непосильно, и эта ситуация становится для них «ловушкой чувств».

Все это ситуации, где какой-то тип эмоций явно доминирует. А что происходит при «буре чувств», или правильнее сказать, при

взаимодействии и наложении разных эмоций?

Большинство социологов как раз и утверждает, что бессмысленно аналитически выделять отдельные эмоции. Они в чистом виде не проявляются в реальности. Они складываются в комбинации, цепочки, циклы и спирали. Например, страх часто комбинируется с надеждой. Люди боятся, потому что им есть, чего терять. В недавних работах обсуждались результаты изучения протестного поведения. Поход на митинг – это чаще радость высвобождения энергии, а не какое-то злобное «потрясение кулаком». Протестное поведение не всегда деструктивно или негативно мотивировано. Безусловно, многие люди идут на протестный митинг не от хорошей жизни. Но для многих повод протеста не так уж и важен.

А популистские призывы к гордости – какую эмоциональную природу они эксплуатируют?

Исследования увязывают в динамический ряд стыд и гордость. Самооценка очень зависима от этих чувств: гордость или стыд за себя. Поскольку стыд загоняется современным обществом в сферы индивидуального и непоказного самоконтроля, стремление к гордости становится все более навязчивым. И эта динамика вытеснения стыда, который компенсируется преувеличенной гордостью, лежит в основе многих социальных движений.

Люди присоединяются к ним, заявляя о стремлении к справедливости, но часто их мотив – взять свою дозу гордости за страну, группу и себя самого. Масса популистских политических заявлений связана как раз с апелляцией к гордости. А это довольно эффективно, ведь это чувство само из нас рвется, особенно в определенных социальных условиях – социально-экономических кризисов, культурных трансформаций, когда люди теряют или перестраивают систему ориентации в мире.

Какие эмоции сегодня вызывают у исследователей наибольший интерес?

Чувство справедливости. Этот тренд на изучение такого сложного

чувства для социологов сейчас очень важен. Для российских тоже – он прямо связан с нашими проблемами.

Стоит проблема измерения чувства справедливости: что такое чувство справедливости и как он переживается. Это сильный медиатор между культурными целями и возможностью действий для их достижения. Это чувство – глубокая и сложная реакция на социальную ситуацию, ее оценка как несправедливой.

Серьезные вызовы стоят здесь именно перед социологией эмоций. Потому что чувство справедливости – это сложный комплекс эмоций и сознательных оценок. С одной стороны, это когнитивное восприятие ситуации. Работают рациональные критерии оценки того, что происходит. И в тоже время это эмоционально окрашенная реакция, она может быть цельной и очень интенсивной. Есть надежда, что мы обнаружим эмоции-индикаторы, которые точно укажут на природу справедливости и помогут разобраться с ее проявлениями. Сейчас в качестве такой эмоциональной реакции чаще рассматривается гнев.