

Часть I

Сила интуиции

Мышление без осознания

Много ли мы знаем в данный конкретный момент?
Гораздо больше, я полагаю, чем нам известно, что
мы знаем!

А. Кристи. Движущийся палец

Говорил ли вам кто-нибудь, что вы просто удивительны? Да-да, именно вы. Вы обрабатываете огромное количество информации «за кулисами». Вы без каких бы то ни было усилий делегируете большую часть мышления и принятия решений массам когнитивных работников, которые трудятся в «подвале» вашего разума. Только по-настоящему важные ментальные задачи попадают на стол в кабинете, где работает ваше сознание. Когда вам задают вопрос: «О чем вы думаете?», то отвечает генеральный директор вашего сознания, повествующий о тревогах, надеждах, планах и вопросах, не обращающий внимания на работников нижних этажей.

«С этой великой идеей современной психологии — тем, что основная часть наших повседневных мыслей, чувств и действий осуществляется без контроля сознания, — людям трудно согласиться», — отмечают Джон Барх и Таня Чартранд, психологи из Нью-Йоркского университета. Наше сознание склонно полагать, что именно его собственные намерения и сознательный выбор правят нашей жизнью (что вполне понятно, поскольку верхушка айсберга сознания в основном осознает свое видимое Я.) Но сознание переоценивает свой контроль. Давайте возьмем в качестве примера что-нибудь простое, например речь. Вереница слов без усилий вылетает из вашего рта почти в полном соответствии с синтаксисом (что поразительно, учитывая, каким огромным количеством способов слова могли бы перепутаться). Это похоже на то, как если бы в нашем «подвале» действительно сидели слуги, которые деловито сколачивали предложения, пускали бы их вверх по трубам и плавно выпускали их из нашего рта. Вряд ли у вас есть ключ к пониманию того, как они это сделали. Но это так.

Когда я печатал последний абзац и на экране компьютера появлялись слова, мои пальцы скакали по клавишам клавиатуры, следуя указаниям откуда-то, но явно не от генерального директора моей психики, отдающего приказы одному пальцу за другим. Я не мог бы, не спрашивая свои пальцы, сказать вам, где «в», а где «з». Если кто-нибудь войдет в мой кабинет, когда я печатаю, мои умные пальцы — на самом деле когнитивные слуги, управляющие ими, — закончат предложение, пока я одновременно буду вести разговор. Еще большее впечатление производят умелые пианисты, которые могут говорить, в то время как их пальцы исполняют знакомую

пьесу. А еще есть студенты Корнельского университета, которых психологи Ульрик Ниссер, Элизабет Спелке и Уильям Хирст научили писать одной рукой слова под диктовку и одновременно с полным пониманием читать текст. Похоже, что у нас есть два разума: один для того, что мы сразу же осознаем, а второй для чего-то еще — для совершения вычислений, связанных с поимкой летящего мяча; превращения двухмерных изображений на сетчатке в трехмерные образы; совершения своевременного вдоха; застегивания пуговиц на рубашке; координации мышц во время написания собственного имени; знания того, как прыгнуть в кучу сухих листьев, и интуитивного нахождения следующего мастерского хода в шахматной партии.

Или рассмотрим в качестве примера вождение автомобиля. Когда человек только учится, вождение требует внимания на уровне генерального директора. Мы сводим разговоры к минимуму и все внимание сосредотачиваем на дороге. Первая неделя за рулем, проведенная американцем в Соединенном Королевстве, или первая неделя вождения британца в континентальной Европе — это повторение опыта начинающего водителя, что требует концентрации на правостороннем или левостороннем движении. Со временем человек научается навыкам вождения, а потом — «сверхнаучается» им. Подобно большинству жизненных навыков, они становятся автоматическими, что освобождает сознание для административной работы. Загорается красный свет, и мы ждем на тормоза без какого-либо сознательного решения поступить именно так. Во время поездки с работы домой мы можем быть заняты разговорами или своими тревогами, поэтому к пункту назначения нас доставляют наши руки и ноги.

На самом деле иногда они везут нас домой, даже если мы намеревались отправиться в какое-то другое место. «Рассеянность — это один из штрафов, которые мы платим за автоматизм», — отмечает исследователь ментальных ошибок Джеймс Ризон. Он вместе с исследователями поведения животных Робином Фоксом и Лайонелом Тайгером входит в мой короткий список психологов с соответствующими фамилиями¹. Если босс не отдает приказ о другом пути, слуги, обслуживающие наши обычные интересы, делают то, что они обучены делать. Но босс-сознание может вмешаться в любое время. В отличие от «бессознательного» Фрейда, наполненного мятежными, задавленными рабочими, конфликтующими с начальством, бессознательные ментальные рабочие когнитивной психологии более дружелюбны, более склонны к сотрудничеству и гораздо более эффективны. Их лозунгом является: «Наша цель — служение».

Радуйтесь этому автоматизму бытия. Ваша способность лететь по жизни, главным образом на автопилоте, позволяет вам эффективно функционировать. Благодаря тому что ваши ментальные лакеи управляются с рутинными и отработанными заданиями, вы можете сосредоточиться на великих свершениях. В то время как окружающие занимаются газоном около Белого дома, накрывают на стол и отвечают на телефонные звонки, президент может заняться урегулированием международного кризиса и заботами о состоянии нации. Все это справедливо и в вашем случае. Вот что сказал философ Альфред Норт Уайтхед в 1911 г.: «Цивилизация развива-

¹ Ризон (Reason) — разум; фокс (Fox) — лиса, тайгер (Tiger) — тигр; автор шуточно намекает на то, что фамилия исследователя связана с его областью исследований. — *Примеч. перев.*

ется за счет увеличения количества операций, которые мы можем выполнять, не думая о них».

Всем нам хорошо знаком автоматизм бытия. Рассеянные профессора прекрасно знакомы с этим явлением. Иногда, выходя из ванной, я щупаю лицо, чтобы проверить, побрился ли я сегодня утром. Зайдя в ванную перед выходом на работу, я смотрюсь в зеркало, чтобы проверить, не забыл ли я причесаться. Спустившись в вестибюль факультета, я зачастую не имею ни малейшего понятия, почему я там оказался (как и в случае бритья и расчесывания волос, автоматизм ходьбы не требует того, чтобы мы держали в сознании свое намерение).

Интуитивное обучение детей

Есть вещи, которые, как мы знаем, мы знаем, но мы не знаем, каким образом мы узнаем их. Давайте вспомним, как вы усвоили язык. Если вы закончили среднюю школу, то вы знаете около 80 тысяч слов (скорее всего, эта цифра является заниженной, поскольку вы читаете эту книгу). Это означает, что в среднем в возрасте от 1 года до 18 лет вы выучивали примерно 5 тысяч слов ежегодно, т. е. 13 слов каждый день! Как вы сделали это — каким образом 5 тысяч слов, выученных вами за год, смогли настолько превысить те примерно 200 слов в год, которым школьные учителя сознательно учили вас, — одна из величайших человеческих загадок. Прежде чем вы научились складывать $2 + 2$, вы уже создавали свои оригинальные и грамматически правильные предложения. Возможно, вашим родителям было бы сложно сформулировать правила синтаксиса. Однако, только-только научившись ходить, вы интуитивно понимали и говорили с легкостью, которая посрамила бы студента колледжа, изучающего иностранный язык, пытающегося смоделировать естественный язык на компьютере.

Даже младенцы — задолго до того, как они начинают мыслить словами, — обладают поразительными интуитивными способностями. Мы с самого рождения предпочитаем те зрительные образы и звуки, которые способствуют социальному взаимодействию. Только-только родившись, мы поворачиваем голову в направлении звука человеческого голоса. Мы гораздо дольше задерживаем взгляд на рисунке, напоминающем человеческое лицо, чем на том, на котором изображено нечто вроде глаза быка; а на рисунок бычьего глаза (напоминающий человеческий глаз) смотрим дольше, чем на покрашенный диск. Мы предпочитаем смотреть на объекты, находящиеся от нас на расстоянии 8–12 дюймов¹ — именно на таком расстоянии (чудо из чудес) находятся глаза младенца и матери, кормящей его грудью.

Наши перцептивные способности непрерывно развиваются на протяжении нескольких первых месяцев жизни. В течение нескольких дней после рождения в нейронных сетях нашего мозга запечатлевается запах тела нашей матери. Так, грудничок всего недели от роду, если положить его между марлевой подушечкой из бюстгалтера матери и такой же подушечкой из бюстгалтера другой кормящей

¹ 1 дюйм = 2,54 см.

женщины, обычно повернется к подушечке своей матери. Младенец трех недель от роду, если дать ему соску-пустышку и включить запись голоса его матери или другой, незнакомой женщины, будет энергичнее сосать в том случае, когда слышит знакомый материнский голос.

Кроме того, у младенцев существует интуитивное понимание простых законов физики. Точно так же как взрослые недоверчиво смотрят на трюки фокусника, младенцы задерживают взгляд на мяче, повисшем в воздухе; на машине, которая проезжает сквозь твердый, на первый взгляд, объект; или на предмете, который вдруг исчезает. Младенцы способны даже считать. Исследовательница Карен Уинн показывала пятимесячным младенцам один или два предмета. Затем она прятала эти предметы за ширмой, время от времени убирая или добавляя один предмет через дверцу в этой ширме. Когда она поднимала ширму, младенцы нередко демонстрировали замешательство, и когда им показывали неправильное количество предметов, они смотрели на них дольше. Как и врожденный страх высоты у животных, это — интуитивное знание, не опосредованное словами и рациональным анализом.

«Левый мозг»/«правый мозг»

Более 100 лет нам было известно, что два полушария головного мозга человека выполняют различные функции. Травмы, инсульты и опухоли левого полушария обычно влияли на функции рационального, вербального, неинтуитивного разума, такие как чтение, письмо, речь, арифметические расчеты и понимание. Аналогичные повреждения правого полушария редко вызывали столь драматичные последствия.

К 1960 г. левое полушарие (или «левый мозг») стали считать доминирующим, или главным, полушарием, а его более тихого компаньона — подчиненным, или второстепенным, полушарием. Левое полушарие в чем-то похоже на видимую сторону Луны — за ним гораздо легче наблюдать и изучать его. Оно разговаривает с нами. У Луны, конечно, есть и другая сторона, но она спрятана.

Когда хирурги впервые разделили полушария, используя эту операцию как средство лечения тяжелой эпилепсии, они создали маленькую популяцию тех людей, которых стали называть самыми удивительными людьми на земле, — людей с расщепленным мозгом, которые в буквальном смысле этого слова обладали двумя разумами. Особая природа наших зрительных нервов позволяет исследователям посылать информацию либо в правое, либо в левое полушарие пациента. Пациент смотрит в точку, а затем справа или слева от нее на какое-то мгновение ему предъявляют стимул. Такую же операцию можно проделать и с вами, но в вашем интактном (неповрежденном) мозге болтливое полушарие, получившее информацию, сразу же передаст новости своему партнеру на другом склоне долины. Хирургическая операция по разделению полушарий перерезает телефонный кабель — мозолистое тело, — расположенный в этой долине. Поэтому исследователи получили возможность изучать каждое полушарие по отдельности.

Во время первых экспериментов психолог Майкл Гаццанига просил пациентов с расщепленным мозгом смотреть на точку, в то время как сам на короткое мгновение подавал зрительный сигнал «HE*ART». «HE» появлялось в левом зри-

тельном поле испытуемого (от которого сигнал поступал в правое полушарие), а «ART» — в правом зрительном поле (откуда сигнал передавался в левое полушарие). Когда экспериментатор затем спрашивал испытуемых, что они видели, они *говорили*, что видели «ART», и, что вызывало сильное удивление, левой рукой (которую контролирует правое полушарие) *показывали* на «HE». Учитывая возможность самовыражения, каждое полушарие сообщало только то, что оно видело. Левая рука интуитивно знала то, что она не могла выразить вербально.

Точно так же, когда правому полушарию предъявляли изображение ложки, пациенты не могли сказать, что они увидели. Но когда их просили идентифицировать, что они видели, дав потрогать левой рукой несколько спрятанных предметов, они безошибочно выбирали ложку. Когда экспериментатор говорил: «Правильно!», пациент мог начать препираться: «Что? Правильно? Как я могу выбрать правильный объект, если я не знаю, что я видел?!» Этот разговор, конечно, ведет «левый мозг», сбитый с толку тем, что невербальный «правый мозг» просто знает.

Эти эксперименты демонстрируют, что правое полушарие понимает простые просьбы и с легкостью воспринимает объекты. На самом деле правое полушарие превосходит левое во всем, что касается копирования рисунков, распознавания лиц, восприятия различий, переживания и выражения эмоций.

Хотя левое полушарие является «специалистом» в буквальном интерпретации языка, правое превосходит его в вопросах более тонких выводов. Если первоначально будет предъявлено слово «ступня», то левый мозг особенно быстро сможет распознать близко ассоциирующееся с ним слово «каблук». Но если сначала будут предъявлены слова «ступня», «плакать» и «стекло», то «правый мозг» будет особенно быстро распознавать другое слово — «резать», опосредованно связанное со всеми этими тремя словами. А если дать вербальную задачу: какое слово сочетается со словами «высокий», «районный» и «здание», то именно «правый мозг» быстрее, чем «левый», распознает правильное слово «школа». Один пациент так говорил после инсульта, повредившего правое полушарие: «Я понимаю слова, но я упускаю тонкости и остроты». Таким образом, правое полушарие помогает нам наполнять свою речь живыми интонациями, чтобы сделать смысл сказанного более понятным, — когда мы спрашиваем: «Что там на дороге впереди?», а не «Что там на дороге, вперед иди?».

Некоторые пациенты с разделенными хирургически полушариями головного мозга какое-то время страдали от буйной независимости своей левой руки, которая могла начать расстегивать пуговицы на рубашке, в то время как правая рука застегивала их; или ставить продукты обратно на магазинную полку, после того как правая рука только что положила их в тележку. Это выглядело так, как если бы каждое полушарие думало примерно таким образом: «А почему бы мне не надеть сегодня зеленую (синюю) рубашку?» И действительно, по словам нобелевского лауреата, психолога Роджера Сперри, хирургическая операция по разделению полушарий создает людей «с двумя отдельными разумами». (Читая эти статьи, я всегда представлял такого человека, играющего в игру «камень, бумага и ножницы» — левая рука против правой.)

Когда эти два разума не согласны друг с другом, левое полушарие выступает в качестве представителя по связям с общественностью, занимающегося ментальной

гимнастикой с целью рационализировать необъяснимые действия. Если правое полушарие отдает команду о каком-то действии, левое интуитивно находит этому оправдания. Если правое полушарие отдает команду засмеяться, то пациент отреагирует смехом. Если же его спросить, почему он смеется, левое полушарие начнет рационализировать, указав, возможно, на «смешное исследование». Если пациент выполнит приказ, отданный «правым мозгом»: «Ходить», левое полушарие сразу же предложит этому объяснение: «Я иду в дом взять бутылочку кока-колы». Майкл Гацанига приходит к заключению о том, что «левый мозг» является «толкователем», который мгновенно создает теории для оправдания нашего поведения. Мы, люди, легко и быстро конструируем смысл.

ИмPLICITНАЯ ПАМЯТЬ

Мой 93-летний отец недавно перенес микроинсульт, последствия которого выражаются только в одном. Он остался таким же доброжелательным и веселым человеком. Он так же подвижен, как и раньше. Он узнает нас и, листая семейные фотоальбомы, вспоминает все детали. Но он почти полностью утратил способность накапливать новые воспоминания о разговорах или бытовых эпизодах. Он не может сказать, какой сегодня день недели. Он наслаждается прогулкой на автомобиле и с удовольствием комментирует все, что видит, но на следующий день он не помнит, что ездил куда-то. Когда отцу опять и опять рассказывают о смерти брата его жены, он всякий раз выражает удивление, как будто слышит об этом первый раз.

Оливер Сакс рассказывает о другом пациенте, Джимми, с подобной утратой памяти, который, после того как получил травму головного мозга в 1945 г., на протяжении 30 лет на вопрос: «Кто у нас президент?», продолжал отвечать: «Гарри Трумэн». Сакс показал Джимми одну фотографию из «National Geographic» и спросил его: «Что это?».

- Это Луна, — ответил Джимми.
- Нет, — возразил Сакс. — Это фотография Земли, снятая с Луны.
- Доктор, вы шутите? Для этого кто-то должен был доставить туда фотоаппарат!
- Естественно.
- Черт! Вы смеетесь — как вы сделали это?

Удивление Джимми было удивлением умного молодого человека, которым тот был 25 лет назад, который с удивлением реагировал на свое путешествие назад, в будущее.

Тщательное исследование этих странных людей выявляет нечто еще более странное. Хотя Джимми и другие пациенты со сходной амнезией не способны запоминать новые факты или то, что они только что делали, они могут обучаться. Если показать им спрятанные фигуры на картинках (*Где Уолдо?*), позже они быстро находят их снова. Они могут научиться читать зеркальное письмо или собирать пазлы (но сначала они станут отрицать, что когда-нибудь прежде выполняли это задание). Их можно даже обучить сложным рабочим навыкам. Однако они делают все эти вещи, не осознавая то, что они научились этому.

Эти любопытные открытия противоречат идее о том, что память представляет собой единую целостную систему. Напротив, похоже, что мы имеем две системы, которые работают в тандеме. То, что разрушает сознательное воспоминание, оставляет неповрежденным бессознательное обучение. Эти пациенты могут научиться, как делать что-то, — это так называемая *имплицитная память* (процедурная память). Но они не знают и не могут сказать о том, *что* они знают, — а это так называемая *эксплицитная память* (декларативная память). Прочитав историю один раз, во второй раз они будут читать ее быстрее, демонстрируя имплицитную память. Но осознанных воспоминаний у них нет, поскольку они не могут вспомнить, что уже читали эту историю раньше. Сыграв в гольф на новом поле, они полностью забудут об этом опыте, хотя чем чаще они будут играть на этом поле, тем лучше будет их игра. Если несколько раз показать им слово «PERFUME», они не вспомнят, что видели его. Но если спросить их, какое слово приходит им на ум в ответ на словосочетание «PER», они, к своему собственному удивлению, скажут «PERFUME», демонстрируя свое научение. Они помнят о прошлом, но не в явной (эксплицитной) форме. Интуитивно они знают больше, чем осознают.

Эта двойная система имплицитной и эксплицитной памяти помогает объяснить явление «младенческой амнезии». Реакции и навыки, которые мы выучили в младенчестве, — как ходить, стоит ли доверять окружающим или бояться их, — сохраняются и в нашем будущем. Тем не менее, будучи взрослыми, мы ничего не помним (в эксплицитном виде) о первых трех годах нашей жизни. Хотя мы извлекаем огромную пользу из наследия собранной интуиции — нашего восприятия расстояния, нашего чувства, что хорошо, а что плохо, наших предпочтений в отношении знакомых блюд, людей и мест, — наше сознание не содержит никакой информации об этих первых годах жизни. Младенческая амнезия имеет место потому, что мы, по большей части, выражаем свою эксплицитную память словами, которые младенцам, только-только научившимся ходить, еще предстоит выучить, а также потому, что главный участок мозга, отвечающий за хранение эксплицитных воспоминаний (гиппокамп), — это одна из тех структур головного мозга, которые созревают в последнюю очередь. Мы не помним очень многого из собственного прошлого. Тем не менее некоторую часть того, что мы не можем вспомнить в эксплицитной, сознательной форме, мы помним имплицитно, интуитивно.

Знание без осознания

В этом вопросе сходятся и старая школа Фрейда, и современная когнитивная психология: разум переполнен важными событиями, которые не доводятся до сведения сознания. Психологи Даниел Вегнер и Лора Сمارт назвали этот подземный мир «глубинной когнитивной деятельностью». Однако существует предположение о том, что существование бессознательного всегда было трудно доказать. Как нам предоставить свидетельства наличия того, о чем мы не можем рассказать?

Объяснения постфактум, данные Фрейдом относительно того, как динамика бессознательного помогает понять курение одного человека, боязнь лошадей другого и сексуальную ориентацию третьего, оказались несостоятельными. Если вы испытываете гнев по поводу смерти своей матери, вы иллюстрируете теорию о том,

что «под угрозой находятся ваши неудовлетворенные потребности детской зависимости». Если вы не испытываете гнева по этому поводу, то вы опять-таки являетесь иллюстрацией, но уже другой теории — о том, что вы «подавляете свой гнев». Как отмечает К. С. Льюис: «Мы спорим, как человек, который рассуждает так: “Если бы на этом стуле сидела невидимая кошка, то он казался бы пустым; но стул на самом деле выглядит пустым; следовательно, на нем сидит невидимая кошка”». Интерпретация постфактум подходит для некоторых историков и литераторов, поскольку помогает объяснить то влияние, которое оказал Фрейд на литературную критику. Но в науке, как и на скачках, ставки надо делать до начала забега.

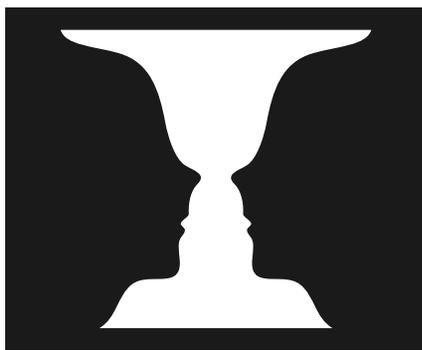
Могут ли наши сновидения или то, как мы проецируем самих себя на кляксы теста Роршаха, стать своего рода психологическим рентгеном, который позволит заглянуть в глубины нашего разума? (Фрейд называл сны «королевской дорогой в бессознательное».) Критики утверждают, что пришло время пробудиться ото сна теории Фрейда о сновидениях, которую он считал самым ценным из своих открытий, но которая на самом деле является одной из его величайших неудач, поскольку нет доказательств того, что сновидения выражают различимые бессознательные желания. Интерпретация сновидений, говорят критики, это кошмар. Даже Фрейд допускал, что «иногда сигара — это просто сигара».

Горячо любимый и неоднократно раскритикованный тест Роршаха предназначен для того, чтобы раскрывать наши бессознательные чувства и конфликты. Но исследователь Ли Сечрест с коллегами предложили «почти универсальное соглашение для членов научного сообщества» — тест просто не обладает валидностью (и не получил «эмпирического подтверждения», как предположила другая группа экспертов). Психолог Робин Доуз из Университета Карнеги—Меллона недоумевает: «Если профессиональный психолог оценивает вас в ситуации, когда вы подвергаетесь риску, и просит вас рассказать об ассоциациях, которые вызывают у вас чернильные кляксы... уходите скорее из кабинета этого специалиста».

Если старые психоаналитические методы не способны достоверно выявить работу бессознательного разума, то это успешно делает новая когнитивная психология. Давайте прежде всего рассмотрим нашу способность распределять внимание. Вы явно осознаете, что ваше сознательное внимание имеет избирательный характер. В каждый момент времени оно может находиться только в одном месте. Если вы сомневаетесь в этом, попытайтесь (при условии, что вы правша) описывать правой ступней круги против часовой стрелки и одновременно писать цифру «3» правой рукой. Вы с легкостью можете делать одно из этих двух дел, но не оба одновременно. Или, если вы обучены музыке, попытайтесь одновременно отбивать левой рукой три удара, а правой — четыре за это же время. До тех пор, пока этот навык, благодаря практике, не станет автоматическим, выполнение подобных заданий требует сознательного внимания, которое в каждый конкретный момент времени может быть только в одном месте. Сознание фокусирует нас. Если время — это тот способ, с помощью которого природа мешает всему происходить одновременно, то сознание — это то средство, с помощью которого природа мешает нам думать обо всем одновременно.

Образы восприятия тоже приходят к нам один за другим, один образ исчезает с волшебной грифельной доски нашего разума по мере того, как появляется но-

вый. Поскольку сознательное внимание является избирательным, мы видим известные рисунки, допускающие двойственное толкование, в каждый момент времени только одним способом, после чего этот образ ускользает прочь и на смену ему приходит альтернативное изображение.



Точно так же во время чтения этого предложения вы не ощущаете давления сиденья стула под вами, обуви на ноге и не видите свой нос на линии зрения. Но они присутствуют (куда денется ваш нос?). На вечеринке (или во время эксперимента с дихотомическим слушанием при исследовании избирательности внимания, когда через наушники в каждое ухо поступают разные сообщения) вы можете уделить внимание одному разговору или другому. Вы можете даже постоянно перескакивать с одного разговора на другой. Но если ваше внимание сосредоточено на одном разговоре, вы не воспринимаете, о чем идет речь во втором разговоре. Все, что охватывает ваше внимание, охватывает ваше нераздельное внимание (именно поэтому для большинства из нас лучше всего воздержаться от разговоров по сотовому телефону, ведя машину по Манхэттену).

Но все на самом деле еще интереснее, поскольку оказалось, что мы можем, тем не менее, обрабатывать информацию, на которую не обратили сознательного внимания, и испытывать ее влияние. Стоит только кому-то на вечеринке во время разговора, оставшегося за пределами вашего внимания, назвать ваше имя, и ваше внимание сразу же переместится. Вы не прислушивались к говорящему, но работники в «подвале», следящие за экранами радаров, увидели пятно — сигнал на фоне шума — и сразу же известили генерального директора вашей психики. В экспериментах по дихотомическому слушанию эти работники делают то же самое, когда обнаруживают слово, рождающее эмоции, например то, которое ранее ассоциировалось с ударом тока. Точно так же в экспериментах по бинокулярному зрению — когда двумя глазами человек смотрит на разные изображения — вы увидите только одно изображение, хотя «техники», обслуживающие радар вашего мозга, быстро отсканируют другое изображение на предмет получения какой-либо важной информации. Следовательно, вы, прямо сейчас, обрабатываете гораздо больше информации, нежели осознаете.

Или представьте, что вы участвуете в эксперименте, проведенном социальным психологом Уильямом Уилсоном. С помощью наушников вы слушаете отрывок

прозаического произведения, который читают в один из наушников, и повторяете слова, чтобы сверить их с написанным текстом. Поскольку это задание полностью поглощает вас, вы не обращаете внимания на простенькие мелодии, которые слышны в другом наушнике. Эти мелодии не находятся за пределами вашего восприятия. Вы *могли бы* услышать их, точно так же как могли бы почувствовать тупфли у себя на ногах. Но вы до такой степени не замечаете их, что когда позже экспериментатор включает вам эти мелодии наряду с новыми, вы не помните, что уже слышали их. Хотя вы своими ушами слышали их за несколько минут до этого, вы не в состоянии вычленив их из музыкального ряда. Тем не менее когда вас просят оценить, насколько вам понравилась каждая из предъявленных мелодий, вы обнаруживаете, что предпочитаете те мелодии, которые вам уже проигрывали через наушник. Ваши предпочтения выявляют то, чего не в состоянии выявить сознательная память.

Во время одного остроумного эксперимента Ларри Джакоби и его коллеги передавали в «оставленное без присмотра» ухо незнакомые имена, такие как Адриан Марр и Себастьян Вейсдорф, в то время как люди проверяли последовательность чисел, транслируемую в ухо, на которое было обращено все внимание. Впоследствии участники эксперимента обычно не могли выбрать ранее предъявленные имена среди имен, данных для опознания. Тем не менее они гораздо чаще оценивали их как имена известных людей! Исследователи блестяще продемонстрировали бессознательную память с помощью разделения внимания и «отнесения имен к знаменитым, но без их узнавания».

Или представьте себе еще один эксперимент. Одним ухом вы слышите непонятное выражение: «We stood by the bank»¹. Когда ваше ухо, оставленное без присмотра, одновременно слышит подходящее слово (*река* или *деньги*), вы не воспринимаете это слово сознательно. Тем не менее это слово определяет интерпретацию услышанного предложения. Эксперименты по праймингу² показывают, как одна мысль, даже вне пределов осознания, влияет на другую мысль или действие. Прайминг — это пробуждение ассоциаций. В еще одном исследовании участники, которых просили закончить предложения, содержащие такие слова, как «старый», «мудрый» и «ушедший на пенсию», после эксперимента гораздо медленнее шли к лифту, чем те, которые не слышали этих слов, — и без какого-либо осознания более медленной ходьбы или высокой частоты слов, имеющих отношение к старости.

Аналоги этих экспериментов встречаются и в повседневной жизни:

- Просмотр жуткого фильма в одиночестве дома может подтолкнуть наши мысли и эмоции к тому, что шум в печной трубе мы примем за звуки от проникшего в дом незваного гостя;
- Что касается множества студентов-психологов, то чтение описаний психологических расстройств может наложить отпечаток на то, как они будут интер-

¹ У этой английской фразы есть множество значений, например: «Мы стоим на берегу реки» или «Мы стоим около здания банка», и т. д. — *Примеч. перев.*

² Прайминг (от англ. *prime* — инструктировать заранее, давать предшествующую установку) — это процесс актуализации ранее сформировавшейся установки, который может привести к искаженной интерпретации воспринимаемой в данный момент информации. — *Примеч. науч. ред.*

претировать свою тревожность и мрачное настроение. Точно так же чтение описаний симптомов болезни может стать причиной возникновения у студентов-медиков беспокойства по поводу закупорки собственных сосудов, лихорадки или головных болей.

- Попросите людей произнести по буквам слово «S-H-O-P» (магазин), а потом спросите их (или самого себя), что они делают, когда загорается зеленый сигнал светофора. Многие скажут: «Останавливаемся» («STOP»), а затем смущенно усмехнутся, поняв, что эта ошибка вызвана ранее предъявленным сигналом.

Вывод: хотя восприятие требует внимания, стимулы, на которые внимание не направлено, могут тем не менее незаметно влиять на нас. Более того, привитые идеи и образы могут автоматически — ненамеренно, без каких бы то ни было усилий и без осознания — влиять на то, как мы интерпретируем и вспоминаем события.

В многочисленных новых исследованиях показано, что эффект прайминга выплывает на поверхность даже в том случае, когда предъявляют подпороговые стимулы на слишком короткое время, чтобы их можно было воспринять. С глаз долой — вовсе не обязательно вон из разума. Удар током, слишком слабый, чтобы его можно было почувствовать, повышает воспринимаемую интенсивность последующего электроудара. Незаметно промелькнувшее слово «хлеб» побуждает людей находить связанное с ним слово, например «масло», гораздо быстрее, чем слова «бутылка» или «пузырь». Подпороговое предъявление названия цвета ускоряет идентификацию этого цвета, когда он появляется на экране компьютера, тогда как невидимое неправильное название замедляет идентификацию цвета. В каждом из этих случаев невидимый образ или слово стимулирует ответ на предъявляемый позднее вопрос.

Представьте себе еще один эксперимент, проведенный Моше Баром и Ирвином Бидерманом. Если вы похожи на их студентов из Университета Южной Калифорнии, то существует шанс меньше чем один из семи, что вы сможете опознать простое изображение (типа молотка) после того, как вам предъявят его в течение 47 миллисекунд. Но что произойдет, если вы увидите это изображение снова в таком же положении через 15 минут, в течение которых вам показывали другие изображения? Шансы на то, что вы опознаете молоток, будут выше, чем один из трех. Похоже, что второе предъявление, в сочетании с первым, успешно пробуждает в мозгу осознание.

Разнообразие и тонкость незамеченных влияний впечатляют:

- В ходе одного из экспериментов участникам предъявляли подпороговые эмоционально позитивные сцены (котят или романтическая парочка) или негативные сцены (оборотень или труп) непосредственно перед тем, как показать им слайды с людьми. Хотя сознательно участники воспринимали только вспышку света, они давали более положительную оценку тем людям, фотографии которых ассоциировались с позитивными сценами. Люди каким-то образом казались лучше, если их фотография появлялась после неувиденных котят, а не после неувиденного оборотня.
- Китайские персонажи также воспринимались лучше, если им предшествовало невоспринятое улыбающееся лицо, а не нахмуренное.