**Застенчиво-раздражительный характер (астеник)**

Описан П.Б. Ганнушкиным (1933), С.И. Консторумом (1935). Asthenia – слабость, с греч.

В психиатрии, характерологии нередко говорят широко об астеническом характерологическом складе, включая сюда и психастеника (тревожно-сомневающегося).

В астенике (застенчиво-раздражительном) преобладает над всем остальным раздражительная слабость с вегетативной неустойчивостью (то, что принято называть в медицине «астеническим синдромом»). Тягостные обычно переживания своей, неполноценности, высокая душевная ранимость не проникнуты здесь мыслительностью-аналитичностью-деперсонализационностью, как у психастеника (тревожно-сомневающегося). Тут больше истощающейся чувственности, «воспаленных» красок, но больше и истощающейся раздражительности, неряшества – от почти постоянной усталости, капризнее ранимость. До старости, например, саднит астеническую женщину обида на то, что в детстве подруга украла у нее куклу, а потом, поиграв, потрепав, подбросила. При этом, гиперкомпенсируясь, она все детство проиграла с мальчишками в футбол.

Здесь нет двигательной психастенической неловкости (от жухлой подкорки), но горькое ощущение повседневного расставания с чем-то, с кем-то может быть, по-своему, еще тяжелее, сильнее от ригидности, не загруженной сложным аналитическим размышлением. Малыш не может расстаться с кусочками старых поломанных игрушек. Женщина плачет, расставаясь с кошкой, с которой познакомилась в санатории.

Напрягаясь острой застенчивостью с сослуживцами, знакомыми, астеники (застенчиво-раздражительные) часто уже не способны сдерживаться с домашними, которых и не стесняются. Деперсонализация (менее выраженная, стойкая здесь) не спасает их от эмоционального захлеста, и на близкого человека обрушиваются по пустяку (например, за вопрос, который можно было бы и не задавать – и так ясно) такие ужасные оскорбления, что, кажется, после этого и жить вместе уже никак невозможно. Однако астеник (застенчиво-раздражительный), чуть остыв, сам уже нередко не чувствует в недавних своих словах, в своем поведении этой злостности-оскорбительности. Ему кажется – ну, пошумел немножко, ничего страшного. Отдохнул – и снова милый, теплый и преданный.

Ничего не остается, как, в самом деле, научиться по возможности не принимать содержания ругательств в этих вспышках всерьез, терпеть вспышки как стихию, дождь. Терпеть и непонимание шуток в раздражении, и мелочную подозрительность в том, что близкие в чем-то ущемляют-унижают. Однако астеников надобно все же призывать сдерживаться в своей агрессивной раздражительности к близким – никто не имеет права незаслуженно обидеть человека, сорвав на нем раздражение. Лучше вылить из себя эту раздражительность в одиночестве, например, на какую-нибудь куклу.

Также следует мягко настаивать, чтобы астеник заставлял себя действовать, зная, что ему, чеховскому недотепе-мечтателю, трудновата живая практическая реакция, работа. Человек, мучающийся от того, что многого не успевает от своей несобранности, лени-усталости, должен собирать себя к делам с помощью планов, расписаний занятий, жить в строгом режиме, даже если не выполняешь его сполна. Содержание уродливого, больного, еще более несчастного животного, служение ему нередко тут серьезно смягчает переживание своей неполноценности.

Чем более здесь в телосложении мускулистости-жилистости, чем больше уверенности в движениях, моментов гурманства, тем обычно человек ближе к астеническому полюсу от психастенического. Наконец, для женщины астенического (в широком смысле) склада, как, впрочем, и для всех дефензивных, быть добротно и красиво одетой – значит быть более уверенной в себе.

**Педантичный характер (ананкаст)**

Описан Куртом Шнейдером (1923), Н. Петриловичем (1966). Изначальная тревожность здесь, по причине педантичного характерологического склада, переживается иначе, нежели тревожно-сомневающимся (психастеническим) человеком. Тревожно-сомневающийся характерологический склад претворяет внутреннюю тревогу, наполняющуюся содержанием окружающей жизни, в болезненные сомнения, а педантичный – в символически-ритуальные навязчивости, ананказмы (от Ананке – имя древнегреческой богини неизбежности-судьбы).

Поскольку педант привержен внешнему порядку до мелочной точности, формалист, «профессионально-скрупулезный» коллекционер до мозга костей – постольку и содержание многих его тревог (как он и сам это понимает) становится тоже, в сущности, бессодержательным в житейски-практическом смысле. Часто при этом бессодержательность выступает уже в таком гротескном виде, что и самому уже остро-неприятно инороден карикатурный педантизм в виде каких-то навязчивостей. Если навязчивое стремление-боязнь ни в коем случае не наступить на какую-черту (чтобы не случилось плохого) или навязчивый страх, что вырвется в разговоре с какими-то людьми совсем не подходящее здесь нецензурное слово и опозорит, порушит карьеру, еще могут не выглядеть для педанта (ананкаста) такой уж ненормальностью, то навязчивое желание во что бы то ни стадо (чтобы все было хорошо) узнать ненужную фамилию продавца какого-то овощного магазина, промелькнувшего вчера на экране телевизора, – это уже и для него самого «окончательный идиотизм».

Истинная, мучительная ананкастическая навязчивость всегда содержанием своим чувствуется страдающим ею человеком как нечто изначально неправильное, глубоко чуждое его отношению к конкретным событиям и людям. Но если это символически-ритуальное «судьбоносное» стремление-желание все же выполнить (чтобы все было хорошо), встревоженная душа смягчается-успокаивается до следующего ананказма.

Ананказмы выполняются обычно лишь тогда, когда возможно их выполнить (скажем, узнать какую-то фамилию) и лишь в пределах морально дозволенного (с точки зрения ананкаста). К примеру, навязчиво убить кого-то или поранить тут практически невозможно (по литературе и опыту моей психиатрической жизни). Но навязчиво убить себя возможно – ананкастически испытывая судьбу на краю пропасти или в попытках застрелиться (навязчивое желание испытать, будет ли осечка). Так, видимо, погиб Маяковский. Как ананкаст он довольно содержательно-отчетливо изображен в книге Ю.А Карабчиевского (1990).

Педанты (ананкасты), будучи нередко страстными коллекционерами, случается, попросту навязчиво крадут важные для них предметы коллекций.

Таким образом, педант (ананкаст) есть человек, природой своей предрасположенный к разнообразным ананказмам, которые вместе с обострениями материнской своей основы – изначальной тревоги-тоскливости – то разрастаются, то увядают. Какая-то увлеченность жизнью, влюбленность или просто перемена места (путешествие), улучшая, оживляя настроение, нередко смягчают или выключают навязчивости.

Частые здесь ипохондрические переживания, тревожная мнительность, боязнь загрязниться, боязнь воров, негодяев, насекомых, сверхаккуратность, страх смерти, муки совести – все это у ананкаста также чаще всего насквозь навязчиво, то есть чуждо своим содержанием душе, не по жизненному существу. Например, не страх смерти от рака (как это случается у психастеника), а страх страха рака. Не страх обидеть человека, а страх страха кого-то обидеть. И так до бесконечности.

Ананкаст обычно не боится смерти, но боится жизни со всеми ее возможными неприятностями, даже самыми крохотными. Боится и собственного несовершенства, своих грехов. Но это, однако, не муки совести, а, к примеру, навязчивые переживания, что совершил что-то недозволенное. Так, Раскольникову ничуть не жалко загубленных им женщин, но навязчиво страшно, что «нарушил букву закона» и теперь накажут. Ведь и в каторге он не раскаялся и так и не открыл Евангелие, лежавшее у него под подушкой.

Один ананкаст, писатель, навязчиво-мучительно волнуется, как бы не случилось чего плохого с женой: по многу раз в день тревожно звонит ей на работу, но, случается, говорит по телефону очень тихо, потому что в соседней комнате в постели его ждет любовница.

Что же есть самое существо ананкастического строя души? Педантически-ананкастическая личностная почва, представляющая собою, по сути дела, ослабленные ананказмы жизни. К навязчивостям (в том числе ананказмам) предрасположены люди с разными характерами, болезнями, но у педантов (ананкастов) как бы сам характер есть ананказм.

Существо педантичного характерологического склада – в навязчивом соблюдении какой-то формы при многих жизненных обстоятельствах на основе чаще материалистического (реалистического) мироощущения. Но реалистичность здесь не синтонная, не напряженно-авторитарная, не тревожно-сомневающаяся, а тревожно-ананкастическая с навязчивым переживанием своей неполноценности, но и с обостренной чувственностью, мощными влечениями.

Гиперкомпенсация нередко внешне искажает внутреннюю беспомощность, инертность-дефензивность педанта (ананкаста) грубоватой демонстративностью-высокомерием, авторитарной бесцеремонностью.

Среди педантов (ананкастов), как и в любом характере, встречаются и щепетильно-нравственные, и зловещие безнравственники с инфантильно-брюзгливой капризностью, морализаторской занудливостью. Но любой ананкаст – мученик. Вот он кому-то нагрубил, принес какое-то крохотное зло – и мучается навязчивым ужасом, что ему теперь отомстят. Изменил жене – и мучается навязчивым страхом венерического заболевания. Самый благородный ананкаст может весь день тревожно-навязчиво мучиться тем, что вот-вот случится страшное, а когда убеждается в том, что вроде бы ничего дурного-то и не случилось, то уж и день прошел.

Многие ананкасты, дабы смягчить свою тревогу, претворяющуюся в мучительные навязчивые ритуалы бесконечного мытья одежды и тела, бесконечные притоптывания и постукивания (чтобы все было хорошо), отворачивания острых углов и другого острого (например, угол книжки, вилка) от близких людей, чтобы не принести им вреда, и т. д., и т. п. – сами устраивают себе (обычно стихийно) более интересную лечебно-навязчивую работу. Этой часто увлекательной ананкастической работой («плетение»-сочинение в голове детектива, сверхтрудолюбивый поиск метафор для каких-то своих писаний, бесконечное погружение в коллекционирование и т. п.) человек заменяет-вытесняет навязчивости мучительные. Так Природа подсказывает пациентам и психотерапевтам прекрасный целебный прием.

Вообще характерологическую педантичность свою следует научиться применять в тех жизненных полезных делах, в которых она именно требуется, чтобы не вырастали из нее тяжелые навязчивости, способные серьезно вредить людям.

Так, один жалкий, но безнравственный ананкаст (покойный уже) более года навязчиво-каждодневно «плел» доверчивой страдающей жене «детективную» историю о том, что прах ее матери он сам, как обещал, захоронил под прекрасным богатым памятником, но туда по каким-то причинам никак нельзя еще поехать. Жена так тяжело переживала смерть матери, что не смогла быть на похоронах и боялась кладбища. Позднее, к ужасу жены, выяснилось, что деньги, предназначенные на похороны, истрачены, а капсула с прахом матери все еще не захоронена. Она хранилась все это время в каком-то шкафу в ресторане, где работал приятель писателя, хранилась под бравурную ресторанную музыку. У этого ананкаста-писателя в голове постоянно в течение многих лет усложнялось-развивалось одновременно по нескольку сюжетов подобных четко-программных лжесплетений, которые он с азартом рассказывал в бесконечных, в том числе телефонных, разговорах со знакомыми, верившими ему поначалу, будто он в чем-то им поможет. При всем этом ему семь раз в день надобно было поцеловать жену, чтобы все было хорошо.

Ананкасту-писателю и ананкасту-ученому в их творчестве обычно свойственны не столько искания духа и мысли, сколько «вымучивание» метафор, сказочно-ярких элегантных построений (как у Юрия Олеши), формул и графиков.

Многие педанты (ананкасты) превосходно выполняют точные, важные для человечества работы, где необходима щепетильная добросовестность.

Педанты (ананкасты) нередко крепкого атлетоидно-диспластического («мосластого») сложения. В России их не так много, но много в скандинавских странах и в Германии.

**Список литературы**

Бурно М.Е. Застенчиво-раздражительный характер (астеник)