

**ЯРОСЛАВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**ЛАБОРАТОРИЯ КОГНИТИВНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ**  
**ИНСТИТУТА СИСТЕМНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ**  
**РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК**  
**МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ**  
**НАУК**

# **МЕТОДОЛОГИЯ СОВРЕМЕННОЙ** **ПСИХОЛОГИИ**

**Выпуск 19**

**Под редакцией Козлова В.В., Карпова А.В.,**  
**Мазилова В.А., Петренко В.Ф.**

**Москва, Ярославль, 2023**

**ББК 88.4 + 53.57**

**УДК 159.99**

**Методология современной психологии. Вып. 19 /Сб. под ред. Козлова В.В., Карпова А.В., Мазилова В.А., Петренко В.Ф. – М-Ярославль: ЯрГУ, ЛКИИСИ РАН, МАПН, 2023 – 267 с.**

**Сборник статей представляет обзор теоретических работ по методологии психологии.**

**Сборник адресован психологам, студентам, аспирантам, преподавателям факультетов психологии вузов, специалистам в области психологической работы с населением.**

**ISSN 1234-1234**

**© Козлов В.В., 2023**

## Оглавление

Абу-Талeб Д.В. ВЛИЯНИЕ ИНТЕГРАТИВНОЙ МУЛЬТИПАРАДИГМАЛЬНОЙ КОНЦЕПЦИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ НА РЕКУРСИЮ СОЗНАНИЯ .....	5
Баротов Ш. Р. 13НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЗДАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В УЗБЕКИСТАНЕ .....	13
Вагнер Е.Н. ВДОХНОВЕНИЕ И МАСТЕРСТВО КАК СОСТАВЛЯЮЩИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПРОЦЕССА В АСПЕКТЕ ГЕНДЕРНОЙ ПСИХОЛОГИИ .....	27
Верещагина А.А. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ВЛИЯНИЯ ПИСЬМЕННОГО ДЕЛОВОГО ТЕКСТА НА СОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ .....	33
Власов Н.А. ПРОБЛЕМА МЕТОДА В ИСТОРИИ ПОНЯТИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ .....	37
Грац О.Ю. ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ТАНЦЕТЕРАПИИ НА ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ВИТАЛЬНОСТИ .....	41
Гуриева С.Д., Юмкина Е.А., Постанина А.В. МЕТА-АНАЛИЗ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ И МЕТОДОВ ДИАГНОСТИКИ ДЖОБ-КРАФТИНГА .....	48
Гуриева С.Д., Марарица Л.В., Удавихина У.А. БАРЬЕРЫ В ПОСТРОЕНИИ КАРЬЕРЫ В КОНТЕКСТЕ ИННОВАЦИОННОГО КЛИМАТА ОРГАНИЗАЦИИ.....	58
Долгих Д.С. РОЛЬ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ В РАЗВИТИИ И РАЗРЕШЕНИИ ЛИЧНОСТНОГО КРИЗИСА .....	66
Канжоури Х. ИНТЕГРАЦИЯ ВЫНУЖДЕННЫХ ПЕРЕСЕЛЕНЦЕВ В СОВРЕМЕННОМ ГЕРМАНСКОМ ОБЩЕСТВЕ: О ЧЕМ УМАЛЧИВАЕТ СИСТЕМА? .....	78
Карпов А. А. К ПРОБЛЕМЕ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СОСТАВА КОГНИТИВНЫХ ОПЕРАЦИЙ ..	84
Кашапов М.М. РЕСУРСНЫЕ ОСНОВЫ КОНСТРУКТИВНОЙ КОНФЛИКТНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ .....	96
Козлов В.В. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ .....	106
Козлов В.В., Загребельных Ф. В. ГВОЗДЕСТОЯНИЕ КАК ГИПЕРСТИМУЛЯЦИОННЫЙ МЕТОД ТРАНСФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ .....	114
Костригин А.А., Цой А.А. СРАВНИТЕЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ОСЬМИНОГОВ В РАБОТАХ М.И. ГОЛЬДСМИТ .....	119
Костригин А.А., Штрикер Ю.Д. БИБЛИОМЕТРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ РОССИЙСКИХ.....	128
ПУБЛИКАЦИЙ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИИ ТЕЛЕСЕРИАЛОВ ЗА 2013-2022 гг. ....	128
Лазарева Ю.Н. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАПРАВЛЕННОЙ ВИЗУАЛИЗАЦИИ.....	138
Лучистая Р.С. ОСОБЕННОСТИ ПРОТЕКАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВРЕМЕНИ КАК “ОБЪЕКТИВНОГО” И “СУБЪЕКТИВНОГО” .....	144
Мазиллов В.А. ПОЛТОРА ВЕКА НАУЧНОЙ ПСИХОЛОГИИ: ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ МЕТОДОЛОГИЧЕСКАЯ ОШИБКА .....	155
Мардашкина Н.М. ПРАКТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ЛИЧНОСТИ СОТРУДНИКОВ, КАК СПОСОБ ЭФФЕКТИВНОГО СОЦИАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ ОРГАНИЗАЦИЕЙ .....	169
Пенечко О.К., Комарова И.Ю. ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ СИСТЕМЫ КОНДЕНСИРОВАННОГО ОПЫТА (СКО) КАК ОРГАНИЗУЮЩЕЕ НАЧАЛО ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ПСИХИКИ И ЭЛЕМЕНТ КОПИНГ-СТРАТЕГИИ .....	183
Симонов П.А. ВЕРА И ЗНАНИЕ. ТАК ЛИ ВСЕ ОДНОЗНАЧНО?.....	192

Слепко Ю.Н. ПРОБЛЕМА РЕДУКЦИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ОБЪЯСНЕНИИ.....	199
Смирнова И.Д. СПЕЦИАЛИСТЫ «ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ»: ПРИЗВАНИЕ, УДОВОЛЬСТВИЕ, НАКАЗАНИЕ, СЕМЕЙНЫЙ ПУТЬ, ЗАРАБОТОК ДЕНЕГ. ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА И УМЕНИЯ ЛЮДЕЙ, ПРИЗВАННЫХ СЛУЖИТЬ ЧЕЛОВЕЧЕСТВУ .....	206
Токарев Я.В. ИДЕНТИЧНОСТЬ И БЫТИЕ .....	214
Торик М.Д. МЕТОД “ПАНТОМИМА ЛИСТА” В КОНТЕКСТЕ НЕЙРОГРАФИЧЕСКОГО АЛГОРИТМА СНЯТИЯ ОГРАНИЧЕНИЙ.....	227
Шабанов Л.В. ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЕ ОБРАЗЫ ЖЕНСКОГО АРХЕТИПА.....	237
Шипицын Е.Ю. СНОВИДЕНИЕ - ЭТО МИР НАШЕЙ ВНУТРЕННЕЙ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ .....	248
Якимчук Д.Ю. ГРУППОВАЯ ДИНАМИКА И ИНТЕГРАЦИЯ .....	259
Список авторов.....	265

Абу-Талeб Д.В.

## ВЛИЯНИЕ ИНТЕГРАТИВНОЙ МУЛЬТИПАРАДИГМАЛЬНОЙ КОНЦЕПЦИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ НА РЕКУРСИЮ СОЗНАНИЯ

**Аннотация:** Тема рекурсивности мышления мало освещена в контексте лингвистики, еще незначительней в педагогике и практически не рассмотрена сквозь призму психологических доктрин, и это при том, что данная феноменология, в частности и целом, явно не в лучшем свете отражается на уровне и качестве жизни человека и имеет значительное влияние на формирование концептосферы личности человека.

**Ключевые слова:** рекурсивность мышления, сознание, мыслительная деятельность, интегративная психология, мультипарадигмальная концепция, образовательная среда.

**Annotation:** The topic of recursiveness of thinking is poorly covered in the context of linguistics, even more insignificant in pedagogy and practically not considered through the prism of psychological doctrines, and this despite the fact that this phenomenology, in particular and in general, is clearly not reflected in the best light on the level and quality of human life and has a significant impact on the formation of the conceptual sphere of a person's personality.

**Keywords:** recursiveness of thinking, consciousness, mental activity, integrative psychology, multi-paradigm concept, educational environment.

Актуальность дискуссии в отношении рекурсивности мыслительной деятельности связана с необходимостью освещения влияния рекурсивности в мышлении, как естественной имеющейся формы обыденного и в т.ч. научного сознания, и ее последствия ведущие к частичному отсутствию умения человеком контролировать свое абстрагирование, отслеживать уровни ментальности, избегать рекурсии и не попадать в уровневые ловушки - сегодня это умеет не так много людей, и на порядок меньше, чем людей владеющих формальной логикой. Можно ли считать, что рекурсивность является грубым редуccionизмом в процедурах осмысления и создания собственных мыслеформ человеком в процессе наполнения собственной картины мира, а также в процессе взаимодействия и коммуникации с социумом? Вопросы, связанные с социальной коммуникацией, рассматриваемые и изученные способы в ней, отвечающие требованиям и веяниям современности, а также различным последствиям, вытекающим из-за вынужденной причастности к современной и технократично развивающейся общности, представлены в работе Н.Н. Казновой. Автор приводит доводы о неразрешенном на сегодня кризисе безбарьерной коммуникации, возникающей в реальном общении, который сегодня способна компенсировать или вовсе заменить виртуальная коммуникация, категориально рассматриваемая, как новый вид коммуникации: «письменной фиксацией устной

разговорной речи», основа которого, как мы полагаем, построена на принципах рекурсивного мышления [5, с. 47].

Проблемы связанные с процессом рекурсии имеют свою схожесть в сфере IT-программирования, где система начинает выдавать ошибку в случае, если программа начинает вызывать сама себя в качестве подпрограммы, массив будет включать сам себя в качестве элемента массива, а переменная начнет принимать в качестве значения сама себя. Такой принцип работы в программном обеспечении и называется рекурсия – или заикливание, и порой она необходима и возможна, но проблема в среде программирования не в том, как это вызвать, а скорее в том, как остановить.

На заре XX века развитие естественных и точных наук представителями самой формальной и точной науки — математики, стало предвестником разоблачения парадоксов, апорий и логических противоречий, связанных с последствиями рекурсивности в мышлении, которые существовали вопреки формальной логики, разработанной Аристотелем, как инструмента разрешения споров и поиска истины. Еще в 1903 году Б. Рассел и А. Уайтхед в трехтомной монографии об «Обоснованиях математики» показали, что класс не может включать сам себя в виде элемента класса, а тип не может быть сам себе подтипом [16]. Годом позднее в рамках этой теории поддержал и разобрался в проблематике, связанной с понятием множества и класса еще глубже К. Гедель, опубликовавший в 1931 году свои знаменитые теоремы о неполноте: «Любая формальная система аксиом содержит неразрешенные предположения», и «Логическая полнота (или неполнота) любой системы аксиом не может быть доказана в рамках этой системы. Для ее доказательства или опровержения требуются дополнительные аксиомы (усиление системы)» [21] - здесь стоит отметить, что его работы оказали впоследствии серьезное влияние на все точные науки. Впечатленный и подхвативший его идеи в разделе физики А. Эйнштейн утверждал, что: " Никакую проблему невозможно решить на том же уровне, на котором она возникла. Нужно стать выше этой проблемы, поднявшись на следующий уровень", что по сути являет собой ту же теорему о неполноте, но в более абстрактной форме.

В историко-философском контексте редукционизм притеснил холизм, где первый выступает в качестве методологического принципа в основе которого заложен идеологический принцип сведения сложных явлений к более простым с опорой на установленные закономерности подтвержденные, как теоретическим, так и практическим способом, а в случае со вторым мы имеем концептуальное представление, о том, что целое не сводимо к своим частям, с опорой на метафизическую идеологию Аристотеля, в которой целое является больше, чем сумма его частей.

О скудности и ограниченности редукционизма, имеющего свое практическое влияние в нашей повседневной реальности, и, в частности, в научном мире еще в 1997 году физик-теоретик и популяризатор науки Д. Дойч, рассуждает о важности создания «Теории всего» и ее физических интерпретаций

в своем труде «Структура реальности». По мнению автора редуционистское мировоззрение ведет к созданию иерархии теорий, что сопоставимо с теорией Т.Куна, о смене научных парадигм [9]. Касаемо идеологии холизма, автор не менее критичен в своих высказываниях, предполагая, что оба способа развития являются тупиковыми в равной степени для человечества, предлагая взамен свою гипотезу о возможности существования мультивселенной в связке с многомерностью времени, анализируя и опираясь на логику, фундаментальные и современные труды из смежных областей науки. И не смотря на всю метафизичность его гипотезы и труда в целом, парадокс в том, что его точка зрения относительно уже традиционного индуктивизма - простирающегося со времен Ф.Бэкона, восходящего к эпистемологической точке зрения - рационализму Р. Декарта, находит здравый смысл в рациональном осмыслении.

В основе посылы гипотетических представлении Дойча лежит квантовая теория, сравнительно молодая область физики и с еще внушительным количеством неосвещенных в ней сторон, аксиома структуры реальности которой асинхронична редуционизму, и более того последний является его подсистемой.

Что же касается проблематики рекурсивности мышления, то здесь под операционной системой (т.к термин рекурсия заимствован из сферы программирования) принято считать наш головной мозг, функционалом которого являются способы обработки полученных сигналов обоими полушариями, (т.е. нашей биологической нервной системой) и происходящая в нем нейрональная постобработка необходима для интегрирования в целое, как вклад в общее дело и задачи для жизнедеятельности человека. Как правило правое и левое полушария работают совместно и согласовано, но как показывает наука, сильно отличаются друг от друга. Обобщенно проиллюстрировать смысл разницы в работе полушарий можно следующим объяснением ученого, психиатра и нейробиолога Д. Сигала: «...колонки коры правого полушария имеют больше горизонтальных связей, в результате чего сообщение между разными участками коры этого полушария приобретает большую мультимодальность. Это открытие помогает нам понять, почему правое полушарие лучше левого различает контексты и лучше схватывает целостную картину, чем ориентированное на детали левое полушарие. В левом полушарии колонки работают более самостоятельно, в большей степени изолированы друг о друга, что позволяет коре левого полушария вникать в глубинную суть процессов и явлений, быть более аналитическим, лучше сосредотачиваться на определенных проблемах, внимательно следить за отдельными предметами и накапливать конкретные факты». [12, с. 56-57 ]. В своей книге «Внимательный мозг. Научный взгляд на медитацию» Сигэл доказательно разъясняет необходимость формирования такой повседневной практики работы головного мозга, как внимательное осознание. По сути, автор призывает выйти сознание на тот уровень мышления, когда ему удастся преодолеть латеральную форму мышления, отягощенную принципом рекурсивности, а также феноменом мыслительной деятельности, которым являются рефлексивные петли,

участвующие в процессе рекурсии и использующие ее в качестве условия для собственного исполнения, т.к. основная их особенность выражена в усилении обратной связи и выделением определенной информации из общего потока (о последних подробно изложено в работе над исследованием «рекурсии в самоорганизации мышления» [3, с.26]).

Рассмотрев и проанализировав феноменологию рекурсивности в мыслительной деятельности человека, мы придерживаемся мнения профессора М. Корбалиса, что основа мыслительной деятельности человека неизбежна без участия в ней рекурсии, посредством которой происходит надстраивание уровней мыслительных процессов, путем создания вложения одних идей в другие [18]. Мнение профессора поддержано и другими представителями научного сообщества различных дисциплин, среди которых психолингвисты, антропологи, эволюционные психологи. Так, например, наблюдая за поведением приматов было установлено, что любая усложненная форма орудийно-предметной деятельности является для них затруднительной и даже невозможной, что обусловлено не значительным объемом рабочей памяти и ее низкой оперативности, ввиду чего отсутствует возможность мыслить рекурсивно [23]. Профессор искусственного интеллекта и неврологии А. Фейсал после изучения поэтапного развития орудийной деятельности человека сделал заключение, что изготовление столь сложных и оснащенных форм каменных орудий невозможно без участия рекурсии в мышлении [19].

Также важно обратить внимание, что без участия рекурсии в мыслительной деятельности коммуникации не представляются возможными и связано это прежде всего с тем, что благодаря рекурсии происходит упрощение процесса понимания одним собеседником другого относительно того насколько информация верно было воспринята другим. Без этой процедуры невозможно достигнуть согласованности коммуникативных актов между людьми в сообщениях и соответственно становится невозможным человеческое взаимопонимание, как таковое [22].

По мнению авторов, исследующих рекурсию в самоорганизации мышления, и придерживаясь мнения ученых, выделены явные условия указывающие на необходимость присутствия рекурсии в мышлении, т.к. последняя: «одновременно способствует созданию описания окружающей действительности и самого человека, который в этот момент создаёт описание этого мира [20]. Д.Ф. Даутов и А.К. Белоусова описывают рекурсивное мышление, через призму кибернетического и синергетического подходов как мышление, замкнутое на самом себе, что с точки зрения целой системы не может развивать ее на основе принципов самоорганизации, что является само по себе парадоксом т.к. коммуникативные акты, как таковые, вносят поправки и в представления людей друг о друге и в их представления об окружающем мире, меняя тем самым самих людей, что в последствии становится подготовкой к следующему циклу изменений. И по мере углубления самой рекурсии, как процесса мыслительной деятельности значительную роль берет на себя



структура внутренних связей таких представлений. Из чего они делают выводы, что «мышление в этом случае можно представить в виде самоорганизующейся системы, которая преобразует себя в соответствии с внутренними процессами, на основе рекурсивных действий с информацией». Одновременно с представленной информацией, рассматривая точку зрения представителя кибернетического подхода Дж.Рота о неспособности мышления к самоорганизации и ссылаясь на представленные доводы считают его замечания справедливыми: «...сигналы, которые человек получает через сенсорные системы из внешнего мира, сами по себе не несут какой-либо информации. Определенное значение придает им мозг, после особого рода обработки этих сигналов [24, р. 225–229.]» [3, С.21-22]

Таким образом, мы видим, что рекурсия сама по себе является прогрессивной формой человеческого сознания и одновременно, как ни парадоксально, ее же тупиковым источником в развитии. Очевидно, что феномен сознания (интеллекта) по своей природе иерархичен и на базовом уровне сводится к рекурсивности информации и способу ее обработки, что в свою очередь не может быть признаком порождения гениальности, т.к. для этого потребуется выход за привычные рамки рекурсивного мышления. Гениальность, как считал выдающийся ученый, представитель отечественной генетики В.П. Эфроимсон сама по себе не может являться отклонением от нормы в психике гениального человека, а являет собой сверхвысокую творческую активность, заложенную природой, генофондом [17, с.23]. Гениями, как считал исследователь, рождаются (потенциальный гений: дар природы — биогенетический фактор), в них развиваются (развившийся гений: детско-подростковый период — биосоциальный фактор) и в гения реализовываются (реализовавшийся гений: необходим общественный спрос на гения — социобиологический фактор) [17, с. 31], также признаки гениальности в человеке указывают на существование гигантских потенциальных возможностей его мозга. [17, с. 23]. Автор также акцентировал свое внимание на важном факторе развития гениальности - стохастике, случайности проявляющей себя в генетике, делая выводы с опорой на современную молекулярную генетику о том, что научного объяснения появления гения на свет нет и никогда, по его мнению, не будет, и гениальность появляется на свет случайно.

Гении и гениальность всегда были привлекательны для человечества в различных сферах его (человека) деятельности. Совокупные усилия ученых разных областей науки до сегодняшнего момента пытаются найти объяснения происхождения данной феноменологии. Так, например, «глазами искусства» через теорию суприматизма, гений охарактеризован, как феноменальный, предельный, с чрезвычайным уровнем развития способностей, доминированием и необыкновенно развитым одним из качеств или психических процессов личность. А французский живописец и график XIX века Э. Делакруа утверждал, что гений, в проявлении своих незаурядных качеств, первоочередным и ведущим из них являет свое воображение. Чезаре Ламброзо итальянский врач-психиатр XIX века делаясь своей точкой зрения относительно гениальности говорил:

«Фантазия талантливого человека воспроизводит уже найденное, фантазия гения – совершенно новое. Первая делает открытия и подтверждает их, вторая изобретает и создает». Высказывание Альберта Эйнштейна звучит так: «Когда я изучаю себя и свой способ думать, я прихожу к выводу, что дар воображения и фантазии значил для меня больше, чем любые способности к абстрактному мышлению. Мечты обо всем, чего бы вы могли добиться в жизни, — это важный элемент позитивной жизни. Позвольте вашему воображению свободно блуждать и создавать мир, в котором вы бы хотели жить» [8]. Наполеон Хилл, американский автор XX века в области новой мысли, психолог, журналист и один из создателей современного жанра книг по саморазвитию, в своих рассуждениях о теме творчества, воображения и их причастности к гениальности выражал свою точку зрения следующим образом: «Главное различие между гениальным изобретателем и заурядным “чудаком” в том, что гений пользуется даром творческого воображения, тогда как “чудак” понятия о нем не имеет. Изобретатель-ученый использует оба дара: аналитические способности и творческое воображение. Я.Э. Голосовкер советский философ и писатель утверждал, что: «Гении и есть воображение, как имагинативная творческая сила» [4].

Список высказываний и высказывающих представителей интеллектуальной интеллигенции на этом не ограничивается, приведенные здесь примеры наглядно иллюстрируют гениальность в контексте творческой силы и процесса, поскольку «человек является продуктом космической эволюции, он включен в природу... и его жизнедеятельность предполагает непрекращающееся взаимодействие с окружающей природной средой» [14], где сам человек призван к преобразению мира своего существования в творческом процессе, а следовательно человек по призванию культуросообразен – на такие осмысления нас наводят философские изречения В.С. Степина, советского и российского профессора и академика РАН, взятые из книги «Цивилизация и культура».

Также нельзя обойти вниманием, что гениальность не ограничена только воображением и фантазийностью человека с признаками гения, наряду с ним гений обладает развитым вниманием, восприятием, интуицией, мышлением, обладает собственным опытом и памятью – одной фразой продемонстрированы высшие психические функции на максимуме: «Широта ума, сила воображения и активность души — вот что такое гений» (*Дени Дидро, французский философ-просветитель и писатель*) [4].

*По сути, гениальность и творение неотделимые друг от друга понятия, существование одного невозможно без другого. Согласно современным исследованиям В.И. Самохваловой, современная философия понимает творчество, как «антропокосмический феномен», космическое событие, как космический принцип, божественный дар и родовая идентичность человека [11]. Таким образом без творчества не представляется самовыражение, как необходимое условие экзистенции, т.е. существования человечества. Новизна, как необходимое условие творчества выражается в завышенной оригинальности,*

с принципиально высокой степенью новизны, зависящей от гениальности или таланта. (Большая советская энциклопедия о понятии гениальности) [13].

Возвращаясь к рекурсии в мышлении, о которой в ходе ее исследования мы сделали для себя вывод, полагаем, что чрезмерное прибегание мыслительной деятельности посредством рекурсии, неизбежно приводит наше сознание в состояние обыденного и заурядного, лишая выразительности, заглушая гениальность и собственные таланты. Таким образом, чтобы человек имел возможность творчески проявляться и самовыражаться, ему необходимо уже с раннего детского возраста не расставлять огромное количество «рамочек» редукации (рационализма, более выраженного левополушарным способом мышления), что уже к периоду взросления доведено до автоматизации и абстрагирования в области значимых культурологических потребностей и ценностей.

Ключевым и искомым решением проблематики рекурсивного мышления, пагубно влияющего на самовыражение и самоидентификацию личности человека мы полагаем, может быть, именно образовательная среда и выбранные в качестве инструментов способы, и методы, должны способствовать раскрытию как гениальности, так и талантов человека – его творческого потенциала, а значит и в какой-то степени соответствовать искомому. Фактически это означает обучение «выходу за рамки» мыслительной деятельности, взамен привычному рационалистическому способу мышления. То есть подача материала, и его последующая интеграция будет не в корне отличаться от привычной стандартизированной формы, а скорее с ее расширением, через интегральные аспекты и личностно-ориентированный подход, являющиеся частью интегративной психологии [6] и интегрального подхода в образовании [2; 10].

Подведя тему рекурсии к рассмотрению через призму образовательной деятельности, нами в качестве методологии и ее продуктов (инструментария в т.ч) представлена интегративная мультипарадигмальная концепция в образовательной среде. О преимуществах данного подхода более подробно описано в ранее изданных работах автора данной статьи [1; 2]. Интегративный подход и мультипарадигмальная концепция заложенные в базисе освещены и представлены в монографии автора «Методологии интегративной психологии» - д.п.н. и профессором В.В. Козловым [7].

В попытке объяснить термин парадигма, в своей монографии, д-р филологич.наук О.А.Павлова выделяет три значения термина, предполагая их актуальность отвечающей современности: «...во-первых, парадигма как дисциплинарная онтология; во-вторых, парадигма как национально-эпохальная научная картина мира; в-третьих, парадигма как тип рациональности», а также приводит доводы в пользу того, что социально-культурная деятельность представляет собой: «... мультипарадигмальную дисциплину, специфические черты методологии и дидактики которой создаются интегративным взаимодействием философской антропологии, политологии, социологии, культурологии, психологии, коммуникативистики и когнитивных дисциплин на

базе педагогики как прикладной дисциплины (то есть педагогической технологии) [15].

В качестве вывода: мы разделяем взгляды Павловой О.А., подкрепляющие нашу мысль о необходимости внесения новшеств (как продукта творчества) в образовательную среду, и как мы писали выше и ранее именно интегративная мультипарадигмальная концепция в этой среде может отвечать всем актуальным требованиям современности.

### **Литература:**

1. Абу-Талeб Д.В. Интегративная мультипарадигмальная концепция в образовательной среде: анализ, роль и значение / Д.В. Абу-Талeб // Человеческий фактор: Социальный психолог. – 2022. – №2 (44) – С. 15-28.
2. Абу-Талeб, Д. В. Коучинг как парадигма интегрального образования: коммуникативный аспект : - дис. ... канд психол. наук. – Ярославль, 2021. – 294 с.
3. Даутов Д.Ф., Белоусова А.К. «Роль рекурсии в самоорганизации мышления» // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». 2022. №1. С.26
4. Душенко К.В., Большая книга афоризмов, М.: Изд-во Эксмо, - 2012. – 1056 с.
5. Казнова Н. Н., Психолингвистические особенности коммуникации в блогах // Языковое бытие человека и этноса. 2010. №17. С. 47
6. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.
7. Козлов В.В. Методология интегративной психологии, Ярославль: МАПН, Изд-во: «Титул» 2021, – 180с.
8. Кузнецов Б.Г. Эйнштейн: Жизнь. Смерть. Бессмертие, М.: Изд-во Наука, - 1979 г. – 680 с.
9. Кун Т. Структура научных революций. М.: Изд-во [АСТ](#), 2020. — 320 с.
10. Непомнящий А. В. Интегральное образование. научное изд., – М.: Изд-во ЮФУ, 2016. – 98с.
11. Самохвалова В.И. Творчество: божественный дар; космический принцип; родовая идентичность человека: Научное издание. — М.: РУДН, 2007. — 538 с.
12. Сигэл Д. Внимательный мозг. Научный взгляд на медитацию. М.: Изд-во Манн. Иванов и Фербер, 2016, — 336 стр. С. 56-57
13. Советский энциклопедический словарь. Москва «Советская энциклопедия», 1985. — 1600 с.
14. Степин В.С. Цивилизация и культура. — СПб. : С-Пб ГУП, 2011. — 408 с.
15. Павлова О.А. Проблемы парадигмального подхода в исследовании социально-культурной деятельности / О.А.Павлова. – Краснодар: Изд-во «Новация», 2021. – 257 с.

16. Уайтхед, Альфред Норт. Основания математики : в 3 т. / Альфред Н. Уайтхед, Бертран Рассел ; пер. с англ. Ю. Н. Радаева, И. С. Фролова ; под ред. Г. П. Ярового, Ю. Н. Радаева. - Самара : Сам. ун-т, 2005-. - 27 см. Т. 2 / пер. со 2-го англ. изд. Ю. Н. Радаева, А. В. Ершова. - 2006 (Самара : Книга). - 737 с.
17. Эфроимсон В.П. Генетика гениальности. Изд.3-е. М.: Тайдекс Ко, 2004. -376 с. С.23
18. Corballis, M. C. The recursive mind. Princeton: Princeton University Press, 2014.
19. Faisal, A. The manipulative complexity of Lower Paleolithic stone toolmaking / A. Faisal // PloS one. – 2010. – Т. 5, № 11. – P. 13718.
20. Foerster, H. Understanding understanding: Essays on cybernetics and cognition. Springer Science & Business Media, 2007.
21. Godel, K. Über Formal Unentscheidbare Satzeder Principia Mathematica und Verwandter Systeme, I. and On Formally Undecidable Propositions of Principia Mathematica and Related Systems I/ Kurt Godel // Kurt Godel Collected works (Volume I. Publications 1929-1936) / Ed. by S.Feferman. - New-York: Oxford University Press, 1986. - P. 144-195.
22. Luhmann, N. 2. Communication Media / N. Luhmann // Theory of Society. – Volume 1. Stanford University Press. – 2020. – P. 113–250.
23. Read, D. W. Quantitative differences between the working memory of chimpanzees and humans give rise to qualitative differences: Subitizing and cranial development. 2017.
24. Roth, G. Erkenntnis und Realität: das reale Gehirn und seine Wirklichkeit / G. Roth // Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus. – 1987. – Т. 8. – P. 225–229

**Баротов Ш. Р.**

## **НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЗДАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В УЗБЕКИСТАНЕ**

**Аннотация:** Статья освещает научно-практические и теоретические аспекты концепции совершенствования психологической службы в Узбекистане. Также выявляются социально-психологические аспекты развития психологической службы, оказания психологической помощи в системе образования.

**Ключевые слова:** Психологическая служба, социальная психология, ориентация на профессию, мотивация.

**Аннотация:** Мазкур мақола Ўзбекистонда психологик хизматни такомиллаштириш концепциясининг илмий-амалий ва назарий жиҳатларини ёритишга қаратилган. Шунингдек, мақолада психологик хизматни ривожлантиришга бўлган эҳтиёж, аҳолининг турли қатламларига хизмат кўрсатиш, ҳар бир шахнинг ўзига хос индивидуал ва ички – потенциал имкониятларини ўрганиш ва ривожлантиришининг ўзига хос психологик жиҳатларини очиқ беришга ҳаракат қилинган.

**Калит сўзлар:** психологик хизмат, ижтимоий психология, касбга йўналтириш, мотивация.

**Abstract:** This article aims to highlight the scientific and practical-theoretical aspects of the concept of improving psychological services in Uzbekistan. The article also explores the specific psychological aspects of the need for psychosocial service development, the provision of services to various segments of the population, the study and development of each individual and internal capacity.

**Key words:** Psychological service, social psychology, orientation to the profession, motivation.

**Актуальность.** Доминирование в нашей жизни технократического подхода является серьезным препятствием при разрешении постоянно усложняющихся проблем, стоящих перед каждым отдельным человеком и обществом в целом. В настоящий момент назрела острая потребность внедрения и развития гуманистического ориентированного подхода, основную ценность которого представляет человек. Такой подход может быть обеспечен широким использованием в нашей жизни современных методов психологической диагностики, коррекции, развития и саморазвития личности.

Обобщая вышесказанное, можно утверждать, что личность — это системное качество, которое приобретает индивид во взаимодействии с социальным окружением. Это взаимодействие протекает в трех ведущих формах: общении, познании и совместной деятельности.

Основными сферами личности являются:

– потребностно-мотивационная. Она включает различные потребности (испытываемые человеком нужды в определенных условиях жизнедеятельности и развития), мотивы (связанные с удовлетворением определенных потребностей побуждения к деятельности) и направленности;

– эмоционально-волевая. Сюда обычно включают субъективно окрашенные реакции, отношения к окружающему миру, усилия и их переживания. Обобщенно сюда следует относить эмоционально-волевые состояния, процессы и свойства личности;

– когнитивно-познавательная. Эта сфера обычно представляется как получение, хранение, узнавание, воспроизведение, забывание и преобразование информации. Обобщенно сюда следует относить когнитивно-познавательные состояния, процессы и свойства личности;

– морально-нравственная. Эта сфера включает личностные репрезентации основных нормативных регуляций действий человека, закрепленных в привычках, обычаях, традициях, принципах социальной жизни людей. Формально эта сфера проявляется в морально-нравственных состояниях, действиях, поступках и свойствах личности;

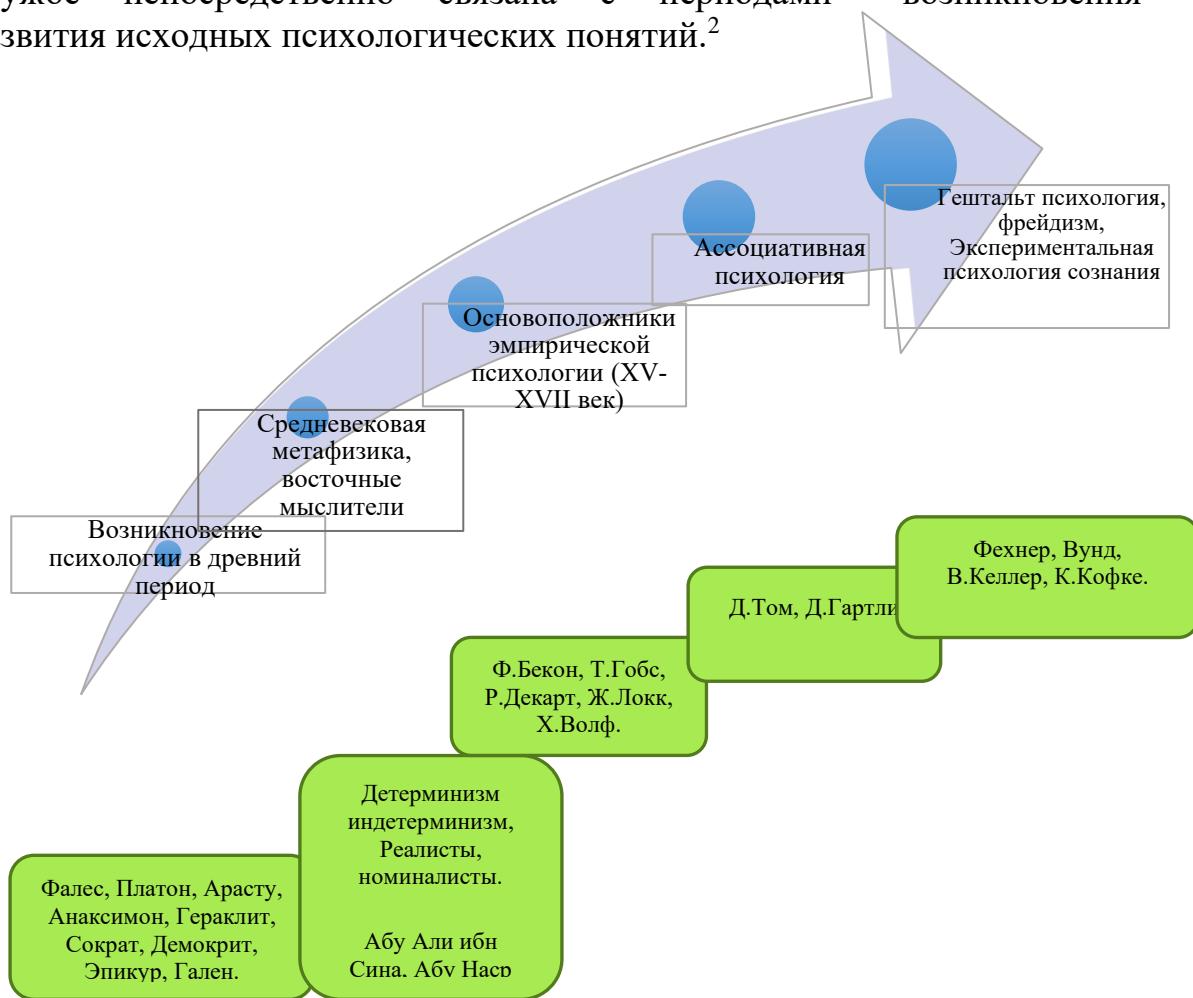
– экзистенциально-бытийная. К этой сфере следует относить субъективные самопрезентации существования личности. Эта сфера проявляется в состояниях самоуглубления, переживаниях своей самости, свойствах личности, обусловленных сопричастностью своему бытию в мире (например, экзистенциальная уверенность/ неуверенность);

– действенно-практическая. Сюда обычно относят проявления человека как деятеля, практически реализующего себя в окружающем мире. К ним могут быть отнесены демонстрации его способностей, навыков, умений, достижений; прагматические аспекты личности;

– межличностно-социальная. К этой сфере следует относить межличностные обмены информацией, взаимодействия, отношения.<sup>1</sup>

### Методология и методика:

Теоретические и научно-методологические основы становления науки психологической службы восходят к давним историческим корням, связанным с формированием науки общей психологии. Конечно, наука о психологической службе непосредственно связана с периодами возникновения и развития исходных психологических понятий.<sup>2</sup>



### Концепции психологической службы в образовании за рубежом:

В 90-х гг. XX в. были совершены серьезные научные шаги по созданию школьной психологической службы. Основоположник внедрения и развития психологической службы в образовательный процесс И.В. Дубровина и ее

1. Н.И.Шевандрин. Психодиагностика, Коррекция и Развитие личности. – М., Владос, 1998. – С 3-8.

2 Психологик хизмат: Магистрлар учун дарслик. - Т.: “Наврўз” нашриёти, 2018. – 344 б.

коллеги М.К. Акимова и Е.М. Борисова понимают школьную психологическую службу как интегральное образование и рассматривают ее в научном, прикладном и практическом аспектах. В концепции И.В. Дубровиной «Психологическое и психическое здоровье» выделяются цели, задачи, структура психологической службы и основные виды деятельности психолога: психологическая диагностика и коррекция, психологическое консультирование, просвещение и психологическая профилактика (1991).

### **Основные этапы и содержание работы психологической службы образования за рубежом<sup>3</sup>**

<b>Страна</b>	<b>Начало функционирования</b>	<b>1960 -1980 гг.</b>	<b>Современный этап</b>
<b>США</b>	<p style="text-align: center;"><b>1800 г.</b> Основные функции школьной психологической службы – измерение и тестирование.</p> <p>Основная задача – отбор детей для обучения по специальным программам.</p>	<p style="text-align: center;">Уровни функционирования психологической службы:</p> <p>1.Проводится тестирование с целью классификации учащихся для специального обучения.</p> <p>2.Работа с учащимися, нуждающимися в специальном обучении, и с детьми, имеющими учебные и поведенческие проблемы.</p> <p>3.Прямая психологическая помощь учащимся и консультации педагогов по вопросам развития</p>	<p>Основная цель – содействие психологическому здоровью и образовательным интересам детей и юношества.</p> <p>Психолого-педагогическое измерение школьного функционирования детей и юношества.</p> <p>Активное вмешательство психолога, направленное на когнитивное, аффективное и социальное развитие.</p> <p>Помощь педагогам и родителям в плане заботы о ребенке.</p> <p>Консультирование и совместная работа с педагогами и</p>

<sup>3</sup> Баротов Ш.Р. Психологическая служба образования: от теории к практике. Учебно-методическое пособие – Бухара 2017. С.– 90-98.



		детей.	родителями по проблемам учащихся.
<b>Фран- ция</b>	<p><b>1909</b> г. связан с именем А.Бине. Задача – выявление детей с задержкой умственного развития для распределения по специальным классам.</p> <p>В <b>1947</b> г. – А.Валлон вводит другие задачи – психологическая помощь каждому ребенку, создание оптимальных условий обучения и воспитания.</p>	<p>Группы психолого-педагогической помощи.</p> <p>В центре – проблемы обучения и поведенческие.</p> <p>Основная задача – выявление детей, нуждающихся в особых формах и методах обучения.</p> <p>Консультирование педагогов и родителей по данным проблемам.</p>	<p>Создание единой системы школьной психологической службы.</p> <p>Цели – предотвращение школьных неуспехов, помощь в социальном научении и социальной адаптации детей, интегрирование детей с умственной отсталостью в общий поток, содействие общеобразовательному и профессиональному росту учащихся, повышение квалификации педагогов.</p>
<b>Евро- па</b>	<p>Й.Шванцара, 1978; В.Черны, 1983; Г.Витцлак, 1986 и др.</p>	<p>Психолого-педагогические районные и областные центры.</p> <p>Основное содержание – помощь в обеспечении развития здоровой личности, коррекция разного рода затруднений в развитии личности, проблемы профессиональной ориентации.</p>	<p>Консультации и центры, занимающиеся решением конкретных проблем личностного характера, проблем поведения и воспитания.</p>

Разделяя главную идею И.В. Дубровиной о сохранении психологического здоровья как цели психологической службы, оригинальную модель в сфере дополнительного образования детей разработал московский психолог А.В. Шувалов (2001). Он предлагает создать на базе образовательных учреждений кабинеты психологической помощи, так называемые камерные психологические поликлиники. Оказание психологической помощи происходит в два этапа: психологическое консультирование сменяется психотерапевтической работой.

Иную концепцию школьной психологической службы предлагает Л.М. Фридман, по мнению которого, ее цели должны соответствовать главной цели школы на современном этапе (1992).

- Концепция Л. М. Фридмана предполагает следующие виды работы школьного психолога:

- организацию приема детей в школу и комплектование ученических классов;

- налаживание дружеских, партнерских взаимоотношений учителей и родителей;

- изучение процесса личностного развития учащихся;

- оценку воспитанности учащихся.

М.Р. Битянова (автор оригинальной концепции психологического сопровождения) определяет сопровождение как систему профессиональной деятельности психолога в образовательной среде, направленную на создание эмоционального благополучия ребенка, его успешного развития и обучения. Она видит задачу педагога-психолога при взаимодействии с ребенком в создании условий для «продуктивного продвижения по тем путям, которые он выбрал сам в соответствии с требованиями педагога и семьи». Другими словами, автор считает, что психолого-педагогическое сопровождение - это научное психолого-педагогическое обеспечение образовательного процесса.

М.Р. Битянова выделяет три взаимосвязанных компонента сопровождающей деятельности педагога-психолога в школе:

- систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса ребенка и динамики его развития в процессе школьного обучения;

- создание социально-психологических условий для развития личности учащихся и их успешного обучения;

- создание специальных социально-психологических условий детям, имеющим проблемы в развитии.

Мы считаем, что наиболее полно понятие «психологическая служба» представляет собой, во-первых, психологическая служба представляет собой психологическое обеспечение различных социальных сфер: здравоохранения, образования, производства и других, — создавая особую сферу психологических услуг. Это система практического использования психологии для решения комплексных задач психологической экспертизы, диагностики, консультации в сферах производства, транспорта, образования, здравоохранения, охраны правопорядка и т. д. Иными словами, термином «психологическая служба» обозначают всю сферу практической психологии.

Во-вторых, психологическая служба обозначает и систему специальных учреждений, создаваемых в различных социальных институтах и организациях, призванных оказывать квалифицированную психологическую помощь нуждающимся в ней людям.

#### **Основные направления психологической службы в Узбекистане**

- Психологическая служба в образовательных учреждениях
- Психологическая служба создана в разных системах
- Психологическое обслуживание различных слоев населения
- Психологическая служба в трудовой деятельности
- Практики психологической службы в системах организации семейной жизни

### **ПРИНЯТЫЕ В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАНА РЕШЕНИЯ И ЗАКОНЫ ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СЛУЖБЕ**

<b>Положение о психологической службе в системе высшего образования</b>	<b>Министерства высшего и среднего специального образования от 23 августа 2017 год. (Протокол № 600)</b>
<b>Психологическая служба в трудовой деятельности</b>	Стратегия действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах
<b>Практики психологической службы в системах организации семейной жизни</b>	7 август 2018 года Научно-практический исследовательский центр "Оила" при Кабинете Министров Республики Узбекистан
<b>Психологическая служба в системе физического воспитания и спорта</b>	Стратегия действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах.
<b>Психологическая служба в системе здравоохранения</b>	Об утверждении Концепции развития службы охраны психического здоровья населения Республики Узбекистан "на 2019-2025 годам.

Научное обоснование и организация школьной психологической службы в каждой стране реализуются по-своему. Психологическая служба в Узбекистане, с одной стороны, определяется принятыми в стране психологическими концепциями, а в другой стороны,— потребностями народного образования,

целями воспитания и формирования личности, которые зависят от культурных, политических, экономических и других особенностей той или иной страны.

Впервые в Узбекистане школьная психологическая служба начала создаваться в Ташкенте и Бухаре (руководители — М.Г. Давлетшин, Г.Б. Шоумаров, Ш.Р. Баротов). Подобная работа велась и в других странах СНГ, однако она не получила еще своего организационного оформления, противоречива в определении задач, целей, методов и форм своей деятельности.

Определенным этапом развития школьной психологической службы стал проведенный в Ташкенте в 1880—1900 гг. эксперимент по введению в школу должности психолога. Цель эксперимента - разработка теоретических и организационных вопросов, связанных с работой психолога в школе, создание модели школьной психологической службы для последующего внедрения ее в систему народного образования. В эксперименте участвовали группа практических психологов, работающих непосредственно в школах или в кабинетах психологической службы при районных отделах народного образования.

Анализ процесса и результатов внедрения психологических знаний в практику школы показал, что традиционный путь — непосредственное использование психологических рекомендаций в практике работы учителей — часто оказывается неэффективным, так как такое использование требует от учителей достаточно высокого уровня профессиональной психологической подготовки. Именно поэтому на наших глазах в стране рождается новая профессия — школьный психолог. В лице школьных психологов народное образование получает специалистов, одной из основных задач которых и является внедрение новейших достижений детской и педагогической психологии в повседневную практику школы.

Именно компетенция практического школьного психолога позволяет своевременно фиксировать качественные изменения в психическом развитии учащихся, знать их возрастные и индивидуальные особенности и помогать на основе этого педагогическому коллективу школы использовать средства и методы учебно-воспитательной работы с максимальной эффективностью. Поэтому психологическая служба школы чрезвычайно существенна в деле улучшения воспитания и обучения детей.

В настоящее время школьные психологи — кто в контексте научных экспериментов, проводимых научно-исследовательскими институтами, кафедрами университетов и пединститутами, кто в порядке личной инициативы, совпадающей с потребностями и заинтересованностью той или иной школы или интерната. Сейчас можно с уверенностью прогнозировать расширение масштабов школьной психологической службы. Однако все школьные психологи остро нуждаются в инструментарии для своей работы, начиная с конкретного методического материала и кончая научными обобщениями принципов, задач, способов, средств деятельности школьной психологической службы.

В некоторых школе не соблюдаются психологические условия, обеспечивающие полноценное общение учащихся со взрослыми и сверстниками на всех этапах школьного детства. Отсюда у некоторых учащихся младшего школьного возраста и у многих подростков и старшеклассников формируется негативное отношение к школе, к учению, неадекватное отношение к самим себе, к окружающим людям. Эффективное обучение и прогрессивное развитие личности в таких условиях невозможны.

Поэтому создание благоприятного психологического климата, в центре которого личностное, заинтересованное общение взрослых и учащихся — одна из главных задач школьного психолога. Но успешно решать ее он может только в совместной работе с учителями, в творческом общении с ними, задавая определенное содержание и продуктивные формы такого общения. Школьный психолог находится непосредственно внутри того социального организма, где зарождаются, существуют и развиваются как положительные, так и отрицательные стороны взаимоотношений учителей, учащихся и их родителей. Он видит каждого ребенка или учителя не самого по себе, а в сложной системе взаимодействия. Это своеобразное «поле» взаимодействия практического психолога с учащимися разного возраста, их учителями и родителями, в центре которого находятся интересы ребенка как формирующейся личности. Ясно, что на всех стадиях работы и с отдельными учащимися и с детским коллективом необходимо тесное сотрудничество психолога со всеми взрослыми, имеющими отношение к данным детям.

В 1996 году вышло Инструктивное письмо по народному образованию в Узбекистане о введении ставки школьного психолога во все учебно-воспитательные учреждения страны, что явилось правовой основой деятельности школьного практического психолога. С этого момента служба развивается во всех регионах страны и начинает охватывать всю систему воспитания и обучения.

В 1996 году Приказом Министром народному образованию было утверждено «Положение о психологической службе в системе народного образования», которое определило ее статус, структуру, права и обязанности работников этой службы, содержание их деятельности и продолжительность различных видов работы школьного психолога.<sup>4</sup>

Согласно по инструкции своей профессиональной деятельности психолог имеет право:

- самостоятельно формулировать конкретные задачи работы с детьми и взрослыми, выбирать формы и методы этой работы, решать вопрос об очередности проведения различных видов работ, выделении приоритетных направлений работы;

- требовать от администрации и вышестоящих инстанций создания условий, необходимых для успешного выполнения профессиональных обязанностей;

---

<sup>4</sup> Баротов Ш.Р. Психологическая служба образования: от теории к практике. Учебно-методическое пособие – Бухара 2017. С.– 90-98.

- отказываться от выполнения распоряжений администрации в тех случаях, когда эти распоряжения противоречат профессиональным этическим принципам или задачам его работы;

- знакомиться с документацией; обращаться с запросами в медицинские и дефектологические учреждения;

- участвовать с правом совещательного голоса в работе медико-психолого-педагогических и других комиссий, решающих дальнейшую судьбу детей. В случае несогласия с решением комиссии психолог имеет право довести свое особое мнение до сведения соответствующих инстанций;

- участвовать в разработке новых методов психодиагностики, психокоррекции и других видов, оценке их эффективности;

проводить групповые и индивидуальные психологические обследования и эксперименты для исследовательских целей;

- выступать с обобщением опыта своей работы в научных и научно-популярных журналах, газетах и пр.;

- вести пропаганду психолого-педагогических знаний путем лекций, бесед, выступлений;

- иметь учебную и факультативную работу в объеме до 240 часов в соответствии с базовым образованием и психологической квалификацией;

- обращаться в случае необходимости через руководство с ходатайствами в соответствующие организации по вопросам, связанным с помощью детям (изменение режима работы родителей, санаторное обеспечение и т. п.);

- обращаться в центры профориентации по вопросам, связанным с профессиональным самоопределением школьников.

Существенную помощь психологическая служба призвана оказать в реализации Закона «Об образовании» и «Национальной программы по подготовке кадров», принятых IX сессией Олий Мажлиса (август 1997) и нацеленных на коренное реформирование системы образования и радикальной реорганизации, структуры и содержания подготовки кадров.

Целью настоящей Концепции является создание эффективной психологической службы в системе образования Узбекистане, как условия для формирования достойной жизненной перспективы для каждого ребенка, его образования, воспитания и социализации, максимально возможной самореализации в социально позитивных видах деятельности.

Для достижения этой цели необходимо решение следующих актуальных задач:

- обеспечения доступности психолого-педагогической помощи всем категориям детей независимо от места проживания;

- обеспечение качества и полноты спектра психолого-педагогической помощи для всех категорий детей (от детей «группы риска» до одаренных детей);

- обеспечение качества подготовки специалистов, а также создание системы оценки качества специалистов психологической службы;

- обеспечение управления качеством психолого-педагогической помощи и определения критериев оценки эффективности деятельности психологической службы в системе образования;

- проведение научных исследований в интересах психологической службы в системе образования;

- обеспечение внутриведомственного и межведомственного взаимодействия;

- обеспечение качества инструментария (диагностика, программ коррекции и т.д.) психологической службы в системе образования;

- разработка стандартов оказания психолого-педагогической помощи.

#### **Ресурсы реализации Концепции развития психологической службы:**

- Образовательные организации высшего образования
- Организации дополнительного образования
- Институты развития образования
- Научные организации

Концепция развития психологической службы в системе образования Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан "о дальнейшем совершенствовании нормативной базы обеспечения охвата выпускников 9-х классов общеобразовательных школ обучением в академических лицеях и профессиональных колледжах" № 109 от 7 июня 2010 года (собрание законодательных актов Республики Узбекистан, 2010 года. Психологическая служба в учреждениях системы народного образования Республики Узбекистан в соответствии № 23, статьей 184.

**Психологическая служба в учреждениях народного образования**  
**Собрание законодательства Республики Узбекистана, 2010 г., № 23, статья 184** указывает основные принципы психологического обеспечения образовательного процесса:

1. Психологическое обеспечение направлено на всех (учителя, учащиеся, родители).

2. Психологическое обеспечение охватывает дошкольный период развития ребенка и начальный курс обучения, включая определение готовности ребенка к школе.

3. Психологическое обеспечение должно быть последовательным и гибким.

4. Психологическое обеспечение должно ориентироваться на потребности школы.

5. Психологическое обеспечение - интегрированная часть образовательного процесса. Оно обеспечивает цели, содержание, технологии образовательного процесса.

6. Психологическое сопровождение должно быть эффективным и действенным, базироваться на деятельностном подходе и носить комплексный характер.

#### **Условия и механизмы реализации настоящей Концепции**

Реализация концепции развития психологической службы в образовании будет осуществляться посредством:

- совершенствования нормативно-правового обеспечения деятельности психологической службы;
- разработки на основе Концепции Положений о психологической службе для психологической службы в системе дошкольного образования, общего и среднего профессионального образования, образования детей с ОВЗ, высшего образования с указанием конкретных целей, задач и содержания работы; организационных и управленческих вопросов; условий, материально-технического и научно-методического обеспечения; должностных инструкции; прав и обязанностей, ответственности работников службы;
- создания системы управления качеством психолого-педагогической помощи и определения критериев оценки эффективности деятельности психологической службы в системе образования;
- создания системы единого научно-методического обеспечения деятельности психологической службы уровне с целью создания одинаковых возможностей получения психологической помощи на всей территории Узбекистана с учетом региональных особенностей;
- координации научных исследований в интересах психологической службы в образовании;
- создания системы межведомственного взаимодействия с целью оптимизации и повышения эффективности деятельности службы;
- совершенствования системы статистических показателей, характеризующих развитие психологической службы образования;
- создания системы оценки эффективности деятельности психологической службы в образовании мероприятий;
- распространения инновационного опыта деятельности психологической службы в образовании и их адаптация с учетом национально-культурных особенностей и традиций регионов;
- информационного обеспечения реализации концепции развития психологической службы в образовании;
- подготовки высшими учебными заведениями специалистов с учетом потребностей регионов;
- создания механизма мониторинга реализации настоящей концепции и оценка эффективности реализации программы.

### **Ожидаемые результаты реализации Концепции**

Реализация Концепции обеспечит к 2025 году следующие результаты:

- обеспечено функционирование психологической службы в образовании как единого научно-методического и организационного пространства оказания психолого-педагогической помощи;
- созданы система непрерывного повышения квалификации специалистов службы в образовании;
- реализованы масштабные популяционные исследования современного ребенка, как база для стандартизации психологических методов диагностики;
- создан Веб-портал психологической службы в образовании, для



обеспечения доступности профессиональной информации для специалистов служба, а также информации о ресурсах психологической службы, консультационная поддержка в выборе программ и планировании индивидуальных образовательных траекторий для широкого круга пользователей (родителей; учителей, учащихся и т.д.);

- создана единая система аттестации и оценки квалификации специалистов психологической службы в образовании

- сформированы механизмы финансовой поддержки прав детей на получение психолого-педагогической помощи;

- создан стандартный набор психологического инструментария;

- разработаны или адаптированы, и стандартизированы методы психологической диагностики для нужд психологической службы;

- разработаны стандарты деятельности психологической службы;

- разработаны и реализуются модели психолого-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья, детям, находящимися в трудной жизненной ситуации, одаренными детям;

- действуют эффективные механизмы стимулирования и поддержки непрерывного профессионального развития педагогических и управленческих кадров;

- создана комплексная инфраструктура безопасного современного детства, удовлетворяющая общественным потребностям в воспитании, образовании и оздоровлении детей.

**Заключение:** Психологическая служба необходима для обеспечения социально-психологического развития человека и его деятельности в обществе. Человеческая деятельность оказывается более эффективной при соответствующей организации психологической службы, при которой чаще всего создаётся комплекс социально-психологических условий, благоприятно влияющих на развитие успешной деятельности и формирование иерархических систем социально-психологической защиты, обеспечивающих гармоническое соотношение между личностью и деятельностью. Изучение и анализ научной литературы по социальной психологии свидетельствует о недостаточности специальных исследований, в которых бы определялись и разрабатывались критерии психологической защиты, оптимально влияющие на социальный процесс деятельности человека. По итогам проведенной нами научно-исследовательской работы было установлено, что о проявлениях социально-психологической защиты в процессе деятельности можно судить по следующим показателям: а) по сформированности успешного индивидуального стиля деятельности человека; б) по проявлению успешного отношения, раскрывающего определенные социально-психологические параметры отношения к саморазвитию, совместному труду, в целом к социальному процессу деятельности; в) по нормально - эмоциональной активности (успешная саморегуляция, приспособление самого себя к деятельности, удовлетворение самим собой).

1. Анализ социально-психологических показателей деятельности учащихся и рабочих показывает, что в настоящее время в ряде учебных и трудовых организаций при зачислении на учёбу или работу у людей часто

проявляются: ниже среднего уровня активно- положительное отношение к самой деятельности, неудовлетворенность совместной деятельностью в системе ученик-учитель, рабочий-руководитель, высокий уровень тревожности, усталости, подавленности, чувство беспомощности, неадекватности требований между потенциальными возможностями личности и выполняемой деятельностью. Эти и другие негативные явления можно устранить путём создания психологической службы в Узбекистане в разных сферах жизни общества, прежде всего учебных и трудовых организациях.

2. Значимость полученных в ходе нашего исследования данных обусловлена тем, что на основе предложенных нами критериев психологической защиты человеческой деятельности, во-первых, можно определить специфические показатели эффективности психологической службы в системе образования (причём в разных типах образовательных учреждений), в системе производства и во многих других сферах общественной практики; во-вторых, в дальнейшем разработать критерии психологической реабилитации для отдельных учащихся и рабочих; в третьих, определить специфические критерии эффективности психологической службы в области психологии обучения и психологии труда.

### **Литература:**

1. Постановления Президента Республики Узбекистан от 20.04.2017г. № ПП-2909 «О мерах по дальнейшему развитию системы высшего образования»
2. Дубровина И.В. и др. Рабочая книга школьного психолога. – М.: Просвещение, 1991. – 303 с.
3. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.
4. Баротов Ш.Р. Социально-психологические и научно-практические основы создания психологической службы в Узбекистане. Автореф. Докт.дисс. – Тошкент: 1998. – 28 с.
5. Баротов Ш.Р. Социальный Интеллект: Структура и Функции. // “Психология XXI столетия” том 2 г. Ярославль 2012. С.– 153-158
6. Баротов Ш.Р. A role of social intellekt and social competence in professional development of a teacher in the intense training system// European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Volume 3 Number 4, 2015 ISSN 2056-5852. P.- 43 – 48
7. Психологик хизмат: Магистрлар учун дарслик. – Т.: “Наврўз” нашриёти, 2018. – 344 б.
8. Психологические центры: Организация, содержание деятельности, документация. // Под ред. С.Б. Малых. – М.: Генезис, 2007. – 248 с.

## ВДОХНОВЕНИЕ И МАСТЕРСТВО КАК СОСТАВЛЯЮЩИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПРОЦЕССА В АСПЕКТЕ ГЕНДЕРНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Аннотация:** Исследование двух составляющих частей феномена творчества: вдохновения (творческий спонтанный импульс) и мастерства (оформление, структура, реализация) в контексте гендерной психологии и арт-терапии.

**Ключевые слова:** творчество, арт-терапия, вдохновение, мастерство, Анима, Анимус, муза, гений.

**Annotation:** The study of two components of the phenomenon of creativity: inspiration (creative spontaneous impulse) and skill (design, structure, implementation) in the context of gender psychology and art therapy.

**Keywords:** creativity, creation, art, inspiration, skill, Anima, Animus, muse, genius.

Продолжая исследование феномена творчества в ключе гендерной психологии и в аспекте применения творческих методов в практической психотерапии в работе с женскими запросами, начатое в статьях «Стихотерапия как метод психологической работы» (Ярославль, 2022) и «Творческие (арт-терапевтические) методы работы с женским запросами в психологическом консультировании» (Ярославль, 2023), обратим внимание на ещё один аспект. Он заключается в возможности рассмотреть две ключевых части механизма творческого процесса.

Одна представляет собой то, что «не от мира сего» и наиболее точным описанием чего является слово «вдохновение». Другая составляющая творческого процесса — это то, что можно назвать «мастерством». Остановимся подробнее на описании каждой из них и их взаимодействия.

Вдохновение — как в русском, так и в большинстве европейских языков этимологически это слово восходит к феномену духа, духовности, дыханию, а также означает «то, что вдыхается». Вычленив вдохновение из творческого процесса и исследовать его отдельно не представляется возможным, потому что его природа неуловима, и наблюдать его возможно только в актах проявления. Эта сторона творческого процесса является вне-личностной, трансперсональной — то есть, тем, что находится вне рационального контроля и воли эго. Именно с этой стороной творчества на протяжении всей человеческой истории было связано больше всего мистических представлений.

Феномен вдохновения объективировался и персонифицировался в западной культуре через такие фигуры, как Муза и Гений. Смысловое содержание этих понятий включает такие аспекты, как: непредсказуемость, внезапность,

неверность, свобода, независимость, принадлежность к высшему миру (миру богов и духов), с возможностью иногда контактировать с миром людей.

Как известно, в древнегреческой традиции был целый «пантеон муз», девять божественных сестёр, дочерей верховного бога Зевса и титаниды Мнемозины, покровительницы памяти, которые отвечали за различные виды творчества: эпическая поэзия; лирическая поэзия и музыка; любовная поэзия; гимны и пантомима; трагедия; комедия; танцы, история, астрономия.

Есть и другие версии происхождения и количества муз, важно не это, а тот образ архетипа Музы, который сложился в культуре и коллективном сознании. Он уже не привязан к какой-то конкретной музыке, а вбирает общие черты женской фигуры, покровительствующей творчеству, искусству и соответственно, его творцу и автору. Культурный коллективный образ Музы очень близок архетипу Анимы, природе женского начала, особенно тем его аспектам, которые К.Г. Юнг описал в архетипе Елены [Юнг, 2021].

Если образ Музы происходит из древнегреческой традиции, то фигура Гения — из латинской, где само это слово означало «дух» и соответствовало представлениям древних римлян о том, что у человека есть личные духи, способные помогать и вдохновлять. На рубеже нашей эры слово стало приобретать смысл, синонимичный понятию «талант, вдохновение». По эмоционально-семантической нагрузке оно является более сильным, чем слово «муза» и свидетельствует о высоком уровне таланта и проявления в той или иной сфере творчества или другой деятельности (наука, военное дело, политика и др.).

Фигуры-символы Музы и Гения позволяют в какой-то мере описать и выразить то невыразимое и неопишное переживание, которое связано с вдохновением.

Активизацию вдохновения невозможно запланировать и сгенерировать по своему усмотрению, но определённые состояния способствуют ему. Это состояния эмоционального возбуждения, воодушевления, влюблённости — эмоционального аффекта. Также это может быть аффект из противоположного эмоционального спектра: трагическое мировосприятие, внезапная трагическая новость, потеря значимого человека, тоска по родине в узком или широком смысле, печаль, утрата, переживание скоротечности времени и так далее. Таким образом, феномен вдохновения находится за пределом оценочных категорий (позитивные или негативные эмоции и переживания), ему важна только степень включённости субъекта в переживание.

Переживание вдохновения требует определённого ресурса и стимула, внешнего или внутреннего. Так, внешним стимулом может служить посещение значимого/красивого/эмоционально заряженного места, встреча или дистанционная коммуникация с вызывающим чувства человеком, определённые события или происшествия: рождение или смерть значимого человека, ритуалы смены личных и социальных статусов (свадьба, посвящение, инаугурация и др.),

катастрофа, социальное событие или преобразование, война, революция и прочее, а также контакт с животными, природой и т. д.

Внутренним стимулом является акт и факт переживания какого-то чувства, состояния, осознания, инсайта, эмоции, которые могут быть связаны с внешними впечатлениями, а могут быть сугубо внутренними, и в данный момент необусловленными внешними факторами. Отдельным видом внутреннего стимула, который находится на границе внутреннего и внешнего является вдохновение под воздействием чужого творчества — от увиденной картины, прочитанного текста, услышанной мелодии. В этом случае есть внешний стимул, но гораздо важнее его внутреннее восприятие, рефлексия субъекта.

Переживание вдохновения как состояния и определённого спектра эмоционально-энергетических процессов может и не привести к творческому акту, если нет второй составляющей творчества. Мастерство, как другая сторона творческого процесса, в определённом смысле, противоположна вдохновению, но вместе они являются взаимодополняющими.

Мастерство — это тот процесс, который преобразует акт вдохновения в готовый творческий продукт. Если вдохновение неподконтрольно и непредсказуемо, то мастерство — это то, что поддаётся рационализации, контролю сознательной части личности, развитию, наработыванию навыка и опыта. Творческое мастерство в любом виде творчества требует времени, опыта, многократного повторения, шлифовки, корректирования и саморефлексии для того, чтобы стать максимально эффективным способом реализации акта вдохновения в материи.

Общеизвестная фраза о том, что гениями не рождаются, а становятся — относится к этой части творчества. Какими бы яркими не были вспышки вдохновения, они всегда приходят и уходят, способность же поддерживать собственную креативную форму, развиваться, совершенствоваться в своём виде творчества, а главное, доводить процесс до возможности социализации своего творчества (издание книги, создание выставки или каталога картин, завершение картины, скульптуры и т. д.) - относится к этой стороне творческого процесса.

В различных видах творчества, в зависимости от того, что служит их материалом, овладение мастерством требует разного рода навыков, различного количества времени и обучения. Важен здесь и субъективный фактор: одни музыканты способны играть и даже сочинять сложные произведения уже в детском возрасте, тогда как другим на освоение тех же навыков требуются годы.

Фактор мастерства является необходимым для социализации и возможности развития и реализации в творческой профессии. В настоящее время не так много сфер творческой деятельности, где можно быть самоучкой и не учитывать предыдущей традиции и современных контекстов и стилей.

Вместе с тем, есть новая тенденция, появление которой обязано развитию средств дистанционной коммуникации и интернет-технологий, благодаря которым любое творчество, даже непрофессиональное, способно получить высокое внимание, распространение и социальную поддержку.

Поэтому, если мы говорим не об искусстве как социально признанном творчестве, а о самом феномене творчества, как индивидуальном психологическом процессе, следует отметить его демократизацию и выход из элитарности в сферу эгалитарности, то есть, доступности для всех. В связи с чем наработанные мировой художественной культурой традиции, нормы, критерии и стилистические форматы становятся не так важны, как возможность и способность акта самовыражения. Тот факт, что появляется всё больше видов творчества, не предполагающих сохранения в культуре и возможности повторения, а ориентированных на непосредственное ограниченное данными пространственно-временными рамками переживание, также говорит об этом сдвиге приоритетов в сфере творчества (инсталляции, хэппенинги и т. д.).

И тем не менее, мастерство в творческом процессе — это то, что задаёт структуру, направление и оформление для спонтанной энергии вдохновения. В исследованиях феномена Потока Михай Чиксентмихайи определяет вдохновение (эмоциональные и чувственные импульсы) и структуру (направленное внимание и усилия, упорядочивание хаоса) как необходимые условия Потока и «оптимального переживания», без которого жизнь индивида лишается цели и глубинной удовлетворённости [Чиксентмихайи, 2011].

Подводя итоги, отметим, что творчество на одном лишь вдохновении будет спонтанным и нерегулярным, а также очень зависимым от сиюминутного состояния. Пример тому — поэтические эксперименты в юности, когда в период влюблённости многие пробуют писать стихи, но затем это заканчивается вместе с влюблённостью.

Творчество на одном лишь мастерстве будет формальным и лишённым сути — той необъяснимой и невыразимой искры из «горнего мира», которая превращает творческий акт в искусство. Примером служат графоманские произведения, когда автор владеет формой, но «исписался» или вынужден творить по соцзаказу (примером служат множество никому ныне не интересных авторов социалистического реализма).

Рассмотрение «вдохновения» и «мастерства» как двух частей творческого процесса снова приводит нас к символизму мужского и женского начал.

Причём, с точки зрения разных культурных кодов и традиций они могут быть рассмотрены прямо противоположно. Так, с позиции восточной индийской философии, где мужское и женское начала выражены символами-архетипами божественного сознания (Шива) и божественной энергии-материи (Шакти), вдохновение будет связано с мужским началом (сфера духа, чего-то незримого, проникающего в материальную реальность и оплодотворяющего её смыслами),

а мастерство — с женским началом (материя, питающая и дающая пространство для прорастания семени вдохновения и рождения творческого дитя/произведения). В то время как западный символизм, на который, в том числе, опирается и юнгианская психология, скорее, будет рассматривать вдохновение как проявление Анимы, а мастерство, с необходимыми для него качествами воли, структуры и тренировки, как проявление Анимуса.

Мы можем предположить, что восприятие того и другого аспекта творчества будет отличаться в зависимости от того, кто является субъектом творчества, мужчина или женщина. Склонность психики к антропоморфной персонификации такого сложноуловимого для логического анализа феномена, как вдохновение, с высокой долей вероятности будет символизировать вдохновение в женском образе, если творящий субъект — гетеросексуальный мужчина, и соответственно, в мужском, если субъектом творчества выступает гетеросексуальная женщина.

В качестве иллюстрации процитируем современного автора Веру Павлову:

«Муза — женщина.

Музыка — женщина.

Поэзия — женщина.

Жизнь — женщина.

Ну как тут не стать лесбиянкой?»

В каких бы гендерных символах не персонифицировались феномены творческого процесса, но переживание их союза на персональном уровне, в процессе творческого акта рождает ощущение демиурга, андрогинности, выхода за рамки своей обусловленности, контакта с внеперсональными сферами психики, переживания состояния потока и субъекта творчества как проводника между мирами.

Это переживание очень близко опыту переживания любви, но если для любви и любовного акта нам, как правило, необходим другой, «объект любви», то в творческом акте единение начал происходит внутри субъекта. Семя вдохновения проникает в материю, взращивается мастерством художника (в широком смысле этого слова) и рождается плод творения — нечто новое, чего ещё не было. Вместе же с этим рождается и сам творец, заново в каждом творческом акте и через каждое творческое детище, всякий раз переживая самоактуализацию и космогонию рождения нового мира.

В монографии «Психология любви» В.В. Козлов обращает внимание на близость феноменов творчества и любви: «Творчество и любовь происходят. Не человек, не личность творит любовь и творчество, а через человека происходят любовь и творчество. Любовь и творчество не только озарены таинством, мистерией жизни, но и наполнены переживанием реализации своей миссии, высшего смысла бытия в мире, исполнением предназначения» [Козлов, 2023, с. 164].

Этот опыт является целительным сам по себе, независимо от социального признания, если же ещё добавляется и оно, то культурно-социальный резонанс многократно усиливает терапевтический эффект и интеграцию на уровне личности автора. Как замечает автор монографии «Психология любви», «именно в творчестве и любви происходят глубокое постижение мира, самого себя и преобразование-обогащение сознания человека. <...> Творчество и любовь связаны с рождением всего нового и прекрасного в мире и в самом человеке, с выходом за пределы известного, за границы предустановленного, простирании личности в новые пространства знаний, способностей, умений, смыслов, чувств, интеллектуальных и духовных прозрений» [Козлов, 2023, с. 165].

В связи со всем выше изложенным, в завершение этой работы мы бы хотели подчеркнуть высокую степень эффективности психологических методов, основанных на терапии с помощью творчества или арт-терапии, в широком смысле. Специалист, практикующий в этой сфере, способен дать клиентам базовые знания, навыки и практики, необходимые для развития творческого мастерства и создающие структуру для творческого вдохновения, которое само по себе непредсказуемо, но чем больше человек идёт по пути индивидуации, тем выше вероятность сначала спонтанных, а затем и регулярных переживаний состояния ресурсности и вдохновения. Для реализации которых потребуются методы, структура, знания и регулярная практика для наработки соответственного уровня мастерства.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Арт-терапия. Хрестоматия под редакцией А.И. Копытина. Спб., 2001
2. Баер У. Творческая терапия — Терапия творчеством. М., 2015
3. Козлов, В. В. Психология творчества : свет, сумерки и темная ночь души / В. В. Козлов ; Владимир Козлов. — Москва : ГАЛА-Изд-во, 2009. — (Международная академия). — ISBN 978-5-902396-06-2.
4. Козлов, В. В. Психология любви : Монография / В. В. Козлов. — Издание 2-е, исправленное и дополненное. — Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. — 215 с. — ISBN 978-5-93061-116-8.
5. Практическое руководство по Терапии творческим самовыражением / Под ред. М.Е. Бурно, Е.А. Добролюбовой. — М., 2003.
6. Чиксентмихайи М. Поток: Психология оптимального переживания. М., 2011
7. Юнг К.Г. Архетип и символ. М., 1991
8. Юнг К.Г. Архетипы и коллективное бессознательное. М., 2021



Верещагина А.А.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ВЛИЯНИЯ ПИСЬМЕННОГО ДЕЛОВОГО ТЕКСТА НА СОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ

**Аннотация.** В статье дан анализ психологического влияния письменного делового текста на социальное поведение личности. Письменные деловые тексты играют определяющую роль в процессе развития специалистов социального плана, а также в процессе социальной адаптации личности в кризисе.

**Ключевые слова.** Социальная адаптация, деловой текст, влияние, понимание, личность, кризис.

**Annotation.** The article analyzes the psychological impact of a written business text on the social behavior of an individual. Written business texts play a decisive role in the development of social specialists, as well as in the process of social adaptation of an individual in a crisis.

**Keywords:** Social adaptation, business text, influence, understanding, personality, crisis.

Социально-политическое развитие нашего общества характеризуется появлением принципиально новых взаимоотношений между государством и каждым членом общества, каждой личностью. Этот процесс сопровождается: резким увеличением объема письменных документов, ростом их сложности, усилением их значимости для правового функционирования общественно-социальных и деловых отношений. Повышается влияние деловых документов на социальное поведение каждой отдельной личности. Работа с письменными деловыми текстами в условиях изменения общественно-экономической и политической обстановки в обществе становится одним из основных и ответственных компонентов деятельности каждого человека, поскольку влечет за собою активные социальные последствия.

У специалиста любой отрасли возросла необходимость совершенствовать свою профессиональную квалификацию, повышать правовой, научно-технический и культурный уровень, что придает особое значение процессу работы с поступающей информацией в виде письменных деловых текстов. Центральным звеном этого процесса является адекватное понимание письменного делового текста, поскольку продуктивность работы с воспринимаемым материалом зависит от рациональности и эффективности осуществления данного процесса.

Адекватность понимания письменных деловых текстов определяет способность или неспособность личности овладения профессиональными навыками работы с документами, а также уровень адаптации к условиям современной информационной среды.

Письменные деловые тексты играют определяющую роль в процессе профессионального развития специалистов разного уровня и, прежде всего, - профессий социального плана («человек ↔ человек», «человек ↔ коллектив», «человек ↔ общество» и под.), предполагающих межличностное взаимодействие членов общества (психологи, педагоги, юристы, медицинские работники и т.п.). Важным и необходимым условием эффективности такого взаимодействия является адекватное понимание специализированных и деловых текстов. Проблема адекватного личностного восприятия и декодирования письменного делового текста в контексте ее субъективно-психологического анализа имеет достаточно сильные научно-познавательные и прагматические предпосылки. В этой связи, по-видимому, следует напомнить, что в советский период развития психологической науки изучение национального менталитета и специфики восприятия и понимания было весьма ограничено. Достаточно, например, вспомнить, что попытки развернуть исследования по этнопсихологии отдельных субрегионов той или иной союзной республики рассматривались как проявления «мелкотемья», «узкой локализации» и т.д. При этом никак не принималось во внимание, что, скажем, казахстанский психолог М.М. Муканов [8,3-16] вступал в активную заочную дискуссию с самим Жаном Пиаже, отстаивая наличие этнопсихологических особенностей восприятия и толкования мироощущений. Полагаем, что региональные социально-экономические, культурологические, политические и др. условия, несомненно, накладывают свой отпечаток на адекватность понимания письменного делового текста, и казахстанские реципиенты в этом отношении – не исключение.

Неадекватность понимания реципиентами письменных деловых текстов ведет к отрицательным общественным явлениям, которые вызывают стресс, фрустрацию, конфликт, кризис.

Наш личный опыт психологического консультирования показал возрастание личностной психологической напряженности, вызываемой не только разразившимся планетарным экономическим кризисом, но и появлением ряда публикаций в средствах массовой информации, а также неэффективностью предпринимаемых мер по его преодолению, которые излагаются в публикуемых правительственных программах. Поэтому нельзя не признать, что проблема настолько сложна, что требует интеграции научных усилий не только психологов, но и представителей других социально-ориентированных наук. Экономический кризис порождает психологический кризис личности. Неудовлетворенность существующим положением в социуме отмечается не только в России. Стресс характеризуется состоянием психического напряжения, возникающего у человека при деятельности в трудных условиях, как в повседневной жизни, так и в специфических обстоятельствах. Стресс может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на деятельность личности, вплоть до полной дезорганизации деятельности. Проблема индивидуальной адаптации личности сложна. Адаптация требует большого самоконтроля над своими действиями и самообладания, воли, высокой произвольной активности. Полагаем, что усилия социальных психологов в

кризисное время должны быть направлены на изучение адаптации личности к сложным (порой экстремальным) условиям, что позволит не только прогнозировать состояние и поведение социума, но и выработать конкретные рекомендации для предотвращения социальных кризисных ситуаций.

В состоянии личностной дезинтеграции и дезадаптации человек становится более восприимчивым к различного рода манипуляциям его сознанием, именно поэтому так «оживились» в настоящее время различного рода экстрасенсы, гадалки, маги, пророки, провидцы, чудотворцы и т.д. Чтобы остановить поток манипуляций с сознанием, необходимо воспользоваться психологическими методами, опирающимися на принципы усиления внимания к чувствам, сосредоточения на настоящем, принятия ответственности за собственные ценности, что способствуют активизации жизненной позиции.

Если участники коммуникации научатся своевременно опознавать «сигналы конфликта», быстро и правильно на них реагировать, то становится реальным его предотвращение. Профессор В.И. Андреев [1] дает следующее определение конфликта: «Конфликт – это процесс резкого обострения противоречия и борьбы двух или более сторон-участников в решении проблемы, имеющей личную значимость для каждого из его участников». Далее он предлагает своеобразную «формулу» конфликта: «Проблема+конфликтная ситуация+участники+инцидент = конфликт».

Кризис – это эмоционально-поведенческая или невротическая реакция личности на непреодолимую или неразрешимую для нее в данное время ситуацию (препятствие, срыв, острейший, острый или хронический стресс), нарушающую ее важнейшие жизненные цели и ведущую к социально-психологической дезадаптации.

Академик МАПН, профессор, доктор психологических наук В.В. Козлов [3] отмечает: «Причины, вызывающие личностный кризис, заложены внутри нашего социума. Это и нестабильность общественных структур, ведущая к безработице, нищете, лишению собственности; проблемы, связанные с социальным окружением, разводами, потерей близких людей, а также болезни, инвалидность, несчастные случаи или операции. ...Для личности, переживающей кризис, преодоление этого тяжелого состояния является наиболее важной задачей данного жизненного периода. Зачастую бывает так, что после жизненных потрясений человек становится сильнее, смотрит на мир новыми глазами, переосмысливает жизненные ценности и установки, т.е. наблюдается явление духовного роста (позитивная дезинтеграция). Позитивная дезинтеграция в самом общем виде – это эволюция личности, ее переход в новое качество в результате преодоления личностного кризиса. Подробное изучение этого процесса, а также психологических условий его формирования, дает возможность познать действующие механизмы кризиса. В результате можно разработать стратегию поведения с кризисной личностью, определить

технологии, позволяющие победить негативные процессы распада личностных структур и вывести личность на качественно новый уровень бытия».

Анализируя различные аспекты психотехнологий, В.В. Козлов [3] отмечает: «Кризисное состояние в самом общем смысле можно обозначить как определенный дисбаланс в жизни и деятельности человека, по причине которого возникает неразумное с точки зрения личности и неадекватное в социальном аспекте поведение, поступки и действия, а также срыв нервно-психического и соматического состояния». В кризисном состоянии человек не находит решения жизненной проблемы. Кризис проявляется для человека как потрясение, которое не дает шанса выйти из создавшейся ситуации, как полное отсутствие возможности осуществить жизненные цели. Единственное, что может предпринять личность, - это изменение жизненных установок и трансформация собственной личности. Это трудная психологическая задача. Кризисные ситуации требуют от человека внутренней работы. Разного рода стрессовые реакции часто проявляются в виде предельной активации внутренних ресурсов личности, отстаивающей свои прежние возможности реализации жизненных замыслов. Более трудные ситуации могут потребовать от человека пересмотра уровня своих жизненных притязаний и одновременной реконструкции своего «Я».

Кризисные ситуации разрушают базовую потребность человека - потребность в безопасности. Это приводит к тяжелым депрессивным состояниям и во многом определяет дальнейшую судьбу не только одного конкретного человека, но и целых социальных групп.

Основой психологической саморегуляции является самовнушение. Существуют различные методы и модификации методик саморегуляции. К их числу можно отнести как отдельные приемы, так и комплексы систематизированных упражнений [4].

В группу отдельных приемов включают: ритуальные действия; самоисповедь (ведение дневника, составление автобиографии и т.п.); самоубеждение; самоприказ; самоподкрепление.

Особое место в системе психологической безопасности занимает информационно-психологический аспект, связанный с формированием массового сознания населения. В определенном смысле письменная речь, в частности - средства массовой информации, влияет на психологический настрой общества, поскольку она формирует у социума систему ценностных ориентаций, мироощущение, ощущение защищенности и перспектив развития отдельной личности.

Итак, любые кризисные жизненные ситуации преодолеваются через стресс, фрустрацию, конфликт и кризис. Изложенные выше отдельные рекомендации составляют комплекс трудоемкой работы, которую можно рассматривать как основные антикризисные психологические меры. Все усилия

психологов-практиков и психотерапевтов должны быть направлены на то, чтобы каждая личность могла адекватно адаптироваться к кризисным явлениям.

### **Библиографический список**

1. Андреев, В.И. Конфликтология: Искусство спора, ведения переговоров, разрешения конфликтов / В.И. Андреев.- М.: Народное образование, 2017.- 248 с.- С.184-212
2. Бурмистрова, Е., Федунина, Н., Хайлова, В. Методические рекомендации по преодолению кризисных ситуаций в образовательной среде <http://zi-kozlov.ru/articles/1118-psycho-spiritual-crisis> / Е. Бурмистрова, Н. Федунина, В. Хайлова // Режим доступа: <http://psy.1september.ru/2005/16/17.htm>, свободный.
3. Козлов, В.В. Психодуховные измерения личностного кризиса [Электронный ресурс] / В.В. Козлов // Режим доступа: <http://zi-kozlov.ru/articles/1118-psycho-spiritual-crisis>
4. Верещагина, А.А. Анализ современных моделей понимания / А.А. Верещагина // Психология образования в поликультурном пространстве. 2019, №1(45). С.15-20

**Власов Н.А.**

## **ПРОБЛЕМА МЕТОДА В ИСТОРИИ ПОНЯТИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ**

**Аннотация.** В статье рассмотрена проблема метода в истории понятий психологической науки. Кратко описана суть концептуального подхода к истории психологии, в рамках которого изучаются трансформации значений ее понятий и их систем в зависимости от изменений социально-политического, философско-научного и конкретно-научного уровней контекста становления и развития психологической науки. В качестве решения проблемы метода предлагается использовать организационно-стратегические методы (методы системного и комплексного анализа, сравнительно-исторический), библиографический метод, методы исследования логико-предметного (категориальный и семантический анализ), социального (культурологический и исторический событийный анализ) и процессуального (метод разработки периодизации исторического процесса) аспектов предметной области психологии. В вопросах обработки полученных данных история психологических понятий опирается на качественные (метод «обоснованной теории», герменевтический метод) и количественные (контент- и наукометрический анализ) методы, а в вопросах интерпретации данных на социально-культурный, историко-генетический, историко-типологический и сравнительно-исторический методы.

**Ключевые слова:** история понятий, концептуальная история, система психологических понятий, система психологии.

**Abstract.** The article considers the problem of the method in the history of concepts of psychological science. The essence of the conceptual approach to the history of psychology is briefly described, in which the transformations of the meanings of its concepts and their systems are studied depending on changes in the socio-political, philosophical-scientific and concrete-scientific levels of the context of the formation and development of psychological science. As a solution to the problem of the method, it is proposed to use organizational and strategic methods (methods of systematic and complex analysis, comparative historical), bibliographic method, methods of research of logical-subject (categorical and semantic analysis), social (cultural and historical event analysis) and procedural (method of developing periodization of the historical process) aspects of the subject area of psychology. In matters of processing the data obtained, the history of psychological concepts is based on qualitative (the method of "grounded theory", hermeneutical method) and quantitative (content and scientometric analysis) methods, and in matters of data interpretation on socio-cultural, historical-genetic, historical-typological and comparative-historical methods.

**Keywords:** history of concepts, conceptual history, system of psychological concepts, system of psychology.

**Введение.** История понятий является относительно новым (во всяком случае в нашей стране) направлением исторических исследований. Возникло оно практически одновременно в Германии, где создателем ее стал Р. Коззелек [1], и в Великобритании, где наиболее известными ее представителями стали Дж. Покок и К. Скиннер [7, 9]. В Россию история понятий «пришла» фактически в 2000-х годах, но и сегодня она остается довольно «маргинальной» в отечественных академических кругах. Вместе с тем, практика зарубежных исследований показывает, что история понятий обладает значительным эвристическим потенциалом, и на Западе стала респектабельным научным направлением.

Идея изучения понятийно-категориального строя психологической науки также не нова. В работах М.С. Роговина [8], К.К. Платонова [5, 6], А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского [3, 4] обосновывается значимость такого рода штудий для саморефлексии психологии. «Зрелая» наука является в той мере наукой, в которой она осознает свою исследовательскую «оптику», задаваемую системой понятий. В силу того, что «оптика» любой науки меняется, меняется и детерминирующая ее система понятий, причем меняются как значения самих концептов, так и системные связи между ними.

История понятий (синонимично – концептуальная история) психологии изучает трансформации значений ее понятий и их систем в зависимости от изменений социально-политического, философско-научного и конкретно-научного уровней контекста становления и развития психологической науки. В данной работе мы рассмотрим основные методы, делающие возможными исследования такого рода.

**Метод в истории понятий.** Р. Коззелек по сути выделяет один метод в истории понятий – историко-критический, предполагающий установление связи

между историческими условиями или событиями и понятиями [1]. Говоря о социально-политических концептах, ученый предлагает исследовать социальную принадлежность автора высказываний и их адресата (ов). Он кратко описывает схему такого рода штудий: «Слова прочитываются в их социальном и политическом контексте, имевшем место в прошлом; затем интерпретируется взаимоотношение слова и предмета или факта и, наконец, формулируется историко-понятийный вывод» [1, с. 34]. История понятий становится историей понятий тогда, когда «в ходе второго этапа исследования понятия извлекаются из своего контекста и их значения прослеживаются сквозь череду времен, а затем связываются в единый ряд, соответствующие историко-терминологические этапы анализа складываются в историю этого понятия» [1, с. 35].

В силу того, что методология истории психологических понятий разработана явно в недостаточной степени, на наш взгляд можно использовать методологию истории психологии, наиболее полно описанную в трудах В.А. Кольцовой [2]. При изучении истории понятий методы могут быть разделены на три группы: организационно-стратегические, методы получения и методы обработки и интерпретации данных. К первой группе можно отнести:

- метод системного анализа – целостное исследование многоуровневой и многоаспектной системы психологических понятий с точки зрения детерминант ее развития;
- метод комплексного анализа – рассмотрение генезиса системы психологии с точки зрения различных дисциплин – психологии, философии, естествознания и др.;
- сравнительно-исторический метод – выявление сходств и различий разнообразных систем психологии в ходе ее развития.

К методам получения данных по истории психологических понятий можно отнести:

- библиографический метод – сбор и систематизация материалов (источников) по истории понятий;
- методы исследования логико-предметного аспекта истории понятий: категориальный (изучение устойчивых компонентов психологического знания) и семантический (трансформация значения определенных понятий в ходе генезиса психологии как науки) анализ;
- методы исследования социального аспекта истории понятий: культурологический (влияние культуры на становление и развитие систем психологических понятий) и исторический событийный (влияние хода социально-политической истории на историю и систему понятий психологии) анализ;
- метод разработки периодизации исторического процесса истории понятий психологической науки.

К методам обработки и интерпретации полученных данных относят:

- качественные методы обработки данных: метод «обоснованной теории» (нематематическая аналитическая процедура, опирающаяся на собранные различными способами и тщательно

кодированные данные) и герменевтический (понимание текстов в ходе движения от частного к целому и обратно) и другие методы;

- количественные методы обработки данных: контент- (анализ текстов по психологии с целью последующей содержательной интерпретации выявленных числовых закономерностей) и наукометрический (изучение процесса развития систем психологии через призму анализа количества научных статей и монографий, опубликованных в определенный период времени, цитируемости авторов и их работ и т.п.) анализ.

- методы интерпретации полученных данных: социально-культурный (рассмотрение истории понятий в более широком социально-историческом контексте, определение степени и содержания влияния общества на психологию и психологии на общество), историко-генетический (рассмотрение системы психологических понятий в ее развитии, выделение стадий и этапов ее становления, динамики изменения структурного строения), историко-типологический (проведение систематизации различных аспектов и сторон систем психологических понятий, установление сущностных связей между ними с целью выявления общности многообразных единичных явлений и объединения их в группы на основании определенных критериев) и сравнительно-исторический методы.

Только применение столь широкого, пусть и не всегда в полном объеме, методического инструментария позволит полноценно изучить историю понятий психологической науки.

**Заключение.** В данной работе была рассмотрена проблема метода в истории понятий психологической науки. Кратко описана суть концептуального подхода к истории психологии, в рамках которого изучаются трансформации значений ее понятий и их систем в зависимости от изменений социально-политического, философско-научного и конкретно-научного уровней контекста становления и развития психологической науки.

При изучении истории психологических понятий следует использовать организационно-стратегические методы (методы системного и комплексного анализа, сравнительно-исторический), библиографический метод, методы исследования логико-предметного (категориальный и семантический анализ), социального (культурологический и исторический событийный анализ) и процессуального (метод разработки периодизации исторического процесса) аспектов предметной области психологии. В вопросах обработки полученных данных история психологических понятий опирается на качественные (метод «обоснованной теории», герменевтический метод) и количественные (контент- и наукометрический анализ) методы, а в вопросах интерпретации данных на социально-культурный, историко-генетический, историко-типологический и сравнительно-исторический методы.

## Список литературы



1. Козеллек Р. Введение (Einleitung) // Словарь основных исторических понятий. Избранные статьи. В 2-х томах / сост. Ю. Зарецкий, К. Левинсон, И. Ширле. М.: Новое литературное обозрение, 2016. С. 23-44.
2. Кольцова В. А. История психологии: Проблемы методологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. 512 с.
3. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Основы теоретической психологии. М.: Инфра-М, 1998. 525 с.
4. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Теоретическая психология. М.: Академия, 2003. 496 с.
5. Платонов К.К. О системе психологии. М.: Мысль, 1972. 216 с.
6. Платонов К.К. Система психологии и теория отражения. М.: Наука, 2017. 309 с.
7. Покок Дж.Г.А. Момент Макиавелли. Политическая мысль Флоренции и атлантическая республиканская традиция. М.: Новое литературное обозрение, 2020. 888 с.
8. Роговин М.С. Введение в психологию. М.: Высшая школа, 1969. 381 с.
9. Скиннер К. Истоки современной политической мысли. В 2-х томах. Том 1. Эпоха Ренессанса. М.: Дело, 2018. 464 с.

**Грац О.Ю.**

## **ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ТАНЦЕТЕРАПИИ НА ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ВИТАЛЬНОСТИ**

**Аннотация.** В статье рассматривается философско-психологический конструкт витальности в аспекте жизнедеятельности человека. Возможности и особенности влияния телесно-ориентированных и танце-терапевтических методов на повышение уровня витальности в теоретическом и эмпирическом контент-анализе.

**Ключевые слова:** витальность, витальные ресурсы, жизненные ресурсы, танец, танцетерапия, танцевально-двигательная терапия.

**Annotation.** The article deals with the philosophical and psychological construct of vitality in the aspect of human life. Possibilities and features of the influence of body-oriented and dance-oriented therapeutic methods on increasing the level of vitality in theoretical and empirical content analysis.

**Keywords:** vitality, vital resources, vital resources, dance, dance therapy, dance and movement therapy.

В современном мире наблюдается возросшая потребность человека в личностном и духовном самопознании и саморазвитии, включающего в себя все категории физического, эмоционального, когнитивного и духовного единства. При этом вызовы социально-информационной среды современности все чаще способствуют обращению внимания человека на его жизненные ресурсы, которые являются базовыми условиями качества полноценной жизни и

успешной самореализации. Когда речь идет о жизненных ресурсах в целом, то мы имеем дело с определенной энергетической системой, так называемой витальностью человека.

Согласно этимологическим словарям понятие «витальность» от латинского слова «vitalis», которое означает жизненный, животворящий, имеющий отношение к жизненным явлениям [16, с.106] «Vita» в переводе с латыни обозначает жизнь [18, с. 84] В различных источниках витальность означает жизненную силу, живость, мощь и напор жизни, способность к выживанию. В широком смысле витальность – это способность оставаться живым, двигаться, действовать, ощущение собственной силы, а также наличие энергии, энтузиазма, выносливости.

Исследуя феномен витальности можно говорить об его различных контекстах проявления в философских системах западного и восточного мировоззрения, в исторических и современных социокультурных и психологических взглядах.

Восточная философия осмысливает витальность как активную внутреннюю основу психического и физического здоровья и предполагает бережное разумное отношение человека к своим жизненным силам, для оптимальной эффективности ее существования как жизненно важного ресурса. В связи с чем большинство восточных практик: йога, цигун и многие другие направлены на развитие, укрепление жизненной энергии человека.

В тенденциях Запада изучение феномена витальности связано с системными представлениями о витализме, которое трактуется в научных словарях как «учение о качественном отличии живой и неживой природы, о принципиальной несводимости жизненных процессов к силам и законам неорганического мира» [18, с.84].

Начиная со времен Аристотеля и его представлений «в части понимания сущности и места живого в общем строе», где он рассматривал «существование жизни как явление космическое, напрямую связанное с онтологическим стержнем вселенной в целом» [12] и до современных взглядов цепь философских исследований витальности основана на том, что человек находится не только в познании природы, а живет с ней одной жизнью и эта сопричастность жизни человека и природы, дающая возможности познания, «базируется на генетической единстве всего живого, структурной всеобщности космической, биологической и социальной эволюции» [13].

Понятие «витальность» в философии и психологии конца XX начала XXI веков интерпретируется в разных аспектах:

витальность как биологический потенциал живого организма [4, с. 18];

витальность как категория, с помощью которой можно объяснить желание человека жить, распространять жизнь и способствовать ее росту [1];

витальность как определение уровня «личностной относительности», на котором реализуется индивидуально-субъективное видение реальности [3];

витальность как характер мировоззренческой установки, базирующейся на признании жизни основополагающей ценностью [15, с. 4];

витальность как трансцендентность, качественная характеристика жизненной энергетике, помогающая человеку осуществлять свое существование [11, с. 32];

витальность как определение жизненной силы, большей или меньшей силы жизненной функции [5, с. 69].

Таким образом можно сделать вывод о многогранности значения витальности для жизнедеятельности человека, как основы его физического, психического и социального здоровья.

В психологии понятие «витальный» используется достаточно давно, его значение трактуется как пассионарный, энергичный, наполненный жизненной силой и энтузиазмом.

В большинстве психологических теорий, которые рассматривают жизненную энергию человека, делается акцент на тех аспектах, которые блокируют и истощают жизненную энергию, не затрагивая тех моментов, которые способствуют ее сохранению и усилению. Так, например, представители психодинамической традиции указывают на то, что психологические трудности, конфликты, стрессы сказываются отрицательно на уровне жизненных сил, уменьшая доступный изначально человеку объем энергии. При этом витальность рассматривается как ограниченный ресурс, и, следовательно, основная цель – поддержание витальности и жизненной энергии на уже имеющемся уровне [10].

Восточные традиции, напротив, придерживаются концептуальных вопросов и учений о том, каким образом усилить жизненные силы человека, с помощью различных духовных практик. Например, энергия «ци», как источник неиссякаемой жизненной энергии может стать более или менее доступна человеку при соответствующих регулярных практиках.

Родоначальниками понятия «субъективная витальность» в психологии стали Р. Райн и К. Федерик. По их мнению, витальность определяется как субъективное переживание обладания физической и психической энергией [10]. При высоком уровне витальности человек ощущает полноту жизненных сил, энергии, энтузиазма, что является для индивида позитивными ресурсными состояниями. Тревожные состояния, подавленные эмоции в следствии негативного жизненного опыта, вытеснение травмирующих ситуаций наоборот являются факторами истощения жизненной энергии.

В различных исследованиях российских психологов отмечается важная роль субъективной витальности для выхода из сложных жизненных перипетий, а также значение витальности для личностного и профессионального саморазвития, для достижения успеха и удовлетворенности социально-материальными аспектами жизни. При этом витальность, являясь полноценным личностным ресурсом, отражает различные грани потенциальности личности, а также помогает в мобилизации личностных ресурсов при решении вопросов

связанных с психологическими и физическими трудностями, с которыми может столкнуться человек в процессе своей жизнедеятельности.

Подытоживая некоторые философско-психологические взгляды на сущностно-совокупное значение витальности, можно говорить о витальности, как о предельных характеристиках «человеческой способности к бытийному самоутверждению и творчеству, к интеграции основных векторов жизнедеятельности организма, которые образуют опорные пункты осознания индивидом своих собственных сущностных сил, функций своего организма как некоего объекта, данного собственному сознанию» [13].

В силу многогранности природы человека витальность является обобщающим показателем жизненных ресурсов, включающих в себя различные взаимосвязанные уровни: духовный, психический и телесный. Таим образом, для человека всегда открыта перспектива осознано относиться к уровню своих витальных сил, оглядываясь на свои жизненные ресурсы и применяя различные практики и психотехнологии для повышения уровня витальности.

Телесно-ориентированные методы и техники, возникшие на основе практического опыта и многолетних наблюдений взаимосвязи духовного и телесного в большей степени, нежели другие направления психотерапии придерживаясь холистического подхода, направлены на восстановление и повышения уровня жизненных сил человека, поскольку главной характерной чертой развития телесно-ориентированного подхода является стремление к целостному пониманию и функционированию человеческого организма.

Идеи взаимосвязи тела и психики в теории Вильгельма Райха, который считается основоположником телесно-ориентированных методов, наглядно демонстрирует связь между характером и привычными для человека реакциями на стресс, паттернами сдерживания жизненной энергии, локальностью мышечных напряжений и типом невроза. Чем больше напряжения в теле в следствии пережитых негативных эмоциональных состояний, не реализованных желаний, тем сильнее мышечные зажимы, так называемый мышечный панцирь по Райху, при это В. Райх обосновал, что мышечный и психологический панцирь идентичны [14].

Для распускания панциря В. Райх использовал: глубокое дыхание, позволяющее накапливать энергию в теле; прямое воздействие массаж и давление на хронические мышечные зажимы, чтобы расслабить их. В. Райх обнаружил, что расслабление мышечного панциря освобождает значительные объемы оргонной энергии и помогает процессу психоанализа [17], благодаря чему, человек обретают возможность полноты жизни. Под оргонной энергией В. Райх подразумевал некую «универсальную энергию жизни».

В формате танцевально-двигательной терапии при работе с динамическим аспектом паттернов мышечного напряжения, этого важного компонента «целостностей психической реальности» [6] открываются возможности через принцип эмоционального отреагирования вербализировать, используя язык движения, глубинные слои мышечных зажимов. Техники телесно-

ориентированной и танцевальной терапии позволяют прорабатывать различные пласты психики, что дает высвобождение энергии из мышечного панциря, блокирующего доступ к потенциальной витальности человека.

Приведем пять основных принципов танцевально-двигательных практик в контексте терапии, направленной на повышение уровня витальности. Эти принципы заложены в самой природе и потенциальности терапевтического танца и способствуют наибольшему результату в зависимости от целей и задач терапевтического процесса.

Первый принцип – принцип взаимосвязи тела и психики человека, которые оказывают друг на друга взаимное влияние.

Второй принцип – холистический, отражающий целостность внутриличностных переживаний единства мыслей, чувств и внешнего поведения.

Третий принцип процессуальности тела, при котором восприятие тела не статично, а представляет собой постоянно изменяющийся процесс, соответствующий жизнедеятельности человека.

Четвертый принцип – принцип коммуникации, вытекающий из функциональности танца, как средство передачи информативно-эмоциональных сообщений реализуется по трем направлениям: с самим собой, с другими людьми, с окружающим миром [6].

И пятый принцип – принцип потенциальности, который отражает неиссякаемый творческий ресурс человека, как источник жизненных сил и созидания [20]. Творческий потенциал терапевтического танца является потоком самовыражения, креативности, аутентичности, импровизации, экспрессивности и витальности, отражающим глубинные внутриличностные и межличностные коммуникативные модели поведения, что несомненно является одновременно новым вызовом в познании своих потенциальных ресурсов.

Исходя из принципов танце-терапевтического подхода выделяют три области решения задач, методами танцетерапии – это телесность, самосознание, межличностные отношения,

Целями терапии в первой области являются: высвобождение физического напряжения, развитие больших возможностей тела и телесной осознанности, повышение свободы телесного самоощущения и предьявления, интеграция нового опыта.

Во второй области терапевтические цели направлены на процесс углубления самосознания через развитие взаимосвязи психоэмоциональной и телесной осознанности. Благодаря телу возможно прямое выражение особенностей индивидуальности человека в терапевтическом танце. Данный опыт выступает как быстрый путь познания и получения новых представлений о себе, развивает Я-концепцию и способствует повышению самооценки [19], помогает раскрытию внутренних потенциальных ресурсов человека.

Во третьей области «микрокосм мира, представленный в группе, дает участнику группы возможность получать и давать обратную связь и расширить поведенческий репертуар социально-психологических ролей» [6]. В групповом

формате терапии, наблюдая за выражением чувства через телесность у других, участник группы может начать идентифицировать и обнаруживать свои собственные чувства, что естественным образом влияет на расширение диапазона самоидентичности и самопринятия, и, следовательно, соединением со своими внутренними ресурсами.

Соответственно, целевой вектор решения задач танцевально-двигательной терапии в области повышения уровня витальности направлен на:

достижение потенциальной внутренней целостности и самоосознавания, эффективно интегрируя целостный подход и многомерность своей самоидентичности в процессе жизнедеятельности;

восстановление диалога с самим собой через выражение и принятие отношений со своими чувствами, мыслями, телесностью и своей потенциальностью;

развитие личностных качеств самопринятия и глубинного доверия к себе и к жизненному процессу, развитие постоянного осознанного контакта со своими жизненными ресурсами и с окружающим миром [2].

Поскольку танцетерапия работает сразу в нескольких направлениях: снятие психоэмоционального и мышечного напряжения, адекватная физическая нагрузка, получение нового опыта, проживание нового образа себя, выход из ригидных состояний; а также творческий аспект танцевально-двигательных практик – все это делает применение методов танцевально-двигательной терапии привлекательным и в то же время психокоррекционным инструментом для обретения и поддержания балансового ресурсного состояния.

Обращаясь непосредственно к практическому применению методов танцетерапии можно отметить, что при проведении эмпирического контент-анализа, включающего в себя анкетирование, интервьюирование, ведения дневников самонаблюдений, а также участия в «проговорах», которые помогают осмыслить и вербализовать прожитый танцевально-двигательный опыт, большинство участники тренингов с применением танцевально-двигательных техник отмечали следующие характеристики физического состояния после занятий: гибкость, легкость, свобода в движении проработка мышц, потоки энергии, прокачка всего тела, пластичность, ощущение «полётности» в теле, невесомость, грациозность, энергичность, повышенный тонус, а у некоторых наоборот приятное расслабление. Данные результаты по физическим характеристикам несомненно говорят о ресурсном состоянии, дающим иное качество жизни, и в первую очередь ощущения удовлетворенности от физического тела, которое составляет материальную основу жизни человека.

Также в исследованиях был затронут спектр психоэмоциональных состояний участников танцевально-двигательных тренингов, им задавался ряд вопросов об изменениях в эмоциональном состоянии. Отвечая на вопрос: «Как бы я охарактеризовал(а) внутренние самоощущения после танцетерапевтических сессий?», в основном были отмечены следующие характеристики внутреннего состояния: наполненность, энергичность, блаженство, спокойствие, уравновешенность, счастье, гармония, радость, расширение границ пространства и времени, энергичность, желание

действовать, равновесность, наслаждение, уверенность, воодушевленность, приподнятое настроение, чувство удовлетворения жизнью.

Повышение общего уровня энергии, обретение уверенности и внутренней гармонии несомненно являются ресурсными активами человека для его жизнедеятельности, особенно в современном обществе, когда скорость жизни многократно увеличилась, и требуется гораздо больше вложения сил и энергии на целедостижения. Для того, чтобы идти в ногу со временем необходимо поддерживать достаточный уровень витальности, той жизненной энергии, которая является базовым условием для полноценной жизни и самореализации и безусловно танцевально-двигательные терапевтические техники помогают восстанавливать и поддерживать гармоничное психофизическое ресурсное состояние витальности человека.

Список литературы:

1. Абульханова К. А. О субъекте психической деятельности. М., 1973.
2. Бебик М. А. История и основные принципы танце-двигательной терапии [Электронный ресурс] [http://www.lib.eliseeva.com.ua/view\\_book.php?Id=675](http://www.lib.eliseeva.com.ua/view_book.php?Id=675) (дата обращения: 17.07.2023).
3. Брушлинский А. В. Проблемы психологии субъекта. М., 1994.
4. Василюк Ф. Е. Психология переживания (Анализ преодоления критических ситуаций). М., 1984. Юность. Москва. Альпина нон-фикшн, 2011.
5. Витальность // Философский энциклопедический словарь. М., 1997.
6. Козлов В. В., Гиршон А. Е., Веремеенко Н. И. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В. В. Козлов, А. Е. Гиршон, Н. И. Веремеенко – М., 2005. – 284 с.
7. Козлов В. В. Психотехнологии измененных состояний сознания. Личностный рост. Методы и техники / В.В. Козлов – М: 2001.
8. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.
9. Козлов В. В., Психотехнология ДМД: дыхание-музыка-движение. Теория и метод. Методическое пособие для ведущих семинары по ДМД. / В. В. Козлов, Ю. А. Козлов – Ярославль, МАПН, РПФ «Титул», 2021. – 296 с.
10. Козлова Н. Н. Витальность как социально-философская проблема // Общественные науки и современность. 1998. № 2. С. 95-106.
11. Красиков В. И. Этюды самосознания. Кемерово, 2000.
12. Красиков В. И. Онтологические схемы витализма и эволюционизма в объяснении феномена жизни [Электронный ресурс] <https://cyberleninka.ru/article/n/ontologicheskie-shemy-vitalizma-aristotelya-h-drisha-i-evolyutsionizma-ch-darvina-v-obyasnenii-fenomena-zhizni/viewer> (дата обращения: 25.07.2023).
13. Мальцева Т. В. Теоретико-методологическое понимание феноменов «витальность» и «субъективная витальность» как основа концептуальной модели развития субъективной витальности руководителей органов внутренних дел / Прикладная психология и педагогика, т. 5, №3, 2020г. [Электронный

ресурс] <https://naukaru.ru/ru/nauka/article/38673/view> (дата обращения: 10.08.2023).

14. Райх В. Характеро-анализ. Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков / Перевод. С нем. А. М. Боковикова / В. Райх – М.: Изд-во «Когито-Центр», 2006. – 367 с.

15. Синченко Г. Ч. Философия человека и предельные проблемы культуры. Омск, 1996.

16. Словарь иностранных языков. М. 1989.

17. Телесно-ориентированная психотерапия. Хрестоматия Автор-сост. Л. С. Сергеева. Спб., 2000. – 376 с.

18. Философский энциклопедический словарь / Гл. Редакция: Л. Ф. Ильичёв, П. Н. Федосеев, С. М. Ковалёв, В. Г. Панов. М.: Советская энциклопедия, 1983.

19. Хендрикс К. Танцевальная терапия: Пер. Бирюковой И. В. Ярославль, 1998 – 23 с.

20. Шкурко Т. А. Танцевально-экспрессивный тренинг / Шкурко Т. А. – спб.: Речь, 2003 Эндрюс Т. Магия танца. Пер. С англ. М.: «REFL-book», К.: «Ваклер», 1996. – 256 с.

## **Гуриева С.Д., Юмкина Е.А., Постанина А.В. МЕТА-АНАЛИЗ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ И МЕТОДОВ ДИАГНОСТИКИ ДЖОБ-КРАФТИНГА**

Аннотация. В статье на основе мета-анализа исследований джоб-крафтинга представлена сравнительная характеристика диагностических методик на проактивный подход сотрудника к своей работе. Показано, что перспективно дополнять шкалы джоб-крафтинга соответствующими шкалами проактивного поведения. Шкалы как в ресурсной, так и в компонентной моделях джоб-крафтинга, наиболее последовательно сочетаются со шкалами проактивности, разработанными в теории целеориентированных действий.

Ключевые слова: джоб-крафтинг, проактивное поведение, дизайн работы

Abstract. Based on a meta-analysis of job crafting studies, the article presents a comparative description of diagnostic methods for an employee's proactive approach to their work. It is shown that it is promising to supplement the scales of job-crafting with the corresponding scales of proactive behavior. The scales in both the JD-R and JCQ job crafting models are most consistently combined with the proactivity scales developed in goal-oriented action theory.

Key words: job crafting, proactive behavior, job design

Финансирование: грант РНФ 22-18-00452 «Психосоциальный дизайн рабочей среды как фактор субъективного благополучия сотрудника и инновационного потенциала организации».

### **Введение**

В ходе глобального экономического и технологического развития растет уровень неопределенности и сложности на рабочем месте, а также увеличивается



разнообразии рабочей силы. На этом фоне организациям сложно, а иногда и нецелесообразно создавать такие рабочие места, которые подходили бы для всех сотрудников [Grant, 2009]. Следовательно, ученые предположили, что в таких условиях важно увеличивать число степеней свободы сотрудника, давая ему возможность активно менять свои задачи и роли [Grant, 2009]. Самостоятельное поведение человека, направленное на формирование и изменение им своей работы, называют джоб-крафтингом [Tims, 2012; Tims, 2010; Wrzesniewski, 2001]. Это понятие все чаще рассматривается как крупный шаг вперед в теории дизайна работы, с его упором на редизайн работы снизу вверх, инициированный работником, в отличие от традиционного дизайна работы сверху вниз, в котором менеджеры или работодатели определяют рабочие места и роли [Grant, 2010; Hornung, 2010].

Одним из ключевых понятий, связанных с джоб-крафтингом, является проактивность. За последние два десятилетия были определены различные подходы к концептуализации этого термина. Все они, в конечном счете, относятся к «упреждающим действиям, которые сотрудники предпринимают, чтобы повлиять на себя и/или свое окружение» [Grant, 2008, стр. 4]. Конкретные концепции проактивности, хорошо зарекомендовавшие себя в литературе, включают проактивную личность [Bateman, 1993], личную инициативу [Frese, 2001], гражданское поведение [Van Dyne, 1998] или взятие на себя ответственности [Morrison, 1999].

Разработка данных понятий велась с целью оценки психологических программ интервенций, направленных на стимулирование у работников навыков джоб-крафтинга. Сравнительный анализ таких программ показал очень неоднозначные и противоречивые результаты [van den Heuvel, 2015]. В результате чего встал вопрос о том, где могла закрасться ошибка: в диагностике, методах психологического воздействия или в иных неучтенных факторах.

В связи с этим, цель настоящей статьи – провести сравнительный анализ существующих методов диагностики джоб-крафтинга и проактивного поведения сотрудника. Данная цель достигается через решение следующих задач: подбор наиболее востребованных в литературе шкал джоб-крафтинга и проактивного поведения (в ходе отбора статей, входящих в ядро РИНЦ с наибольшим индексом цитирования); анализ исходных методологических подходов разработчиков шкал; анализ исследовательской процедуры; анализ данных о структуре и валидности шкал. В качестве методов исследования использовался сравнительный, и формально-логический анализы.

### **Методы диагностики проактивного поведения сотрудника на работе**

Общую логику развития диагностики проактивного поведения человека на работе наглядно представляет таблица 1.

Таблица 1.

Методологические линии в диагностике проактивного поведения человека на работе

Авторы	Методологический подход к концептуализации	Диагностический инструментарий	Внутренняя структура шкалы	Взаимосвязанные эмпирические конструкты
--------	--	--------------------------------	----------------------------	---

	проактивного поведения			
Bateman T.S., Crant J.M. 1993.	Диспозиционный подход, опора на социальный бихевиоризм А. Бандуры. Проактивное поведение - это результат проявления внутренней тенденции личности изменять окружающую среду с целью осуществления влияния	Proactive personality scale (17 пунктов)	Единая монолитная однофакторная структура	Мотивация достижений (p<0.01) Мотивация влияния (p<0.01) Трансформационное лидерство (p<0.01) Внерабочая активность (p<0.01) Личные достижения (p<0.05) Самосознание/ осознанность (p<0.05)
Frese M., Fay D., Hilburger T., Leng K., Tag A. 1997.	Теория целеориентированных действий. Основан на теориях К. Левина, принципах системного подхода, идеях С.Л. Рубинштейна, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурии. Проактивность как характеристика конструкта "personal initiative".	Комплексный подход, сочетающий сравнение данных по: а) интервью с последующим его контент-анализом, б) опросом интервьюера; в) самооценкой респондента; г) оценка по шкале супруга респондента. Согласованность оценок – критерий истинности.	Конструкт личной инициативы понимается как единый. Рассматриваются разные сферы приложения инициативы (преодоление трудностей, получение новых знаний, анализ организационных затруднений)	Мотивация достижений (p<0.01) Копинг, ориентированный на решение проблем (p<0.01) Удовлетворенность работой (p<0.05) Планирование карьеры (p<0.05)
Parker S. K., Williams H. M., Turner N. 2006.	Синтез взглядов Bateman T.S. et al. и Frese M. et al. Более близки диспозиционному подходу. Рассматривают проактивность системно, придают значение контексту. Акцент преодолении трудностей.	Сокращенная шкала Bateman T.S. et al. Собственная шкала Role-breadth self-efficacy (Parker, 1998). Собственный прием для учета организационного контекста при оценке	Измерения в конструкте два (разработка идеи и решение проблем), но рассматриваются в единстве.	Самоэффективность в широкой рабочей роли (p<0.01) Гибкость рабочей роли (p<0.01) Уровень автономности в работе (p<0.01)

		двух составляющих проактивного поведения: разработка идеи и разрешение проблем.		
Griffin M. A., Neal A., Parker S. K. 2007.	Разработка идей предыдущих авторов в части более стандартизированной процедуры учета организационного контекста	Три связанных шкалы проактивности 1) Individual task proactivity 2) Team member proactivity 3) Organization member proactivity	Трехфакторная структура проактивного поведения	Самоэффективность в широкой рабочей роли (p<0.01) Уровень профессионального мастерства (p<0.01) Адаптивность (в смысле реакций на изменения) (p<0.05)
Belschak F. D., Den Hartog D. N. 2010.	Ближе к позиции Frese M. et al.	Собственная методика, 12 пунктов, 3 шкалы: индивидуально (personal), межличностное (interpersonal) и организационное (organisational)	Трехфакторная структура проактивного поведения	Приверженность к коллективу Трансформационное лидерство (p<0.01) Ориентация на достижение целей (p<0.01)

Историческое первенство в создании инструмента, измеряющего проактивное поведение, принадлежит американским организационным психологам Bateman T.S. и Crant J.M. Они шли по классическому пути формирования банка вопросов (исходно было 47 суждений на проактивность), которые далее подверглись процедуре факторного анализа. Финальная версия шкалы содержит 17 пунктов, которые умеренно коррелируют между собой, доказывая тем самым полноту охвата изучаемого признака. Данная шкала активно используется в современных исследованиях, в частности, для проверки содержательной валидности вновь разрабатываемых методик, только вот не в полном виде, а в сокращенном. При этом не всегда понятно, по каким соображениям исследователи решают взять из единой шкалы только 4-5 суждений.

Исследование Bateman T.S. и Crant J.M. было спланировано таким образом, что общий теоретический конструкт проактивной личности был ими эмпирически доказан: сконструированная шкала оказалась высоко значимо связана с мотивацией достижения и влияния, а также с индивидуальной сознательностью. Особое внимание авторы уделяют связи с трансформационным лидерством, которая указывает на источник формирования

и развития проактивного поведения. Так, один из центральных методологических постулатов теории А. Бандуры (на которую они опираются) гласит о том, что опыт наблюдения за поведением людей имеет решающее значение в сознательном научении. Таким образом, важным внешне-средовым триггером проактивности сотрудников, наряду с их мотивами, является наблюдение за преобразующими окружающую среду действиями их руководителей и лидеров.

Другое направление в прикладных разработках проактивного поведения связано с именами немецких психологов Frese M., Fay D. и их коллег. Их методологической базой является теория целеориентированных действий, которая исходит из идей теории поля К. Левина, взглядов С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Л.С. Выготского. Проактивность рассматривается ими как характеристика проявления инициативы личности, поэтому они предлагают к операционализации такой методологический конструкт, как *personal initiative* (личная инициатива). В целом, стоит заметить, что разработка этого понятия (как и проактивности) начиналась в русле изучения волевых процессов. Существенно, что в теории поля волевое действие определяется особенностями восприятия субъектом социального контекста, в котором он находится. Вот почему именно этот момент и подчеркивается в определении личной инициативы (см. табл.1). Акцент на учете контекста сделан и в подходе к диагностике проактивности.

По Frese M. и Fay D. проактивность в поведении работника можно эмпирически вывести лишь как усредненное значение самооценки, оценки экспертов и оценки коллег/близких людей. Только вместе они служат критерием истинности. В то же время, ими предложены две шкалы по 7 пунктов в каждой, пригодных для самооценки: «инициативность» и «пассивность».

Усредненные показатели личной инициативности оказались связаны с мотивацией достижений, конструктивными копингами, ориентированными на решение проблемы, общей удовлетворенностью своей работы и осмысленным подходом к карьерному планированию.

Попытка объединить два рассмотренных конструкта была предпринята группой исследователей во главе с Parker S. Связующим и опосредующим звеном между поведенческими проявлениями и внутренней проактивной направленностью личности стало в их модели понятие «самоэффективность», которое восходит к теории А. Бандуры [Bandura, 1982]. В его работе самоэффективность относится к механизму самоконтроля. В своих экспериментах он доказал, что чем в большей степени человек уверен в своих способностях, тем лучших результатов он добивается в деятельности, тем успешнее он преодолевает различные трудности. В модели проактивного поведения Parker S. и др. самоэффективность относится к когнитивно-мотивационному состоянию, которое, наряду с оценкой своей рабочей роли и степенью контроля над ситуацией, способствует реализации проактивной установки личности в поведении. Они выделили в конструкте проактивного поведения два ключевых параметра: разработку идеи и решение проблем, которые оцениваются при помощи анализа дневниковых наблюдений и решения

ситуационных задач с последующей экспертной оценкой. Итогом такой многоступенчатой, скрупулезной работы становится согласованный показатель проактивного поведения личности. Главным эмпирическим предиктором этого поведения оказалась «role-breadth self-efficacy», которая на простом языке означает установку на взятие на себя полномочий за пределами своей должностной инструкции.

Вероятно, понимая, что каждый раз проходить в организационном консультировании через такой трудоемкий анализ контекста при решении прикладных задач не представляется возможным, Parker S. уже с другими соавторами разработала трехкомпонентную методику для оценки масштаба приложения проактивности. Иными словами, сотрудник может проявлять проактивность либо только в отношении своих задач, либо в командной работе, либо на уровне всей организации. В методике всего 9 вопросов (по 3 в каждой шкале), что позволяет очень быстро получать результат. Опросник показал корреляции с самоэффективностью, связанной с расширенным ролевым репертуаром, уровнем профессионального мастерства, адаптивностью к изменениям.

Наконец, еще один близкий к вышеописанному опросник на проактивное поведение принадлежит голландским исследователям Belschak F. D. и Den Hartog D. N. Они открыто говорят о стремлении объединить накопившиеся данные об этом феномене и предлагают трехфакторную шкалу: личного, межличностного и организационного проактивного поведения. В своей методологии они доказывают, что проактивность сотрудников связана с общей приверженностью коллективу, с трансформационным лидерством и мотивацией достижения. Существенно новым в их подходе является введение такого более общего понятия как организационное гражданское поведение, чтобы более точно отделить истинно само-детерминированное поведение (собственно проактивное) от внешне схожих действий, но мотивированных лояльностью к референтной группе.

Таким образом, общая логика разработки конструкта проактивного поведения идет к созданию более емких шкал, которые позволяли бы быстро проводить диагностику и давать реальные практические рекомендации. В большом мета-аналитическом исследовании Tornau K. и Frese M. установлены интересные данные относительно того, что проактивность (как личностная черта) и проактивное поведение имеют разные корреляты с другими свойствами личности. Так, проактивное поведение в большей степени опосредуется общими интеллектуальными способностями, уровнем образования, вносимыми сотрудником инновациями, объективно оцениваемой производительностью труда, тогда как проактивность как черта в своих связях указывает скорее на потенциальные возможности человека. Общими достоверными предикторами потенциальной и проявленной проактивности являются возможность контролировать/управлять своей работой, самоэффективность (особенно связанная с расширенным ролевым репертуаром), добросовестность, личная ответственность за изменения. Изучение проактивного поведения сотрудников органично вылилось в разработку методов диагностики джоб-крафтинга.

## Методы диагностики джоб-крафтинга

В диагностике джоб-крафтинга наблюдается сходная с изучением проактивного поведения картина, когда четко оформились два теоретических направления, имеющие тенденцию к объединению (табл.2).

Таблица 2.

Методологические линии в диагностике джоб-крафтинга

Авторы	Методологический подход к концептуализации джоб-крафтинга	Диагностический инструментарий	Структура опросника	Взаимосвязанные эмпирические конструкты
Tims M., Bakker A. B., Derks D. 2012.	Модель «требований-ресурсов» JD-R	The Dutch job crafting scale (JCS, 21 пункт)	4-х факторная структура: 1) увеличение рабочих ресурсов; 2) снижение требований, мешающих работе; 3) увеличение социальных ресурсов; 4) повышение требований к работе.	Личная инициатива (p<.001) Цинизм (отрицательно, p<0.01)
Petrou P., Demerouti E., Peeters M. C. W., Schaufeli W. B., Hetland, J. 2012.	Модель «требований-ресурсов» JD-R	Адаптация шкалы Tims et al. (2012)	3-х факторная структура: 1) увеличение рабочих ресурсов; 2) увеличение рабочих требований 3) уменьшение требований, мешающих работе.	Вовлеченность в работу (p < 0.01), Автономность на работе (p < 0.01)
Nielsen K., Abildgaard J. S. 2012	Модель «требований-ресурсов» JD-R	Интервью на основе опросника Tims et al. (2012)	5-ти факторная структура: 1) повышение рабочих требований, 2) снижение социальных требований 3) увеличение социальных ресурсов работы, 4) повышение количественных требований к работе, 5) снижение требований, мешающих работе.	Вовлеченность (p < 0.01) Удовлетворенность работой (p < 0.01).
Slemp G. R., Vella-Brodick, D. A. 2013.	Компонентная модель TRC	The Job crafting questionnaire (JCQ, 15 пунктов).	3-х факторная структура: 1) крафтинг задач 2) крафтинг отношений	Удовлетворенность работой (p < 0.01) Целеполагание (p < 0.01)

			3) когнитивный крафтинг	Рабочий энтузиазм (p <0.01) Позитивные эмоции от работы (p <0.01)
--	--	--	-------------------------	--

Впервые феномен джоб крафтинга (job crafting) был проиллюстрирован Wrzesniewski A. и Dutton J. (2001). Авторами была создана компонентная теоретическая модель (TRC), опирающаяся на качественные исследования. Джоб-крафтинг авторы обозначили как самоиницируемое поведение работников, направленное на приведение работы в соответствие со своими предпочтениями, мотивами и увлечениями [Wrzesniewski, 2001; Berg, 2008]. Авторы выделили три компонента крафтинга работы: крафтинг задач, крафтинг отношений и когнитивный крафтинг. Крафтинг задач является процессом изменения рабочих задач, корректировки их количества, объема и средств, с помощью которых задачи могут быть выполнены. Крафтинг отношений подразумевает изменения качества и количества межличностных взаимодействий на рабочем месте, а когнитивный крафтинг – это процесс изменения представлений сотрудника о выполняемой им работе (поиск новых смыслов, придание большей значимости работе).

Сконструированная модель и сам концепт крафтинга вдохновили ученых на проведение количественных исследований и создание: а) контекстно-специфических измерительных шкал [Ghitulescu, 2006; Leana, 2009], и б) универсальных измерительных шкал, которые применимы к разным профессиям [Tims, 2012; Petrou, 2012].

В результате наиболее распространёнными оказались шкалы из опросника джоб-крафтинга Тимс М. и др. (2012). Данная методика создана на основе ресурсной модели крафтинга (JD-R), альтернативной компонентной (TRC), и позволяет различать изменения требований к работе (job demands) и изменения ресурсов работы (job resources). Nielsen K. и Abildgaard J. (2012) адаптировали данную шкалу для измерения джоб крафтинга у рабочих, а Petrou P. и др. (2012) – для измерения ежедневного крафтинга.

Компонентная модель долгое время оставалась без соответствующего диагностического инструментария, пока Slemp, G. И Vella-Brodrick D., (2013) не разработали трехфакторный опросник, включающий 3 шкалы: «крафтинг задач», «крафтинг отношений» и «когнитивный крафтинг». Они справедливо подвергли критике ресурсную модель за то, что в ней остался совершенно без внимания когнитивный компонент крафтинга и показали, что их конструкт хорошо работает с инструментами диагностики позитивных эмоций на работе, целеполагания и удовлетворенности работой.

Оригинальная шкала Tims et al. (2012), состоящая из 21 вопроса, имела 4-х факторную структуру: «Increasing structural job resources» (увеличение структурных ресурсов работы), «Increasing social job resources» (увеличение социальных ресурсов), «Decreasing hindering job demands» (снижение

требований, мешающих работе), «Increasing challenging job demands» (повышение уровня сложности работы). Petrou P. с коллегами (2012), используя данный опросник и измеряя ежедневный крафтинг, выделили только 3 фактора (когда фактор ресурсов слился в один).

Nielsen K., Abildgaard J. (2012) на основе той же методики [Tims, 2012] создали интервью, которое состояло из 15 вопросов, вобравшее несколько вопросов из оригинальной методики. В результате в их эмпирическом исследовании получилось 5 факторов (увеличение требований к работе, увеличение социальных рабочих ресурсов, увеличение структурных рабочих ресурсов, увеличение количества задач, уменьшение задач, мешающих работе).

В основе последующих работ других авторов использовались эти же методики JCS [Tims, 2012], и JCQ [Slemp, 2013], которые корректировались с учетом особенностей выборки. Так, например, были разработаны японский опросник JCSJ [Eguchi, 2016], опросник JCM [Niessen, 2016], CJCS [Bizzi, 2017] и другие. Таким образом, можно сделать вывод о том, что на данный момент существуют два инструмента измерения джоб-крафтинга, которые адаптируются под конкретные задачи.

### **Выводы**

В ходе проведенного анализа подходов к диагностике джоб-крафтинга было установлено, что базовые теоретико-методологические установки авторов восходят к теориям социального или когнитивного бихевиоризма А. Бандуры и теории поля К. Левина, а также к ряду положений и разработок отечественных психологов. Общим моментом в этих концепциях является придание значения когнитивным факторам в опосредовании инициативных, сознательных действий человека.

Исторический анализ развития методов диагностики показал, что первоначально авторами ставилась задача разработки понятия проактивности личности в противовес ее реактивности (или полезависимости). Были предложены две модели, объясняющие инициативу личности. Социально-бихевиоральная модель связывала проактивное поведение с наблюдением за действиями лидеров, мотивацией достижения и влияния. Позже в этот перечень был встроен конструкт самоэффективности (как субъективный, рефлексивный компонент). В модели теории поля большее значение придавалась социальному контексту, в котором разворачивается деятельность человека, и мотивационным факторам, способствующим преодолению его инерционного действия.

Разработка проактивности была важной ступенью к разработке методов диагностики джоб-крафтинга, в которых точно учитываются такие инициативные действия сотрудников, которые ведут к наиболее продуктивным изменениям в организации. На сегодняшний день наиболее востребованы и валидны две модели: «требований и ресурсов» (JD-R) и «компонентная» (TRC), каждая из которых может быть хорошо дополнена трехфакторной моделью проактивности. На наш взгляд, перспективным является усиление в диагностическом плане когнитивной составляющей джоб-крафтинга, недостаточно проработанной в существующих шкалах.



### **Библиографический список**

1. Казанцева Т. В., Гуриева С. Д., Марарица Л. В. Проактивное конструирование работы (джоб-крафтинг) как фактор повышения субъективного благополучия и успеха //SPIN. – 2022. – Т. 7829. – С. 4813.
2. Bandura A. Self-efficacy mechanism in human agency // American Psychologist. - 1982. – Vol. 37(2). - P.122–147.
3. Bateman T.S., Crant J.M. The proactive component of organizational behavior: A measure and correlates // Journal of Organizational Behavior. – 1993. – Vol. 14. – P. 103–118.
4. Belschak F. D., Den Hartog D. N. Pro-self, prosocial, and pro-organizational foci of proactive behaviour: Differential antecedents and consequences //Journal of occupational and organizational psychology. – 2010. – Vo. 83. – №. 2. – P. 475-498.
5. Bizzi L. Network characteristics: When an individual’s job crafting depends on the jobs of others //Human Relations. – 2017. – Vol. 70. – №. 4. – P. 436-460.
6. Eguchi H. et al. Validation of the Japanese version of the job crafting scale //Journal of Occupational Health. – 2016. – Vol. 58. – №. 3. – P. 231-240.
7. Frese M., Fay D. Personal initiative: An active performance concept for work in the 21st century // Research in Organizational Behavior. – 2001. - Vol. 23. - P. 133–187.
8. Frese M., Fay D., Hilburger T., Leng K., Tag A. The concept of personal initiative: Operationalization, reliability and validity in two German samples // Journal of Occupational and Organizational Psychology. - 1997. – Vol. 70(2) – P. 139–161.
9. Grant A.M., Ashford S.J. The dynamics of proactivity at work // Research in Organizational Behavior. – 2008. - Vol. 28. - P. 3–34.
10. Grant A. M., Parker S. K. 7 redesigning work design theories: The rise of relational and proactive perspectives // Academy of Management Annals. - 2009. - Vol. 3(1). - P. 317–375.
11. van den Heuvel M., Demerouti E., Peeters M. The job crafting intervention: Effects on job resources, self-efficacy, and affective well-being // Journal of Occupational and Organizational Psychology. – 2015. - Vol. 88. - № 3. - P. 511 - 532.
12. Griffin M. A., Neal A., Parker, S. K. A new model of work role performance: Positive behavior in uncertain and interdependent contexts. // Academy of Management Journal. - 2007. – Vol. 50. – P. 327 - 347.
13. Hornung S., Rousseau D. M., Glaser J., Angerer P., Weigl M. (2010). Beyond top-down and bottom-up work redesign: Customizing job content through idiosyncratic deals // Journal of Organizational Behavior. – 2010. – Vol.31. – P.187–215.
14. Morrison E.W., Phelps C.C. Taking charge at work: Extrarole efforts to initiate workplace change // Academy of Management Journal. – 1999. – Vol. 42. P. 403–419.

15. Nielsen K., Abildgaard J. S. The development and validation of a job crafting measure for use with blue-collar workers // *Work & Stress*. – 2012. – Vol. 26. – №. 4. – P. 365-384.
16. Niessen C., Weseler D., Kostova P. When and why do individuals craft their jobs? The role of individual motivation and work characteristics for job crafting // *Human relations*. – 2016. – Vol. 69. – №. 6. – P.1287-1313.
17. Parker S. K., Williams H. M., Turner N. Modeling the antecedents of proactive behavior at work. // *Journal of Applied Psychology*. - 2006. - Vol. 91. – P. 636–652.
18. Petrou P., Demerouti E., Peeters M. C. W., Scha, W. B., Hetland J. Crafting a job on a daily basis: Contextual correlates and the link to work engagement // *Journal of Organizational Behavior*. – 2012. Vol. 33(8). – P. 1120–1141.
19. Slemp G. R., Vella-Brodrick D. A. The job crafting questionnaire: A new scale to measure the extent to which employees engage in job crafting // *International Journal of Wellbeing*. – 2013. – Vol. 3(2). P. 126-146.
20. Tims M., Bakker A. B. Job crafting: Towards a new model of individual job redesign // *SA Journal of Industrial Psychology*. – 2010. Vol. 36(2). P. 1–9.
21. Tims M., Bakker A. B., Derks D. Development and validation of the job crafting scale // *Journal of Vocational Behavior*. - 2012. - Vol. 80(1). - P. 173–186.
22. Tornau K., Frese M. Construct Clean-Up in Proactivity Research: A Meta-Analysis on the Nomological Net of Work-Related Proactivity Concepts and their Incremental Validities // *Applied psychology: an international review*. – 2012. doi: 10.1111/j.1464-0597.2012.00514.x
23. Van Dyne L., LePine J.A. (1998). Helping and voice extra-role behaviors: Evidence of construct and predictive validity // *Academy of Management Journal*. – 1998. - Vol. 41. – P.108–119.
24. Wrzesniewski A., Dutton J. E. (2001). Crafting a job: Revisioning employees as active crafters of their work // *Academy of Management Review*. – 2001. – Vol. 26(2). – P. 179–201.

**Гуриева С.Д., Марарица Л.В., Удавихина У.А.  
БАРЬЕРЫ В ПОСТРОЕНИИ КАРЬЕРЫ В КОНТЕКСТЕ  
ИННОВАЦИОННОГО КЛИМАТА ОРГАНИЗАЦИИ**

**Аннотация:** В представленной статье предпринята попытка ответа на вопрос: Существует ли связь между барьерами в построении карьеры и инновационным климатом организации. С целью ответа на поставленный вопрос была проведена адаптация и апробация методики Open Innovation Climate Measure («Климат открытости к инновациям», В. Remneland-Wikhamn) и Work Environment Inventory («Креативной рабочей среды», Т.М. Amabile) на российской выборке из 273 человек. обнаружена отрицательная связь выраженности норм проявления неравных возможностей по полу и барьеров развития карьеры с климатом открытости инновациям организации,

обусловленная прозрачными механизмами компенсации труда, продвижения, распределения власти и ресурсов.

**Ключевые слова:** инновационный потенциал, инновационный климат, карьера, барьеры в построении карьеры.

**Abstract:** The presented article attempts to answer the question: Is there a relationship between barriers in building a career and the innovation climate of the organization? In order to answer this question, we adapted and tested the Open Innovation Climate Measure (B. Remneland-Wikhamn) and the Work Environment Inventory (T.M. Amabile) on a Russian sample of 273 people. As a result, a negative correlation between the expression of norms of unequal opportunities by gender and barriers to career development and the climate of openness to innovation in the organization was found, due to transparent mechanisms of compensation, promotion, distribution of power and resources.

**Key words:** innovation potential, innovation climate, career, career barriers.

## **Введение**

Последние десятилетия среди ученых и практиков растет интерес к управлению инновациями как фактору успешности не только организации в целом, но и отдельного сотрудника [Isaksen, Akkermans, 2011; Satsomboon, Pruetipibultham, 2014]. С одной стороны, инновации рассматриваются как конкурентный инструмент для долгосрочной деятельности организации и важное средство адаптации к потребностям меняющейся и развивающейся бизнес-среды [Uzkurt et al., 2013]. С другой стороны, открытость инновациям может проявляться в пересмотре социальных норм, гендерных норм, принятых в обществе и существующих в том или ином виде в организационной культуре, что способствует снижению гендерного разрыва между сотрудниками и повышению их карьерного потенциала [Марарица, 2019]. Поэтому для организаций жизненно важно развивать рабочую среду, способствующую инновациям. Данное исследование вносит вклад в литературу, посвященную как методологии исследования открытости инновации в организации, так и исследований по проблемам гендерного неравенства. Необходимо глубокое понимание дополнительных факторов, способствующих инновациям в организациях [Hon, 2016] и оказывающих влияние на раскрытие карьерного потенциала сотрудников. Поэтому так важно разработать систему, включающую больше измерений инновационного климата, чтобы исследовать взаимосвязь между инновационным климатом и карьерной самореализацией сотрудников [Lowenberger, 2013; Dul, 2014]. В данном исследовании впервые адаптированы шкалы измерения инновационного климата на российской выборке работающих мужчин и женщин. В определенной степени можно сказать, что это первое исследование, в котором изучается связь восприятия работающими сотрудниками инновационного климата организации и возможностями для карьерной самореализации в России.

## **Цель исследования и исследовательские задачи**

Целью исследования являлось изучение связи проявления гендерного неравенства с инновационным потенциалом в организации.

Согласно исследованиям Мамфорда и Густафсона [Mumford, 1998], инновационный потенциал сотрудников может быть реализован лишь в том случае, если организационный климат благоприятен для инноваций. Поддержание климата, способствующего производству и внедрению инновационных идей или процессов, тесно связано с производительностью организаций [King et al., 2007]. Благоприятный инновационный климат организации может быть связан с поддержанием норм, препятствующим проявлениям гендерного неравенства, что стало одной из гипотез в данном исследовании.

Инновационный климат связан с восприятием работником ситуации, в которой организация открыта для новых идей и принимает их, поощряет новые идеи, бросающие вызов текущей практике, и стимулирует принятие риска [West, 1996; Coelho et al., 2010]. Инновационный климат определяет уровень инновационного потенциала организации и позволяет сотрудникам разрабатывать новые механизмы или улучшать процессы, связанные с работой [King et al., 2007]. Несмотря на наличие многочисленных исследований по теме организационных инноваций, существует недостаток исследований, посвященных факторам изменения климата для инноваций [Satsomboon, 2014]. В связи с этим, в качестве исследовательской задачи важно выделить факторы, характеризующие организационный климат, которые способствуют инновационному поведению, накоплению и реализации инновационного потенциала и облегчают инновационный процесс.

Существует ряд исследований и подходов, в которых изучалась оценка инновационного климата в организации [Mathisen, 2004; Luo, 2015]: «Шкала поддержки инноваций Сигела» (The Siegel scale of support of innovation – SSSI) (Siegel and Kaemmerer, 1978); «Инвентаризация климата в коллективе» (Team climate inventory – TCI) [Anderson, 1996]; «Опросник ситуационных перспектив» (Situational outlook questionnaire – SOQ) [Isaksen et al. 1999]; «Опросник творческого климата» (Creative Climate Questionnaire – CCQ) [Ekvall, 1983]; «Оценка климата для творчества» (Assessing the climate for creativity – KEYS) [Amabile et al. 1995]. Кроме того, в практических исследованиях широко применяются такие валидизированные на больших выборках инструменты, как «Климат открытости к инновациям» (Open Innovation Climate Measure – OICM) [Remneland-Wikhamn, 2011] и «Креативной рабочей среды» (Creative Environment Scales: Work Environment Inventory – WEI) [Amabile, 1989], шкалы которых измеряют различные аспекты организационной инновационной культуры: от открытости изменениям до поддержания креативных идей.

Существующие русскоязычные инструменты оценки инновационного потенциала организаций ограничиваются методом экспертных оценок (Фатхутдинов Р.А., Горфинкель В.Я., Чернышев Б.Н., Бовин А.А., Чередникова Л.Е., Гунин В.Н.) и методом финансово-экономического анализа с расчетом

показателей финансовой устойчивости (Трифилова А.А.) [Карташева, 2018; Яковлева и др., 2018]. Вышеупомянутый метод экспертных оценок направлен на определение возможности и готовности компании к реализации инновационного проекта, определение сильных и слабых сторон компании по элементам внутренней среды, однако не затрагивает аспекты организационной инновационной культуры и готовности сотрудников к изменениям в компании. Данное ограничение относится и к методу финансово-экономического анализа, направленного исключительно на определение обеспеченности предприятия финансовыми ресурсами для осуществления конкретных инноваций. Таким образом, на данный момент авторам не удалось обнаружить других готовых инструментов для оценки инновационного потенциала организаций на русском языке в области социальной, экономической или организационной психологии.

### **Методология и методы исследования**

В качестве инструментов для данного исследования были выбраны опросники OICM и WEI. Опросник «Климат открытости к инновациям» (Open Innovation Climate Measure (OICM) [Remneland-Wikhamn, 2011] был переведен на русский язык группой экспертов. OICM состоит из 17 пунктов, включает в себя 3 субшкалы: «Гибкость/открытость изменениям» (6 пунктов), «Внешний фокус/отзывчивость рынку» (6 пунктов) и «Рефлексивность» (5 пунктов).

Инновационный потенциал организации рассматривался в двух аспектах: с одной стороны, как открытость и готовность организации гибко реагировать на изменения (открытость инновациям), с другой, – как поддержка креативности сотрудников (креативная рабочая среда). Первый аспект оценивался при помощи опросника «Климат открытости к инновациям» (OICM) [Remneland-Wikhamn, 2011]. Для оценки второго аспекта были переведены несколько пунктов из опросника «Креативной рабочей среды» (Creative Environment Scales: Work Environment Inventory (WEI) [Amabile, 1989], которые более всего отражают самые разные аспекты необходимых для креативности ресурсов и дополняют опросник OICM.

Исследование проводилось онлайн, опросная форма была сформирована при помощи сервиса Online Test Pad. Выборка формировалась методом «снежного кома» при участии 12 сборщиков, которые были проинструктированы приглашать в исследование наемных работников из разных организаций, исходя из правила «одна организация – один респондент». Исследование проводилось анонимно, респонденты не представлялись, не сообщали ни названия компаний, ни свои контактные данные. Перед началом опроса респонденту предлагалось ознакомиться с информированным согласием (в случае согласия подписать его) и только после подтверждения перейти к ответам.

Методики предъявлялись в следующем порядке: сначала вопросы по шкалам, оценивающим креативный потенциал организации, затем – проявления гендерного неравенства, потом для женской части выборки задавались вопросы, связанные с карьерой, и для всех респондентов: вопросы о характеристиках организации, опыте и характере работы, социально-демографические вопросы. Для всех вопросов была предложена 5-ти бальная шкала Лайкерта, также была

предусмотрена возможность отказа от ответа. Исследование занимало от получаса (121 вопрос для мужчин) и до часа (227 вопросов для женщин).

### **Выборка исследования**

Итоговая выборка исследования составила 273 человека в возрасте от 18 до 62 лет (медиана 34 года), 75,8% женщин, 23,8% мужчин, 0,4% отказались от ответа на вопросы. 37,8% проживают в Санкт-Петербурге, 14,7% – в Москве, 36,6% в других городах России, 8,9% проживает за границей, 1,9% не указали место проживания.

Примерно половина респондентов состоит в браке (45,8%), 22,3% имеют постоянного партнера, 30% – не состоят в браке, 1,8% не ответили на данный вопрос. 52,4% респондентов не имеют детей, 24,2% с одним ребенком, остальные опрошенные респонденты имеют двое и более детей.

Выборка состоит на 85% из людей, получивших высшее образование. 46,2% имеют годовой доход менее 600 000 руб., 27,5% от 600 000 до 1 200 000 руб., и 21,6% более 1 200 000 руб., 4% отказались отвечать и 0,7% не имеют дохода. 58,6% респондентов занимают должности исполнителей и специалистов, 28,2% – руководители младшего и среднего звена, а 9,2% – топ-менеджмент, 4% затруднились/отказались отвечать. 58,6% работают в компаниях частного сектора, 27,8% – в государственных, остальные 12,5% ответивших на вопрос - в компаниях с государственным участием. 70,7% работают в российских компаниях, 9,9% в международных с головным офисом в России, 9,2% в международных с филиалом в России, остальные – в зарубежных компаниях без представительства в России (1,5% отказались отвечать). 11,4% работают в компаниях численностью до 20 человек, 27,1% – до 100 человека, 33% - от 100 до 1 000 человек, 27,1% в компаниях с численностью более 1 000 сотрудников. 18% работают в сфере науки и образования, 15% – торговля и коммерция, 9,5% – производство, 8,8% - информационные технологии, 8% – здравоохранение, 6,2% – финансы и страхование, в каждой из остальных сфер задействовано не более 3,3% выборки.

### **Результаты апробации методического аппарата**

Согласованность опросника «Климат открытости инновациям» (OICM), оцененная при помощи коэффициента альфа Кронбаха, составила 0.93. При этом в шкалу вошли 14 пунктов, а 3 были исключены. Для субшкал «гибкость/открытость изменениям» альфа Кронбаха составила 0,91 (5 пунктов), «внешний фокус/отзывчивость рынку» – 0,82 (4 пункта) и «рефлексивность» – 0,79 (5 пунктов). Факторная структура методики проверялась при помощи факторного анализа – методом структурного моделирования с оценкой качества модели, ее соответствия эмпирическим данным (SEM). Обработка и анализ данных были проведены с помощью языка программирования R (версия 3.3.2) в среде Rstudio (версия 1.1.350). Структурное моделирование произведено с помощью пакета Lavaan (версия 0.5-23.1097); для построения моделей использовался метод максимального правдоподобия. Пороговые значения и

методология анализа выбирались на основе работы Р. Кляйна [Kline, 2005]. Согласно Р. Кляйн, пороговыми значениями критериев для принятия модели являются  $CFI > 0.92$ ,  $RMSEA < 0.08$ ,  $SRMR < 0.08$  [Kline, 2005]. Модель, воспроизводящая структуру опросника, сошлась с показателями качества модели  $CFI = 0.932$ ,  $RMSEA = 0.084$  и  $SRMR = 0.045$ , что, в целом, говорит об удовлетворительном качестве модели и ее соответствии данным.

Для оценки меры поддержки креативности сотрудников были переведены пункты из опросника «Креативной рабочей среды» (Creative Environment Scales: Work Environment Inventory (WEI) [Amabile, 1989]. Из 17 пунктов опросника «Креативной рабочей среды» (сокращенная шкала WEI), которые должны быть связаны с инновационностью организации, 3 оказались слабо (коэффициент корреляции менее 0,35) скоррелированы с общей оценкой инновационности компании и были исключены из методики. Оставшиеся 14 пунктов составили шкалу с согласованностью альфа Кронбаха 0,95.

Учитывая вышеизложенное, переведенный опросник «Климата открытости к инновациям» является надежным, в нем воспроизвелась заложенная авторами структура.

### **Обсуждение результатов**

Важным результатом работы является то, что переведенные и разработанные нами методики обладают достаточной согласованностью (все коэффициенты альфа Кронбаха оказались выше рекомендованного минимума  $-0.7$ ) [Nunnally, 1978] и ожидаемой факторной структурой, то есть наблюдается хорошее качество структурных моделей для многомерных опросников. Предложенный комплекс методик – это первый русскоязычный инструментарий для оценки гендерного неравенства в рамках современного подхода к его изучению – «gendered organization» (организации, реагирующей на пол) даже там, где формальные показатели «гендерного равенства и разнообразия» выполнены. Русскоязычные версии опросника «Климат открытости инновациям» и сокращенной версии опросника «Креативной рабочей среды» заполняют пробел в инструментах оценки креативности организации.

### **Выводы**

Представляется важным обнаруженный факт того, что восприятие политик организации является ключевым механизмом, подавляющим конвертацию человеческого капитала организации в инновационный климат, потому что именно он приводит к дефициту ресурсов развития для женщин внутри компании, и, через этот дефицит, – к недовольству женщин своей карьерой. Возможность адаптироваться к организационной культуре, найти ментора, определить возможные пути развития в компании, чувствовать себя в безопасности – доступ к этим ресурсам определяется примерно в равной степени воспринимаемыми политиками организации и нетворкинг-навыками женщин, объясняя более половины дисперсии. Также политики вместе с ресурсами, предоставляемыми компанией, и компетентностью, человеческим капиталом

женщины оказываются связанными с местом женщины в вертикальной структуре организации. Таким образом, политики организации, их прозрачность – главный ограничивающий фактор реализации потенциала женщин, не дающий им стать настоящими, а не декларируемыми лидерами в компании. Если он учтен, нет необходимости отдельно работать с гендерным режимом, потому что политики – тот самый социально-психологический механизм, который, скорее всего, будет давать возможность любым легко доступным различиям между людьми становиться поводом для дискриминации их интересов по отношению к влиятельному большинству. Кроме того, разработанный методический аппарат исследования представляет собой ряд оригинальных и переведенных на русский язык методик оценки инновационного потенциала организации.

### **Финансирование**

Исследование проведено при финансовой поддержке РФФ, проект № 22-18-00452 «Психосоциальный дизайн рабочей среды как фактор субъективного благополучия сотрудника и инновационного потенциала организации».

### **Библиографический список**

1. Гуриева, С.Д. «Стеклянный потолок» в профессиональной карьере женщин / С.Д. Гуриева, О.Е. Белова // Электронный сетевой политематический журнал «Научные труды КубГТУ»: по материалам Международной научно-практической конференции «Современные социальные процессы в контексте глобализации» (Краснодар, 15 мая 2019 г.) – Краснодар, 2019. – Вып. 4. – С. 769-773.
2. Карташова, Е. Н. Оценка инновационного потенциала предприятия / DOI 10.24411/2411-0450-2018-10128 // Экономика и бизнес: теория и практика. – 2018. – Т. 1, № 11. – С. 117-121.
3. Марарица, Л.В. Феномен гендерного неравенства как фактор карьерного капитала женщины: постановка проблемы / Л.В. Марарица, Т.В. Казанцева, С.Д. Гуриева // Психология человека в образовании. – 2019. – Т. 1, № 1. – С. 44-52.
4. Яковлева, Е.А. Оценка инновационного потенциала предприятия на основе стоимостного подхода / Е.А. Яковлева, Э.А. Козловская, Ю.В. Бойко – DOI 10.18334/vines.8.2.39139 // Вопросы инновационной экономики. – 2018. – Т. 8. №2. – С. 267-282.
5. Amabile, T. M. The Creative Environment Scales: Work Environment Inventory / T. M. Amabile, N. D. Gyskiewicz – DOI 10.1080/10400418909534321 // Creativity Research Journal. – 1989. – Vol. 2, No. 4. – PP. 231–253.
6. Amabile, T. M. User's Manual for KEY S, Assessing the Climate for Creativity: A Survey from the Center for Creative Leadership / T.M. Amabile, R. M. Burnside, S. S. Gyskiewicz. – Greensboro: Center for Creative Leadership, 1995.
7. Anderson, N. The team climate inventory: development of the TCI and its applications in team building for innovativeness / N. Anderson, M. A. West // European Journal of work and organizational psychology. – 1996. – Vol. 5, No. 1. – PP. 53-66.



8. Ashby, J. Legal work and the glass cliff: Evidence that women are preferentially selected to lead problematic cases / J. Ashby, M. K. Ryan, S. A. Haslam // *William and Mary Journal of Women and the Law*. – 2007. – Vol. 13, No. 3. – PP. 775-794.
9. Coelho, F.J. Climate perceptions and the customer orientation of frontline service employees / F.J. Coelho, M.G. Augusto, A.F. Coelho, P.M. Sá // *The Service Industries Journal*. – 2010. – Vol. 30, No. 8. – PP. 1343-1357.
10. Dul, J. The impact of a creativity-supporting work environment on a firm's product innovation performance / J. Dul, C. Ceylan // *Journal of Product Innovation Management*. – 2014. – Vol. 31, No. 6. – PP. 1254-1267.
11. Ekvall, G. Climate, structure and innovativeness of organization (Report 1). – Stockholm: Swedish Council for Management and Organizational Behaviour. – 1983.
12. Hon, A.H.Y. Employee creativity and innovation in organizations: Review, integration, and future directions for hospitality research. / A.H.Y. Hon, S.S. Lui // *International Journal of Contemporary Hospitality Management*. – 2016. – Vol. 28, No. 5. – PP. 862-885.
13. Isaksen, S. G. Situational outlook questionnaire: A measure of the climate for creativity and change / S. G. Isaksen, K. J. Lauer, G. Ekvall // *Psychological Reports*. – 1999. – Vol. 85, No. 2. – PP. 665-674.
14. Isaksen, S.G. Creative climate: A leadership lever for innovation / S.G. Isaksen, H.J. Akkermans // *Journal of Creative Behavior*. – 2011. – Vol. 45, No. 3. – PP.161-187.
15. King, E.B. How innovation can alleviate negative consequences of demanding work contexts: The influence of climate for innovation on organizational outcomes / E.B. King, K. De Chermont, M. West, J.F. Dawson, M.R. Hebl // *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. – 2007. – Vol. 80, No. 4. – PP. 631-645.
16. Kline, R. B. Principles and practice of structural equation modeling / R.R. Kline. – 2nd ed. – New York: Guilford Press. – 2005.
17. Loewenberger, P. The role of HRD in stimulating, supporting, and sustaining creativity and innovation // *Human Resource Development Review*. – 2013. – Vol. 12, No. 4. – PP. 422-455.
18. Luo, L. The Complexity of the Assessment of Creative Climate and Group Creativity / L. Luo, Xu. Deng, Ch. Zhou // *International Journal of Knowledge, Innovation and Entrepreneurship*. – 2015. – Vol. 3, No. 3. – PP. 5-13.
19. Mathisen, G. E. A review of instruments assessing creative and innovative environments within organizations / G. E. Mathisen, S. Einarsen // *Creativity Research Journal*. – 2004. – Vol. 16, No. 1. – PP. 119-140.
20. Maume, D. J. Glass ceilings and glass escalators: Occupational segregation and race and sex differences in managerial promotions // *Work and Occupations*. – 1999. – Vol. 26, No. 4. – PP. 483-509.
21. Mumford, M. Creativity syndrome: Integration, application, and innovation / M. Mumford, S. Gustafson // *Psychological Bulletin*. – 1998. – Vol. 103, No. 1. – PP. 27-43.

22. Remneland-Wikhamn, B. Open Innovation Climate Measure: The Introduction of a Validated Scale / B. Remneland-Wikhamn, W. Wikhamn – DOI 10.1111/j.1467-8691.2011.00611.x // Creativity and Innovation Management. – 2011. – Vol. 20, No. 4. – PP. 284-295.

23. Satsomboon, W. Creating an organizational culture of innovation: Case studies of Japanese multinational companies in Thailand / W. Satsomboon, O. Pruetipibultham – DOI 10.1080/13678868.2013.812330// Human Resource Development International. – 2014. – Vol. 17, No. 1. – PP. 110-120.

24. Schielzeth, H. Simple means to improve the interpretability of regression coefficients / DOI 10.1111/j.2041-210X.2010.00012.x // Methods in Ecology and Evolution. – 2010. – Vol. 1, No. 2. – PP. 103-113.

25. Uz Kurt, C. Role of innovation in the relationship between organizational culture and firm performance: A study of the banking sector in Turkey / C. Uz Kurt, R. Kumar, H. Semih Kimzan, G. Eminoğlu // European Journal of Innovation Management. – 2013. – Vol. 16, No. 1. – PP. 92-117.

26. West, M.A. Innovation in top management teams / M.A. West, N.R. Anderson, // Journal of Applied Psychology. – 1996. – Vol. 81, No. 6. – PP. 680-693.

**Долгих Д.С.**

## **РОЛЬ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ В РАЗВИТИИ И РАЗРЕШЕНИИ ЛИЧНОСТНОГО КРИЗИСА**

**Аннотация:** в статье обсуждается роль микроэлементов и других биологически активных веществ в инициации и динамике личностного кризиса, необходимость мониторинга и коррекции этих веществ с целью разрешения кризисной ситуации, возможные подходы к регуляции психосоматического состояния с помощью нутрицевтиков в парадигме интегративной психомедицины.

**Abstract:** the article discusses the role of micronutrients and other biologically active substances in the initiation and dynamics of personal crisis, the need for monitoring and correction of these substances in order to resolve the crisis situation, possible approaches to the regulation of psychosomatic state with the help of nutraceuticals in the paradigm of integrative psychomedicine.

**Ключевые слова:** биологически активные вещества, микроэлемент, личностный кризис.

**Keywords:** biologically active substances, trace element, personal crisis.

Личностный кризис - это состояние, когда возникает внутренняя дезинтеграция личности в результате нерешенных важных жизненных проблем, которые невозможно преодолеть обычными способами. В результате этого возникает дисбаланс в жизни и деятельности человека, его поведение может

быть неразумным с точки зрения личности и неадекватным с социальной точки зрения. Такой кризис может привести к нарушению нервно-психического и физического состояния и требует значительной перестройки личности и ее взаимосвязей с окружающим миром<sup>[1]</sup>.

Личностный кризис является критической ситуацией, связанной со внутренними противоречиями и неопределенностью, а также с ощущением невозможности преодолеть жизненные проблемы и удовлетворить внутренние потребности. Он может возникать, когда личность сталкивается с вызовами или событиями, на которые она не имеет готовых ответов и стратегий реагирования.

В личностном кризисе возникает фрустрация интегративных способностей человека, когда личность не может использовать свой прошлый опыт и ресурсы для разрешения кризиса и сталкивается с необходимостью кардинальной трансформации. Это может быть вызвано изменениями в жизни, потерями, конфликтами, переоценкой ценностей или другими факторами, которые требуют пересмотра и перестройки самоидентичности и отношений с окружающим миром.

В кризисном состоянии происходит временная дезинтеграция личности, которая может быть обусловлена как внешними ситуационными факторами, так и внутренними детерминантами. Это может проявляться в виде чувства потерянности, беспомощности, эмоциональной нестабильности, изменений в поведении и мышлении.

Важно понимать, что личностный кризис является вызовом для личностного роста и развития. Он представляет возможность для переосмысления ценностей, установления новых приоритетов и перехода к новым уровням осознания и понимания себя. В этом процессе человек может обрести новые инсайты, расширить свою самоидентичность и сформировать более цельное и устойчивое "Я". С другой стороны – возможная длительная дезинтеграция и социальная деградация, потеря внутренних ориентиров и смысла существования. Кризисные периоды в жизни представляют возможность для роста и преобразования, и хотя они могут быть сложными и болезненными, они также могут стать фундаментом для нового начала и развития более цельной и аутентичной личности.

В области психологии, социологии, психиатрии, психотерапии и социальной работы существуют два противоположных мнения относительно кризисных явлений:

1. Кризисы являются источником непредсказуемого разрушения и не способствуют развитию личности. Согласно этому взгляду, кризисы рассматриваются как неблагоприятные события, которые вызывают деструктивные последствия и приводят к негативным последствиям для личности. Они рассматриваются как непредсказуемые и нежелательные ситуации, которые могут нарушить психическое и социальное благополучие

человека. В этом подходе акцент делается на преодолении кризиса и возвращении к прежнему состоянию стабильности и удовлетворения. Кризисы рассматриваются как нечто, что следует избегать и предотвращать, поскольку они представляют угрозу для психического благополучия и развития личности.

2. Личностное развитие является процессом смены качественно различных стадий, и кризисы и катастрофы являются неизбежными и необходимыми этапами этого процесса. Согласно этому взгляду, кризисы рассматриваются как естественные и неотъемлемые части жизни, которые представляют собой вызовы и возможности для развития и роста личности. Они рассматриваются как переломные точки, которые стимулируют самоосознание, пересмотр ценностей, изменение жизненных планов и преодоление ограничений.

Оба этих взгляда имеют свою обоснованность и находят свое отражение в различных теоретических и практических подходах. Важно понимать, что каждый кризисный опыт индивидуален, и его итоги зависят от множества факторов, включая личные ресурсы, поддержку окружающих, доступные возможности и контекстуальные условия. Подход к кризисам может быть индивидуальным и зависит от конкретной ситуации и потребностей человека.

При прохождении кризиса человек может переживать определенные физические и психологические нагрузки. Часто возникают сильные эмоциональные реакции, тревога и напряжение. Когнитивные аспекты опыта охватывают процессы мышления, осознания и восприятия, которые могут быть нарушены в период кризиса. Человек может испытывать дезориентацию, затруднения в принятии решений, перебои в памяти и концентрации. Работа над когнитивными аспектами включает переоценку и изменение негативных убеждений и мыслей, разработку новых стратегий решения проблем и улучшение способов адаптации к стрессу.

Все люди испытывают различные внешние и внутренние проблемы, которые могут быть эпизодическими или связанными с развитием или переходом от одной стадии жизненного цикла к другой. Хотя у человека есть много адаптивных средств для того, чтобы справиться с этими трудностями, неожиданное усиление таких воздействий или уменьшение способности управлять ими приводит к недостатку обычных защитных механизмов.

Решение личностного кризиса требует работы над собой, самоанализа, принятия и осознания своих эмоций и мыслей, а также возможностей для роста и развития. В целом, фокус на когнитивных аспектах и формировании социально приемлемого поведения помогает справиться с кризисными ситуациями, развить новые адаптивные ресурсы и способы реагирования на стресс. Профессиональная помощь психолога или психотерапевта может быть ценной в поддержке и направлении во время кризиса, помогая обрести новое понимание себя, принять изменения и разработать новые стратегии для перехода к новой фазе личностного развития.

Однако, только психотерапевтической помощи зачастую недостаточно.

Задача поддержки человека в психодуховном кризисе с помощью биологически активных добавок представляет собой актуальную тему, которая привлекает интерес и внимание людей уже на протяжении многих веков и в различных культурных традициях. Использование органических и неорганических веществ с целью решения проблем психологической нестабильности имело разную степень эффективности в зависимости от конкретной ситуации и индивидуальных особенностей человека.

Действительно, с помощью биологически активных веществ можно влиять на психологическое состояние человеческого организма – поддерживать или купировать проблематику, направлять движение кризиса и даже инициировать его. Работы Станислава Грофа подтверждают эти доводы<sup>[2]</sup>. Однако, исследования и применение таких психически активных веществ, как ЛСД, оказались тупиковыми и были запрещены в большинстве стран, в том числе и в России<sup>[3]</sup>.

Важно отметить, что ЛСД и большинство других психоактивных веществ классифицируются как запрещенные наркотики из-за своего потенциала для злоупотребления и негативных последствий.

Несмотря на это, интерес к исследованию и использованию психоактивных веществ в терапевтических целях не исчез. В последние годы проводятся исследования, фокусирующиеся на использовании других психоактивных веществ, таких как психоделики, природные растения и грибы с психоактивными свойствами, в медицинских и психотерапевтических целях. Эти исследования сосредоточены на потенциале таких веществ для лечения психических расстройств, снижения тревожности, повышения осознанности и повышения качества жизни<sup>[4]</sup>.

Важно отметить, что использование психоактивных веществ в медицинских или психотерапевтических целях должно осуществляться под строгим наблюдением и регулированием медицинских специалистов, с учетом индивидуальных особенностей пациента и соблюдением этических и юридических стандартов.

Сегодня мы наблюдаем ренессанс интереса к психоделическому и энтеогенному воздействию во всем мире. Это свидетельствует о том, что человечество активно ищет подходы к решению назревших психологических проблем и современные психологи и психотерапевты в ближайшее время могут столкнуться с клиентами, которые самостоятельно используют психически активные вещества разной природы с разными целями, но приводящие к одному результату – инициации личностного кризиса.

Появление и активные продажи многочисленных линий биологически активных добавок, специально разработанных для регуляции

психосоматического состояния человека, указывает на сформировавшийся и устойчивый спрос на коррекцию и улучшение своего душевного статуса.

На выставке Vitafoods Europe 2023 в Женеве были представлены основные тренды отрасли биологически активных добавок, которые характерны и для нашей страны. Прежде всего, производители биологически активных добавок (БАД) отмечают, что после пандемии ковида на первое место по потреблению вышли продукты, связанные с поддержкой ментального здоровья, снижением стресса, улучшением памяти и сна. Дело в том, что нарушение когнитивных функций стало одним из побочных эффектов коронавирусной инфекции. Кроме того, обстановка в мире продолжает оказывать стрессовое влияние на людей. В структуре продаж многих компаний, продающих БАДы, антистресс-продукты — лидеры продаж.

Давайте посмотрим на уровень базовых компонентов организма человека. Современный образ жизни, включая питание, может приводить к недостатку некоторых эссенциальных микроэлементов в организме. Рафинированные продукты, фильтрация воды, неполноценное питание с одной стороны и загрязнение окружающей среды, технологическая обработка пищи, массовое производство продуктов питания с использованием биотехнологий с другой стороны могут оказывать негативное влияние на поступление и усвоение микроэлементов.

Недостаток или избыток определенных микроэлементов в организме может повлиять на его функционирование и вызвать различные проблемы со здоровьем. Например, дефицит железа может привести к анемии, а избыток некоторых тяжелых металлов, таких как свинец или ртуть, приводит к патологии.

Важно понимать, что яркие, клинически видимые проявления дисбаланса эссенциальных микроэлементов наблюдаются при дефиците или избытке критического уровня – такая ситуация могла формироваться в течение длительного времени. В случаях субдефицита или незначительного превышения нормы концентрации микроэлементов симптомы будут незначительно проявлены и могут проходить незамеченными. Однако, именно такие симптомы со стороны центральной нервной системы могут быть идентифицированы как признаки личностного кризиса. Более того, на протяжении кризиса, в гиперстрессовых ситуациях, меняется уровень потребления микроэлементов. Для поддержки организма в проблемный период необходимо адекватное поступление эссенциальных веществ.

Для примера рассмотрим влияние всего лишь одного микроэлемента, лития, на функционирование центральной нервной системы

В организм человека и животных литий поступает преимущественно в составе растительных продуктов и с питьевой водой.

Ионы лития участвуют в метаболизме простых сахаров, обмене липидов и нуклеиновых кислот. Литий необходим для регулировки работы ряда ферментов, гормонов, витаминов, факторов роста. От иона лития зависят синтез нейромедиаторов, регуляция воспаления, обмен углеводов и жиров. Особо следует выделить роль лития в работе ЦНС (нейротрофическое, нейропротекторное, нормотимическое действие). От ионов лития, в частности, зависит активность 47 белков протеома человека и модуляция экспрессии 208 генов в коре головного мозга.

Основными источниками лития для человека являются питьевая вода и определённые растения (свёкла, морковь, репа, лепестки роз). Среди животных продуктов источником лития можно назвать почки (при условии, если животное получало достаточно лития с пищей). В связи с негативными изменениями рациона и снижением содержания лития в почвах в последние десятилетия поступление лития с пищей сокращается. Кофеин, газированные напитки, алкоголь, избыток поваренной соли, искусственные красители ускоряют выведение лития из организма. При использовании бытовых фильтров литий практически полностью удаляется из питьевой воды. В настоящее время имеет смысл рассматривать в качестве источников лития витаминно-минеральные комплексы.

В организме взрослого человека содержится около 70 мг лития. Концентрации лития в тканях возрастают в ряду волосы < легкие < сердце < кости < почки < печень < мозг. Концентрации ионов лития в биологических жидкостях организма (кровь, лимфа, ЦСЖ) не превышают 0,2 ммоль/л. Следует, однако, учитывать, что нормофизиологическое содержание лития в крови и в других тканях недостаточно исследовано, поскольку измерения концентраций лития практически всегда проводятся на фоне терапии препаратами лития. Для оценки литиевого гомеостаза организма обычно используется скорость натриево-литиевого противотранспорта в эритроцитах ( $\text{Na}^+/\text{Li}^+$  ПТ). Если скорость «вытекания» лития из эритроцитов превышает скорость вытекания ионов натрия, то это говорит о более быстром истощении динамического депо лития в эритроцитах. При этом, уровень лития в плазме крови повышается.

Дефицит лития, как правило, развивается по следующим причинам:

- Низкое содержание лития в питьевой воде;
- Генетическая предрасположенность к быстрому выводу лития из организма;
- Высокий уровень стресса;
- Редкое и недостаточное употребление растительных продуктов, которые являются пищевыми источниками лития: репа, свекла, морковь, кизил, варенье из роз;
- Употребление продуктов, вытесняющих литий из организма: кофеин, газированные напитки, алкоголь, искусственные красители;
- Избыточное употребление поваренной соли;
- Патологии почек.

Так как литий относится к микроэлементам, то его дефицит и субдефицит не имеют ярко выраженных специфических симптомов. В то же время, недостаточное поступление лития в организм человека создаёт предпосылки для серьёзных нарушений в работе организма человека или влияет на возникновение и развитие некоторых заболеваний:

- Недостаточная обеспеченность литием и магнием способствует дестабилизации настроения и повышению риска развития депрессии<sup>[5]</sup>
- Возрастает риск асоциального поведения, развития зависимостей различного вида (алкоголизм, наркомания, игромания), вплоть до суицидального поведения<sup>[6]</sup>.
- При концентрации лития в питьевой воде менее 5 мкг/л риск развития деменции увеличивается на 22%
- Внутриклеточный дефицит лития является фактором риска гипертонической болезни, сахарного диабета и избыточной массы тела.
- Исследования волос 8 000 пациентов показали, что низкие значения содержания лития в волосах (менее 0.015 мкг/г) ассоциированы с повышенным риском депрессии, ожирения, диабета, суицидального поведения, хронического стресса и артериальной гипертензии<sup>[7]</sup>

Ионы лития избирательно накапливаются в ЦНС, преимущественно в лобных долях. Литий влияет на экспрессию генов в коре головного мозга, необходим для поддержания роста клеточных структур коры головного мозга и биосинтеза

различных нейромедиаторов: ацетилхолина, энкефалинов, катехоламинов (в т.ч. допамина), серотонина и др. Ионы лития влияют на метаболизм и активность рецепторов ацетилхолина (в частности, на активность ацетилхолинэстеразы и на секрецию ацетилхолина в коре головного мозга)<sup>[8]</sup>, способствуют стабилизации мускариновых рецепторов ацетилхолина, регулируют активность мускариновых рецепторов и протеинкиназы С (в частности, в нейронах гиппокампа)<sup>[9]</sup>.

Литий участвует в регуляции уровня допамина, что позволяет использовать препараты лития для торможения симптоматики биполярного расстройства. Также, ионы лития модулируют активность рецепторов серотонина: активируют 5-НТ1А и 5-НТ1В рецепторы, проявляют ингибирующий эффект по отношению к 5-НТ(2В/2С) и 5-НТ(3) рецепторам. Литий способствует повышению концентрации Met-энкефалина в отделах головного мозга, отвечающих за поведение, эмоциональность речи и формирование условных рефлексов. Ионы лития воздействуют и на активность рецепторов других нейротрансмиттеров: повышают уровни рецепторов ГАМК, тормозят формирование зависимости от каннабиноидов<sup>[10]</sup>, что позволяет использовать их в терапии химической зависимости. Иными словами, литий воздействует на эмоциональный фон, активность нервной системы, сглаживает нежелательную психомоторную активность, снижает риски формирования различных зависимостей, агрессивного или суицидального поведения.



Ионы лития необходимы для роста и развития нейронов; литий также участвует в поддержке выживания нейронов в условиях стресса. Нейротрофические и нейропротекторные свойства ионов лития реализуются посредством активации нейротрофического каскада Wnt, регулирующего деление и рост клеток<sup>[11]</sup>. Литий стимулирует дифференциацию клеток-предшественников нейронов, дифференцировку астроцитов, повышает продукцию миелина, поддерживает жизнеспособность нейронов, экспрессию BDNF (мозговой нейротрофический фактор).

Литий чрезвычайно важен для восстановления мозговых функций при нейродегенеративных заболеваниях и других проблемах. Терапия литиевыми препаратами у пациентов с нейродегенеративными заболеваниями вызывает увеличение объема серого вещества<sup>[12]</sup>. Аскорбат лития и цитрат лития повышают выживаемость нейронов в условиях слабого, умеренного и сильного глутаматного стресса, который возникает при нейродегенеративных и ишемических повреждениях мозга. Воздействие лития на уровни инозитолмонофосфатов способствует нейропротекции и защищает клетки от нейротоксического действия метамфетамина. Литий тормозит нейротоксичное действие бета-амилоида в нейронах посредством активации аутофагии (т.е. процесса переработки дисфункциональных молекул белков внутри клетки), что важно в терапии нейродегенеративных заболеваний.

Препараты лития в разных формах применяются в психиатрии, неврологии, реже – в трансплантологии и онкологии (для борьбы с последствиями химиотерапии). Также литий находит применение в офтальмологии и для борьбы с ожирением.

- При биполярном расстройстве соли лития являются терапией первой линии. Используют более десяти солей лития (карбонат, цитрат, хлорид, сульфат, лактат, салицилат, аскорбат, орорат).
- Для лечения алкогольной, наркотической зависимости применяют аспартатиорорат лития.
- При обсессивно-компульсивном расстройстве у пациентов, устойчивых к стандартной терапии, соли лития уменьшают выраженность симптомов.
- Для борьбы с игроманией и при других болезнях зависимости применяют карбонат и аскорбат лития.
- Для лечения депрессии. Микродозы аскорбата лития приводят к регрессу проявлений депрессии, улучшению когнитивных функций, улучшению настроения, повышению активности и работоспособности.
- С целью снижения психопатологических последствий приема амфетаминов: суицидального поведения, маниакального поведения<sup>48</sup>, гиперактивности.
- В неврологии для профилактики и лечения ишемии головного мозга и нейродегенеративных заболеваний.

- Гематология - в лечении нейтропении при миелосупрессорной химиотерапии.
- В трансплантологии – при трансплантации костного мозга.
- Для борьбы с ожирением: аскорбат лития в физиологических дозах способствует снижению веса у пациентов с избыточной массой тела. Дотации лития способствуют нормализации выработки «гормонов похудения» – адипонектина, лептина и ИФР-1. Изучаются возможности применения лития для замедления болезни Альцгеймера, при болезни Хантингтона, синдроме Туретта.

В рамках этой статьи мы не будем подробно рассматривать последствия избыточного поступления лития в организм человека, однако следует отметить, что повышение концентрации лития в организме чревато весьма серьезными негативными последствиями вплоть до летального исхода. Бесконтрольный прием препаратов лития опасен для здоровья и жизни!

Неблагоприятные последствия для здоровья вследствие избыточного поступления в организм и накопление в нем могут вызвать и другие микроэлементы и даже витамины. По этой причине бесконтрольный прием как монопрепаратов, так и биологически-активных комплексов (мультивитаминные препараты, например) могут принести вред здоровью человека. Об этом необходимо знать и обеспечить клиенту мониторинг и консультационную поддержку.

На примере влияния лития на деятельность ЦНС и психический статус человека становится понятно, что роль микроэлементов и витаминов в поддержке человека в момент личностного кризиса может быть весьма значима. Современные методы диагностики позволяют достаточно легко выявить содержание микроэлементов и витаминов в организме. Есть клинически подтвержденные референтные значения, скрининг и мониторинг показателей не составляет труда. Возможно, в клинической психологии и психиатрии роль микроэлементов и витаминов учитывается при коррекции психологических проблем пациентов, но широко доступных данных по этому поводу мы не видим.

Мы уверены, что в обозримом будущем для клиентов, испытывающих трудности при прохождении личностного кризиса, будут созданы специально разработанные программы комплексного медицинского обследования (check up, чек ап). Они включают в себя методы лабораторной, инструментальной и функциональной диагностики. Благодаря чек апу становится возможным получить информацию о состоянии здоровья организма всего за несколько дней. При выявлении каких-либо отклонений от нормы в ходе обследования, специалисты направляют пациента на дополнительную диагностику или сразу назначают коррекцию.

Более того, не за горами возможность подбора и формирования индивидуальной программы коррекции, персональной «пилюли» эмоциональной стабильности.

Важно отметить, что использование биологически активных добавок для поддержки психического здоровья требует осознанного и ответственного подхода. Регуляция психосоматического состояния с помощью нутрицевтиков может быть полезным инструментом, однако необходимо учитывать индивидуальные особенности, состояние здоровья и консультироваться с квалифицированными специалистами.

При этом надо понимать, что большинство врачей расценивают личностный кризис как патологию и склонны решать проблему в рамках ее купирования с целью возврата в исходное состояние. В редких случаях пациенту, обратившемуся к врачу с задачей помочь найти выход из личностного кризиса будет предложен подход, заключающийся в развитии ситуации с целью выхода на новый уровень и этап жизни.

Сформировалось и активно развивается новое научное направление, занимающееся изучением функциональных, метаболических, гигиенических и клинических аспектов взаимодействия питательных веществ и их влияния на организм – нутрициология. В перспективе комплексный подход нутрициолога и психотерапевта позволит решить задачу поддержки организма человека во время личностного кризиса на ином, гораздо более качественном уровне.

Интегративный подход (от латинского *integratio* – восстановление, *integer* – целое) нами разрабатывается более 30 лет. При первом приближении понятие интеграции мы можем раскрыть как объединение каких-либо элементов в целое, взаимопроникновение, процесс взаимного сближения и образования взаимосвязей между компонентами определенной системы [14].

Интеграция в широком смысле является процессом объединения ранее различных частей и элементов в целостную систему. Она может происходить как в рамках уже существующей системы, улучшая ее целостность и организованность, так и при формировании новой системы из ранее несвязанных элементов.

Интегративный подход в психологии направлен на создание интегративных и интенсивных психотехнологий. Они не отрывают человека от материального мира, а наоборот, повышают его адаптивность и эффективность в каждой конкретной жизненной ситуации. Эти психотехнологии предоставляют возможность объединить и согласовать различные аспекты личности и опыта, а также активизировать ресурсы и потенциалы, чтобы достичь лучших результатов и более гармоничного функционирования. Они помогают человеку лучше понимать себя, управлять своими эмоциями и мыслями, развивать личностные качества и достигать своих целей в жизни.

В то же время, важно сохранять простоту и эффективность в процессе коррекции клиента во время личностного кризиса. Излишняя сложность и перегрузка терапевтическими элементами могут затруднить понимание и принятие изменений, а также увеличить нагрузку на клиента.

Индивидуальный подход является ключевым в поддержке человека в личностном кризисе. Учет уникальных потребностей, ценностей и особенностей клиента позволяет разработать наиболее подходящую и эффективную стратегию коррекции [15]. Это может включать выбор оптимального количества специалистов, чтобы обеспечить достаточную поддержку и ресурсы без излишней сложности и ненужных вмешательств.

Минимизация числа специалистов также может способствовать созданию более доверительной и интимной атмосферы, где клиент может свободно выражать свои мысли и эмоции. Это помогает установить глубокую и эмоциональную связь между клиентом и терапевтом, что является важным фактором в процессе изменения и роста.

В целом, упрощение и индивидуальный подход способствуют более эффективной и устойчивой поддержке клиента в личностном кризисе, позволяя ему обрести новое понимание, принять себя и преодолеть трудности с оптимальной нагрузкой.

Психологу полезно иметь базовые знания о влиянии биологически активных веществ на психическое состояние клиента. Это может помочь понять возможные эффекты и риски, связанные с использованием таких веществ, и сделать более информированные рекомендации или оценки в контексте психологической поддержки.

Психолог может сотрудничать с клиентом и консультировать его относительно психологических аспектов связанных с использованием биологически активных веществ, помогать в осознании мотивации и целей клиента, а также обсуждать возможные побочные эффекты или взаимодействие с другими аспектами психологической поддержки.

В случае, если психолог замечает, что клиенту требуется более специализированная медицинская помощь в связи с использованием биологически активных веществ, он может рекомендовать обратиться к медицинскому специалисту для более глубокого анализа и регулирования применения таких веществ.

Исходя из вышесказанного можно сделать следующие выводы:

1. Личностный кризис может сопровождаться дисбалансом микроэлементов, витаминов, биологически активных веществ в организме
2. В интегративном подходе, включающем психотерапию, социальную поддержку, изменение образа жизни, при помощи биологически активных веществ возможно инициация личностного кризиса, коррекция его развития и поддержка его благоприятного разрешения.

3. Обучение психологов применению биологически активных веществ в психокоррекции может быть полезным, чтобы расширить их набор инструментов и подходов с целью эффективного разрешения личностного кризиса клиента.
4. Внедрение интегративного подхода в применении биологически активных добавок является важным аспектом для обеспечения эффективности и безопасности их использования. Это включает учет множественных факторов, таких как состояние здоровья, дозировка, взаимодействие с другими лекарствами и индивидуальные особенности клиента. Интегративный подход помогает создать более целостный и индивидуально-ориентированный подход к психокоррекции.

### **Список литературы:**

1. Козлов В.В. Психология кризиса. Монография – М.: Институт консультирования и системных решений, 2014. С. 10
2. Grof S. 1980. LSD Psychotherapy. Pomona, Cal.: Hunter House;
3. Постановление Правительства Российской Федерации от 30 июня 1998 г. № 681 «Об утверждении перечня наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями)
4. LSD & Psilocybin-Assisted Therapy for Anxiety. Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies - MAPS.
5. Yary T, Lehto SM, Tolmunen T, Tuomainen TP, Kauhanen J, Voutilainen S, Ruusunen A. Dietary magnesium intake and the incidence of depression: A 20-year follow-up study. *J Affect Disord.* 2016;193:94-98.
6. Торшин И.Ю., Сардарян И.С., Громова О.А., Расташанский В.А., Федотова Л.Э. Хемореактомное моделирование эффектов аскорбата, никотината, оксибутирата, комената и карбоната лития. *Фармакокинетика и фармакодинамика.* 2016;3:47-57
7. Zaitseva IP, Tinkov AA, Berezkina ES., Grabeklis AR. The influence of physical activity on hair toxic and essential trace element content in male and female students. *Biol Trace Elem Res.* 2015 Feb;163(1-2):58-66. doi: 10.1007/s12011-014-0172-8.
8. Hillert MH, Imran I, Zimmermann M, Lau H, Weinfurter S, Klein J. Dynamics of hippocampal acetylcholine release during lithium-pilocarpine-induced status epilepticus in rats. *J Neurochem.* 2014;131(1):42-52.
9. Creson TK, Austin DR, Shaltiel G, McCammon J, Wess J, Manji HK, Chen G. Lithium treatment attenuates muscarinic M(1) receptor dysfunction. *Bipolar Disord.* 2011;13(3):238-249.
10. Basselin M, Chang L, Bell JM, Rapoport SI. Chronic lithium chloride administration attenuates brain NMDA receptor-initiated signaling via arachidonic acid in unanesthetized rats. *Neuropsychopharmacol* 2006;31(8):1659-74.

11. Пронин АВ, Громова ОА, Торшин ИЮ и др. О нейропротективных свойствах солей лития в условиях глутаматного стресса. Неврология, нейропсихиатрия, психосоматика. 2017;9(3):111–119.

12. LyooJK, DagerSR, KimJE, YoonSJ, FriedmanSD, DunnerDL, RenshawPF. Lithium-induced gray matter volume increase as a neural correlate of treatment response in bipolar disorder: a longitudinal brain imaging study. Neuropsychopharmacology. 2010 Jul;35(8):1743-50.

13. Козлов В.В. Психология кризиса. Монография – М.: Институт консультирования и системных решений, 2014. С. 61

14. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.

15. Козлов, В. В. Современная личность: самоактуализация и самореализация / В. В. Козлов. – Ярославль : демидо, 2023. – 336 с. – ISBN 978-5-7312-0411-8.

16. Козлов, В. В. Психология дыхания, музыки и движения : Монография / В. В. Козлов. – Издание 3-е, дополненное и расширенное. – Ярославль : РПФ "Титул", 2019. – 196 с.

17. Козлов, В. В. Организационная культура / В. В. Козлов, Ю. Г. Одегов, В. Н. Сидорова. – Москва : Компания КноРус, 2013. – 272 с. – ISBN 978-5-406-02468-3.

**Канжоури Х.**

## **ИНТЕГРАЦИЯ ВЫНУЖДЕННЫХ ПЕРЕСЕЛЕНЦЕВ В СОВРЕМЕННОМ ГЕРМАНСКОМ ОБЩЕСТВЕ: О ЧЕМ УМАЛЧИВАЕТ СИСТЕМА?**

### **Аннотация**

Автор статьи пишет о наблюдаемых ею ситуациях, с которыми сталкиваются вынужденные переселенцы ежедневно, об их непризнанности, искусственно занижаемой значимости их роли в формировании социального пространства в принимающей стране; о том, что вынужденные переселенцы рассматриваются в рамках социально-экономической системы только как рабочий ресурс. При этом, если бы социальная система учитывала также духовную составляющую привнесенных переселенцами ресурсных компонентов, и делала акцент (в принятом в Германии сценарии интеграции вынужденных переселенцев) на психоэмоциональной составляющей адаптации, то и адаптация на трудовом рынке проходила бы с большим успехом. Механизмы адаптации, влияющие на интеграцию, автор рассматривает с точки зрения интегративной психологии (В.В.Козлов).

**Ключевые слова:** интеграция, адаптация, социальная система, беженство, миграция, духовный аспект в психологии адаптации

### **Abstract**

The author of the article writes about the situations she observes that refugees face on a daily basis, about their lack of recognition, the artificially underestimated importance of their role in shaping the social space in the host country; that forced migrants are considered within the framework of the socio-economic system only as a working resource. At the same time, if the social system also took into account the spiritual component of the resource components introduced by the migrants, and emphasized (in the German refugee integration scenario) the psycho-emotional component of adaptation, then the adaptation in the labor market would be a great success. The mechanisms of adaptation that affect integration are considered by the author from the point of view of integrative psychology (V.V. Kozlov).

**Keywords:** integration, adaptation, social system, refugee, migration, spiritual aspect in the psychology of adaptation

Большинство вынужденных переселенцев выехавших в Европу, оседает в Германии [1], их количество на территории Германии, согласно официальным статистическим данным, превышает 1,1 млн человек [3], [2]. При этом, каждый второй вынужденный переселенец (44%) в перспективе хотел бы остаться в Германии [6], в основном в Германии находятся женщины (основная возрастная группа от 28 до 85 лет) и дети [4].

Статьи по теме беженства в немецком информационном пространстве посвящены различным проблемам: рынку труда и экономике страны, тому, сколько человек планирует остаться в Германии в перспективе (когда непосредственная угроза войны будет в прошлом), и т.д. [5], [9]. О том, что структура демократического общества принимает новые формы, написаны научные статьи [7], [8], но нет материалов, посвященных аспектам адаптации, связанным с самими людьми и их самочувствием – телесным, эмоциональным, с состоянием их разума и души. Духовный аспект и мировоззренческие особенности, которые по нашему мнению, являются важнейшим "строительным материалом" для выстраивания соответствующих новому времени и новым потребностям не только социально-экономического и политического, но и современного социально-культурного пространства, не принимаются во внимание.

Наша профессиональная деятельность в качестве переводчика и сопровождающего лица для вынужденных переселенцев (большая часть – это въехавшие в Германию после начала военных действий в Украине), проходящая на территории административного округа Мюнстерланд (Мюнстерланд расположен на северо-западе Вестфалии, в земле Северный Рейн-Вестфалия; численность населения превышает 1,6 миллиона человек), в городе Мюнстер с населением в 270000 граждан, где в настоящее время (данные на 13.02.2023) проживают 3370 военных беженцев из Украины ([https://www.bezreg-muenster.de/de/ordnung\\_und\\_sicherheit/fluechtlinge/ukraine/index.html](https://www.bezreg-muenster.de/de/ordnung_und_sicherheit/fluechtlinge/ukraine/index.html)), связана с сопровождением переселенцев в социальных и образовательных учреждениях

различного уровня. Наша деятельность позволила нам наблюдать механизмы адаптации (как предложенные переселенцам, так и стихийно формирующиеся), с помощью которых на начальном этапе выстраивается конструкция интеграции переселенцев в новое социальное пространство, на практике.

Мы наблюдаем, что переселенцы, оказавшись в новой стране, в новом обществе, в котором социальная и образовательная сферы развиваются, ориентируясь на потребности членов этой системы (это касается как тех, кто оказывает социальные и образовательные услуги, так и тех, кто этими услугами пользуется), не всегда чувствуют собственную значимость (собственную нужность и важность в качестве частицы немецкого общества, значимого элемента социальной, политической, экономической систем). В частности, это происходит потому, что опорные лица, сопровождающие переселенцев, не всегда транслируют отношение к своим подопечным как к значимым людям.

Для переселенцев, оказавшихся в новых условиях и незнакомых с законодательством и укладом жизни Германии, одним из важнейших сигналов со стороны опорных лиц является искреннее понимание, сочувствие, уважение и небезразличие к их жизни. При наличии этих сигналов у вынужденного (впрочем, и у добровольного) переселенца появляется возможность “расправить плечи” – избавиться от страха и неуверенности, – а впоследствии расправить и “крылья” (развиваться, реализовываться). При наличии мотивации, интереса к новым социальным условиям, наличию цели (например, получить образование) – у переселенцев появляется возможность интегрироваться в окружающую социальную среду, вырасти в контексте реальных жизненных событий.

По нашему опыту, искреннее участие сопровождающего лица, объяснение уклада и правил новой социальной среды, зачастую, для новоприбывших важнее, чем дополнительные денежные выплаты или бесплатная подаренная одежда. Приведем в пример конкретный случай: наше объяснение по поводу некоторых изменений, делающих самопрезентацию более эффективной (конкретно, предложение изменить подпись на написание имени и фамилии вместо богатого завитушками росчерка, дополнительно к которому каждый раз требовалось дополнительное указание имени и фамилии, по причине невозможности её идентификации, или, точнее сказать, – соотнесения этого росчерка с конкретной личностью, – или рекомендация изменить адрес электронной почты с „,leto.girl1345@gmail.com“ на более нейтральный формат имя\_фамилия@gmail.com, что упрощает коммуникацию в рамках бюрократических аспектов повседневной жизни, – были восприняты как нечто совершенно новое и ценное, хотя в Германии это относится к стандарту.

Как и другое объяснение (приведем снова конкретный пример) того, почему, хотя это очень неудобно, большинство из нас носит с собой папки формата А4. Дело в том, что здесь не принято сворачивать официальные документы пополам или в четверть (это воспринимается очень болезненно как несерьезное отношение к документам и делопроизводству – образно говоря, –



это “кинжал, вонзенный в сердце бюрократа”). На основе приведённых примеров, заметим, что адаптация становится новым образом жизни на этапе после вынужденной смены места проживания, а новый образ жизни подразумевает овладение новыми навыками, в том числе и навыками самопрезентации.

Эффективно проживать новый этап жизни, ориентируясь на несоответствующие ему представления об окружающей социальной среде, просто невозможно, – так же, как и используя навыки и механизмы, не соответствующие условиям социальной действительности.

Что необходимо для обретения новых навыков? Во-первых, взаимодействие между вынужденными переселенцами и окружающей средой, причем – взаимодействие, основанное на объективном восприятии, которое на начальном этапе происходит через поддерживающие элементы системы – социальных работников, сопровождающих лиц, переводчиков. Именно они обеспечивают на первоначальном этапе взаимодействие между переселенцами и принимающим обществом. Какие качества улучшают этот факт взаимодействия? Со стороны переселенцев – это, в первую очередь, готовность к изменениям, открытость, интерес и любопытство, самодостаточность и внутриличностная целостность, доброжелательность, отсутствие тревожности или её низкий уровень. Со стороны же представителей принимающего общества: доброжелательность, которая исходит из ощущения собственной внутриличностной целостности и ощущения стабильности (в частности, экономической, когда переселенец не воспринимается как претендент на существующее рабочее место), чувство такта, эмпатия, дружелюбие и способность считывать телесные и эмоциональные реакции, как показатель характера проживания переселенцем текущего момента.

Мы предполагаем, что развитие перечисленных качеств у переселенца – взрослого, ребёнка или подростка, – может обеспечить комфортную интеграцию в новую среду. Это своего рода „минимальный пакет“ для доступа к социальной среде и возможности начать с ней взаимодействовать. Также мы позволим себе заявить, что эти приобретённые, а иногда даже „выстраданные“, навыки, обретение коих требует приложения усилий со стороны переселенца, инвестиции времени – они являются, причём с самого момента возникновения, или их обретения – ресурсом, который система, то есть принимающее общество, использует для своего развития. Иными словами, переселенец, отдельный индивид, проходит трансформацию, работает над собой, чтобы получить доступ к социальной среде, он радуется своим первым успехам, но, как правило, видит свою роль на этом этапе как очень незначительную, не подозревая, что, совершая усилия над собой, стремясь влиться в определённый социальный слой, он, тем самым, привносит в неё дополнительный ресурс (труд, квалификацию, мировоззренческие особенности и т.д.), который будет использован на развитие этой социальной системы. И совершенно не очевидно, что это развитие принесёт ему конкретную мгновенную пользу (например, быстрое вознаграждение, своеобразный "сбор урожая" сразу после приложенных усилий,

– например, денежные вознаграждения, премии или более высокая оплата в рамках их трудовой деятельности); он радуется пройденной трансформации и полученному доступу к определенным уровням социальной системы: например, после соблюдения всех формальностей допуск к курсам изучения языка, или же после постановки на учёт – возможности проживать в общежитии. Переселенец не замечает, как правило, негуманности социальной системы, которая не придаёт значимости факту вливания нового ресурса – человека со всеми его навыками – в общее поле социальной действительности.

Интеграция – это взаимопроникающий процесс, когда новый индивид и окружающая среда, даже если это на первый взгляд неочевидно, обмениваются ресурсами. Так, только на первый взгляд принимающая сторона (общество принимающей страны) предоставляет ресурсы в виде материальных благ (“дающая” сторона), а вынужденные переселенцы являются “берущей” стороной, на чем очень охотно фокусируют внимание различные социально-политические движения, которые охотно используют категорию „переселенцы“ в конструкциях политических игр. В реальности, вынужденные переселенцы являются носителями необходимых принимающей стороне ресурсов.

Они – вынужденные переселенцы – не подозревают, что являются мощнейшей движущей силой, которая будет развивать экономику принимающей стороны, оказывать влияние на социальную систему общества, будет воздействовать на движение вперёд и вверх кривой, отражающей демографическую ситуацию в статистических отчётах последующих десятилетий. Причиной этих положительных изменений неизбежно станут оставшиеся в стране молодые женщины, реже – пары, которым просто некуда возвращаться, потому что их жизненное пространство на родине разрушено, а партнёр, с которым они связали свою жизнь (речь идёт о молодых женщинах), возможно, погиб. Для пар, которым некуда возвращаться, ситуация выглядит похоже – им необходимо начинать выстраивать вдали от родины “новое здание” своей жизни. Дети, выросшие здесь, вольются в трудовой рынок, принесут пользу в области науки и культуры; несовершеннолетние подростки, что находятся на территории Германии без родителей, получают образование и (после 5-6 лет на новом месте) будут идентифицировать себя с местным населением. То есть, дети, подростки, их матери (реже – отцы), которые сейчас ощущают себя иждивенцами, просящей стороной, которые благодарят тысячи раз за предоставленные подержанные вещи (конечно же, благодарить за каждый выплаченный евро, поддержку, предоставленную возможность нужно, это и отличает человека, живущего созвучно гуманистическим принципам, однако, благодаря, важно также уметь видеть собственную ценность), не способны увидеть себя в качестве одного из важнейших ресурсов капиталистического рынка и социального пространства европейской страны. Нередко вынужденные переселенцы становятся “пешками” в играх политических течений, которые определяют их в качестве негативного компонента процесса развития общества, они используют их для создания отталкивающих образов и стараются

обозначить их как виновников негативных социальных процессов в глазах местного населения.

И хотя сами переселенцы не осознают всех аспектов своей роли в новом обществе, а общество и социальная система не признают их значимости, – они являются одними из главных элементов “на сцене политической борьбы”, одними из важнейших движущих компонентов в процессе, в котором антагонистические силы борются за власть и ресурсы.

Поэтому готовность к трансформации при ощущении себя целостной личностью – это, по нашему мнению, является единственно правильным самоощущением вынужденного переселенца при совершении необходимых действий в процессе интеграции, которые удовлетворяют как потребности общества, так и его нового члена, встраивающегося в поле социальной жизни.

Социальной системе необходимо признать значимость вклада вынужденных переселенцев в её развитие. Она должна не только “вбирать в себя” ресурс, который приносит каждый переселенец как компонент системы – мотивацию, усилия, затраченные на трансформацию себя и создание материальных благ и сами материальные блага, – она должна (через своих представителей, социальных работников и служащих различных организаций) транслировать понимание роли новой группы граждан – как самим этим гражданам, так и обществу в целом, придавать им объективную значимость, не умалчивать о роли каждого отдельного индивида, и не транслировать новому члену общества фальшивую констатацию, ложную формулировку понимания его роли: вопреки сложившимся стереотипам, этот новый член общества не “берет”, не “использует” ресурсы системы, чтобы интегрироваться в нее и “пользоваться”, ничего не давая взамен, её возможностями, – он строит эту систему, вкладывая в её создание свои ресурсы – время, энергию, здоровье, убеждения, образование, опыт работы и многое другое – являясь, по сути, не потребителем её социальных продуктов, а, – наравне с другими членами принимающего общества, – её творцом.

Таким образом, взаимообмен ресурсом (физическим, мировоззренческим, материальным) между переселенцем и социальными структурами, даже если на этом не заостряется внимание официальных структур и их представителей, – присутствует. И на основе этого взаимообмена выстраиваются отношения не только внутри принимающей страны, но и в глобальном мировом пространстве.

## **Литература**

1. Deutschland beherbergt die meisten Ukraine-Flüchtlinge In Deutschland leben momentan 1,07 Millionen Geflüchtete aus der Ukraine. Das ist mehr als in jedem anderen EU-Land. – [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://www.zeit.de/gesellschaft/zeitgeschehen/2023-05/ukraine-fluechtlinge-gefluechtete-deutschland>

2. Flüchtlinge aus der Ukraine in Deutschland. – [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://mediendienst-integration.de/migration/flucht-asy/ukrainische-fluechtlinge.html>

3. Gesamtzahl der offiziell gezählten Kriegsflüchtlinge aus der Ukraine in Deutschland von März 2022 bis Juni 2023. – [Электронный документ]. – Режим доступа:

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1294820/umfrage/kriegsfluechtlinge-aus-der-ukraine-in-deutschland/>

4. Gesellschaft – [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://www.destatis.de/DE/Im-Fokus/Ukraine/Gesellschaft/inhalt.html>

5. Integration von Flüchtlingen. – [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://www.uno-fluechtlingshilfe.de/hilfe-weltweit/perspektiven-schaffen/integration>

6. Knapp jeder zweite Geflüchtete aus der Ukraine will bleiben. – [Электронный документ]. – Режим доступа: [https://www.zeit.de/gesellschaft/2023-07/ukraine-krieg-gefluechtete-zuwanderung-deutschland?utm\\_referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F](https://www.zeit.de/gesellschaft/2023-07/ukraine-krieg-gefluechtete-zuwanderung-deutschland?utm_referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F)

7. Korte K.-R. Flüchtlinge verändern unsere Demokratie // Zeitschrift für Politikwissenschaft. – 2016. – № 26. – Pp.87-94

8. Merkel W. (Hrsg.). Ist die Krise der Demokratie eine Erfindung? In Demokratie und Krise // Zum schwierigen Verhältnis von Theorie und Empirie. – 2015. – Pp. 473–498

9. Wie Geflüchtete in Deutschland integriert werden sollen. – [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://www.deutschlandfunk.de/ukraine-fluechtende-arbeitsmarkt-integration-sonderstatus-100.html>

**Карпов А. А.**

## **К ПРОБЛЕМЕ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СОСТАВА КОГНИТИВНЫХ ОПЕРАЦИЙ**

*Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 21-18-00039, <https://rscf.ru/project/21-18-00039/>*

Аннотация. Представлены материалы, раскрывающие специфику установления операционного состава когнитивных процессов. Дана характеристика основных когнитивных операций. Показано, что одним из наиболее конструктивных средств определения их операционного состава является применение методологических основ метасистемного подхода, а также использование известной в общей и когнитивной психологии дихотомии психических процессов на «первичные» (когнитивные) и «вторичные» (метакогнитивные). Сформулированы положения о существовании микроопераций, мезоопераций и макроопераций.

Ключевые слова: когнитивные процессы, метакогнитивные процессы, интеллект, метасистемный подход, критерий-дискриминатор, микрооперации.

Abstract. The article presents materials that reveal the specifics of establishing the operational composition of cognitive processes. The characteristics of the main cognitive operations are given. It is shown that one of the most constructive means of determining their operational composition is the application of the methodological foundations of the metasystem approach, as well as the use of the dichotomy of mental processes known in general and cognitive psychology into “primary” (cognitive) and “secondary” (metacognitive). The provisions on the existence of micro-operations, meso-operations and macro-operations are formulated.

Key words: cognitive processes, metacognitive processes, intelligence, metasystem approach, discriminator criterion, micro-operations.

## I

В современной общей и когнитивной психологии, наряду с широким спектром задач и проблем, особое место занимает одна из наиболее важных и, в то же время наиболее острых, даже – определяющих, но одновременно и наиболее сложных среди всех них. Она может быть эксплицирована посредством применения методологии одного из постнеклассических вариантов системного подхода в психологии – *метасистемного*, предполагающего, в частности, описание уровненой дифференциации психических процессов, базирующейся, на общесистемном *критерии-дискриминаторе*, имеющем пять основных значений: метасистемное, системное, субсистемное, компонентное, элементное (см. обзор в [Карпов А. А., 2018; Карпов А. А., 2021; Карпов А. А., Карпов А. В., 2015; Карпов А. В., 2021; Карпов А. В., 2015; Карпов А. В., 2011; Карпов А. В., Карпов А. А., Маркова Е. В., 2016]). Сущность обозначенной выше проблемы, составляет содержание главного и наиболее трудного теоретического вопроса в исследовании психических процессов (когнитивных и метакогнитивных) с использованием концептуальных основ метасистемного подхода. Правомерно ли рассматривать в качестве элемента, то есть образования относительно наиболее простого – именно элементарного характера такие сложнейшие сущности, каковыми и выступают основные когнитивные процессы в целом, а также мышление и память, в особенности? И напротив, рассматривать в качестве содержания компонентного уровня – параметры метакогнитивной сферы личности? В действительности, полагаем, именно таковая трактовка и заключена в известной – основополагающей для всего метакогнитивизма дихотомии психических процессов на «первичные» (не метакогнитивные) и «вторичные» (метакогнитивные). В результате этого и дифференцируются два указанных класса процессов, а сами метакогнитивные процессы обретают специфичность своего статуса и качественное своеобразие своего содержания. Кроме того, именно такая трактовка очень хорошо – полно и явно отвечает самой сути критерия-дискриминатора в целом и тех соотношений, который предписываются им для определения характера связей компонентного и элементного уровней. Действительно, предельно понятно, что любой «вторичный» процесс не может состоять ни из чего иного кроме именно своих «составляющих» – частей, то есть из «первичных» процессов. И наоборот, сами «первичные» процессы

составляют, согласно данной трактовке, «первичную» основу, то есть элементную базу для формирования на их основе «вторичных», то есть метакогнитивных процессов. Попытка опровергнуть такую трактовку – во многом, означает ставить под сомнение, фактически, все основное содержание самой метакогнитивной психологии. Речь поэтому должна идти вовсе не о таком «опровержении», а о том, чтобы попытаться углубить и конкретизировать эти представления, содействовать тем самым преодолению этой – действительно, существенной и острой теоретической трудности. На наш взгляд, в этом плане могут быть сформулированы следующие положения, содействующие решению данного вопроса. Прежде всего, необходимо зафиксировать одно из наиболее общих и важных положений, сформулированных в теории психических процессов, но обычно не учитываемых в исследованиях, выполненных в метакогнитивной психологии. Оно состоит в том, что любой процесс как таковой – это, прежде всего, упорядоченная во времени последовательность некоторых основных этапов, «временных составляющих». Иначе говоря, это определенная – собственно временная организация. Подчеркнем также, что базовой – исходной и наиболее специфичной для любого процесса формой его существования является именно его «первичная», то есть собственно процессуальная форма. Она же одновременно выступает и относительно наименее сложной, точнее – наименее структурно-организованной, чем все остальные. Однако она же является и наиболее полным и явным воплощением качественной определенности любого процесса, в особенности – когнитивного. В силу этого, по отношению к анализу сформулированного выше вопроса должна быть привлечена именно эта – исходная, но одновременно и основная, атрибутивная присущая им форма организации «первичных» психических процессов.

## II

Вследствие этого, возникает следующий вопрос: что именно составляет основу – специфическое содержание этой «первичной формы» самих «первичных» процессов? Что именно выступает носителем качественной определенности того или иного процесса, а одновременно – и критерием их качественной специфичности по отношению друг к другу? Что вообще образует – конституирует их собственно процессуальное содержание? Благодаря чему они вообще и существуют именно как процессуально-психологические образования? Как известно, в теории психических процессов сформулировано вполне определенное и всесторонне обоснованное решение данного вопроса, состоящее в следующем. Качественная определенность любого психического процесса, а одновременно – и его специфичность по отношению ко всем иным процессам, обусловлена наличием у него собственного *операционного состава*. Для каждого из них существует своя особая совокупность такого рода операций. Она, с одной стороны, придает им качественную определенность и вообще – конституирует их. С другой стороны, она обуславливает их качественную специфичность по отношению ко всем иным процессам. С этой точки зрения качественная определенность того или иного процесса и содержание его операционного состава – это вообще взаимополагаемые их атрибутивные

особенности. Таким образом, можно видеть, что анализ основного рассматриваемого вопроса с необходимостью приводит к понятию *операций* (и, соответственно, к понятию операционного состава) как тому объяснительному средству, которое, возможно, будет содействовать его решению. В самом деле, понятия операций и операционного состава, с одной стороны, и понятие психических процессов (особенно – когнитивных), с другой, практически взаимопологаемы друг другу. Более того, они, по существу, взаимовыводимы друг из друга. Раскрыть сущность того или иного психического процесса – во многом и означает раскрыть и объяснить его операционный состав (как в аспекте его содержания, так и в аспекте его временной организации, то есть в плане его именно временного, собственно процессуального развертывания). Причем попытка установления операционного состава психических процессов, очевидно, представляет собой один из наиболее перспективных вариантов их исследования, что, в частности, стало предметом изучения в некоторых наших предыдущих работах [Карпов А. А., 2018; Карпов А. А., 2021]. Вместе с тем, именно этот вполне обоснованный и, на первый взгляд, «простой и понятный» вывод об установлении операционного состава вплотную подводит к еще одной – уже значительно менее ясной и разработанной в настоящее время проблеме. Он, повторяем, заставляет обратиться к такому понятию, которое является не только одним из наиболее важных и даже фундаментальных для психологии, но и достаточно разработанных – к понятию операций. В действительности, данное понятие не только предполагает, но и требует своего дальнейшего изучения, своей конкретизации и спецификации. Оно, несмотря на определенное внимание к нему, пока далеко не в полной мере раскрыто в плане его объяснительного потенциала. Поэтому, не претендуя на сколько-нибудь полное решение данного вопроса, тем не менее, попытаемся сформулировать положения, содействующие ему.

Во-первых, при его анализе сразу же возникает вполне обоснованный и относительно наиболее простой, очевидный вопрос, смысл которого заключается в следующем. С одной стороны, по отношению практически ко всем «первичным» когнитивным процессам не только дифференцирован, но и достаточно хорошо изучен специфический для него операционный состав. Более того, представления и о наличии такого состава в целом, и о его содержании являются общепризнанными и не вызывают особых возражений, не провоцируют возникновение споров по нему. Этот вопрос вообще рассматривается как «уже решенный» и ясный в плане ответа на него. Однако это же означает, что операционный состав каждого процесса полагается раскрытым уже в достаточно полной мере, а те операции, которые уже дифференцированы в настоящее время, исчерпывают содержание того или иного психического процесса. Вместе с тем, строго говоря, пока нет доказательств того, что уже известные операции исчерпывают собой все реально существующее их множество, а иных операций просто не существует.

Во-вторых, наряду с этим, возникает и другой – еще более сложный и принципиальный вопрос: каков критерий отнесения тех или иных образований к

операциям? Иными словами, что можно считать ими, а что нельзя? Наконец, это и вопрос о том, являются ли сами операции относительно гомогенными и так сказать однопорядковыми по сложности и степени обобщенности, или же они обладают принципиальной гетерогенностью? Если это, действительно, так, то какова тогда их собственная – уже так сказать «внутренняя» организация, то есть их структура? Так, вполне возможно, что наряду с базовыми – своего рода «первичными» операциями, в составе каждого процесса существуют и продукты их синтезирования – своего рода «вторичные» операции. Например, для мышления в качестве «первичных» операций выступают, разумеется, хорошо известные операции анализа, синтеза, абстрагирования, обобщения, конкретизации, сравнения и др. Вместе с тем, столь же несомненен и факт того, что в его составе объективно представлены и более сложные, причем, также очень широко распространенные операции. Они также имеют подчеркнuto абстрагированный от конкретного содержания мышления, то есть своего рода «надпредметный» характер; это, скажем, классификация, сериация, аналогизирование, перенос и др.

В-третьих, следует учитывать, что важной особенностью операций как основных составляющих содержания того или иного психического процесса является и то, что они практически всегда представлены не в единичном виде, а так сказать во «множественном числе», «в сцепленном виде», то есть как некоторая совокупность. В свою очередь, у такой – принципиальной множественности существует причина, которая, на наш взгляд, состоит в следующем. Операции (по определению) являются вспомогательными – так сказать «обслуживающими» образованиями, то есть такими сущностями, которые не только не имеют, но и не должны иметь самостоятельную цель. И именно поэтому они не репрезентируются субъектом в самостоятельном и автономном статусе. Они не выделяются им как нечто «отдельное» и, следовательно, могущее существовать и в аналогичном – отдельном, то есть также единичном виде. Они всегда частичны, парциальны, позволяя обеспечить тот или иной аспект какой-либо более общей целостности, носящей функциональный характер. Однако, любая «часть» может существовать именно как часть лишь взятая в совокупности с иными «частями», то есть принципиально множественно.

В-четвертых, своего рода следствием предыдущей особенности операций, но одновременно таким, которое имеет, пожалуй, еще большее значение, выступает другая их особенность. Дело в том, что, входя в состав того или иного процесса и выполняя в нем частичную, парциальную функцию, они взаимно полагают и, по существу, взаимно детерминируют друг друга. Так, скажем операции анализа как базовые по отношению к процессу мышления, не могут существовать без «симметричных» по отношению к ним операций синтеза. То же можно сказать про еще одну «пару» мыслительных операций – абстрагирования и конкретизации. Наряду с этим, взаимная полаганность мыслительных операций представлена не только внутри этих «пар», но и между ними. К примеру, операции анализа не могут быть реализованы вне минимально



представленного уровня абстрагирования (как еще одной операции). Вследствие этого, операции – это такие образования, которые существуют лишь «в связанном» друг с другом виде. Они не могут существовать как «отдельности», как онтологически представленные «единицы». Фактически, там, где есть какая-либо одна операция, входящая в состав того или иного процесса, есть и все иные операции (конечно, в той или иной степени представленности), а следовательно, есть и весь процесс в целом. Данная особенность настолько же позитивна относительно обеспечения эффективности процессуальной организации, сколько она негативна в плане ее исследования, поскольку выступает его не только наибольшей, но и принципиальной сложностью. Она заключается в том, что практически невозможно проводить исследование тех или иных операций в так называемом «чистом» виде, «самих по себе», что, однако, как раз и является эталоном организации исследования и залогом корректности получаемых результатов.

В-пятых, важной особенностью операций является и то, что они являются не только основными носителями качественной определенности и качественной специфичности того или иного психического процесса, но еще и такими носителями, которые имеют наименьший из всех возможных уровень обобщенности. Они, таким образом, выступают как минимальные по степени обобщенности и сложности процессуальные образования, которые еще обладают основными особенностями всего этого процесса. Однако при их дальнейшей декомпозиции это определенность утрачивается. Тем самым, они раскрываются не как «пограничные» образования между тем, что составляет содержание того или иного процесса, а что уже не принадлежит ему, а локализовано на ином уровне организации психики – на уровне ее физиологического обеспечения.

В-шестых, следует принимать во внимание и то, что важной особенностью операций, которая очень давно была распознана в психологических исследованиях и стала их главной и наиболее часто отмечающейся особенностью, выступает их принципиально автоматизированный характер. Операции – это те «составляющие», которые могут реализовываться и, как правило, реализуются без регуляторной роли сознания, то есть на неосознаваемом уровне регуляции. Разумеется, при этом мы обращаемся к крайне сложной проблеме соотношения осознаваемых и неосознаваемых средств и механизмов регуляции деятельности и поведения, а также функционирования психики в целом, а в еще более общем плане – и к предельно сложной проблеме сознания, соотношения сознания и бессознательного. В связи с этим, можно заключить, что именно операции – это такие образования которые максимально противоположны осознаваемому контролю, средствам и механизмам произвольности, сознанию как таковому. Данное обстоятельство имеет, пожалуй, наиболее принципиальное значение именно в контексте рассматриваемых здесь задач, то есть в контексте именно метакогнитивной проблематики. Дело в том, что не только объективно наиболее важной, но и, по существу, критически значимой особенностью всех образований

метакогнитивного плана является противоположная по отношению к отмеченной выше черта – они принципиально осознаваемы и субъективно контролируемы [Карпов А. А., Карпов А. В., 2015]. Правда, конечно, необходимо отметить, что в настоящее время представлена и альтернативная точка зрения, согласно которой эти процессы могут иметь и неосознаваемый характер [Reder, 1996]; она, однако, не считается вполне обоснованной и доказанной. В силу этого, можно сделать очень значимое для решения всего анализируемого здесь вопроса о сущности элементной базы метакогнитивной сферы заключение. Именно операции обладают максимальной степенью оппозиционности – «отличности» от ведущего атрибута всех метакогнитивных образований, то есть от их осознаваемого характера. Однако именно это их характерное свойство и является основным для предыдущего уровня организации метакогнитивной сферы – компонентного. Следовательно, изучение самого элементного уровня как отличного от компонентного, но одновременно и связанного с ним, не только можно, но и необходимо проводить на материале именно операций и их комплексов. Они, как можно видеть из сказанного, обладают важнейшей «парой» атрибутов, на основе которых, с одной стороны, элементы вообще подлежат дифференцировке, а с другой – которые позволяют самим элементам служить онтологической базой для складывания на их основе более сложных образований – компонентов. Напомним, что ими являются следующие атрибутивные свойства элементов. Они не обладают качественной определенностью всего «целого» – той системы, в которую они входят. Несмотря на это, они объективно необходимы для самой этой системы, то есть выступают ее онтологической базой. Таким образом, на основе проведенного анализа можно сделать заключение, согласно которому подлинной элементной базой метакогнитивной сферы личности выступают не столько сами «первичные» процессы (хотя и они, конечно, тоже), сколько те операции, которые образуют «главное в них» – их операционный состав и, следовательно, все их содержание. Следовательно, и основным предметом исследования данного уровня, позволяющим одновременно «уловить» и его специфику в целом, и обеспечить ему достаточно высокую степень дифференцированности, а значит и «чувствительности», «сензитивности», являются именно операции. Они, таким образом, и являются подлинными «единицами» исследования на данном уровне в рамках реализации метасистемного подхода. Вместе с тем, следует, конечно, понимать, что такой вывод не только содействует решению рассматриваемого вопроса, но и раскрывает его еще бóльшую сложность, причем – сложность практически непреодолимую с точки зрения современного уровня развития методов психологического исследования. Дело в том, что отдельные операции, раскрытые в составе того или иного когнитивного процесса, практически невозможно ни изучать, ни диагностировать, так сказать, «в чистом» виде. Их практически невозможно «измерить», то есть представить в количественном виде, что, в свою очередь, является необходимым условием для распространения на них методологии экспериментального исследования. Возникает задача, которую можно обозначить как проблема «операционализации самих операций» – приведения к виду, допускающему их непосредственное экспериментальное

(или, как минимум, эмпирическое) исследование. Эта трудность носит, действительно, наиболее принципиальный характер; причем, на первый взгляд, может сложиться впечатление, что она вообще неразрешима.

### III

Сказанное выше, вместе с тем, не совсем справедливо, а наиболее убедительная демонстрация того, как все же может быть найден выход из создавшегося положения, связана с историей развития исследований в области структурной организации психометрического *интеллекта*, а также методов его диагностики). Действительно, основной методологической традицией и, по существу, главной тенденцией развития практически всех исследований, проводившихся в данной области, является, как известно, дифференциация некоторого множества базовых, исходных «единиц» интеллекта и дальнейшее развертывание исследований именно на их основе (см. обзор в [Холодная, 1997]). В свою очередь, эти «единицы» могут по-разному обозначаться и иметь несколько различающийся у разных авторов смысл. Так, в их роли могут выступать отдельные факторы (Д. Векслер, Р. Амтхауэр [Тест умственных способностей...]), базовые (первичные) качества (Р. Кэттел, А. Г. Шмелев, В. Д. Шадриков [Шадриков, 2013; Шмелев, 2002; Cattell, 1990]), операции (Д. Гилфорд [Guilford, 1990]), основные параметры (предикторы и индикаторы) (А. Анастази, М. А. Холодная [Анастази, 1982; Холодная, 1997]) и пр. Помимо этого, сам способ их дифференциации также может быть разным – либо индуктивным, либо дедуктивным. Так, при индуктивном (апостериорном) способе они выступают продуктами последовательного и, как правило, многоэтапного обобщения их первичного набора – выделения из него наиболее важных и определяющих, синтетических и обобщенных «составляющих». При дедуктивном (априорном) способе они, напротив, выступают теоретическими и даже логическими следствиями тех или иных исходных положений. Они «выводятся» именно из этих положений, то есть являются результатом движения не снизу-вверх (от эмпирически зафиксированных данных к их обобщению), а сверху-вниз (от обобщенных положений к их конкретным проявлениям и воплощениям). В еще более общем плане оба указанных способа – это, по существу, конкретизация одной из наиболее фундаментальных проблем всей психологии – проблемы *единиц анализа*. Она, как известно, имеет множество своих экспликаций и особенно широко представлена, например, в психологии деятельности. В наиболее принципиальном смысле суть данной проблемы как раз и состоит в том, каким образом в организации сложного целого представлены, с одной стороны, его базовые «составляющие», а с другой, каким образом это целое детерминировано их организацией. В плане отмеченной выше традиции наиболее принципиальным представляется именно дифференциация интеллекта на его основные «парциальные составляющие» и те их особенности, которые являются для них общими. Так, во-первых, независимо от частных различий в понимании их содержания и терминологическом оформлении, все они являются

образованиями именно операционного плана. Они направлены на реализацию – так сказать на «техническое обслуживание» основных функций интеллекта в целом. Они тем самым представлены обязательно и во множественном числе, и во взаимной обусловленности друг с другом и т. д. – то есть во всех тех особенностях, которые и были констатированы выше по отношению к операциям как таковым. Причем, в целом ряде подходов (например, у Дж. Гилфорда [Guilford, 1988]) некоторые их классы вообще непосредственно обозначаются именно этим понятием – понятием операций. Во-вторых, наряду с этими проявлениями, имеющими объективный внешне представленный характер, согласно данному подходу, необходимо дифференцировать и «скрытые – латентные детерминанты организации интеллекта. Они обычно обозначаются понятием факторов и составляют суть аналогичного, то есть факторного подхода к его исследованию. При этом необходимо, однако, отмечать фундаментальное сходство этих латентных факторов – как того, что, в действительности, лежит в основе организации интеллекта, и его собственно операциональных проявлений. Все они имеют выраженный «первичный» – объективный характер, не подверженный, как правило, специальному и развернутому субъектному контролю (а следовательно, и контролю субъективному, произвольному – сознаваемому). Они в силу этого характеризуют то, как интеллект и его парциальные функции организованы «сами по себе» – в аспекте присущих им собственных закономерностей, а не то, как он управляется и регулируется со стороны факторов субъективного контроля – прежде всего, рефлексивного, осуществляющегося на основе средств и механизмов осознаваемого плана. Тем самым, можно видеть, что еще одной – фундаментальной, но обычно не дифференцируемой особенностью всех этих операционных образований является их прямая противоположность тем образованиям, которые составляют основной предмет исследования в метакогнитивной психологии; они принципиально «не-метакогнитивны». Тем самым, все они локализуются на принципиально ином, чем все эти образования, уровне: выступают уже не компонентами метакогнитивной сферы, а тем, из чего и на основе чего складываются сами компоненты – его элементами и образуют в своей совокупности элементную базу всей этой сферы. В силу этого, те базовые операционные образования, которые дифференцированы в психологии интеллекта и которые имеют собственно операционный статус, как раз и должны быть проинтерпретированы в качестве операций, составляющих элементную базу данной сферы. Причем, следует подчеркнуть, что набор такого рода операций является уже значительно бóльшим, а степень его содержательности, диверсифицированности – существенно более явной, чем это характерно для первичных операций. Наконец, в-третьих, все эти операции – именно по причине наличия у них тех особенностей, которые и были отмечены выше, являются значительно более доступными для исследования в целом и для их диагностики, в особенности (почему, собственно говоря, они и оформились именно в рамках отдельного диагностического направления изучения интеллекта). С их помощью и через них в значительной степени решается та важнейшая задача, которая была отмечена выше и которая заключается в необходимости операционализации

самих операций – приведение их к виду, допускающему их экспериментальное и эмпирическое исследование. В свою очередь, это достигается за счет того, что сами дифференцируемые операции носят более конкретный, – более специализированный характер их функциональной направленности. Они в большей мере допускают их выделение через так называемый «внешний критерий» (то есть через качество реализации тех или иных когнитивных функций). В то же время, все они сохраняют, конечно, свой очень общий и, что еще более важно, надпредметный, то есть являются инвариантными для очень широкого круга конкретных деятельностных и поведенческих задач и ситуаций. Это – своего рода операции *мезоуровня*. С одной стороны, они носят более укрупненный и конкретизированный характер, чем «классические» когнитивные операции – *микрооперации* (анализ, синтез, сравнение и др.). С другой стороны, они являются, конечно, более частными, а потому парциальными и, следовательно, «промежуточными» по степени и по уровню обобщенности образованиями, чем те стратегии, способы и пр., которые обеспечивают решение когнитивных задач в целом (*макрооперации*). В связи с этим, формулируется, однако, и проблема еще более общего плана, суть которой состоит в следующем. Что вообще считать основными – так сказать истинными когнитивными операциями? Либо это те «классические» мыслительные операции, которые традиционно дифференцируются в составе мышления, то есть микрооперации? Либо же это те операции, которые составляют содержание иного уровня их обобщенности, то есть мезооперации? По нашему мнению, существенно более конструктивным с точки зрения решения конкретных исследовательских и диагностических задач представляется второй из этих вариантов. И хотя, действительно, он является несколько менее определенным и теоретически выверенным, именно он обладает существенно большей «оправданностью» – и в плане выявления реального содержания интеллектуальных функций и средств их реализации, и в плане существенно большей приближенности к специфике их реализации в деятельности и поведении. В силу этого, именно он и должен быть положен, на наш взгляд, в основу организации и проведения исследований элементного уровня организации метакогнитивной сферы личности. Он означает, что в качестве основных среди такого рода элементов как раз и должны быть поняты те операционные образования, которые дифференцированы в психологии интеллекта и которые имеют характер мезоопераций. В связи с этим, по нашему мнению, необходимо учитывать еще два важных положения – одно констатационного плана, а второе – поисково-интерпретационного характера. Так, первое из них состоит в том, что при исследовании и особенно – при диагностике операций возникает та же самая принципиальная трудность, которая имеет место и при исследовании основных когнитивных процессов (впрочем, не только когнитивных, но и всех иных). Она заключается в том, что практически невозможно и даже непродуктивно пытаться выделить их, как уже было упомянуто выше, «в чистом» виде, поскольку все они неразрывно связаны друг с другом и функционируют в целостном виде – в форме, которая обозначается иногда как «полноценная» система. Причем, по отношению к операциям такая их неразделимость выражена еще в большей мере, так как они

являются еще более дробными когнитивными образованиями и, следовательно, выступают продуктами еще более глубокой и детальной спецификации. В силу этого, точно так же, как и при исследовании когнитивных процессов и особенно при их диагностике тех задач, на основе которых это делается, предполагают, конечно, опору не на тот или иной отдельно взятый процесс, а на всю их совокупность, но с одним обязательным условием. В них основная функциональная нагрузка должна все же ложиться на какой-либо из когнитивных процессов. Это можно обозначить как *принцип функционального доминирования* тех или иных процессов в моделируемых когнитивных заданиях, направленных на диагностику когнитивных процессов. Именно на этой основе, по существу, и построены практически все интеллектуальные тесты. Однако то же самое можно констатировать и по отношению к исследованию и диагностике отдельных операций. Их также невозможно ни смоделировать, ни диагностировать «в чистом» виде». Однако этого можно добиться за счет создания таких условий, в которых та или иная из них будет функционально доминировать. Второе положение связано с поиском того критерия и определением того уровня обобщенности, на котором наиболее целесообразно выделение своего рода мыслительных (и шире – когнитивных) мезоопераций. По нашему мнению в его качестве может быть использован следующий критерий. Известно, что основной логической формой мышления и в этом смысле – его базовой функциональной «составляющей» выступает умозаключение. Оно, наряду с понятием и суждением, вообще является одной из трех основных форм мышления. Причем, не просто «одним из», а таким, в котором сама суть мышления представлена, хотя и в относительно простом, но все же уже полном и, главное, достаточном для выявления всей специфичности этого когнитивного процесса виде. Оно поэтому несет «на себе» все основные особенности всего целого – мышления как процесса и мысли как его результата; однако, оно делает это в относительно наиболее простом виде. Кроме того, еще одним важным положением формально-логического плана является положение о принципиальной множественности видов умозаключений. Это, как известно, индуктивные, дедуктивные, абдуктивные, трансдуктивные и др. виды умозаключений. Следовательно, есть все основания полагать, что именно соотношенность тех или иных мезоопераций с этими видами и должна быть использована в качестве критерия дифференциации самого операционного состава мышления. Соответственно, на его основе можно дифференцировать, в частности, индуктивные, дедуктивные, абдуктивные, трансдуктивные операции. Кроме того, возможна и дифференциация таких операций, для которых пока отсутствуют общепринятые термины, но которые связаны, например, с умозаключением по аналогии, а также с умозаключением по противоположности (по контрасту) – контрдукция. На наш взгляд, очень важно, а одновременно – и доказательно в плане сформулированной точки зрения, что именно они, собственно говоря, и составляют основное содержание тех методик, которые направлены на диагностику интеллекта и обозначаются понятием субтестов. Очень важно и то, что, поскольку одной из главных среди рассматриваемых здесь задач является задача «операционализации самих операций», то значимой

их особенностью предстает не только их непосредственная доступность для эмпирического исследования, но и наличие для каждой из них специальных диагностических процедур. Кроме того, важно, что в составе всех интеллектуальных тестов представлены не только те субтесты, которые направлены на собственно мыслительные операции, но и на иные когнитивные процессы и функции – в частности, мнемические, аттенционные, имажитивные. Таким образом, они выходят за пределы операционного состава только мышления и включают в свою сферу также операционный состав иных основных когнитивных процессов. В заключение проведенного выше теоретического анализа проблемы элементной базы метакогнитивной сферы личности подчеркнем, что его нельзя пока считать завершенным. Вместе с тем, он уже в значительной степени достаточен для того, чтобы перейти к собственно его эмпирическим исследованиям, поскольку он позволяет определить ту «единицу», которая носит именно операционный характер. Причем, она носит его не только в плане содержания, но и в плане возможности организации на ее основе конкретных исследований экспериментального и эмпирического характера.

#### Литература

1. Анастаси А. Психологическое тестирование. Москва: Педагогика, 1982. Т. 1. 316 с.; Т. 2. 292 с.
2. Карпов А. А. Структура метакогнитивной регуляции управленческой деятельности. Ярославль: ЯрГУ, 2018. 784 с.
3. Карпов А. А. Филогенетическая эволюция психики. В 2 т. Том II. Метасистемный подход. Ярославль: Филигрань, 2021. 376 с.
4. Карпов А. А., Карпов А. В. Введение в метакогнитивную психологию: учебное пособие. Москва: «МПСУ», 2015. 512 с.
5. Карпов А. В. Методологические основы психологического анализа информационной деятельности. Ярославль: Филигрань, 2021. 616 с.
6. Карпов А. В. Психология деятельности. В 5-ти т. Москва: РАО, 2015.
7. Карпов А. В. Психология сознания: метасистемный подход. Москва: Изд. Дом РАО, 2011. 1080 с.
8. Карпов А. В., Карпов А. А., Маркова Е. В. Психология принятия решения в управленческой деятельности. Метасистемный подход. Ярославль: ЯрГУ; Москва: Изд. Дом РАО, 2016. 644 с.
9. Тест умственных способностей / И. Г. Сенин, О. В. Сорокина, В. И. Чирков (авторы адаптации). Ярославль: НПЦ «Психодиагностика», 1996. 47 с.
10. Холодная М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. Москва: «Барс», 1997. 391 с.
11. Шадриков В. Д. Психология деятельности человека. Москва: «Институт психологии РАН», 2013. 419 с.
12. Шмелев А. Г. Психодиагностика личностных черт. Санкт-Петербург: Речь, 2002. 480 с.
13. Cattell R. B. The birth of the Society of Multivariate Experimental Psychology. Journal of the History of the Behavioral Sciences, 1990, 26. Pp. 48–57.

14. Guilford J. P. Some changes in the structure of intellect model. *Educational and Psychological Measurement*, 48, 1988. Pp. 1–4.
15. Reder L. M. (Ed.). *Implicit Memory and Metacognition*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. 1996. 200 p.

**Кашапов М.М.**

## **РЕСУРСНЫЕ ОСНОВЫ КОНСТРУКТИВНОЙ КОНФЛИКТНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ**

*Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда  
№ 22–28–00602, <https://rscf.ru/project/22–28–00602/>*

Аннотация В статье впервые представлено понимание ресурсного мышления как интеллектуального умения находить способы творческого разрешения проблем конфликтного содержания в различных сферах профессиональной деятельности и жизнедеятельности в целом. Обосновано, что ресурсное мышление субъекта характеризуется а) умением находить источники творческого вдохновения и конструктивного отношения к трудным ситуациям, возникающим в межличностном взаимодействии; б) способностью реализовать имеющиеся возможности для достижения намеченного коммуникативного результата; в) позитивной направленностью на преодоление возникающих коммуникационных трудностей.

Ключевые слова: ресурс, активность, мышление, профессионализация, субъект

Abstract. The paper presents the understanding of resource thinking as intellectual ability to find ways of creative problem solving in different spheres of professional activity and life activity in general. Resource thinking of a subject is characterized by a) ability to find sources of creative inspiration and constructive attitude to difficult situations; b) ability to implement the available opportunities to achieve the intended result; c) positive orientation to overcome difficulties.

Keywords: resource, activity, thinking, professionalisation, subject.

Конфликты встречаются во многих сферах нашей жизни и полностью избежать подобных ситуаций практически невозможно. Для каждого желающего гармонизировать свои отношения с окружающим миром и людьми необходимо грамотное владение искусством конструктивного общения и умения оптимального разрешения конфликтов на взаимоприемлемых условиях.

Человеку, находящемуся в трудной ситуации коммуникации, пример легче брать с того, с кем ему легче идентифицироваться. Конструктивистский, инструменталистский и релятивистский подходы к интерпретации феномена этнокультурной идентичности первоначально были реализованы в исследованиях Б. Андерсона, Ф. Барта, К. Вердери, Э. Геллнера, Э. Хобсбаума, С. Хантингтона и других зарубежных исследователей и впоследствии получили развитие в контексте российского этнологического дискурса, прежде всего, в работах Р. Абдулатипова, А.Г. Здравомыслова, В.С. Малахова, В.А. Тишкова, С.В. Чешко и других авторов. Негативное отношение к матери в самой большой



степени коррелирует, утверждает А.А. Реан, с общим ростом всех социальных отношений личности, в т.ч. с негативным отношением к нормам права [Реан, 2013].

Величина конфликта, по М. Дойчу, равна предполагаемому различию в соотношениях возможного выигрыша и проигрыша каждой из сторон. Чем больше конфликт, тем менее он доступен конструктивному разрешению. При этом он имеет тенденцию к расширению, если стороны представлены крупными социальными единицами; если затрагиваются существенные и глобальные вопросы; если конфликт затрагивает принципы и т.д. [Deutsch, 1973].

Закон социальных отношений (по М.Дойчу) – характерные процессы и эффекты, вызванные данным типом социального отношения, имеют тенденцию вызывать этот тип социального отношения. Работы М. Дойча сыграли значительную роль в формировании представлений о факторах, определяющих конструктивное или деструктивное развитие конфликтных ситуаций. Основное внимание в его исследованиях уделялось сравнительному анализу кооперативной и конкурентной системы взаимосвязей, при этом Дойчем устойчиво подтверждается преимущество кооперации над конкуренцией: конкурентные отношения, по его мнению, способствуют усилению конфликта, интенсифицируют эмоциональную вовлеченность членов группы в конфликт, усиливают его значение для участников и т.д. Тем самым в парадигме изучения конфликтов сформированы устойчивые представления о преимуществах отношений кооперации и согласия и негативном потенциале конкуренции, порождающем деструктивные следствия для совместной деятельности людей и отношений.

Отношение – иная форма активности в отличие от деятельности. К. Левин исследовал, как реагируют дети на трудную ситуацию: одни устойчиво, а другие – нет. Если устойчивость сформирована у личности, то она может работать в любой системе факторов [Lewin, 1948]. Творческое отношение обусловлено творческим мышлением субъекта. Когда субъект знает, ради чего он что-то делает, то он найдет ответ на вопрос как это сделать. Нахождение нового смысла образует основу творческого отношения.

Конфликты "здесь-и-теперь", которые локализованы в терминах отдельных, ограниченных действий и их последствий, легче разрешаются конструктивно, чем конфликты, которые определяются в терминах принципов, прецедентов или прав, где проблемы растянуты во времени и пространстве и за частными действиями восходят к общим законам личностей, групп, рас или другим большим социальным единицам или категориям. В связи с этим, особую роль играют характеристики мышления, которые проявляются в жизненном пути личности, который имеет, по сравнению с профессиональным развитием, более протяженные временные границы, допускающие реципрокное взаимодействие. Тем не менее, между ними больше общего, чем различий. Главное сходство в успешном осуществлении личностного и профессионального развития заключается в реализации активности субъекта. В своих работах Л.И. Анцыферова, опираясь на теоретический анализ зарубежных исследований,

доказала, что именно активность, а не ответственность, тянет за собой творческое долголетие личности [Анцыферова, 1999].

Основу такого долголетия составляет реализация творческого мышления, особенно, в условиях неопределённости [Козлов 2015; Козлов, 2017; Козлов, Лазарянц, 2023]. В ходе духовной самоактуализации (проявление вовне) и самореализации (воплощение в продукты деятельности как целенаправленной активности) происходит, по мнению В.В. Козлова, развитие высших духовных способностей [Козлов, 2018; Козлов, 2019; Козлов, 2022; Козлов 2023].

Реализация активности субъекта обеспечивается саморегуляцией. А.К. Осницкий указывает на то, что саморегуляция деятельности субъектом «обнаруживает себя в феноменологии предметных преобразований и в преобразованиях прилагаемых усилий» [Осницкий, 1996, с. 11] и связана с осознанными процессами целеполагания и целеосуществления. Автор, давая определение субъектности, рассматривает ее в контексте субъектного отношения к выполняемой деятельности, которое реализуется в обращенности человека к своим внутренним резервам, возможностям выбора средств осуществления деятельности, в том числе и коммуникативной [Осницкий, 1996].

Теоретический подход к пониманию ресурсных основ активности мышления субъекта в условиях профессионализации предполагает выделение единицы анализа. В рамках парадигмы «Единица анализа психического», подчеркивает В.В. Знаков, признается безусловная необходимость приоритетного изучения не отдельных составляющих психики (памяти, мышления, эмоций и т.п.), а целостных единиц. Такими единицами являются *события, ситуации* [Знаков, 2016, с. 116. Курсив В. Знакова]. Выделение единиц психологического анализа позволяет целенаправленно исследовать содержание психического развития в контексте профессионализации субъекта.

Исходя из этого положения исследования профессионализации мышления субъекта, в рамках разработанного нами ресурсного подхода, реализованы не в одной, а в нескольких плоскостях психологического анализа компетентности [Кашапов, 2003; Кашапов, Киселева, Коточигова, 2003]. На основании выполненных психологических исследований, а также проведенного теоретического анализа разработаны, во-первых, научные основы исследования мышления как ресурсной основы конструктивной конфликтной компетентности субъекта в различных видах профессиональной деятельности: клиническое мышление врача – (А.А. Оплеснина, Ю.С. Филатова); музыкальное мышление – (С.А. Томчук, С.В. Цымзина, Д.А. Гущина); педагогическое мышление (Т.Г. Киселева, Т.В. Огородова, Ю.В. Пошехонова, И.В. Серафимович).

Во-вторых, рассмотрены процессы становления мышления на разных этапах профессионализации: довузовский (формирование психологического мышления у учащихся профильного психологического класса – Т.В. Огородова), вузовский; профессиональное мышление как компонент реализации компетентностного подхода в образовании будущего врача – Г.Ю. Базанова, Л.А. Крамская, Л.А. Савельева, О.А. Скакунова, О.Н. Солодчук); послевузовский (психолого-акмеологические основы профессионального становления педагога) [Кашапов, 2011; Кашапов, Огородова, 2017].

В-третьих, реализованы подходы к выделению проблемности как единицы анализа профессионального мышления – [Кашапов, 2021]; пониманию метакогнитивной регуляции творческой деятельности в контексте ресурсного подхода – М.М. Кашапов, Ю.В. Пошехонова; исследованию надситуативности мышления в качестве ресурса творческой деятельности (на примере субъектов, занимающихся в театральной студии) – Е.А. Медведева, А.А. Кустова.

В-четвертых, обоснована необходимость реализации надситуативного мышления в качестве когнитивного ресурса личности [Кашапов, 1992; Кашапов, 2001]; выделены и описаны критериальные показатели интегрированности метакогнитивных процессов и социально-психологических особенностей профессионализации субъекта (на примере анализа видеоматериалов этапа кейса областного конкурса «педагог-психолог года») [Серафимович, 2020]; установлена взаимосвязь когнитивных ресурсов и эмоционального выгорания у педагогов и врачей [Серафимович, 2021]; выявлена специфика ресурсности управленческого мышления при организации наставничества в образовательных организациях [Серафимович, Шляхтина, Сасарина, 2023]; проанализирована ресурсность компонентов профессионального мышления и ценностные ориентации студентов [Серафимович, Базанова, 2023]; обобщены концептуальные характеристики творческого профессионального мышления [Кашапов; 2020]; разработаны теоретические основы творческого педагогического мышления как когнитивного ресурса социальной и образовательной среды [Кашапов 2012; 2015].

В-пятых, исследована ресурсность мышления как средства реализации творческого потенциала личности [Кашапов, Шаматонова, 2017; Кашапов, Кашапов, 2020]; выявлена и описана роль метакогнитивных признаков профессионального надситуативного мышления педагогов в области сохранения и укреплении социально-психологического здоровья [И.В. Серафимович].

В-шестых, предложено метакогнитивное обоснование ситуативности/надситуативности мышления в качестве критерия оценки решения проблемных ситуаций в коммуникациях [Кашапов, Серафимович, Огородова, 2015]. А.Ш. Азизовой, под нашим руководством, проведено исследование ресурсности мышления как совокупности личностных и когнитивных характеристик субъекта, обеспечивающего его успешность в процессе преодоления конфликтных ситуаций посредством выбора оптимального способа реагирования на конфликт, сознательного достижения сторонами взаимоприемлемых решений, не ущемляющих права и достоинство ни одной из сторон и не наносящих психологического и иного ущерба личности. Осознание при этом потенциально ресурсных особенностей ситуации и собственной личности дает возможность и в дальнейшем использовать оптимальные способы решения актуальных задач и проблемных или ситуаций. Пониженный уровень ресурсности мышления может быть фактором, значительно повышающим применение человеком в процессе возникновения и развития конфликтной ситуации агрессии как типа реагирования на конфликт [Азизова, 2022, с. 43]. В ходе проведенного исследования выявлен ряд психологических закономерностей: чем выше уровень ресурсности

профессионального мышления, тем чаще «оптимальное решение» будет выбрано индивидом в качестве основного типа реагирования на конфликт. Чем выше уровень ресурсности профессионального мышления индивида, тем реже он в качестве основной стратегии поведения в конфликте выбирает «агрессию», тем меньше разрушительных последствий конфликт будет иметь для личности, и для тех, с кем личность взаимодействует, тем функционально эффективнее человек будет в своей профессиональной деятельности. Установлено, что синдром эмоционального выгорания выполняет триггерные функции в соотношении ресурсности мышления и типов реагирования на конфликт, поскольку он способствует появлению агрессии в качестве преимущественного типа реагирования на конфликт у лиц с высокой выраженностью синдрома [Азизова, 2022, с. 45].

В-седьмых, разработан метакогнитивный подход к пониманию конфликтной компетентности [Кашапов, 2012; Панов, Кашапов, Чумаков, 2012; Кашапов, Филатова, Кашапов, 2018]; творческое мышление рассмотрено как ресурс конфликтной компетентности профессионала. Так, социально-адаптированный преподаватель – это такой педагог, который способен конструктивно влиять на поведение и чувства обучаемых в соответствии со своими профессиональными намерениями, нормативно-одобренными способами и социально-полезными целями [Кашапов, 2010, с. 45]. Особое внимание уделено пониманию событийности мышления в качестве когнитивного ресурса конструктивной конфликтности личности [Кашапов, 2013]. При этом конфликт исследован как ресурсный предиктор реализации событийно-когнитивных компонентов субъекта [Кашапов, Огородова, Лоскутова, 2016]. Обосновано, каким образом средством реализации ментальных ресурсов продуктивной конфликтности личности служит протестный потенциал. Тем самым дан ответ на актуальный вопрос: Что и как нужно сделать, чтобы разрешение базового конфликта пошло по конструктивному руслу? [Кашапов, 2016]. А в проведенном под нашим руководством исследовании М.В. Башкиным представлено определение конфликтной компетентности как интегративного качества личности, характеризующегося наличием в своей структуре когнитивного, мотивационного, регулятивного компонентов. Данные компоненты неаддитивно образуют целостную структуру конфликтной компетентности, которая обладает превентивной, прогностической, конструктивной, рефлексивной и коррекционной функциями, обеспечивающими реализацию профилактических мер в межличностном взаимодействии, а также адекватное распознавание и конструктивное разрешение личностью конфликтов. Конфликтная компетентность как компетентность в области межличностных отношений является видом коммуникативной компетентности, обладает ее существенными качественными признаками: сложностью структурной организации, имеющей интегральный характер; связанностью со структурой процесса коммуникации и его эффективностью; динамичностью структурных компонентов; возможностью их совершенствования [Башкин, 2009, с. 6]. Роль ресурсов в условиях межпоколенных конфликтных отношений рассмотрена Т.Л. Крюковой, М.В.

Сапоровской, Т.В. Гущиной, Е.А. Петровой [Крюкова, Сапоровская, Гущина, Петрова, 2009]. Одним из основных психолого-педагогических средств формирования конструктивной конфликтной компетентности служат активные методы обучения [Кашапов, Ключева, Прохорова, 2005].

В заключение можно отметить следующие положения, характеризующие ресурсные основы активности мышления субъекта в условиях профессионализации и социализации:

1. Ресурс - условие, позволяющее с помощью конструктивных преобразований познаваемой ситуации получить желаемый результат. Ресурсность – способность адекватно мобилизовать возможности для достижения поставленной цели. Ресурсность мышления – интеллектуальная способность к осмыслению, т.е. к нахождению новых смыслов в происходящем с целью трансформации условий проблемной ситуации в средства её позитивного разрешения. Дискретность, расщепление процесса осмысления возникает на таком этапе жизненного пути, когда мотивация на самореализацию не поддерживается ресурсами или находит и реализует их лишь в частичных преобразованиях себя как субъекта деятельности. В таких изменяющихся обстоятельствах (точках бифуркации) профессиональной деятельности возможно либо снижение, либо повышение уровня ценностно-смыслового отношения к профессии. В условиях кризисной ситуации возникает точка неустойчивого равновесия, бифуркации, что меняет вектор развития и процесс приобретает индетерминированный характер, который рождает неожиданные пути развития и открывает новые потенциальные возможности и время продолжает «прокручиваться» в нужном направлении.

С позиции системного анализа появляется возможность выделить точку бифуркации и понять, каким образом происходит выбор: либо «акме» (движение к пику, к росту, к расцвету), либо «катэ» (падение, упадок, катастрофа). В понимании такого выбора особую роль играет ресурсность мышления как высший психический познавательный метапроцесс, выступающий психическим ресурсом реализации творческой активности субъекта в осознании, формулировании и достижении профессиональных и жизненных целей. Эта активность обеспечивается реализацией целостной системы познавательной деятельности, целенаправленным участием в системе самых разных процессов, явлений и уровней психики, являющихся средствами ее реализации.

2. Ресурсное мышление – мышление, обеспечивающее нахождение и реализацию опорных, реперных точек в собственном опыте и в условиях окружающей среды (социальной, образовательной, профессиональной, организационной). В процессе взаимодействия со средой происходит аксиологическая (ценностная) трансформация собранной и проанализированной информации в знания, умения, навыки, привычки, отношения. Трансформация характеризуется когнитивным преобразованием устаревших ценностей на новые, современные; иррациональных на рациональные.

3. Ресурсное мышление – это интеллектуальное умение человека находить различные способы творческого разрешения проблем в физической,

психологической, личностной, социальной и духовной сферах профессиональной деятельности и жизнедеятельности.

4. Основным средством самосовершенствования субъекта служит своевременная реализация имеющегося у него ресурса. Профессионал, работающий сегодня так же, как работал вчера, обречен на отставание, ибо «топтанье на месте» есть форма регресса, стагнации, которая первоначально имеет имплицитные характеристики. Экспликация (выражение, распространение) выделенных признаков профессионального мышления субъекта как эксплицируемого явления осуществляется посредством дифференцирования познаваемых явлений: *духовных* как проявление силы и содержательности внутренней жизни; *социальных* как преломление в профессиональной деятельности общественных требований; *средовых* как интеграция и осмысление тех условий среды, которые становятся средствами оперативного совладания с возникшими трудностями; *ресурсных* как реализация и преумножение ресурсов, прежде всего, внутренних как основу профессионального и личностного саморазвития субъекта.

5. Структура ресурсных основ активности мышления субъекта в условиях профессионализации имеет два основных компонента: внешний (средовый) и внутренний (личностный). Средовый компонент характеризуется наличием, а, в случае необходимости, и созданием благоприятных условий, влияющих на поддержание высокого профессионального тона субъекта. Личностный компонент активности мышления выражается в умении выявлять в собственном внутреннем мире те возможности, реализация которых позволяет оперативно совладать с возникающими трудностями. Активность мышления зиждется, прежде всего, на следующих качествах профессионального мышления: событийность, прогностичность, ресурсность, надситуативность. Проявление именно надситуативного мышления способствует нахождению новых ресурсов не внутри решаемой ситуации, а за её пределами. Выход за границы познаваемой и преобразуемой трудной ситуации характеризуется стремлением к конструктивному изменению собственных личностных качеств в такие, которые необходимы для оптимального разрешения возникших профессиональных затруднений.

6. Незнание конструктивных решений – основа деструктивного социального поведения. Конструктивная активность человека – опосредованное сознательными усилиями поведение, направленное на преобразование ситуации в соответствии с субъективными потребностями и социально-приемлемыми целями.

7. Конструктивная конфликтность характеризуется направленностью личности на конструктивное разрешение конфликта с сохранением своего здоровья. Конструктивная конфликтность – интегративная характеристика личности, проявляющаяся в частоте позитивного вступления в конфликт; готовности (способности) входить в конфликт и поступать конструктивно; проявлении открытости, выдержки, самообладания. Психологические механизмы конструктивной конфликтности: инсайт, катарсис, интерпретация, директива, обратная связь, поддержка, убеждение, идентификация, аналогия,

мотивирование, моделирование, конструирование, фасилитация, конверсия, трансформация, инверсия. В целом, конструктивная конфликтная компетентность представляет собой личностный конструкт, для которого характерен стиль сотрудничества.

#### Литература

1. Азизова А.Ш. Взаимосвязь ресурсности мышления профессионала и выбора типа реагирования на конфликт // Методология современной психологии. 2022. № 15. С. 32-48.
2. Анцыферова Л.И. Способность личности к преодолению деформаций своего развития // Психологический журнал. 1999. Т. 20. № 1. С. 6-19.
3. Башкин М.В. Конфликтная компетентность личности. Дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2009. 242 с.
4. Знаков В.В. Психология понимания мира человека. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. 488 с.
5. Кашапов М.М. Психологические основы решения педагогической ситуации. Учебное пособие. Ярославль, 1992.
6. Кашапов М.М. Теоретические основы исследования и формирования педагогического мышления // Вестник Российского гуманитарного научного фонда. 2001. № 1. С. 121-131.
7. Кашапов М.М. Гносеологические основы исследования педагогического мышления как компетентности преподавателя В сборнике: Труды Ярославского методологического семинара (методология психологии). Международная академия психологических наук, Международный институт интегративной психологии, Ярославский государственный университет, Ярославский государственный педагогический университет, Костромской государственный университет, Ярославское региональное отделение РПО, Государственный университет управления. 2003. С. 168-186.
8. Кашапов М.М., Киселева Т.Г., Коточигова Е.В. Компетентность: понятие, виды, основные подходы к диагностике компетентности психолога // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2003. № 1 (5). С. 39-44.
9. Кашапов М.М., Ключева Н.В., Прохорова И.М., Фомичева А.Н., Ковалева М.И., Кругликов Л.Л., Бражник С.Д., Медведева Л.Б., Овсянникова И.Р., Прохоров А.П., Сальникова Л.Н., Албегова И.Ф., Руденко Л.Д., Афонин М.В., Шатохин А.Г., Аكوпова Т.С., Комарова И.П. Активные методы обучения студентов: практическое руководство. Ярославль, 2005.
10. Кашапов М.М. Творческое мышление как ресурс конфликтной компетентности профессионала // Вестник интегративной психологии. Выпуск 8. Журнал для психологов. Ярославль, Москва. 2010. С. 72-73.
11. Кашапов М.М. Учёт в медиации специфики типов реагирования на конфликт // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. 2012. № 3. С. 31-41.
12. Кашапов М.М. Событийность мышления как ресурс конструктивной конфликтности личности // Психология конструктивной конфликтности личности. Монография / Под ред. проф. А.В. Карпова, проф. М.М. Кашапова. Ярославль: ИПК «Индиго», 2013. С. 44 – 63.

13. Кашапов М.М. Акмеология. Учебное пособие. Ярославль, 2011.
14. Кашапов М.М. Метакогнитивный подход к пониманию конфликтной компетентности // Метакогнитивные основы конфликтной компетентности / под науч. ред. проф. М.М. Кашапова; ЯрГУ. Ярославль, 2012. С. 13 – 104.
15. Кашапов М.М. Событийность мышления преподавателя как средство профессионализации и социализации студентов. В сборнике: Современные тенденции развития психологии труда и организационной психологии. Ответственные редакторы: Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев, А.Н. Занковский. Москва, 2015. С. 186-195.
16. Кашапов М.М., Серафимович И.В., Огородова Т.В. Метакогнитивное обоснование ситуативности/надситуативности мышления в качестве критерия оценки решения проблемных ситуаций в коммуникациях // Ученые записки Казанского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2015. Т. 157, кн. 4. С. 189–202.
17. Кашапов М.М., Огородова Т.В., Лоскутова М.Е. Конфликт как ресурсный предиктор реализации событийно-когнитивных компонентов субъекта // Социальный мир человека. — Вып. 6: Материалы VI Международной научно–практической конференции «Человек и мир: мирозидание, конфликт и медиация в интеркультурном мире», 14–16 апреля 2016 г. / под ред. Н. И. Леонова. Ижевск: ERGO, 2016. С. 285 – 289.
18. Кашапов М.М. Протестный потенциал как средство реализации ментальных ресурсов продуктивной конфликтности личности // Ментальные ресурсы личности: теоретические и прикладные исследования / М.М. Кашапов // Материалы третьего международного симпозиума (Москва, 20–21 октября 2016 г.) / Отв. ред. М.А. Холодная, Г.В. Ожиганова. М.: Изд-во "Институт психологии РАН", 2016. С. 226 – 232.
19. Кашапов М.М., Огородова Т.В. Профессиональное становление педагога. психолого-акмеологические основы. Учебное пособие. Сер. 69 Бакалавр и магистр. Модуль. (2-е изд., испр. и доп) Москва, 2017.
20. Кашапов М.М., Шаматонова Г.Л. Ресурсность мышления как основа конструирования акме-событий: теоретико-методологический аспект // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2017. Т. 22. С. 10-20.
21. Кашапов М.М., Филатова Ю.С., Кашапов А.С. Когнитивные компоненты творческого процесса в конфликте. Ярославль, 2018.
22. Кашапов М.М. Понимание ресурсности в контексте профессионализации мышления субъекта // Методология современной психологии. 2020. № 11. С. 116-130.
23. Кашапов М.М., Кашапов А.С. Формирование профессионального творческого мышления. Учебное пособие. Сер. 76 Высшее образование. (2-е изд., пер. и доп) Москва, 2020.
24. Кашапов М.М. Функции экспликации в условиях профессионализации мышления // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. 2021. Т. 15. № 1 (55). С. 100-109.



25. Козлов В.В. К проблеме творческого мышления в условиях неопределённости // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики. 2015. № 3-1. (75). С. 15-19.
26. Козлов В.В. Движение за развитие человеческого потенциала. Ярославль, 2017. 215 с.
27. Козлов В.В. Основы духовной психологии: высшие состояния пробуждения. М.: Институт консультирования и системных решений. 2018. 280 с.
28. Козлов, В. В. Психология буддизма: четвертое колесо дхармы / В. В. Козлов. – 2-е изд.. – Вологда : Древности Севера, 2016. – 343 с.
29. Козлов В.В. Частная методология интегративной психологии: принцип позитивности // Методология современной психологии. 2022. № 16. С. 158-164.
30. Козлов В.В. Современная личность: самоактуализация и самореализация. Москва, 2023.
31. Козлов В.В., Лазарянц О.В. Психолог и новые вызовы современной жизни Методология современной психологии. 2023. № 17. С. 166-174.
32. Крюкова Т.Л., Сапоровская М. В., Гущина Т. В., Петрова Е. А. Психология межпоколенных отношений: конфликты и ресурсы / Отв. ред. М. В. Сапоровская. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2009.
33. Осницкий А.К. Проблемы исследования субъектной активности // Вопросы психологии, 1996. № 1. С. 5-19.
34. Панов В.И., Кашапов М.М., Чумаков М.В., Коршунов Н.И., Яльцева Н.В., Смирнов А.А., Пошехонова Ю.В., Томчук С.А., Филатова Ю.С., Серафимович И.В., Башкин М.В., Селезнева М.В., Кашапов А.С., Постнова А.А., Бузмакова А.В., Воскресенский А.М. Метакогнитивные основы конфликтной компетентности. Ярославль, 2012.
35. Реан А.А. Психология личности. СПб., Изд-во Питер, 2013. 288 с.
36. Серафимович И.В. Особенности когнитивных и личностных ресурсов педагогов в структуре психологической системы деятельности // Мир науки. Педагогика и психология, 2020. №2, С. 106-115. <https://mir-nauki.com/PDF/47PSMN220.pdf> (доступ свободный).
37. Серафимович И.В. Взаимосвязь когнитивных ресурсов и эмоционального выгорания у педагогов и врачей. В сборнике: Психология отношения человека к жизнедеятельности: проблемы и перспективы. Сборник научных трудов. Владимир, 2021. С. 58-61.
38. Серафимович И.В., Шляхтина Н.В., Сасарина Е.Е. Ресурсность управленческого мышления при организации наставничества в образовательных организациях В сборнике: Педагогическое взаимодействие: возможности и перспективы. Материалы V международной научно-практической конференции. Саратов, 2023. С. 189-196.
39. Серафимович И.В., Шляхтина Н.В., Сасарина Е.Е. Ресурсность управленческого мышления при организации наставничества в образовательных организациях. В сборнике: Стратегия развития образования для будущего России. Материалы Международной научно-практической конференции, приуроченной к Году педагога и наставника в Российской Федерации. Владимир, 2023. С. 371-380.

40. Серафимович И.В., Базанова Г.Ю. Ресурсность компонентов профессионального мышления и ценностные ориентации студентов // Мир психологии. 2023. № 2 (113). С. 95-103.
41. Хачатурова М.Р. Личностные ресурсы совладания с организационным конфликтом // Организационная психология. 2012. Т. 2. № 3. С. 16–31.
42. Deutsch M. The resolution of conflict: Constructive and destructive processes. New Haven and London: Yale Univ. Press, 1973. 463 p.
43. Lewin K. Resolving Social Conflicts. N.Y.: McGraw Hill, 1948. 232 p.

**Козлов В.В.**

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ**

### **Аннотация**

В статье сделана попытка анализа основы и возможности понять духовно-творческий, или смыслотворческий потенциал как интегративную характеристику личности, предполагающую возможность нового, универсального понимания человеческой природы. Личность является понятием духовно-социальным, она выражает все, что есть в человеке надприродного, исторического, но одновременно включает в себя тенденции и потребности биологические.

### **Ключевые слова**

Теория, личность, деятельность, индивидуальность, свойства, самосознание, практика

### **Annotation**

The article attempts to analyze the basis and the possibility to understand the spiritual-creative, or sense-making potential as an integrative characteristic of personality, suggesting the possibility of a new, universal understanding of human nature. Personality is a spiritual and social concept, it expresses everything that is natural and historical in a person, but at the same time includes biological tendencies and needs.

### **Keywords**

Theory, personality, activity, individuality, properties, self-awareness, practice

Личность является объектом многих научных дисциплин, таких как история, этика, эстетика, социология, психология, педагогика, политические и юридические науки и т.д., причем каждая из них находит в личности свой предмет. Кроме того, вопросы личности и группы занимают философов и каждого из нас в нашей обыденной жизни. Таким образом, существует великое множество определений личности, имеющих кроме разнообразных формулировок и разное содержание. Это обстоятельство часто мешает точному

взаимопониманию, поэтому мы считаем важным сразу внести определенность по этим вопросам [11].

Когда мы обращаемся к изучению теорий личности, то, пожалуй, первое, с чем нам приходится столкнуться, - это широкое многообразие подходов к описанию базовых свойств личности и их проявлений в ее структуре. Интересы и мотивы, склонности и способности, характер и темперамент, идеалы, ценностные ориентации, волевые, эмоциональные и интеллектуальные особенности, соотношение сознательного и несознаваемого (подсознательного) и многое другое - вот далеко не полный перечень характеристик, с которыми приходится иметь дело любому человеку, если он пытается нарисовать психологический портрет личности.

В психологии существуют разные подходы к пониманию личности.

1. Личность можно описать со стороны мотивов поведения, стремлений, составляющих содержание "личностного мира", т.е. уникальной системы личностных смыслов, индивидуально своеобразных способов упорядочения внешних впечатлений и внутренних переживаний.

2. Личность рассматривается как система черт - относительно устойчивых, внешне проявляемых характеристик индивидуальности, которые запечатлены в суждениях субъекта о самом себе, а также в суждениях других людей.

3. Личность описывается и как деятельное "Я" человека, как система планов, отношений, направленности, смысловых образований, регулирующих выход ее поведения за пределы исходных планов.

4. Личность рассматривается и как субъект персонализации, т.е. потребности и способности индивида вызывать изменения в других людях.

5. Личность анализируется как система идентификаций с материальными, социальными, духовными объектами, активность личности реализуется экспансивной, трансформационной, консервативными тенденциями и витальностью.

Мы придерживаемся пятой модели в нашем перечне [4, 7, 11].

Внутри самой структуры личности мы можем вычленить огромные, глобальные три подструктуры «Я». Они обозначаются как:

**«Я»- материальное** - тело человека и материальные объекты, которые человек считает своим

**«Я»-социальное** - статусы и роли, с которыми личность идентифицирована в взаимодействии человека с другими людьми, референтным окружением, с группами принадлежности, с различными социальными сообществами и обществом в целом.

**«Я»-духовное** - ценности и смыслы человеческого существования, мировоззренческое измерение.

Мы в своих работах придерживались следующих тезисов:

- Релевантными личности могут быть любые аспекты жизни человека - от метаболизма до ценностных ориентаций, что и задает биосоциокультурный масштаб рассмотрения личностной реальности;

- Соответственно эта реальность не ограничивается мотивационной сферой или чувствами (типичные редукции), но включает все многообразие психических проявлений в материальной, духовной и социальной сферах;

- Основой собственно личностной структуры является связь и переходы ее интер- и интраиндивидуальных структур посредством различных взаимоотношений;

- Различаются материальный, социальный, духовный (органический, индивидуальный, субъектный, ценностно-социальный, индивидуальный) уровни и измерения характеристик личности;

- Коммуникация (как обмен энергией, переживанием и информацией), определяя глубинную психодинамику человека, является основой первичных черт характера как структурного качества личности;

- Общение в этом смысле является родовой характеристикой личности, развивая ее саморегуляцию, мышление и ценности (хотя и не всегда положительной);

- Личность, таким образом, - это регуляторный центр открытой системы жизнедеятельности, имеющая также внутреннее, закрытое пространство как индивидуальность самосознания и регулирующая единство этих двух пространств;

- «Я» как центр самой личности, ее внутреннего мира, определяет взаимосоответствие ее тенденций и потенциалов;

- Напряженная работа внутреннего мира личности как смыслотворчество ценностей, позиций, убеждений - показатель духовного богатства индивидуальности и ее тенденции к самореализации;

- Личность - это *вершина* всей структуры человеческих свойств, индивидуальность - *глубина* личности, проявляющаяся тенденцией к самореализации, экстерииоризации, определяющей творческий вклад в человеческую культуру;

- Развитие личности связано с развитием ее индивидуальности и уникальности, сопровождающейся ростом степеней свободы компонентов ее

внутренней структуры (что непосредственно характеризует творческий потенциал личности);

- Поэтому целостное понимание индивидуально-личностного развития человека возможно лишь как единство двух координат или пространств - пространства субординации (иерархической организации свойств и идентичностей) и пространства координации (паритетного согласования индивидуализированных компонентов).

В этом последнем фундаментальном обобщении мы видим основу и возможность понять духовно-творческий, или смыслотворческий потенциал как интегративную характеристику личности, предполагающую возможность нового, универсального понимания человеческой природы.

При всей критике материалистического подхода, развернутой в современной психологии, нельзя не отметить тот факт, что именно в его русле содержатся наиболее продуктивные идеи науки о самосознании, личности, которые позволяют выстраивать правдоподобные представления об источниках человеческой активности. Наше понимание личности является попыткой развития русской психологической и социально-психологической традиции в объяснении категорий личности и группы.

На наш взгляд, понятие *отношения* продуктивно не только для раскрытия категории личности в социальной психологии, но и для групп различного уровня развития, размера, общественного статуса и др.[11, 12]

Человек с необходимостью определяет свое "Я" в смыслах и понятиях, отражающих его отношение не только к социальным системам и позициям в социальной системе, но и к природе, материальным объектам, к своему телу, духовным ценностям.

Активность является всеобщей характеристикой живых существ, жизнепорождающим, житнетворящим и жизнеподдерживающим свойством, основным условием осуществления ими жизненно значимых связей с окружающим миром.

Одновременно с этим обозначение активности как свойства и состояния живых систем открывает проблему источника ее активности.

Если мы обозначим первопричину активности живых существ как **жажду жизни** – ее рождения, поддерживания и продолжения, то это будет близко к сущности. Такое понимание справедливо, на наш взгляд, для живых существ любого масштаба и размерности, начиная от вируса до человека, от муравейника до человечества.

Первопричина активности тотально бессознательна, но имманентно присуща живому, встроена, врождена до самой идеи причины активности жизни. *Живое существо содержит в себе источник активности, то есть является причиной самого себя и своего воспроизводства в мире.*

При большей рационализации и рефлексивном дискурсе в проблему активности, мы можем вычлениить три тенденции (внутренних потребностно-мотивационных напряжений), которые являются одновременно причиной и условием активности живого существа, в том числе и человека:

*Экспансивная тенденция* – желание захватить большие территории и объемы жизнеобеспечивающих ресурсов (воздух, вода, свет, пища, территория и др.)

*Трансформационная тенденция* – изменение качеств, свойств территории и жизнеобеспечивающих ресурсов для эффективного благоприятного потребления как необходимое условие адаптации к среде, обменных со средой процессов.

*Консервативная тенденция* - гомеостатическая саморегуляция, способность и стремление сохранять постоянство своего внутреннего состояния посредством скоординированных реакций, направленных на поддержание динамического равновесия. Стремление системы воспроизводить себя, восстанавливать утраченное равновесие, преодолевая сопротивление окружающей среды и используя ее ресурсы, как среды обитания и деятельности, включающего и природную и антропогенную составляющие [10, 11].

Личность является понятием духовно-социальным, она выражает все, что есть в человеке надприродного, исторического, но одновременно включает в себя тенденции и потребности биологические. Личность возникает в результате культурного и социального развития генетически наследуемых образований (задатков, свойств высшей нервной деятельности, особенностей обмена веществ и т.д.).

Быть личностью - это значит иметь активную жизненную позицию, богатый духовный мир, который позволяет человеку в полной мере реализовать себя в различных видах творчества.. Быть личностью - это значит осуществлять выборы, возникающие в силу внутренней необходимости, оценивать последствия принятого решения и держать за них ответ перед собой и обществом, в котором живешь.

Быть личностью - это значит постоянно строить самого себя и оказывать влияние на других, владеть арсеналом приемов и средств, с помощью которых можно управлять своим собственным поведением, подчинить его собственной власти.

Быть личностью - это значит обладать свободой выбора и нести через всю жизнь ответственность за эту свободу.

Каждая личность уникальна в системе описаний, осмыслений, интерпретаций, переживаний и внешних поведенческих проявлений этого «Я». Они оказывают систематическое и глубокое влияние на то, как перерабатывается индивидом информация, касающаяся его Я. Например, если человек обладает Я-схемой, связанной с лидерством, он будет более чувствительным к вещам,

релевантным лидерству как в своем поведении, так и в поведении других. Он будет реагировать на свой социальный опыт в соответствии с гипотезами и генерализациями, обеспечиваемыми его схемой Я.

«Я» имеет положительную валентность, утвердительное начало. С идеей «Я» и «Мы» связано убеждение правильности. Нет никакой разницы, какова структура или содержание личности. Личность формирует свой внутренний образ, который аргументирует исключительную положительную значимость человека изнутри. Формируя этот образ самих себя, человек склонен подчеркивать свои положительные качества и оправдывать свои недостатки. Важно, что любому качеству, любой маленькой подструктуре личности есть оправдание, аргументация безупречной правильности [11, 25].

В зависимости от уровня развития интеллекта, образования «Я» («Мы») осознается и интерпретируется в «положительной тенденции» на уровне психологических, философских, религиозных, экономических, идеологических, духовных содержаний. В конце концов, личность может даже не знать о перечисленных уровнях, а просто переживать состояние «правильности».

Мы исходим из того, что любая личность совершенна и уникальна. Она уникальна, потому что:

- 1) имеет уникальную структуру по системе своих отождествлений с идеями, социальными статусами, ролями, ценностями, материальными объектами, тенденциями, направленностью, неповторимое психосемантическое пространство осознания и осмысления этих идентичностей ;
- 2) имеет уникальную систему воспитания и формирования, жизненный путь;
- 3) имеет уникальный язык взаимодействий с миром в ощущениях, эмоциях и чувствах, образах, символах, знаковых системах;
- 4) имеет уникальное сочетание качеств, свойств, привычек и предпочтений, социокультурного опыта и приобретённых знаний, диспозиций, мотивов, потребностей и способностей, набора психофизических особенностей [11].

Человек разговаривает с миром и людьми не только на уровне словесного языка, но и на уровне эмоций, языка символов, языка знаков, телесностью [10].

Единство этих четырех компонентов (структура, индивидуальная эволюция, язык взаимодействия с реальностью, свойства и качества) и создают личность, которая бесподобна в прямом и самом непосредственном понимании этого слова. Нет ни одной личности в социальной реальности, которая была бы похожа на другую.

Первое, что важно в понимании личности – это уникальность и самооценочность: каждый человек совершенен и уникален в любую секунду своего существования.

Все люди уникальны, неповторимы и совершенны прямо сейчас и, самое важное, они таковыми были, таковы есть и таковыми будут. Совершенны в смысле что они совершенны уникальными в своей завершенности прямо сейчас.

Этот тезис имеет ряд логических следствий:

1. В центре самосознания мы можем обнаружить переживание личностью своей уникальности, неповторимости и совершенства как истины существования.
2. Само бытие человека в любой момент жизни уникально, неповторимо и совершенно.
3. Личность обладает уникальным, неповторимым и совершенным ресурсом, потенциальностью.
4. Самоактуализация этих ресурсов является потенциалом уникальной, неповторимой и совершенной самореализации личности.

В предметной области психологическая практическая работа каждой раз предполагает уникальный внутренний мир человека, а в аспекте метода и стратегии – каждый раз предельное внимание и уникальный концептуальный мультипарадигмальный подход, оригинальное методическое и психотехническое инструментирование взаимодействия.

В последние десятилетия вектор направленности психологической науки явно смещается от естественно-научной парадигмы к экзистенциально-гуманистической. Процесс гуманизации в психологии заставляет пересмотреть целесообразность привлечения когнитивных схем для объяснения сути психологических явлений. Растет понимание того, что субъективное бытие реального человека далеко не всегда совпадает со схематичными представлениями о «нормативной» или «аномальной» личности. Экзистенциальный взгляд на человека как на «Бытие-в-Мире» ведет к изменению приоритетов: отходу от фрагментарного анализа сущности к рассмотрению живой реальности целостного существования человека. Соответственно, главным предметом исследования становится не «Я-концепция», а «Я-дазайн – концепция». Человек существует во взаимоотношениях с собой, с другими, с миром, и познать себя может только через диалог. Собственно, личность и является диалогом себя с миром.

## **Литература**

1. Ананьев Б.Г. Личность, субъект деятельности, индивидуальность. М.: Директ-Медиа, 2008.
2. Анцупов А.Я., Ефремова Г.И., Савченко И.С., Носс И.Н., Лаптев Л.Г., Козлов В.В., Перелыгина Е.Б., Сухов А.Н., Нестерчук О.А., Панасюк А.Ю., Васина Н.В., Секач М.Ф., Лаптева И.Л. Основы социально-психологических исследований. Учебник для студентов, слушателей и аспирантов вузов и курсов системы дополнительного образования / под ред. А. А. Бодалева, А. А. Деркача. Москва, 2007. Сер. Социальное образование России в XXI веке



3. Бодалев, А.А. Вершина и развитие взрослого человека: Характеристики и условия достижения . М.: Флинта, 1998. – 200 с.

4. Идентичность: социально-психологические и социально-философские аспекты / К. В. Патырбаева, В. В. Козлов, Е. Ю. Мазур [и др.] ; Научный редактор: К.В. Патырбаева. – Пермь : Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Пермский государственный национальный исследовательский университет", 2012. – 250 с. – ISBN 978-5-7944-1837-8.

5. Карпов А. В. Метасистемная организация индивидуальных качеств личности. М.: РАО, 2018. – 744 с.

6. Кашапов М.М. Надситуативное мышление как когнитивный ресурс личности // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2017. Т. 22. С. 3-9.

7. Козлов В.В. Личностный опросник самоидентичности: теория и метод. Методическое пособие. - Ярославль, 2007 – 55 с.

8. Козлов, В. В. Психология и феноменология посттравматического стрессового расстройства / В. В. Козлов, Ю. А. Бубеев, Н. А. Власов. – Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2022. – 240 с. – ISBN 978-5-88230-417-0.

9. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.

10. Козлов, В. В. Психология сознания: интегративный подход / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Психотерапия", 2022. – 274 с. – ISBN 978-5-6044075-6-1.

11. Козлов, В. В. Современная личность: самоактуализация и самореализация / В. В. Козлов. – Ярославль : демидо, 2023. – 336 с. – ISBN 978-5-7312-0411-8.

12. Козлов, В. В. Психология буддизма: четвертое колесо дхармы / В. В. Козлов. – 2-е изд.. – Вологда : Древности Севера, 2016. – 343 с.

13. Козлов, В. В. Психология дыхания, музыки и движения : Монография / В. В. Козлов. – Издание 3-е, дополненное и расширенное. – Ярославль : РПФ "Титул", 2019. – 196 с.

14. Козлов, В. В. Организационная культура / В. В. Козлов, Ю. Г. Одегов, В. Н. Сидорова. – Москва : Компания КноРус, 2013. – 272 с. – ISBN 978-5-406-02468-3.

15. Креативность как ключевая компетентность педагога / М. М. Кашапов, В. В. Козлов, В. И. Панов [и др.]. – Ярославль : ООО "Издательско-полиграфический комплекс "Индиго", 2013. – 392 с. – ISBN 978-5-91722-159-5.

16. Мазиллов, В. А. Методология психологии и проблемы изучения личности / В. А. Мазиллов // Психологический Vademecum: социализация личности в условиях неопределенности: региональный аспект : сборник научных статей. – Витебск : Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2021. – С. 13-18.

17. Майков В. В., Козлов В. В. Психология второго рождения: метафоры духовного развития // Психология педагогического мышления: теория и практика. М.: ИП РАН, 1998. С. 122–133.

18. Майков В. В., Козлов В. В. Трансперсональная психология: истоки, история, современное состояние. М.: АСТ, 2004.

19. Майков В.В., Козлов В.В. Трансперсональный проект: психология, антропология, духовные традиции Том 2 Российский трансперсональный проект (3-е издание, исправленное и дополненное) Москва, 2007.

20. Мерлин В.С. Проблемы интегрального исследования индивидуальности человека // Психологический журнал. - 1980.- № 1.- С. 59-71

21. Мухина В.С. Личность: Мифы и Реальность: альтернативный взгляд, системный подход, инновационные аспекты — 6-е изд., испр. и доп. — Москва : Нац. кн. центр, 2019. — 1159 с.

22. Новиков, В. В. Психологическое управление в кризисных социальных сообществах : монография / В. В. Новиков, Г. М. Мануйлов, В. В. Козлов ; Новиков В. В., Мануйлов Г. М., Козлов В. В. ; Междунар. акад. психологических наук. – Москва : ГАЛА-Изд-во, 2009. – 435 с. – ISBN 978-5-902396-08-6.

23. Петренко В.Ф. Многомерное сознание: психосемантическая парадигма. М.: Эксмо, 2013

24. Пермина С.В., Козлов В.В. Интегративная арт-терапия. Челябинск: Изд-во ЗАО «Цицеро», 2014. 250 с.

25. Социальная психология : Учебник / В. В. Козлов, С. А. Трифонова, Т. М. Панкратова, Л. А. Николаева. – Москва : Гардарики, 2021. – 501 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-14090-3.

26. Шадриков В.Д. Мир внутренней жизни человека. М.: Логос, 2006

**Козлов В.В., Загребельных Ф. В.**

## **ГВОЗДЕСТОЯНИЕ КАК ГИПЕРСТИМУЛЯЦИОННЫЙ МЕТОД ТРАНСФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ**

### **Аннотация**

В статье сделана попытка исследования гвоздестояния как гиперстимуляционного метода в русле интенсивных интегративных психотехнологий. Особое внимание уделено трансформационному потенциалу данного метода.

### **Ключевые слова**

Личность, состояние, гвоздестояние, сознание, гиперстимуляция, боль, осознание, личностный рост, трансформация

### **Annotation**

The article attempts to study the solstice as a hyperstimulation method in line with intensive integrative psychotechnologies. Special attention is paid to the transformational potential of this method.

## Keywords

Personality, state, solstice, consciousness, hyperstimulation, pain, awareness, personal growth, transformation

Многолетняя работа с измененными состояниями привела нас к самому примитивному способу классификации методов и техник изменения состояния сознания [3, 4, 7, 8, 9, 10]. Мы можем вычленить некий континуум распределения плотности стимульного поля жизни во времени и пространстве. Изменение сознания всегда является или искусственной или спонтанно естественной (заданной ситуацией жизни) манипуляцией интенсивности стимульного поля.

Классификация методов индукции измененных состояний сознания на 2 основных вида – гипостимуляционных и гиперстимуляционных была предложена нами в 90-ые годы прошлого столетия. При максимальной интенсивности воздействия на анализаторные системы (сенсорная атака) мы вычленяли гиперстимуляционные методы. При минимальной интенсивности стимульного поля (сенсорная и социальная депривация, монотония) – гипостимуляционные методы [3].

Гиперстимуляционные методы используют множество измененных состояний сознания, которые включают целый ряд архаических «технологий священного». Эти технологии так или иначе сочетают в себе барабанную дробь, звуки трещоток, колоколов или гонгов, танцевальные марафоны до физического изнеможения, мощные дыхательные сессии в варианте гипервентиляции, а также мощное физическое механическое воздействие на тело (причинение сильной боли в различных вариантах бичевания и самобичевания). Бичевание во многих религиозных и философских традициях более известно как один из способов «умерщвления плоти». К подобным способам можно отнести отказ от одежды, когда природные условия явно предполагали ее ношение; ношение неудобной или истязующей одежды типа власяницы; ношение кандал, вериг, пудовых крестов; погребение себя заживо в различные чрезвычайно неудобные каменные мешки, самобичевание плетками в христианской монастырской традиции и др.[5]

В психофизиологии выделяют ноцирецепторы - первичные афферентные (сенсорные) нейроны, которые активируется только болевым раздражителем (которые повреждают или потенциально могут повредить ткани организма). Интенсивная стимуляция ноцицепторов обычно вызывает неприятные болевые ощущения.

В последние 10 лет в России стало популярным метод «стояния на гвоздях».

Практика гвоздестояния зародилась в древней Индии. Многие аскетические практики были невозможны без силы духа, крепкой нервной системы, твёрдого физического тела и ясного ума. Всё это достигается с помощью стояния на гвоздях. Название доски Садху произошло от

санскритского корня *sādh*, что в переводе означает «достичь цели» или «возьметь силу над чем-то».

Изначально (во времена Будды Шакьямуни и Махавиры) саманы стояли или лежали на острых камнях [6]. Доски Садху более модифицированные версии этой практики.

Занятия с ней называют гвоздестоянием и даже гвоздетерапией. Техника достаточно проста: человек встаёт обеими стопами на деревянные доски с торчащими из них металлическими штырями. Обычно его поддерживает так называемый проводник. Но многие делают это и в одиночестве, опираясь на высокий стол или подоконник.

Практика может длиться как несколько секунд до нескольких часов. Сама доска выглядит кровожадно, но на самом деле гвозди не протыкают кожу: их много, и вес человека распределяется по ним равномерно. Единственное, что остаётся на стопах после сеанса, - это характерные точки-ямки.

Многие наши клиенты отмечают сильный прилив энергии и «перезагрузку сознания» после гвоздестояния. Некоторые говорят о мощном высвобождении эмоций и новом взгляде на привычные вещи. На человеческом теле существует множество активных точек. Стимулируя их, можно улучшать физическое и психическое состояние и даже регулировать работу внутренних органов. Стимуляция таких точек тонкими иглами называется акупунктурой. А их массаж - акупрессурой. Стояние на гвоздях частично сочетает оба типа воздействия.

Но дело не только в физической пользе. Гвозди — это ещё и мощная психологическая практика, которая позволяет реализовать следующие цели и личностные запросы:

- Развить волю и чувство самоконтроля, концентрацию, равнодушие к временному физическому дискомфорту.
- Снять психоэмоциональное напряжение, прожить негативные чувства, пережить эмоциональный катарсис.
- Достичь максимального пребывания в моменте, на время отключить внутренний диалог, отпустить навязчивые мысли.
- Бросить себе вызов и научиться преодолевать страхи.
- Способствует уменьшению хронической боли и улучшению самочувствия, активности, настроения.

Гвоздестояние как гиперстимуляционный метод имеет характер позитивного болевого стресса и индуцирует расширенное состояние сознания через встряску для организма, выброс эндорфинов.

## Технология

Главное правило - расслабиться как физически, так и психологически. Те, кто уже давно стоит на гвоздях, предпочитают делать это с утра, чтобы пробуждать организм не кофе, а внутренними ресурсами. Но также можно заняться гвоздестоянием и после йога-практики. Для первого раза достаточно и нескольких секунд, потом время можно постепенно увеличивать до 10 минут и дольше.

Напряжённые, спазмированные стопы более восприимчивы к боли, поэтому с ними желательно поработать. Мы рекомендуем как следует размять их руками.

Атмосфера тоже имеет значение. Мы считаем, что важно прийти на практику с положительными ожиданиями, а не страхом. А на гвозди ступать, будучи расслабленными, спокойными и готовыми к новому опыту. Мы советуем практиковать гвоздестояние в комфортной обстановке и с людьми, которым вы доверяете.

Как показывает наш эмпирический опыт в течение 5 лет занятий, положительное воздействие гвоздестояния отмечается всеми участниками, которые прошли практику гвоздестояния.

Клиенты участники нашего исследования отмечают, что практика безопасна физически - гвозди не протыкают снабжаемые кровью ткани стопы, так что практики на гвоздях, хотя и кажутся экстремальными со стороны и порой новичкам, в действительности безопасны.

Гвоздестояние позволяет укрепить волю и формировать толерантность к стрессу. Можно преодолеть робость, страхи, почувствовать себя в ситуации контроля, что можно использовать при тревожности, дистрессе, а вероятно и при бессоннице, головных болях психосоматического происхождения,

Практика компактна по времени (сессия длится обычно от 5 до 15 минут) и "доска садху" доступна по цене (от 2 тыс.руб), что облегчает начало занятий.

Механическое воздействие «доски садху» двояко: болевое, и массажное. Болевое воздействие (при отсутствии повреждения нижних слоёв кожи) можно рассматривать как эустресс – фактор, который побуждает человека к активным действиям, на продуктивную работу и положительные перемены в жизни (в т.ч., избавление от вредных привычек).

Наше исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. Процесс вхождения в РСС с применением гвоздестояния приводит к улучшению общего состояния участников тренинговой работы.

2. Погружения в РСС с применением гвоздестояния оказывают положительное воздействие на такие интегративные показатели, как самочувствие, активность и настроение клиентов.

3. Погружение в РСС оказывают положительное влияние на показатели уровня бодрости, работоспособности и мотивации к работе.

4. Погружение в РСС с применением гвоздестояния имеет избирательное влияние на различные процессы эмоциональной сферы, в частности на:

- снижение показателей уровня тревожности;
- повышение показателей спокойствия;
- повышение энергии и жизненной силы;
- чувство уверенности в себе;
- ощущение состояния приподнятости.

5. Погружение в РСС с применением гвоздестояния оказывает положительное влияние на:

- удовлетворение от проделанной работы;
- улучшение эмоционального состояния;
- удовлетворение потребностей в психологическом контакте;
- удовлетворение потребностей в соучастии целого спектра групповых переживаний;
- получение участниками тренинга большого энергетического заряда.

Проведенное исследование гвоздестояния представляет собой теоретический и экспериментальный анализ поставленной проблемы, что дает возможность продолжения работы в этой области не только при помощи психологических опросных методов и беседы, но и нейропсихологических и нейрофизиологических лабораторных методов .

## **Литература**

1. Аллахвердов В. М. Сознание как парадокс (экспериментальная психология, т. 1). - СПб.: «Издательство ДНК», 2000.
2. Гроф С. За пределами мозга: рождение, смерть и трансценденция в психотерапии. – М.: ТПИ, 1994 – 504 с.
3. Козлов В.В. Психология и феноменология расширенных состояний сознания. М., 1994. 131 с.
4. Козлов В.В., Бубеев Ю.А. Измененные состояния сознания: системный подход. М., 2005. 395 с.
5. Козлов В.В. Психотехнологии измененных состояний сознания. М.: Институт психотерапии, 2005. 544 с.
6. Козлов, В. В. Психология буддизма: четвертое колесо дхармы / В. В. Козлов. – 2-е изд.. – Вологда : Древности Севера, 2016. – 343 с.
7. Козлов В.В. Основы духовной психологии: высшие состояния пробуждения. М. МАПН, 2019 - 328 с.

8. Козлов В.В. Психология дыхания, музыки и движения. Изд. Третье дополненное и расширенное. Ярославль, МАПН, РПФ «Титул», 2019 - 206 с.
9. Козлов, В. В. Психология сознания: интегративный подход / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Психотерапия", 2022. – 274 с. – ISBN 978-5-6044075-6-1. – EDN XFZNPV.
10. Козлов, В. В. Методология интегративной психологии : Монография / В. В. Козлов. – Москва: Международная академия психологических наук, Рекламно-производственная фирма "Титул", 2021. – 180 с. – ISBN 978-5-6044075-3-0.
11. Козлов, В. В. Современная личность: самоактуализация и самореализация / В. В. Козлов. – Ярославль : демидо, 2023. – 336 с. – ISBN 978-5-7312-0411-8. – EDN СЕСРДН.
12. Кучеренко В.В., Петренко В.Ф., Рассохин А.В., ИСС: психологический анализ //Вопросы психологии №3, стр.70-78, 1998
13. Мазиллов В.А. Интеграция психологического знания: методологические проблемы. М.: МАПН, 2008. 122 с.
14. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности : монография / Прохоров А.О.. — Москва, Саратов : ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 351 с.
15. Goleman D. The Buddha on meditation and consciousness. Part I: The teachings.// Journal of Transpersonal Psychology 4, 1 (1972). – p. 1- 44.
16. Grof S. (ed.). Human Survival and Consciousness Evolution. – Albany (N.Y.): SUNY Press, 1988. – 308 p.
17. Hunt Н.Т. A Cognitive Psychology of Mystical & Altered State Experience // Perceptual & Motor Skills, Monograph Supplement 1- V58, 1984, p. 467-513.
18. Mishlov J. The Roots of Consciousness. – Tulsa: Council Oak Books, 1993. – 416 p.

**Костригин А.А., Цой А.А.**

## **СРАВНИТЕЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ОСЬМИНОГОВ В РАБОТАХ М.И. ГОЛЬДСМИТ<sup>5</sup>**

**Аннотация.** В статье авторы обращаются к психологическому наследию Марии Исидоровны Гольдсмит (1871-1933) как представителя российского психологического зарубежья. Описывается ее краткая биография, выделяются основные направления научных исследований и общественной деятельности. Анализируются публикации М.И. Гольдсмит по сравнительной психологии, рассматриваются ее экспериментальные исследования познавательных процессов осьминогов. Делается вывод о необходимости продолжения изучения биографии и творчества М.И. Гольдсмит, а также важности историко-научных исследований по зоопсихологии и сравнительной психологии.

---

<sup>5</sup> Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-28-00089, <https://rscf.ru/project/22-28-00089/>

**Ключевые слова:** история психологии, российское психологическое зарубежье, М.И. Гольдсмит, биография, зоопсихология, сравнительная психология, осьминоги, архивы.

**Abstract.** In the article, the authors refer to the psychological heritage of Maria Isidorovna Goldsmith (1871-1933) as a representative of the Russian psychological abroad community. Her brief biography is described, the main directions of scientific research and social activities are highlighted. The publications of M.I. Goldsmith in comparative psychology, her experimental studies of the cognitive processes of octopuses are considered. It is concluded that it is necessary to continue studying the biography and work of M.I. Goldsmith, as well as the importance of historical-scientific research in animal psychology and comparative psychology.

**Keywords:** history of psychology, Russian psychological abroad community, M.I. Goldsmith, biography, animal psychology, comparative psychology, octopuses, archives.

## Введение

Актуальным направлением историко-психологических исследований является изучение *истории российского психологического зарубежья* [Российское научное зарубежье..., 2010]. Рассматриваются биографии и творчество психологов-эмигрантов [Гапоненков, Цыганков, 2019; Жарова, Батыршина, 2018; Костригин, 2019, 2020; Люк, Волкова, 2011; Масоликова, Сорокина, 2011; Стоюхина, 2018; Стоюхина, Мазиллов, 2016; Тихонова, 2015], анализируются социально-исторические и логико-научные условия разработки психологического знания в российском зарубежье [Масоликова, 2019; Сорокина, 2019; Федунина, 2011], обсуждаются предпосылки возникновения психологических школ [Костригин, 2018] и др.

В последние годы повышается интерес к *малоизвестным ученым-психологам* [Мазиллов, Слепко, 2023; Стоюхина, 2021], в том числе жившим и работавшим в эмиграции (Костригин, 2022). Среди этой группы персоналий можно выделить Марию Исидоровну Гольдсмит<sup>6</sup> (1871-1933), биолога, сравнительного психолога, переводчика, общественного деятеля. В ее биографии присутствует много белых пятен (Российское научное зарубежье..., 2010, с. 37-38), а научный вклад, особенно в области психологии, описан недостаточно [Любина, 2002]. В данной работе ставится *цель* обобщения имеющихся биографических сведений (в том числе на основе архивных материалов) о жизни М.И. Гольдсмит и анализа ее исследований в области сравнительной психологии.

## Жизненный путь М.И. Гольдсмит

М.И. Гольдсмит родилась 19 (7) июля 1871 г. [ГАРФ. Ф. Р5969. Оп. 1. Д. 1. Л. 6; Любина, 2002; The biographical dictionary..., 2000, p. 1046-1047] в Санкт-

---

<sup>6</sup> Имела также псевдонимы Мария Корн, Изидин [Российское научное зарубежье..., 2010, с. 37-38].



Петербурге в семье революционера и редактора журнала «Знание» И.А. Гольдсмита. Из-за политических преследований ее семья была вынуждена уехать во Францию в 1887 г. [Российское научное зарубежье..., 2010, с. 37-38], по другим данным – в 1888 г. [Confino, Rubinstein, 1992]. М.И. Гольдсмит окончила факультет естественных наук Парижского университета в 1894 г. [ГАРФ. Ф. Р5969. Оп. 1. Д. 1. Л. 7; Любина, 2002; The biographical dictionary..., 2000, p. 1046-1047]. С этого же года и до 1927 г. она работала в физиологической лаборатории Парижского университета, которой руководил зоолог Ив Делаж (1854-1920). В 1915 г. М.И. Гольдсмит защитила докторскую диссертацию на тему «Физиологические и психологические реакции у рыб» [Goldsmith, 1915]. В некоторые годы она проводила исследования на морской зоологической станции в Роскофе, которой руководил И. Делаж [Любина, 2002; Российское научное зарубежье..., 2010, с. 37-38]. В 1927-1933 г. М.И. Гольдсмит работала в лаборатории экспериментальной психологии и физиологии ощущений в Практической школе высших исследований (Ecole Pratique des Hautes Etudes) в Париже [Любина, 2002; The biographical dictionary..., 2000, p. 1046-1047], а также вела занятия на факультете медицины Парижского университета [The biographical dictionary..., 2000, p. 1046-1047].

Кроме научных исследований, М.И. Гольдсмит занималась *общественной деятельностью* [Хоруженко, 2019; Confino, Rubinstein, 1992]. Она состояла в группах российских анархо-коммунистов в Швейцарии и Франции [Российское научное зарубежье..., 2010, с. 37-38; Хоруженко, 2019], находилась в переписке с П.А. Кропоткиным [Confino, Rubinstein, 1992; The biographical dictionary..., 2000, p. 1046-1047], была хранителем его личного архива [Российское научное зарубежье..., 2010, с. 37-38] и перевела его «Этику» на французский язык в 1927 г. [Kropotkine, 1927]. Она также взаимодействовала с другими российскими общественными деятелями – М.М. Ковалевским, П.Л. Лавровым (перевела его «Исторические письма» на французский язык в 1903 г. [Lavroff, 1903]) и др. Ее интерес к революционным движениям выражался и в публицистическом анализе общественных вопросов [Изидин, 1907; Корн, 1931].

### **Экспериментальные исследования познавательных процессов и механизмов научения у осьминогов в трудах М.И. Гольдсмит**

Основными направлениями научных исследований М.И. Гольдсмит были *теория эволюции, физиология червей и моллюсков* – размножение (в частности партеногенез) у позвоночных, симбиотические отношения у червей, а также *сравнительная психология позвоночных, беспозвоночных и членистоногих* – сенсорные и мнемические образы у осьминогов, восприятие и память у рыб, плетение паутинных сетей и др. Она занималась не только конкретными сравнительно-психологическими исследованиями животных, но и проводила теоретико-методологический анализ основ этой отрасли психологии [Goldsmith, 1927]. Кроме того, она была известна российским зоопсихологам и сравнительным психологам: например, ее работы использовал В.А. Вагнер [Вагнер, 1913, с. 301-302]. Свои исследования М.И. Гольдсмит проводила также

под научным руководством И. Делаже, поэтому в ее творчестве значимое место занимают совместные с ним публикации [Delage, Goldsmith, 1913a, 1913b].

Специальным вопросом ее научных исследований и сравнительной психологии в целом в начале XX в. [Lashley, Dodson, 1919] было изучение познавательных процессов и поведения осьминогов. В работе «Некоторые сенсорные реакции у осьминога» [Goldsmith, 1917b] она описала *особенности восприятия, памяти, цветоразличения и цветовосприятия* у осьминогов.

При исследовании зрительного и тактильного восприятия и памяти у осьминогов М.И. Гольдсмит провела следующую серию экспериментов. Исследование проводилось в бассейне, в который был помещен осьминог. В первом эксперименте экспериментатор взбалтывала воду, тем самым, привлекая внимание осьминога к месту волнения воды. В качестве реакции на раздражитель осьминог пытался схватить объект. Внимание осьминога удавалось привлечь до пятнадцати раз подряд. Однако при многократном повторении этого действия со стороны экспериментатора животное переставало реагировать, что, по мнению М.И. Гольдсмит, было вызвано или усталостью, или индивидуально приобретенной адаптацией (приобретенным опытом).

В другом эксперименте в бассейн помещался один и тот же предмет несколько раз. Схваченный предмет притягивался осьминогом и удерживался в течение непродолжительного времени; так как это не было пищей, то животное быстро теряло интерес и отбрасывало предмет в сторону. Со второго раза животное удерживало предмет значительно меньше времени, а в последующие разы осьминог только ощупывал предмет, не поднося его ко рту. После 6-7 повторений осьминог ограничивался лишь прикосновением к предмету, после чего сразу отказывался от него.

М.И. Гольдсмит отмечала существенную разницу в поведении осьминога в тех случаях, когда он уже имел опыт взаимодействия с одним и тем же предметом, и когда предмет предъявлялся ему впервые. Важным результатом данных экспериментов являлось то, что у осьминога поэтапно формировались тактильные и зрительные образы: тактильные образы от незнакомого объекта возникают первыми, а зрительные следуют за ними. Кроме того, она выявила и мнемические особенности тактильного и зрительного восприятия: память на зрительные образы исчезает спустя три часа, а тактильная память сохраняется в течение восьми часов. М.И. Гольдсмит предложила в качестве объяснения *концепцию «скрытой памяти»* (de souvenir latent): образ объекта сначала длительно формируется и со временем угасает, при повторном формировании того же образа объекта этот процесс происходит быстрее, чем в первый раз.

Вторая серия экспериментов была направлена на изучение цветоразличения у осьминогов. Им предъявлялись желтый, зеленый, синий, красный и черный цвета в виде цветных предметов (например, лабораторных щипцов или металлических дисков). В одном из экспериментов животному было предъявлено два предмета разного цвета, причем один из них поочередно

сопровождался или не сопровождался пищей. Экспериментатор проверяла, распознавало ли животное тот предмет, который сопровождался пищей, и какой из двух предметов больше привлекал осьминога. Ход эксперимента выглядел следующим образом: пищу (мидию) бросали в воду рядом с предметом, например, зеленого цвета. Осьминог немедленно приплывал и хватал добычу и сопровождающий ее предмет. Через некоторое время, когда пища была съедена, предмет изымали из воды и бросали вновь без пищи, но теперь вместе с другим предметом желтого цвета. Осьминог двигался к зеленому предмету, который изначально предьявлялся с пищей. Многократное предьявление двух несъедобных предметов приводило к тому, что животное переставало реагировать на эти предметы. М.И. Гольдсмит вновь объясняла подобное поведение осьминога усталостью или научением. При этом осьминог каждый раз направлялся к тому предмету, который сопровождался пищей.

Стоит упомянуть эксперименты с предметами красного цвета, так как ранее считалось, что беспозвоночные не способны к цветовому зрению (Patten, 1898, p. 850). В серии экспериментов, проведенных с красными и синими, красными и зелеными дисками (причем красным был тот, который сопровождал пищу), выяснилось, что узнавание и запоминание красного цвета происходило быстрее, чем других цветов. Предложив осьминогу пищу в сопровождении красного диска, через несколько мгновений в воду погружали этот же диск рядом с черным. Наблюдалась существенная разница в поведении осьминога: в большинстве случаев он сразу же двигался по направлению к красному диску. М.И. Гольдсмит пришла к выводу, что осьминоги способны различать цвета, в частности они отличают красный цвет от черного. Между образом цветного предмета и образом пищи могут быть установлены ассоциации, даже если цвет и предмет не являются частью естественной среды обитания животного.

Итогом этих двух серий экспериментов М.И. Гольдсмит является вывод о том, что у осьминогов формируется так называемая «скрытая память», которая помогает им узнавать предмет при последующем взаимодействии с ним и демонстрировать по отношению к нему свою прошлую реакцию. В современной терминологии этот феномен называется *научением*, которое происходит путем возникновения условно-рефлекторной связи между биологически значимым (пищей) и биологически нейтральным (стимульный материал) предметами.

В другом исследовании М.И. Гольдсмит изучала *инстинкты и привычки* (сформированные рефлексы) у осьминогов (Goldsmith, 1917a). Она ставила задачу определить у осьминогов наличие способности к извлечению выгоды из индивидуального опыта, что в начале XX в. считалось слабо развитым у беспозвоночных по сравнению с позвоночными (Holmes, 1911).

М.И. Гольдсмит провела эксперимент над осьминогом, у которого пытались выработать новый условный рефлекс путем приведения инстинкта в противоречие с новым ощущением, которое предназначено для изменения проявлений самого инстинкта. Был выбран инстинкт, который побуждает

осьминога бросаться на любой движущийся в воде предмет и хватать его, а в качестве нового впечатления – ощущение жжения, которое испытывает животное при контакте с книдоцитами стрекательных клеток актинии. Актинию и осьминога поместили в один бассейн: каждый раз, когда осьминог прикасался к ней во время плавания, он резко отдергивал щупальца, концы которых особенно чувствительны. Эксперимент состоял в том, чтобы бросить в воду предмет (например, металлический диск, прикрепленный к концу веревки) так, чтобы он упал очень близко к актинии, и чтобы осьминог, пытаясь схватить предмет, был вынужден дотронуться до нее. Испытываемое болезненное ощущение должно было тормозить привычку хвататься за брошенный предмет.

Сначала осьминог быстро хватался за брошенный предмет, и тогда его жалила актиния. Со временем его действия становились более аккуратными, он не двигался всем телом в сторону предмета, а лишь исследовал его концами щупалец. В конце концов животное переставало проявлять какой-либо интерес к брошенному предмету. Стимул предъявлялся с небольшими интервалами в 5-10 минут в течение 2 часов. Спустя 1 час 15 минут сформированная привычка (условный рефлекс) исчезала, и осьминог снова начинал вести себя так же, как и в самом начале. Однако вторичное обучение происходило быстрее – после трех или четырех попыток во время второго эксперимента происходило закрепление навыка. Далее стимул предъявлялся с интервалом в 20 часов. Каждый раз утрата привычки и забывание опыта казалось полным, но повторное научение происходило все быстрее и быстрее, а продолжительность сохранения навыка увеличивалось до трех-четырех часов.

В ходе экспериментов М.И. Гольдсмит установила, что осьминог обладает *способностью извлекать выгоду из индивидуального опыта*: привычка однозначно приобреталась, однако с трудностями и коротким периодом ее сохранения в памяти. Привычка (условный рефлекс) возникает в результате ассоциации двух ощущений, во время которой страх перед болезненным ощущением переносится на изначально привлекательный объект и совершенствуется: сначала в совокупности только с определенным набором ощущений (зрительного восприятия предмета и тактильного ощущения от жалящей актинии), а затем только через зрительное восприятие предмета. Память, проявляющаяся при приобретении такой привычки, демонстрирует все признаки, которые обычно приписываются памяти позвоночных: постепенное приобретение памяти, увеличение продолжительности ее сохранения в результате повторения, постепенное исчезновение и приобретение памяти вновь. Сравнивая память осьминогов в этом эксперименте с памятью, наблюдавшейся у рыб, М.И. Гольдсмит утверждала, что, какой бы трудной она ни была для проявления, какой бы нестабильной и беглой ни была у головоногих моллюсков, различия носят только количественный, а не качественный характер.

Таким образом, М.И. Гольдсмит внесла вклад в изучение психических процессов осьминогов и разработку *методологии и методики проведения сравнительно-психологических исследований*.

## Заключение

Изучение биографии и научного творчества М.И. Гольдсмит представляется значимым в связи с недостаточным развитием историко-психологических исследований в области российской психологии зарубежья, необходимостью развития *истории российской зоопсихологии и сравнительной психологии* (Артемьева, Щелокова, 2017; Эволюционная и сравнительная психология..., 2013), наконец, участия ученого в общественной деятельности и ее вклада в становление общественных движений в эмиграции. Обращение к персоналиям из российской психологической зарубежья демонстрирует пересечение их жизни и творчества с сообществом той страны, в которую они эмигрировали, и мировым сообществом, что свидетельствует о преемственности в общественных и научных концепциях между российской и мировой наукой.

## Литература

1. Артемьева О.А., Щелокова М.В. Историография советской зоопсихологии: герои, достижения и этапы развития в представлениях авторов академических учебников // Психология и психотехника. 2017. № 3. С. 23-35.
2. Вагнер В.А. Биологические основания сравнительной психологии. Т. 2. Инстинкт и разум. СПб.: Т-во М.О. Вольф, 1913.
3. Гапоненков А.А., Цыганков А.С. «Симфоническое философствование» (биографические реалии переписки С.Л. Франка и Л. Бинсвангера) // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 1: Богословие. Философия. Религиоведение. 2019. № 85. С. 88-107.
4. Государственный архив Российской Федерации (ГАРФ). Ф. Р5969. Оп. 1. Д. 1.
5. Жарова Д.В., Батыршина А.Р. Женские имена в психологии: Мария Рикерс-Овсянкина (Maria Rickers-Ovsiankina) // Вестник Мининского университета. 2018. Т. 6. № 1 (22). С. 11.
6. Изидин М. Революционный синдикализм и социалистические партии. Лондон, 1907.
7. Корн М. П.А. Кропоткин и русское революционное движение // Интернациональный сборник, посвященный десятой годовщине смерти П.А. Кропоткина / Под ред. и с примеч. Г.П. Максимова. Чикаго: Федерация русских анархо-коммунистических групп Соед. Штатов и Канады, 1931. С. 179-192.
8. Костригин А.А. «В наше время, педагогически направленное»: студенческие психолого-педагогические штудии в Русском педагогическом институте им. Я.А. Коменского в Праге // Педагогика и просвещение. 2018. № 3. С. 46-64.
9. Костригин А.А. Евгения Моисеевна Ганфман (1905-1983) как последователь Л.С. Выготского // Культурно-историческая психология. 2019. Т. 15. № 2. С. 114-124.
10. Костригин А.А. Фундаментальные психологические идеи В.В. Зеньковского в ранний период эмиграции // Институт психологии

Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Т. 5. № 2 (18). С. 461-485.

11. Костригин А.А. Концепция мышления и умственных способностей А.И. Шпаковского // Психология способностей и одаренности: сборник статей II Всероссийской научно-практической конференции (24-25 ноября 2022 г.) / Под науч. ред. В.А. Мазилова. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2022. С. 46-49.

12. Любина Г.И. Мария Исидоровна Гольдсмит // Природа. 2002. № 6. С. 91-93.

13. Люк Х., Волкова М.В. Тамара Дембо: научный портрет на фоне XX века // Методология и история психологии. 2011. Т. 6. № 1. С. 40-73.

14. Мазилев В.А., Слепко Ю.Н. Николай Александрович Соколов: психотехника культурно-просветительской работы // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2023. Т. 8. № 2. С. 4-31.

15. Масоликова Н.Ю. Фокус некоторых профессиональных карьер российских психологов-эмигрантов первой волны // Развитие российской психологии накануне и после русской революции 1917 года: тенденции, научные школы, персоналии: сборник статей участников Всероссийской научной конференции с международным участием / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Ю.Н. Олейник, Э.В. Тихонова. Саров: Интерконтакт, 2019. С. 218-224.

16. Масоликова Н.Ю., Сорокина М.Ю. История российского научного зарубежья и психологическое сообщество // Методология и история психологии. 2011. Т. 6. № 2. С. 92-109.

17. Масоликова Н.Ю., Сорокина М.Ю. Русская наследница Песталоцци: Елена Антипова (1892-1974) и ее учителя // Ежегодник Дома русского зарубежья имени Александра Солженицына. 2014. № 5. С. 31-60.

18. Российское научное зарубежье: материалы для биобиблиографического словаря. Вып. 2: Психологические науки: XIX – первая половина XX в. / Авт.-сост. Н.Ю. Масоликова, М.Ю. Сорокина. М.: Дом русского зарубежья им. А. Солженицына, 2010.

19. Сорокина М.Ю. Октябрь 1917 года и формирование российского психологического зарубежья: альтернатива // Развитие российской психологии накануне и после русской революции 1917 года: тенденции, научные школы, персоналии: сборник статей участников Всероссийской научной конференции с международным участием / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Ю.Н. Олейник, Э.В. Тихонова. Саров: Интерконтакт, 2019. С. 121-132.

20. Стоюхина Н.Ю. Сергей Степанович Чахотин и НОТ: КОВОТЕП–ОСВАГ–СССР // История российской психологии в лицах: Дайджест. 2018. № 5. С. 142-166.

21. Стоюхина Н.Ю. Психотехник городской среды И.Н. Дьяков (к 130-летию со дня рождения) // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2021. Т. 6. № 4. С. 156-178.

22. Стоюхина Н.Ю., Мазилев В.А. Четвериков Иван Пименович: данные биографии #1 // История российской психологии в лицах: Дайджест. 2016. № 4. С. 34-50.

23. Тихонова Э.В. Лапшин Иван Иванович: данные библиографии работ #1 // История российской психологии в лицах: Дайджест. 2015. № 1. С. 38-48.
24. Федунина Н.Ю. Франко-русские контакты в области гипнотизма и внушения в конце XIX – начале XX века // Методология и история психологии. 2011. Т. 6. № 1. С. 74-91.
25. Хоруженко В.К. Мария Корн и проблема объединения русского анархического движения в начале XX века // Вестник Таганрогского института имени А.П. Чехова. 2019. №1. С. 261-264.
26. Эволюционная и сравнительная психология в России: традиции и перспективы / Под ред. А.Н. Харитоновой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013.
27. Confino M., Rubinstein D. Kropotkine savant. Vingt-cinq lettres inédites de Pierre Kropotkine à Marie Goldsmith. 27 juillet 1901-9 juillet 1915 // Cahiers du monde russe et soviétique. 1992. Vol. 33. № 2-3. P. 243-301.
28. Delage Y., Goldsmith M. La parthénogénèse naturelle et expérimentale. Paris: Ernest Flammarion, 1913a.
29. Delage Y., Goldsmith M. The theories of evolution. New York: B.W. Huebsch, 1913.
30. Goldsmith M. Reactions physiologiques et psychiques des poisons. Paris: Institut général psychologique, 1915.
31. Goldsmith M. Acquisition d'une habitude chez le poulpe // Comptes rendus hebdomadaire des séances de l'Académie des sciences. 1917a. Т. 164. P. 737-738.
32. Goldsmith M. Quelques réactions sensorielles chez le Poulpe // Comptes rendus hebdomadaire des séances de l'Académie des sciences. 1917b. Т. 164. P. 448-450.
33. Goldsmith M. La psychologie comparée. Paris: Alfred Costes, 1927.
34. Holmes S.J. The evolution of animal intelligence. New York: H. Holt and Company, 1911
35. Kropotkine P. L'Éthique / Traduit du russe avec une introduction par Marie Goldsmith. Paris: Stock, Delamain et Boutelleau, 1927.
36. Lashley K.S., Dodson J.D. Sensory psychology of animals // Psychological Bulletin. 1919. Vol. 16. № 5. P. 159-164.
37. Lavroff P. Lettres historiques / Traduit du russe et pr'ec'ed'e d'une notice bibliographique par Marie Goldsmith. Paris: Librairie C. Reinwald; Schleicher frères et cie., éditeurs., 1903.
38. Patten W. A basis for a theory of color vision // The American Naturalist. 1898. Vol. 32. № 383. P. 833-857.
39. The biographical dictionary of women in science. Pioneering lives from ancient times to the mid-20th century. Vol. 1. A-K / Ed. by M. Ogilvie, J. Harvey. London: Routledge, 2000.

Костригин А.А., Штрикер Ю.Д.

**БИБЛИОМЕТРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ РОССИЙСКИХ  
ПУБЛИКАЦИЙ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИИ  
ТЕЛЕСЕРИАЛОВ ЗА 2013-2022 ГГ.<sup>7</sup>**

**Аннотация.** Проведен библиометрический анализ российских публикаций по направлению психологии телесериалов за 2013-2022 гг. На основе данных из базы РИНЦ определено количество публикаций по данному направлению, показатели авторского участия, тематика исследований. Определено, что динамика публикаций по психологии телесериалов имеет возрастающий характер, в их изучение вовлечено широкое научное сообщество. Определен междисциплинарный характер проблематики психологических исследований телесериалов: психология пересекается с языкознанием, педагогикой, философией, социологией и др. Обнаружены ограничения РИНЦ в отборе публикаций и представлении данных. Предложена методика библиометрического отбора публикаций при определении ядра психологических исследований различных феноменов.

**Ключевые слова:** телесериалы, психология телесериалов, публикации, библиометрический анализ, наукометрический подход, междисциплинарность.

**Abstract.** A bibliometric analysis of Russian publications in the direction of the psychology of TV series for 2013-2022 was carried out. Based on data from the RSCI database, the number of publications in this area, indicators of author participation, and research topics were determined. It has been determined that the dynamics of publications on the psychology of television series is increasing, and a wide scientific community is involved in their study. The interdisciplinary nature of the problems of psychological research of TV series is determined: psychology intersects with linguistics, pedagogy, philosophy, sociology, etc. The limitations of the RSCI in the selection of publications and data presentation are found. A technique for bibliometric selection of publications in determining the core of psychological studies of various phenomena is proposed.

**Keywords:** TV series, psychology of TV series, publications, bibliometric analysis, scientometric approach, interdisciplinarity.

### **Введение**

С развитием библиометрических баз и наукометрических инструментов анализа публикаций распространяются количественные исследования индикаторов функционирования науки в целом и отдельных научных областей. В современной психологии формируется самостоятельный *наукометрический подход* [Журавлев, Костригин, 2023б], относящийся к общенаучной методологии психологии, проводится анализ состояния и перспектив развития различных отраслей и направлений психологии на основе библиометрических и

---

<sup>7</sup> Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-28-00089, <https://rscf.ru/project/22-28-00089/>



наукометрических данных [Евдокимов и др., 2013; Журавлев, Костригин, 2023а; Зуев, Нестик, 2018; Костригин, Журавлев, 2022; Мазиллов, Слепко, 2020; Моргунов и др., 2021; Рубцов и др., 2019; Федоров, 2021].

Среди актуальных психологических направлений можно выделить психологию кино [Яновский, 2010], внутри которой становится востребованным специальный вектор *психологического анализа телесериалов*. В него входит, с одной стороны, изучение психологических особенностей зрителей телесериалов [Орестова, Ткаченко, 2018; Samart et al., 2018] и восприятия телесериала как телевизионного и медиапродукта [Гараганов, 2022; Steuer, Hustedt, 2002], с другой – рассмотрение психологических характеристик персонажей, которые используются в виде психологических приемов воздействия на зрителя [Бутова, 2016] и рассматриваются в рамках внутренней логики сюжета сериала как художественного произведения [Костригин, 2019]. *Спецификой телесериалов* по отношению к фильмам является наличие нескольких серий, присутствие единой сюжетной линии и персонажей, включение в конец каждой серии кульминации повествования, а в начало следующей – его развязки, важность очередности восприятия серий и их несамостоятельность, цикличность (для большого количества сериалов до сих пор характерен периодический выход серий), сезонность, потенциальная бесконечность производства серий и др. [Даниленко, 2011].

В связи с возрастающей популярностью телесериалов увеличивается и количество научных исследований, направленных на осмысление их места в современной культуре и роли в формировании социальных установок и личности человека. *Целью* данной статьи является библиометрический анализ современных российских публикаций по психологии телесериалов.

### **Материалы и методы исследования**

Для выявления количественных характеристик публикаций, посвященных психологии телесериалов, был проведен *библиометрический анализ* работ по данной теме. В качестве объекта исследования выступили публикации в электронной базе «Российский индекс научного цитирования» (РИНЦ), вышедшие за последние десять лет (2013-2022 гг.). Предметом исследования является психологическая проблематика исследований телесериалов. Поиск включал в себя следующие позиции: в разделе «Расширенный поиск» в строке поиска было указано слово «сериал» (хотя формально более точным термином является «телесериал», в публикациях часто используется более распространенная форма – «сериал», поэтому для расширения охвата публикаций осуществлялся поиск по последнему варианту); в графе «Где искать» выбирались опции «в названии публикации», «в аннотации» и «в ключевых словах»; поиск проводился по следующим типам публикаций – «статьи в журналах», «книги» и «материалы конференций»; в качестве «Тематики» была выбрана «Психология»; в графе «Параметры» был отмечен пункт «искать с учетом морфологии»; годы публикации были ограничены 2013-2022 гг. Обнаруженные публикации были добавлены в отдельную подборку, так

как именно эта функция РИНЦ позволяет осуществлять автоматический анализ показателей по произвольно составленной выборке работ.

В данной статье проводился анализ библиометрических показателей количества публикаций по годам, авторскому участию, организациям, тематике, ключевым словам (данные получены 14.08.2023 г.). В качестве ограничения представления данных отметим, что в режиме анализа публикаций в подборке отсутствует возможность автоматического определения количества публикаций по различным типам и журналам, входящим в базы Web of Science (WoS), Scopus, RSCI и ядра РИНЦ, количества авторов по годам, поэтому эта информация будет представлена в общем виде.

### Результаты исследования и их обсуждение

Всего была обнаружена 571 публикация по направлению психологии телесериалов, проиндексированная в РИНЦ. Распределение публикаций по годам представлено в табл. 1.

**Таблица 1.** Распределение публикаций по направлению психологии телесериалов за 2013-2022 гг. (данные от 14.08.2023 г.)

Год	Количество публикаций
2013	15
2014	24
2015	16
2016	34
2017	41
2018	43
2019	74
2020	82
2021	133
2022	109

Анализ распределения количества публикаций по психологии телесериалов свидетельствует о *достаточно устойчивом их увеличении* от года к году (за исключением небольшого отклонения показателей от возрастающего тренда в 2015 и 2022 гг.), что может говорить о повышении интереса исследователей к проблемам изучения телесериалов. Среди причин можно отметить развитие телесериалов как сегмента киноиндустрии, активным внедрением сериалов в культурное пространство, распространение видеостримингов и др.

Среди общего количества публикаций 304 (53%) работы опубликованы в журналах. В базах данных WoS и Scopus индексируется 31 работа, в ядре РИНЦ – 41, в RSCI – 28. Таким образом, лидирующим типом публикаций является *журнальная статья*, что говорит об актуальном развитии данного научного направления: по нашему мнению, чем больше журнальных публикаций, тем более востребованной является исследуемая проблематика, так как в настоящее время журналы выступают ведущей публикационной площадкой. Кроме того, 41 (7,2%) работа (определим этот показатель по ядру РИНЦ, который включает в

себя наибольшее количество журналов) опубликована в высокорейтинговых периодических изданиях: для такой узкой темы показатель является достаточно высоким<sup>8</sup>.

Рассмотрим авторское участие в исследованиях по направлению психологии телесериалов с помощью анализа общего количества авторов и распределения публикаций по организациям (см. табл. 2). Всего авторами статей выступили 913 человек, а на одного автора приходится 0,63 работы, что говорит о *достаточно высоком вовлечении исследователей* в разработку вопросов психологии телесериалов: значение авторского участия на каждую работу (почти по два автора) соответствует показателям более общих направлений психологии<sup>9</sup>. Среди наиболее частотных организаций приведем те, у которых 8 и более публикаций по данному направлению.

---

<sup>8</sup> Для сравнения: при таком же поисковом запросе слов «кино» и «фильм» (как более общих категорий) доля публикаций в высокорейтинговых журналах равна 8% и 5,5%, соответственно.

<sup>9</sup> Для сравнения: для слов «кино» и «фильм» на одного автора приходится 0,7 и 0,67 публикации, соответственно.

**Таблица 2.** Распределение публикаций по направлению психологии телесериалов за 2013-2022 гг. по организациям (данные от 14.08.2023 г.)

№ п/п	Организация	Количество публикаций
1	Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова	22
2	Санкт-Петербургский государственный университет	20
3	Московский городской педагогический университет	14
4	Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского	13
5	Российский университет дружбы народов им. П. Лумумбы	12
6	Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»	11
7	Новосибирский государственный педагогический университет	10
8	Челябинский государственный университет	10
9	Новгородский государственный университет им. Ярослава Мудрого	9
10	Академия медиаиндустрии	8
11	Казанский (Приволжский) федеральный университет	8
12	Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского	8
13	Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена	8

К наиболее частотным относятся научные и образовательные организации из Москвы. К другим ведущим центрам изучения психологии телесериалов относятся также учреждения из Санкт-Петербурга, Омска, Новосибирска, Челябинска и Великого Новгорода. Это свидетельствует о том, что интерес к вопросам данного научного направления имеет *всероссийский характер*. Стоит отметить, что частотные организации не являются узко специализированными, большинство из них относится к классическим учреждениям, для которых характерна междисциплинарность научных исследований.

Далее представим распределение публикаций по тематике (см. табл. 3). Предварительно отметим, что несмотря на то, что при формировании поискового запроса была отмечена тематика «Психология», среди ведущих научных областей, по которым были обнаружены публикации, присутствуют и другие. Это связано с тем, что рубрикация в РИНЦ происходит по разным критериям: в основном по Государственному рубрикатору научно-технической информации (ГРНТИ), но и по наличию психологических терминов в названии, аннотации и ключевых словах. Представленное далее распределение публикаций по тематике осуществлялось РИНЦ по ГРНТИ.

**Таблица 3.** Тематика публикаций по направлению психологии телесериалов за 2013-2022 гг. (данные от 14.08.2023 г.)

№ п/п	Тематика	Количество публикаций
1	Языкознание	205
2	Народное образование. Педагогика	103
3	Психология	50
4	Философия	48
5	Социология	35
6	Культура. Культурология	20
7	Массовая коммуникация. Журналистика. Средства массовой информации	18
8	История. Исторические науки	17
9	Искусство. Искусствоведение	16
10	Экономика. Экономические науки	15

Наибольшее количество публикаций по направлению психологии телесериалов относится к областям «Языкознание», «Народное образование. Педагогика» и «Психология». В рамках изучения телесериалов ведущей направленностью является анализ *филологических, педагогических и воспитательных вопросов*. Кроме того, авторы рассматривают философские, социологические, культурологические, информационные, публицистические, исторические, искусствоведческие, художественные и экономические феномены, связанные с сериалами.

Собственно психологическая проблематика занимает небольшую часть публикаций (50). Полученные данные можно проинтерпретировать следующим образом: с одной стороны, это может быть техническим ограничением РИНЦ при автоматической выдаче публикаций по конкретной теме (всего 50 непосредственно психологических работ среди 571 публикации по выбранной тематике «Психология»), с другой – расширением публикационного пространства за счет включения в него исследований, только косвенно относящихся к психологии. Таким образом, выявленные показатели свидетельствуют о том, что психологическая проблематика поднимается при изучении телесериалов в области языкознания, педагогики, философии и др. Сам анализируемый феномен (телесериал) является междисциплинарным, чему соответствуют и обнаруженные *междисциплинарные связи между различными научными областями*.

Похожие данные были получены для показателей распределения публикаций по ключевым словам (см. табл. 4). При представлении данных ключевые слова были разделены на группы общей и психологической направленности; отобраны наиболее частотные слова общей направленности, которые встречались 12 и более раз, и психологической направленности – 3 раза и более; исключены ключевые слова на английском языке, так как они дублировали таковые на русском.

Наиболее частотными терминами анализируемых публикаций являются слова общей направленности, которые можно отнести к различным областям науки. Исследователей интересуют языковые единицы, употребляемые в сериале, их использование при формировании коммуникативных

компетенций, различные филологические вопросы. Кроме того, телесериал рассматривается как репрезентация различных социальных феноменов и выступает как категория киноискусства. Вероятно, такой спектр ключевых слов связан с высокой содержательностью самих телесериалов.

**Таблица 4.** Распределение публикаций по направлению психологии телесериалов за 2013-2022 гг. по ключевым словам

№ п/п	Ключевые слова общей направленности	Всего	№ п/п	Ключевые слова психологической направленности	Всего
1	Сериал (телесериал, сериалы)	70	1	Коммуникация	10
2	Перевод	24	2	Личность	9
3	Массовая культура	21	3	Ценности	8
4	Юмор	19	4	Эмоции	8
5	Кинодискурс	18	5	Идентичность	7
6	Аудиовизуальный перевод	16	6	Душа	5
7	Английский язык	15	7	Сознание	5
8	Кино	14	8	Ценностные ориентации	5
9	Гендер	13	9	Архетип	3
			10	Мимика	3
10	Кинематограф	12	11	Мировоззрение	3
			12	Мотивация	3
11	Телевидение	12	13	Потребности	3
			14	Психоанализ	3

Несмотря на высокие показатели слов общей направленности, достаточно частотными являются и психологические термины. Приведенные нами ключевые слова психологической направленности указывают на *ядро проблематики* в рамках направления психологии телесериалов. В работах рассматриваются коммуникативные явления и ситуации, влияние сериалов на сознание человека, его состояния, эмоциональную сферу и мировоззрение. Пространство сериала рассматривается как источник формирования различных идентичностей. Кроме того, сериал выступает транслятором актуальных ценностей и ценностных ориентаций. Дополнительной тематической группой выступают психологические характеристики героев телесериалов и их мотивация. Наконец, проявляется психоаналитическая направленность публикаций. Таким образом, ядром содержания психологических исследований телесериалов являются *вопросы психологии коммуникации, личности в целом и ее отдельных компонентов и сфер, психоанализа*.

### **Заключение**

В российских социо-гуманитарных науках можно наблюдать повышенный интерес к изучению телесериалов, в том числе их психологических проблем. По результатам библиометрического анализа современных российских публикаций по психологии телесериалов можно говорить о происходящем формировании и самостоятельном развитии данного специального научного направления (на основе показателей авторского участия и их краткого сравнения с более общими направлениями психологии кино и фильмов). Точные критерии признания сформированности

научных направлений находятся в процессе разработки научным сообществом, поэтому данный вывод пока имеет относительный характер.

Психологические исследования телесериалов носят, в первую очередь, междисциплинарный характер: на пересечении психологии и языкознания (лексическое выражение эмоций и отражение особенностей невербального поведения в сериалах), психологии и педагогики (формирование навыков коммуникации с помощью сериалов, сериал как материал для обучения и воспитания), психологии и экономики (координирование коммуникации в продакт-плейсменте, восприятие брендов в сериалах) и др. Собственно психологическая тематика при анализе телесериалов касается рассмотрения их как коммуникации, оказывающей воздействие на личность и ее эмоциональную сферу с помощью изображаемых героев и ситуаций, выявления в телесериалах различных социально-психологических феноменов, применения психоанализа к интерпретации содержания сериалов.

На основе полученных результатов можно обнаружить дополнительные ограничения РИНЦ (при отборе публикаций и представлении данных), а также разработать *библиометрическую методику определения содержания психологических исследований различных феноменов*. Для составления ядра психологической проблематики публикаций необходимо провести два этапа библиометрического отбора: 1) на этапе формирования первичного поискового запроса в расширенном поиске выбрать тематику «Психология»; 2) на этапе анализа публикаций в подборке выявить ключевые слова психологической направленности. Именно таким образом будут определены наиболее существенные психологические вопросы изучаемого предмета.

### Литература

1. Бутакова Л.О. Когнитивная природа восприятия полимодального текста и его психолингвистическое моделирование (на материале рецепции русских и американских мультсериалов) // Вопросы когнитивной лингвистики. 2016. № 4 (49). С. 21-32.

2. Гараганов А.В. Популярность сериала «Игра в кальмара» среди молодежи как отображение психологических и социальных потребностей социума // Самоуправление. 2022. № 1 (129). С. 195-199.

3. Даниленко Т.А. Сериал как феномен массовой культуры // Культура: открытый формат – 2011: (библиотековедение, библиографоведение и книговедение, искусствоведение, культурология, музееведение, социокультурная деятельность). Минск, 2011. С. 109-112.

4. Евдокимов В.И., Зотова А.В., Рыбников В.Ю. Медицинская психология: наукометрический анализ диссертационных исследований (1980-2012 гг.). СПб.: Политехника-сервис, 2013.

5. Журавлев А.Л., Костригин А.А. Количественный анализ изданий Института психологии РАН по научному направлению психологии нравственности в 2002-2021 гг. Часть I. Библиометрический анализ // Психологический журнал. 2023а. Т. 44. № 3. С. 71-82.



6. Журавлев А.Л., Костригин А.А. Наукометрический подход в психологии // Научные подходы в современной отечественной психологии / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко, Г.А. Виленская. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023б. С. 440-458.

7. Зуев К.Б., Нестик Т.А. Библиометрический анализ развития основных направлений психологических исследований (по данным WoS и статистике поисковых запросов Google) // Психологическое знание: современное состояние и перспективы развития / Отв. ред. А.Л. Журавлев, А.В. Юревич. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 671-697.

8. Костригин А.А. Психика, сознание и личность в «Черном зеркале» // Цифровой ученый: лаборатория философа. 2019. Т. 2. № 1. С. 39-45.

9. Костригин А.А., Журавлев А.Л. Количественный анализ изданий Института психологии РАН по научному направлению методологии психологии в 2002-2021 гг. // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 5. С. 99-120.

10. Мазилев В.А., Слепко Ю.Н. Психологические исследования в современной России: опыт наукометрического анализа (по материалам «Сибирского психологического журнала») // Сибирский психологический журнал. 2020. № 77. С. 10-22.

11. Моргун А.Н., Олейник Ю.Н., Журавлев А.Л. Тематические направления отечественной истории психологии как внутренние факторы развития отрасли: наукометрический анализ на материале РИНЦ // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2021. Т. 6. № 1 (21). С. 219-251.

12. Орестова В.Р., Ткаченко Д.П. Кинопредпочтения и представления о супергероях как отражение потребностей современного молодого человека в условиях транзитивности // Психологические исследования. 2018. Т. 11. № 61. С. 11.

13. Рубцов В.В., Марголис А.А., Шведовская А.А., Пономарева В.В. Наукометрический анализ культурно-исторического направления в научных публикациях 2009-2019 годов // Культурно-историческая психология. 2019. Т. 15. № 4. С. 119-132.

14. Федоров А.А. Постмодернизм в психологии: библиометрический анализ // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2021. Т. 18. № 2. С. 410-423.

15. Яновский М.И. Проблема изучения кинематографа в психологии // Психологический журнал. 2010. Т. 31. № 5. С. 79-88.

16. Camart N., Zebdi R., Bouvet C. Between pleasure and risk: the psychology of TV series watching – an empirical study with 400 participants // Combining Aesthetic and Psychological Approaches to TV Series Addiction / Ed. N. Camart, S. Lefait, A. Paquet-Deyris, L. Romo. Cambridge: Cambridge Scholars Publishing, 2018. P. 36-54.

17. Steuer F.B., Hustedt J.T. TV or no TV? A primer on the psychology of television. Lahman: University Press of America, 2002.

## ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАПРАВЛЕННОЙ ВИЗУАЛИЗАЦИИ

**Аннотация.** В данной статье описан метод направленной визуализации из направления интенсивных интегративных психотехнологий как практический инструмент в работе психолога. Кратко изложены принцип работы метода, основные его составляющие, такие как расслабление, сосредоточение и собственно медитативное состояние, и способ анализа данной практики посредством концепции языков сознания, применяемой в рамках интегративной психологии.

**Ключевые слова:** направленная визуализация, интенсивные интегративные психотехнологии, расслабление, сосредоточение, собственно медитативное состояние, концепция языков сознания, анализ.

**Annotation.** This article describes the method of directed visualization from the course of intensive integrative psychotechnologies as a practical tool in the work of a psychologist. The principle of operation of the method, its main components, such as relaxation, concentration and the meditative state itself, and the method of analyzing this practice through the concept of languages of consciousness used in the framework of integrative psychology are briefly described.

**Keywords:** directed visualization, intensive integrative psychotechnologies, relaxation, concentration, the actual meditative state, the concept of languages of consciousness, analysis.

Направленная визуализация - это современный метод исследования и трансформации личности, метод из направления интенсивных интегративных психотехнологий. В своем общем назначении применяется для интеграции и развития личности, базово опирается на понятие трансформации, использования потенциала психики, и ее способности к самоизменению, принятых в русле интегративной психологии. Автором данного направления является профессор Ярославского государственного университета имени П.Г. Демидова - В.В. Козлов.[1, 2, 3, 4, 5, 6, 7]

Исторические предпосылки создания этого метода своими корнями уходят в далекое прошлое, ее история начинается 12 тысяч лет назад. В европейской же традиции направленные визуализации придуманы К.Г. Юнгом. [Юнг, Франц, 1997]

Если рассматривать направленную визуализацию с технической стороны, то она представляет собой упражнение, сочетающее в себе три аспекта: расслабление, концентрацию на дыхании и построение образного пространства с включением слуховой и кинестетической модальностей.[Козлов, Донченко, 2015]

Направленные визуализации позволяют проанализировать сознательные и неосознаваемые личностные аспекты. Феноменология процессов, весь

проявленный, обнаруживаемый «материал» воспринимается как своего рода намеки и послания индивидуального и интерперсонального бессознательного самосознанию личности. И, в своем общем представлении направленную визуализацию можно считать путешествием в образно-символическую структуру личности. И важным моментом, на который следует обратить внимание, является технологически аккуратно и корректно выстроенная работа с состояниями сознания и смыслами образов.

Человек способен воспроизводить видимые и невидимые образы зрительного ряда в своем сознании, и этим свойством человеческого сознания является визуализация. Исходя из самого словосочетания «направленные визуализации» очевидно понятно, что данный метод применяется в определенном контексте, с определенной целью, в определенной предметной области человеческого существования.

Направленная визуализация это медитативная техника, предполагающая определенный уровень фокусировки сознания, при котором существует своеобразное единение ума и объекта, реализуемого посредством концентрации внимания, его фиксации на внутреннем объекте, на основных контекстуальных образно-символьных пространствах. Причем есть два аспекта такой концентрации: отвлечение внимания от мешающих объектов и фокусирование этого обретенного внимания на одном объекте в данный момент.

Переходя к практическим аспектам практики направленной визуализации, описанию данной психотехники, речь о которой пойдет ниже, хочется отметить следующий момент. Данный инструмент в психологической работе можно реализовывать, применять несколькими способами, что добавляет ей универсализма и расширяет практический диапазон её применения.

Во-первых, формат работы с данным инструментом можно выбрать как индивидуальный, так и групповой. То есть, направленная визуализация как метод возможна в тренинговой группе и в индивидуальной психологической практике с клиентом.

Во-вторых, направленную визуализацию может проводить непосредственно психолог, также есть возможность воспользоваться записанной на электронный носитель версией практики.

В-третьих, если говорить о записанной версии техники, то есть вариант ее применения самим клиентом в домашних условиях, как части терапевтического процесса.

В-четвертых, если говорить о количественной стороне применения данного метода, то направленную визуализацию возможно использовать разово или циклом из нескольких сеансов.

Перед непосредственным процессом выполнения практики существует важный подготовительный этап. Если не говорить о тренинговой группе и индивидуальной психотерапевтической сессии, в которых комфортные условия предполагаются по умолчанию, то для практикующего направленную

визуализацию важно выбирать максимально удобное время, когда ничего не мешает и не отвлекает. Также для всех вместе взятых случаев использования данной практики важно выбирать удобное место, комфортное, тихое и спокойное, без посторонних шумов. Направленную визуализацию лучше всего делать сидя, в этой позе контроль сознания средний, способствующий максимальной эффективности такой практики. Лучше с опорой спины, можно располагаться и на стуле. Глаза должны быть закрыты на протяжении всего процесса, потому что зрительный анализатор, зрение мешает фокусировке внимания, оттягивает на себя 70 процентов энергии сознания человека.

Итак, непосредственно сам процесс направленной визуализации включает в себя три этапа:

1 Этап - Расслабление. Суть данного этапа заключается в устранении чрезмерного нервно-мышечного напряжения. И достигается необходимое расслабление при помощи дыхания. Для этого используется практика «Пуджи Анахаты», которая способна напитать человека определенными кинестетическими и энергетическими ощущениями. Она представляет собой цикл из 21 связного дыхания через область сердца, т.е. дыхания без пауз между вдохом и выдохом, глубоко и медленно. При этом, выполняя вдох, важно мысленно представлять, как сердце наполняется «благородными состояниями сознания»: Любящей добротой, Состраданием, Радостностью и Равнодушием. А во время выдоха представлять что «оскверненные состояния сознания» - злость, обида, ревность, жадность, гнев и т.п. покидают область сердца. Это контекстуальное упражнение направлено на напоминание человеку о том, что важно в его жизни. После такой дыхательной практики сознание входит в состояние готовности к фокусировке на любом объекте, и к встрече с теми глубинными символами, которые станут содержанием направленной визуализации и также предполагается присутствие полноты силы сознания.

2 Этап - Сосредоточение. Во время этого этапа ведущим произносится текст визуализации, а практикующий сосредотачивает свое внимание на данном тексте, на том образном пространстве, которое разворачивается перед его мысленным взором. И здесь необходимо постараться создать нейтральный фокус внимания и отключиться от мыслей. Это очень важный момент, на который следует обратить внимание. Существует принцип - пассивность отношения, «пусть это произойдет само собой». Пусть мысли приходят и уходят, не нужно стараться активно отделаться от них. Нужно мягко возвращаться к объекту внимания, не заботясь о том, сколько раз приходится направлять сознание к нему. И если возникают и как бы отвлекают ощущения, образы, чувства, эмоции и мысли, стоит позволять им возникать и исчезать, без какого-либо принуждения. Не цепляясь, не подкрепляя и не придавая этому значения; не удерживая, и не пытаясь развить или найти в этом дополнительный смысл.

3 Этап - Собственно медитативное состояние, которое проявляется в том, что во время практики человек порой испытывает сильные переживания,

инсайты, которые высвечивают его жизнь, заставляют взглянуть на нее по-новому, позволяют увидеть её смысл, поставить перед собой новые цели и установить новые отношения с другими людьми, со своим окружением.

После завершения направленной визуализации практикующему следует еще некоторое время находиться в той же позе, с закрытыми глазами, прекратив при этом концентрацию внимания на образах. Не рекомендуется резко открывать глаза. Сначала следует проделать медленные движения головой, несколько раз открыть и закрыть глаза, слегка размять плечевые суставы. И только после этого можно вставать, выход из практики должен быть мягким.

Следующим шагом, который необходимо сделать человеку, практикующему направленную визуализацию - это ее анализ, который возможен в трех аспектах – самоанализа, группового (если используется групповой формат работы) и профессионального. Хочется отметить, что только качественно реализованный процесс старательного, внимательного, аккуратного, детального и глубокого анализа, позволит максимально эффективно и продуктивно решить поставленные человеком цели и задачи, найти, явно понять и осознать «ответы», которые содержит сознание практикующего, его психическая реальность.

Итак, в 90-е годы как аналитическая концепция в рамках интегративного подхода в психологии была предложена концепция языков сознания.[Козлов, 2023]

Их пять:

- поток ощущений,
- поток эмоций и чувств,
- поток образов,
- поток символов,
- поток знаков, слов, мыслей.

С одной стороны - это эволюционные языки, то есть они возникли поэтапно. Самый древний язык, который существует на земле это язык ощущений. И языком ощущений обладают все живые существа. Начиная от простейших одноклеточных, у которых они есть. Конечно, язык ощущений человека просто глобальный, потому что мы не просто млекопитающие, мы люди, которые имеют сознание, и которые дифференцируют язык ощущений по многим модальностям. Это и батморцепция, хеморцепция, терморцепция, кинестетическая рецепция и т.д. Модальностей языка ощущений огромное количество. Есть и отрицательные ощущения - ощущения боли, дискомфорта. Самыми тонкими ощущениями считаются те, которые вроде бы не имеют модальности, но всегда существуют. Это ощущение энергии.

Язык эмоций и чувств. Все эмоции являются определенными свидетелями и корреспондентами у реакции человека на жизнь, на разные ее аспекты. Эмоции являются своеобразным «соком» жизни. Чувства - они более длительные, эмоции спонтанные и появляются все время. Умение

анализировать эмоции, замечать эмоции, слышать эмоции - это один из самых главных навыков жизни. Это жизнь в полноте чувств.

Язык образов. Этот язык тоже интермодальный, образы бывают разные (зрительный образ, образ запахов, слуховые образы, кстати, музыка - это слуховой образ). Умение их анализировать и, особенно, каким образом они разворачиваются, в каких сюжетах, с какими эмоциями связаны, с какими энергиями связаны - это чрезвычайно важно для того, чтобы пережить полимодальное погружение в переживание.

Язык символов. Он более обобщенный, но в процессах они тоже встречаются, масса различных символов.

Язык слов, мыслей. Очень многие люди живут в языке слов, внутреннем диалоге, разговоре, своеобразной внутренней «болтанке». Поэтому важно и нужно анализировать мысли, которые есть в процессе. Они всегда являются посланиями.

Важно осознавать следующий момент, что в направленной визуализации всегда присутствует целостный процесс. И практикующему нужно и важно понимать этот процесс и его послания. А для этого необходимо научиться хорошо, качественно анализировать что происходит. Что говорят телесные ощущения, потому что из ощущения разворачивается весь сюжет переживания. Тело все время вспоминает, припоминает, рассказывает и важно научиться распознавать и понимать, что оно говорит, потому что оттуда формируются и распаковываются сюжеты и чувства, образы, персоны, слова. Процесс - это своеобразный внутренний диалог человека с самим собой. И этот диалог - интимный. Умение слушать себя, понимать послания, которые есть в процессе - это чрезвычайно важное умение человека, практикующего направленную визуализацию.

Итак, технически анализ выглядит следующим образом. Сразу после завершения практики направленной визуализации человеку нужно весь процесс проанализировать в пяти языках сознания, о которых речь шла выше. И это достаточно сложная задача - нужно выполнить своеобразное рассечение потока в направленной визуализации, но поток переживаний всегда целостен по факту и един. И для того, чтобы интегрировать опыт (опыт направленной визуализации) нужно с одной стороны «разобрать» и затем «собрать» пять потоков, увидев и осознав их взаимосвязи, выделить ключи, ответы и послания данного процесса. Начинать нужно с ощущений, с разных ощущений, поток которых все время присутствует во время выполнения практики. Они всегда о чем-то говорят. И затем эмоции и чувства, они ассоциированы с этими ощущениями. Далее образы, символы и слова. Таким образом реализуется подробный и детальный самоанализ.

Для удобства анализа рекомендуется пользоваться следующим алгоритмом. Для начала необходимо записать поток переживаний, весь процесс, и что случилось в нем. И лучше это сделать сразу после завершения направленной визуализации, потому что велика вероятность забывания порой очень важных его деталей. Затем зафиксировать информацию по каждому из

потоков в отдельности, разложив при этом целостный процесс на пять: поток ощущений, поток эмоций и чувств, поток образов, поток символов и поток знаков, слов и мыслей. Далее постараться увидеть, осмыслить и осознать взаимосвязи между потоками, зафиксировать, записать полученный результат, инсайты, полученные в ходе такого детального самоанализа.

И, если практикуется цикл направленных визуализаций и регулярно выполняется практика, также рекомендуется проследить взаимосвязи между инсайтами и выводами, полученными после каждого пройденного процесса, выстраивать смысловые цепочки между ними, подводить итоги раз в неделю и по завершении всего цикла практик. Это позволит качественно проструктурировать и получить максимальный эффект после проделанной человеком работы.

И еще одно очень важное замечание. В течение дня и всего времени после пройденного процесса или цикла практик, в поле сознания человека могут еще приходить инсайты, а не только в процессе непосредственного анализа. Человек может обнаруживать, что ему становится понятен смысл тех или иных посланий процессов. Поэтому важно сохранять внимательное отношение к себе, чуткость и тонкость восприятия.

Итак, нами подробно был описан процесс выполнения практики направленной визуализации в различных вариантах ее использования. Детально и полно описан процесс анализа данной практики по принципу аналитической концепции языков сознания в рамках интегративного подхода.

#### Список литературы:

1. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2
2. Козлов, В.В. Психотехнологии измененных состояний сознания. Монография / В.В. Козлов. - М.: Психотерапия, 2015 - 400 с. - ISBN - 978-5-906364-11-1. - Текст: непосредственный.
3. Козлов, В.В., Донченко И.А. Направленные визуализации: теория и метод/ В.В. Козлов, И.А. Донченко. - Запорожье, 2015 - 251 с. Текст: непосредственный.
4. Козлов, В. В. Психология буддизма: четвертое колесо дхармы / В. В. Козлов. – 2-е изд.. – Вологда : Древности Севера, 2016. – 343 с.
5. Козлов, В. В. Психология сознания: интегративный подход / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Психотерапия", 2022. – 274 с. – ISBN 978-5-6044075-6-1.
6. Козлов, В. В. Современная личность: самоактуализация и самореализация / В. В. Козлов. – Ярославль : демидо, 2023. – 336 с. – ISBN 978-5-7312-0411-8.
7. Козлов, В. В. Психология дыхания, музыки и движения : Монография / В. В. Козлов. – Издание 3-е, дополненное и расширенное. – Ярославль : РПФ "Титул", 2019. – 196 с.

8. Юнг, К.Г., Франц, М.Л., фон Хендерсон, Д.Л. и др. Человек и его символы / К.Г. Юнг, М.Л. Франц; М.: Серебряные нити, 1997. 368 с. - ISBN 5-10-003041-0. - Текст: непосредственный.

Лучистая Р.С.

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОТЕКАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВРЕМЕНИ КАК “ОБЪЕКТИВНОГО” И “СУБЪЕКТИВНОГО”**

### **Аннотация**

Психологическое время неоднородно: можно говорить о психологическом времени как времени бытия отдельного человека (субъективном времени), а также – как о времени в социальном аспекте (социальном времени). Автор рассматривает психологическое время не только как внутреннее по отношению к человеку, но и как внешнее (традиционно, психологическое время воспринимается исключительно как внутреннее, а астрономическое – как внешнее). В понимании автора психологическое время может быть как внешним, так и внутренним.

**Ключевые слова:** психологическое время, хронологическое время; субъективное и объективное время, социальное время: внутреннее и внешнее; темпоральные аспекты психологии общения; жизненный ритм человека; временная перцепция

### **Abstract**

Psychological time is heterogeneous: one can speak of psychological time as the time of being of an individual person (subjective time), and also as time in the social aspect (social time). The author considers psychological time not only as internal in relation to a person, but also as external (traditionally, psychological time is perceived exclusively as internal, and astronomical time as external). In the author's understanding, psychological time can be both external and internal.

**Keywords:** psychological time, chronological time; subjective and objective time, social time: internal and external; temporal aspects of the psychology of communication; human life rhythm; temporary perception

Противопоставление “астрономического времени” (его также называют собственно “хронологическим”) времени “психологическому” занимает современных исследователей из различных научных областей – естественнонаучной, психологической, культурологической, философской, области социальных наук и т.д. Так, Дж.Т.Фрейзер в созданной им концепции хронософии, а также – во множестве трудов, посвященных изучению времени (“Время как конфликт: научное и гуманитарное исследование” [14] и других) подчеркивает, что феномен времени междисциплинарный сам по себе, в связи с чем требует также междисциплинарного исследования. Именно поэтому проблема психологического времени как времени человека и его жизни



рассматривается во множестве дисциплинарных полей – не только собственно в поле психологии и медицины, но и в поле истории и философии; более того, – психологи, изучая феномен времени, подчеркивают наличие богатого философского наследия в области изучения данного феномена.

Так, поднимая проблему психологического времени, С.Г.Андреева [1] пишет о том, что данная проблема является одной из центральных в философской рефлексии разных эпох. Проблема времени отражена уже в античной мифологии (в частности, в образе бога Кроноса) и философии; чему посвящено множество исследований [4], [13], [5] и др.

Однако, углубление в тему психологического времени приводит к мыслям о неоднородности данной категории: так, можно говорить о психологическом времени как времени бытия отдельного человека – то есть, субъективном времени, а также – как о времени в социальном аспекте (социальном времени) – например, времени в перспективе восприятия социальных сообществ, времени в коммуникативном аспекте и т.д. В связи с этим, мы рассматриваем психологическое время не только как *внутреннее* по отношению к человеку, но и как *внешнее*. Несмотря на заключение философов (прежде всего, И.Канта, который рассматривал время как “априорную форму восприятия” человеком мира) о том, что время неразрывно связано с человеком и его бытием; и присуще не столько миру, сколько живущим в нем людям, – нельзя не признать, что и окружающий человека мир тоже подвержен изменениям с течением времени. В связи с этим, можно говорить не только о субъективном (“внутреннем”), но и об объективном (“внешнем” по отношению к человеку) времени.

Особенности протекания психологического времени человека, а также учет этих особенностей важен, как отмечает К.М.Магомедов [8] не только для работы в экстремальных условиях, но и в обычной социальной практике, в сферах коммуникаций. Здесь уместно говорить о темпоральных аспектах психологии общения: “Культура общения в различных общественных сферах складывается, прежде всего, на базе способностей психологически взаимно адаптироваться друг к другу, в которых определенное значение имеют и темпоральные аспекты. Не секрет, что одна из существенных причин психологической несовместимости людей состоит в несовпадении их жизненных ритмов. В связи с этим большой знаток человеческого общения Андре Моруа отмечает в своих знаменитых «Письмах к незнакомке» в специальной главе, посвященной несовместимости в браке, следующее: «Вообразите себе мужа деятельного, энергичного, у которого все в руках горит, который стремится заполнить жизнь всевозможными занятиями, различными интересами, любит путешествовать, веселиться, и впрягите его в одну упряжку с флегматичной, вялой, медлительной женой, постоянно жалующейся на усталость и жаждущей покоя. Он всегда точен, вплоть до минуты, она же вечно опаздывает, не ценит времени. Как избежать

столкновений, которые возникнут из-за подобного несходства жизненного ритма? Быть может, путем взаимной терпимости, но без страданий все равно не обойтись. Если не установится общий – взаимоприемлемый – образ жизни, если близость не цементирует чету столь непохожих людей, несовместимость налицо» [8, С.45-46].

Темпоральная несовместимость, как нам видится, – важный аспект психологической несовместимости. Ниже приведем кейс о темпоральной несовместимости людей (из собственного опыта помогающего практика), в котором данная проблема не очевидна на первый взгляд, поскольку жалобы клиента касаются бессонницы и проблем в браке.

Мужчина 48 лет, обратился за консультацией в связи с бессонницей, из-за которой распался его третий брак. Из рассказа клиента мы узнаем, что во всех его браках ни одна из избранниц не смогла приспособиться к его режиму сна (точнее отсутствию ночного сна как такового). Мужчина сетовал на то, что он вообще не спит по ночам: засыпает вместе с супругой, но минут через 15 просыпается, ещё минут 15 пытается не мешать сну жены, но потом все же встаёт и работает. Браки распадаются на 2-3 год. В ходе консультации выяснилось, что он ”спит” дробно, минут по 10-15 5-6 раз в сутки, даже не замечая, что это сон; может сидя задремать, после чего физическая и умственная активность восстановлена полностью, как если бы он спал 7-8 часов. Женщин такой режим, естественно, не устраивал, вследствие чего браки и распадались. Темпоральная несовместимость в аспектах сна и бодрствования, как в приведенном выше кейсе, – наиболее наглядная; тем не менее, темпоральная несовместимость партнеров может быть выражена также в различном субъективном восприятии длительности времени.

В связи с этим уместно упомянуть о темпоральном аспекте социального взаимодействия как такового, что особенно актуально в современном цифровом мире, в условиях, когда люди находятся в разных часовых поясах и взаимодействуют между собой. Кроме того, темпоральный аспект социального взаимодействия может проявляться в ситуациях, когда время для разных людей течет по-разному (различное субъективное восприятие длительности времени). Ниже приведем кейс о темпоральном аспекте социального взаимодействия (из собственного опыта помогающего практика),

Сёстры - близнецы (одна из них одарена физико-математическим складом ума, вторая – гуманитарным, учатся в одном и том же техническом вузе (экзамены сдавали друг за друга), после окончания ВУЗа уезжают в разные концы СССР, в разные часовые пояса. Сестра, проживающая на Дальнем Востоке, стала медлительнее (это касалось темпа речи, а также темпа протекания времени ее жизни); а сестра, проживающая на северо-западе страны, – напротив, “ускорила”, что отразилось на темпе ее жизни и речи. При встрече одна из сестер жаловалась на непривычную скорость речи второй сестры, им стало трудно понимать друг друга и взаимодействовать между

собой. Интересно, что сестры (идентичные близнецы), проживающие в разных часовых поясах и отмечающие собственную “темпоральную несовместимость”, со временем утратили схожесть. Встречаясь периодически, сестры замечали, что стали внешне очень меняться, и лет через 15-20 старшая (на 5 минут) из сестёр-близнецов, которая раньше в точности походила на вторую, обрела черты лица матери, а характер – отца, вторая – лицом более похожа на отца, а характер мамы; также изменился цвет волос (у одной из сестер волосы заметно потемнели). Более того, сестра, походившая на отца (и проживающая более “медленную” жизнь), выглядела более молоджавой, чем сестра, которая казалась посторонним наблюдателям лет 7-8 старше сестры. Из данного кейса не очевидно, что произошедшие с сестрами перемены были связаны исключительно с часовыми поясами, однако из него следует, что темпоральная несовместимость (в аспекте социального взаимодействия) может касаться не только посторонних людей, но и, как в описанном выше случае, идентичных близнецов, “психологическое время” которых начало течь по-разному.

К.М. Магомедов выделяет три типа времени – психологическое, физическое и хронологическое, при этом психологическое время, по его мнению, существенно отличается от остальных двух типов [8, С.44-46]:

а) для физического времени модусы прошлого, настоящего и будущего имеют одинаковую наполненность. И в прошлом, и в настоящем, и в будущем времени в часе 60 минут и 3600 секунд. А для психологического же времени скорость процессов зависит от типа людей; есть категории людей, которые абсолютизируют опыт прошлого, живут воспоминаниями... Большинство же людей, как правило, живут, как говорит Карнеги, «в отсеке сегодняшнего дня». Наконец, есть тип людей, особенно нам близкий, который абсолютизирует будущее. Как остроумно заметил Д. Свифт, «собственно говоря, лишь немногие живут сегодняшним днем, большинство готовится жить позднее»;

б) в отличие от равномерного хронологического времени, психологическое время далеко неравномерно в широком диапазоне – от плавно текущего до скачкообразного; от сжатого в один миг до растянутого до вечности; от пустого по емкости до максимально насыщенного;

в) на разных этапах онтогенетического развития люди по-разному относятся к прошлому, настоящему и будущему. В пожилом возрасте более значимым становится прошлое, т.е. имеет место ретроспективная направленность мотивов; молодым же больше свойственна направленность на настоящее и будущее;

г) наряду с возрастной временной асимметрией существуют и половые отличия: мужчины больше склонны к актуализации будущего, а женщины – прошлого, которое для них психологически является более значимым [9];

д) точность восприятия психологического времени зависит и от ряда других факторов:

- от типологии людей, по-разному воспринимающих объективно заданные длительности. Эренвальд выделяет тахихронический тип, недооценивающий время и брадихронический тип, наоборот, переоценивающий время [9]

- выявлена также зависимость от доминирующего анализатора. Например, при равенстве длительности зрительные стимулы кажутся более длинными, чем слуховые; интервалы, ограниченные высокими звуками, кажутся более длинными, чем интервалы, ограниченные низкими звуками [10, С.88-135];

- есть также обратно пропорциональная зависимость между степенью деятельностного, событийного наполнения интервала времени и субъективного его восприятия;

- чем более расчлененным на мелкие интервалы является отрезок времени, тем субъективно он более длительный. Интересный закон в связи с этим сформулировал Вьерордт, согласно которому короткие интервалы переоцениваются, а длинные недооцениваются [3];

е) хронологическое время необратимо, т.е. течет из прошлого, через настоящее в будущее. А для психологического времени возможно смешение различных модусов прошлого, настоящего и будущего. “Например, знаменитый аргентинский писатель Х. Кортасар в своих рассказах создает фантастические ситуации, в которых люди оказываются не рабами времени, а его повелителями; пусть для этого оказывается необходимым смешать время реальное и время вымышленное, время настоящее и время будущее, прошедшее и настоящее. Его герой саксофонист Джонни на репетиции концерта может сказать: «это я уже сыграл завтра». Музыка для него – это способ вырваться из очумелой действительности, где все течет из прошлого в настоящее и будущее, где этот неизменный поток времени несет человека, как песчинку” [8, С.45-46].

Хотелось бы привести пример “смешения модусов” настоящего, прошлого и будущего в поле психологического времени. Одним из негативных проявлений такого “смешения” является, как мы полагаем, склонность человека жить преимущественно прошлым или будущим. Так, склонность жить будущим проявляется в установке “все еще впереди”, которая, несмотря на кажущуюся оптимистичность, способна приводить к негативным последствиям, образно говоря, – “отнимать время”, относящееся к настоящему, вместе с присущим ему пространством действия. Так, в одном из недавних интервью актриса Алиса Фрейндлих замечает, как нам видится, именно эту особенность ощущения и восприятия времени человеком: “Но одна ошибка, в которой я не перестаю раскаиваться, – я... вот из прожитых

мною лет, наверное, 9/10 в процентном отношении я думала, что всё еще впереди. Это такая глупость – думать что, всё ещё впереди. Это чревато потерей времени, впечатлений...ой, ещё всё впереди, всё впереди... всё успею, всё успею... ни черта! Вот надо сразу, как только, так сразу и не думать, что ещё всё впереди! Потому что... опомнишься, но будет поздно”.

Нелинейность психологического времени может проявляться также и в “отставании” человека от собственного паспортного возраста (заметим, что социальные требования, выдвигаемые обществом к людям того или иного возраста, могут отражать социальные установки, разные для разных обществ и социальных групп; тем не менее, некоторые случаи видятся нам довольно показательными). В качестве примера из собственного опыта работы помогающего практика можем привести запрос клиентки, которая хотела помочь своей матери “догнать свой возраст”. По мнению дочери, мать ведёт себя неадекватно, общаясь исключительно с молодыми мужчинами, почти ровесниками своей дочери, назначает свидания, вступает в отношения, вызывающе одевается, стремится выйти замуж за молодого и состоятельного. Знакомясь, говорит, что её возраст в два раза меньше паспортного. На учёте у психиатра не состоит, вредных привычек нет, два высших образования. Причиной обращения дочери к помогающим практикам стал флирт с женихом дочери. По нашему мнению, в описанном выше кейсе наблюдается смешение различных модусов времени, а именно – прошлого и настоящего этой женщины: себя настоящую она видит как будто “из прошлого”, воспринимая себя намного моложе своего паспортного возраста. Заметим, что подобное “ощущение молодости” не опасно само по себе, однако оно способствует искажению темпоральных аспектов социального взаимодействия, а также создает искаженную временную перспективу, обозначенную выше установкой “все еще впереди”: будущее ею видится уже искаженным в восприятии “себя из прошлого”, вследствие чего окружающие воспринимают поведение взрослой женщины как неадекватное её возрасту в настоящем. Мы полагаем, что подобное искажение временной перспективы может вызвать и тревога, связанная с ощущением уходящего времени собственной жизни, ощущение ограниченности продолжительности жизни.

ж) К.М.Магомедов [8, С.46] пишет о том, что существует временная перцепция от эмоциональной сферы субъекта. Так, повышение уровня личностной и ситуативной тревожности сдвигает значение ошибок восприятия в сторону переоценки временных интервалов. И, наоборот, при уменьшении уровня тревожности прослеживается тенденция к недооценке временных длительностей. Обнаружено, что время, заполненное событиями с положительной эмоциональной окраской, как бы сокращается в переживании, но продлевается в воспоминаниях, а заполненное событиями с отрицательным эмоциональным знаком в переживании удлиняется, но сокращается в воспоминаниях, что формулируется как закон эмоционально детерминированной оценки времени [12]. Иными словами, искажается

*ощущение и восприятие* времени, причем в случае, когда в ощущении время более скоротечно, в аспекте восприятия прошедшего времени событие кажется более продолжительным, и наоборот;

з) у ощущения и восприятия времени есть физиологические основания, что первые исследователи психологического времени связывали с частотой сердцебиения, а современные ученые связывают с дихотомией состояний (маниакальное – депрессивное): “наблюдается также временная корреляция в зависимости от физиологических составляющих организма, что подтверждается медицинской практикой. Так, маниакальные больные обнаруживают резко выраженную недооценку временных интервалов, а депрессивные больные дают их значимую переоценку. Это же наблюдается и под влиянием необычных режимов суточной деятельности, лишения сна, при интоксикации лекарственными препаратами и т.д.”; [2, С.324-358]

и) К.М.Магомедов подчеркивает, что законы психологического времени – это “законы-парадоксы”: “если нам хочется, чтобы время шло быстрее, оно идет медленнее. И наоборот, если человек хочет замедлить время, оно начинает бежать” [8, С.46]. Это связано с описанными выше категориями “ощущения” и “восприятия” времени: замедлить время человек хочет, будучи в приятном расположении духа, переживая положительные события; однако, чем событие более приятно, тем быстрее идет время в ощущении человека, и тем более продолжительным оно кажется при воспоминании о нем, – то есть, в восприятии прошедшего времени. Ускорить время человек хочет в неприятные моменты – например, переживая боль или скуку; однако, в такие моменты ощущение хода времени замедляется. При этом, в воспоминании об этом событии может остаться одно, наиболее яркое, переживание (как об этом пишет Д.Канеман [6]), а все остальные воспоминания могут сгладиться, в результате чего отрезок времени воспринимается в воспоминаниях о нем как менее продолжительный.

К.М.Магомедов [8, С.46]: “В горе, тоске, печали наши чувства замедляют время, а радостные, приятные переживания убыстряют его. Еще одним доказательством парадоксальности хода психологического времени является то, что многие единицы времени, такие, как минута, час, сутки, год, век, теряют свою строго количественную метрику и приобретают качественную, т.е. имеющую ценностную и смысловую значимость для человека. В связи с этим великий римский мыслитель Плиний Старший отмечает: «не считать надо дни, а взвешивать»;

Приведем пример, относящийся и к “парадоксальности времени”, и к наделению времени характеристиками не только количественными, но и качественными: каждый человек в своей жизни проживает так называемый “Звёздный час”; как правило именно этот условный “час” вспоминается им потом всю жизнь, придаёт сил и ощущение “не зря прожитой жизни”, можно сказать, что воспоминание об этом событии удлиняет самую жизнь человека.

Именно это время непродолжительного в моменте (в ощущении) “Звездного часа” и является “наполненным”, имеет “большой вес” и большую продолжительность в восприятии времени. Примеров влияния “звездного часа на жизнь человека” огромное количество; к ним можно отнести воспоминания героев: труда, космоса, войны, научных деятелей, творческих деятелей и т.д. Заметим, что такой “звездный час” может иметь огромный вес в жизни не только отдельного человека, пережившего этот час, но и общества (или человечества в целом). Приведем свежий пример: съемки российского художественного полнометражного фильма “Вызов” в космосе. “Вызов” – это первый в мире фильм, снятый на высоте 400 км на Международной космической станции, премьера фильма состоялась 12 апреля 2023 года. Съёмки провёл сам режиссёр фильма (Клим Шипенко), они шли в течение двух недель, и других операторов на МКС не было. Мы предлагаем читателю самостоятельно оценить “вес” этих двух недель режиссера на МКС в его собственном восприятии, а также – в восприятии зрителей его фильма. Кроме того, мы можем составить представления о “весе” времени, проведенном на МКС, актрисы – Юлии Пересильд, которая выдержала жесточайший отбор – как по состоянию здоровья (обойдя на кастинге даже профессиональную космонавтку), так и по профессиональным актёрским качествам;

к) К.М.Магомедов пишет о том, что хронологическое время – внешнее по отношению к человеку, а психологическое время – внутреннее. Именно поэтому, – считает он, – “внешнее”, “хронологическое” время можно «бесцельно потратить», «убить». “Психологическое же время всегда наполнено смыслом, от него никуда не деться, его нельзя ни «убить» ни «бесцельно потратить». Не зря же говорят: «у времени в плену». Никакая «внутренняя эмиграция» и присвоение статуса «психологического беженца» не освобождает человека от груза проблем и диктатуры времени. Даже трансовые состояния в результате продвинутой медитации не освобождают в полной мере от времени, от груза психологического времени. Подобный выход за привычные горизонты времени освобождает человека лишь от диктата внешнего времени, но никак не от психологического времени [8, С.46].

Мы полагаем, в свою очередь, что психологическое время может быть как внутренним, так и внешним. Так, например, темпоральный аспект социального взаимодействия не актуализируется до времени непосредственного общения людей (в этом смысле “внутреннее время” каждого из будущих контактеров внешнее по отношению ко времени другого), а в пространстве их общения формируется особое временное взаимодействие (“внутреннее время контакта”). Формируется поле контакта и особое “временное поле”, в котором контактирующие люди воспринимают время идущим быстрее или медленнее. В этом смысле можно говорить о том, что психологическое время, как и хронологическое, может быть внешним по отношению к конкретному человеку (время другого человека). Внешнее

время, как и внутреннее время, можно рассматривать в качестве ресурса и “брать” его, формируя поле контакта.

“Внутреннее время” неразрывно связано с индивидуальной историей человека, с его опытом, в том числе – опытом деятельности и переживаний. И.А.Ральникова пишет [11, С.21]: “Вся система представлений человека о времени (прошлом, настоящим и будущем) рождается из опыта конкретных переживаний. Например, идея ценности времени возникает из переживаний упущенного, уверенность в будущем – из переживаний прошлых успехов, неуверенность в нем – из несбывшихся надежд и разочарований. Принято считать, что характерный атрибут времени это его отсчет, который предполагает наличие единиц отсчета. Для психологического времени единицами отсчета являются переживаемые образы, мысли, чувства субъекта [7]”.

Таким образом, единицы отсчета в психологическом времени – не минуты и часы, а мысли, эмоции, чувства, ощущения и т.д. Добавим, что также сюда (в качестве аргумента к индивидуальной истории человека как неразрывно связанной со внутренним временем) можно отнести прожитый опыт: те события, которые выглядят значимыми для нас и являются более “продолжительными” в нашем восприятии времени, хотя не были продолжительными в ощущении времени и в моменте.

Итак, мы не сводим категорию объективного (астрономического) времени ко внешнему, а субъективного (психологического) – ко внешнему. В нашем понимании психологическое время может быть как внешним, так и внутренним. Подводя итог, отметим, что особенности протекания психологического времени как “объективного” и “субъективного” состоят в следующем:

– психологическое время неоднородно: так, можно говорить о психологическом времени как времени бытия отдельного человека – то есть, субъективном времени, а также – как о времени в социальном аспекте (социальном времени) – например, времени в коммуникативном аспекте и т.д.;

– в связи с указанным выше, мы рассматриваем психологическое время не только как *внутреннее* по отношению к человеку, но и как *внешнее* (традиционно, психологическое время воспринимается исключительно как внутреннее, а астрономическое – как внешнее);

– особенности протекания психологического времени человека, а также учет этих особенностей важен, в социальной практике, в сферах коммуникаций. Здесь уместно говорить о темпоральных аспектах психологии общения и социального взаимодействия: одна из существенных причин психологической несовместимости людей состоит в несовпадении их жизненных ритмов;



– в работе мы ссылаемся (на выделенные исследователями) три типа времени – психологическое, физическое и хронологическое;

– для физического времени модусы прошлого, настоящего и будущего имеют одинаковую наполненность (в прошлом, и в настоящем, и в будущем времени в часе 60 минут и 3600 секунд), а для психологического времени скорость процессов зависит от типа людей;

– в отличие от равномерного хронологического времени, психологическое время неравномерно (и зависит от множества факторов, в частности – возрастного);

– на разных этапах онтогенетического развития люди по-разному относятся к прошлому, настоящему и будущему; в пожилом возрасте более значимым становится прошлое, т.е. имеет место ретроспективная направленность мотивов; молодым же больше свойственна направленность на настоящее и будущее;

– точность восприятия психологического времени зависит и от типологии людей, по-разному воспринимающих объективно заданные длительности (Эренвальд выделяет тахихронический тип, недооценивающий время и брадихронический тип, наоборот, переоценивающий время), а также – от доминирующего анализатора (слух, зрение и т.д.);

– временная перцепция зависит от эмоциональной сферы субъекта. Так, повышение уровня личностной и ситуативной тревожности сдвигает значение ошибок восприятия в сторону переоценки временных интервалов;

– у ощущения и восприятия времени есть физиологические основания, что первые исследователи психологического времени связывали с частотой сердцебиения, а современные ученые связывают с дихотомией состояний (маниакально – депрессивное);

– есть также обратно пропорциональная зависимость между степенью деятельностного, событийного наполнения интервала времени и субъективного его восприятия: чем более наполнено событиями время, тем быстрее оно протекает “в моменте” (в ощущении времени), и тем более продолжительным кажется при воспоминании об этом временном отрезке (восприятие времени);

– чем более расчлененным на мелкие интервалы является отрезок времени, тем субъективно он более длительный;

– хронологическое время необратимо, т.е. течет из прошлого, через настоящее в будущее; для психологического времени возможно смешение различных модусов прошлого, настоящего и будущего;

– традиционно физическое (астрономическое) время квалифицируется как внешнее по отношению к человеку, а психологическое – как внутреннее; мы, в свою очередь, полагаем, что психологическое время может быть как внутренним, так и внешним, что наглядно проявляется в социальном аспекте темпорального взаимодействия (“внутреннее” время другого человека является внешним по отношению к нам).

## Литература

1. Андреева С. Г. Проблема психологического времени // Вестник Камчатского государственного технического университета. – 2009. – № 8. – С. 81-87
2. Беленькая Л.Я. К вопросу о восприятии временной длительности и его нарушениях // Исследования по психологии восприятия / Под ред. С.Л. Рубинштейна. – М.: Изд-во АН СССР, 1948. – С. 324-358
3. Вудроу Г. Восприятие времени // Экспериментальная психология. – Т.2. – М.: Изд-во иностр. лит-ры. – 1963. – С. 850-855
4. Гайденок П.П. Время. Длительность. Вечность. Проблема времени в европейской философии и науке. – М.: Прогресс-Традиция, 2006. – 464 с.
5. Денисова Т.Ю. Образ времени в мифологических моделях античности // Манускрипт. – № 3-1 (77). – С. 58-63
6. Канеман Д. О когнитивных искажениях, интуиции и счастье. – [Электронный источник]. – Режим доступа: <https://monocler.ru/leksii-danielya-kanemana/>
7. Карандышев В. Н. Темп психологического времени // Время деятельности личности: Сб. науч. докл. – Черновцы, 1991. – С.17-29
8. Магомедов К.М. Метафора времени в темпоральных аспектах бытия // Гуманитарный часопис. – 2005. – № 1. – С.43-47
9. Москвин В.А., Попович В.В.. Нейропсихологические аспекты исследования временной перцепции у здоровых людей // I Междунар. конф. памяти А.Р. Лурия. Сб. докл. под ред. Е.Д. Холмской, Т.В. Ахутиной. – М.: Изд-во РПО, 1998. – С. 160-166
10. Пресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. – Вып. VI. – М.: Прогресс, 1978. – С. 88-135
11. Ральникова И. А. Субъективное переживание времени личностью как предмет научного психологического исследования. // Известия Алтайского государственного университета. – 2001. – №2. – С.21-27
12. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии.: В 2-х т. – Т. 1. – М.: Педагогика, 1989. – 488 с.
13. Самойлов В.А. Проблема времени в философии поздней античности. – Дисс. канд. философских наук (09.00.03 – история философии. – СПб, 2006. – 154 с.
14. Fraser J.T. Of Time, Passion, and Knowledge: Reflections on the Strategy of Existence. – Princeton University Press, 1990, – 529 p.

15. Fraser J.T. Time As Conflict: A Scientific And Humanistic Study. – Basel, Switzerland: Birkhauser, 1978. – 356 p.

**Мазилов В.А.**

## **ПОЛТОРА ВЕКА НАУЧНОЙ ПСИХОЛОГИИ: ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ МЕТОДОЛОГИЧЕСКАЯ ОШИБКА<sup>10</sup>**

*Единственная настоящая ошибка — не исправлять своих прошлых ошибок.*

Конфуций

*Философ учил: Ю, научить ли тебя знанию?  
Что знаешь, то и считай, что знаешь, чего не знаешь, то и считай, что знаешь, — вот это и будет знание.*

Конфуций<sup>11</sup>

*Философ сказал: «Цы, ты считаешь меня многоученым и знающим». Тот отвечал: «Конечно. А разве нет?» «Нет, - сказал философ, я одним все связываю»*

Конфуций

Статья посвящена анализу состояния психологической науки накануне большого юбилея – 150-летия провозглашения психологии самостоятельной наукой. Формулируется тезис, согласно которому в научной психологии, начало которой было положено Вундтом путем конструирования «физиологической психологии», сформировалась традиция узко-аналитического определения предмета и соответствующая стратегия исследования «от элементов к целому». Следование этой традиции, которая является доминирующей и в современной психологии, привело психологическую науку в методологический тупик, не позволяющий решить основные проблемы психологии (психофизическую, биосоциальную и др.). Эта традиция определяется в статье фундаментальная методологическая ошибка научной психологии. Предлагается другая стратегия развития психологической науки, базирующаяся на совокупном, а не на узко-аналитическом понимании предмета. Критикуется анализ по единицам применительно к предмету психологии. Заявляется методологический подход, реализующий стратегию от целого к единицам, определяемым через их функции в архитектонике целого. Намечены перспективы разрабатываемого подхода.

---

<sup>10</sup> Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-28-00089, <https://rscf.ru/project/22-28-00089/>

<sup>11</sup> Версия В.П.Васильева  
«Научить ли тебя знанию (т.е сказать тебе, в чем состоит знание)? Что знаешь, то и делай (выставляя, говори, что знаешь); а чего не знаешь, то и представляй, что не знаешь. Это-то и есть знание» [6, с. 336]

Ключевые слова: психология, научная психология, предмет психологии, исследовательская стратегия, совокупный предмет, внутренний мир человека

The article is devoted to the analysis of the state of psychological science on the eve of the big anniversary - the 150th anniversary of the proclamation of psychology as an independent science. The thesis is formulated, according to which in scientific psychology, the beginning of which was laid by Wundt through the construction of "physiological psychology", the tradition of narrow-analytical definition of the subject and the corresponding research strategy "from elements to the whole" was formed. Following this tradition, which is dominant in modern psychology as well, has led psychological science into a methodological deadlock that does not allow solving the basic problems of psychology (psychophysical, biosocial, etc.). This tradition is defined in the article as a fundamental methodological error of scientific psychology. A different strategy for the development of psychological science is proposed, based on a cumulative rather than narrow-analytic understanding of the subject. Unit analysis is criticized in relation to the subject matter of psychology. A methodological approach that realizes the strategy from the whole to units defined through their functions in the architectonics of the whole is declared. The prospects of the approach under development are outlined.

Keywords: psychology, scientific psychology, subject of psychology, research strategy, aggregate subject, human inner world

В марте 2024 года предстоит юбилей научной психологии. Психология как научная дисциплина будет отмечать свое 150-летие. Психология как самостоятельная наука впервые была обоснована Вильгельмом Вундтом. Как известно, в качестве научной психологии выступала сконструированная немецким ученым «физиологическая психология» как наука о непосредственном опыте [35]. В предисловии к первому изданию «Оснований физиологической психологии» Вундт в марте 1874 года писал: «Предлагаемый публике труд имеет целью ограничение новой области в науке. Я хорошо сознаю, что моя попытка может быть сочтена преждевременною. В самом деле, даже анатомо-физиологические основания излагаемой науки еще недостаточно утверждены, а экспериментальная разработка психологических вопросов едва лишь начата. Но известно, что ориентировка в действительном состоянии науки, хотя бы только возникающей, есть лучшее средство для выполнения существующих в ней пробелов. Чем несовершеннее будет в этом отношении моя попытка, попытка, надо сказать, первая, тем скорее она вызовет труды ее дополняющие и исправляющие. Кроме того, именно в этой области решение многих проблем существенно зависит от связи их с фактами, которые на первый взгляд часто кажутся не имеющими сюда никакого отношения, так что только ближайшее рассмотрение этих проблем может показать верный путь к их разрешению» [1, с. III]. Условную дату возникновения науки все же уместнее определять по публикации

основополагающих концепций, а не по формальным признакам типа открытие лаборатории.

В приведенном выше пассаже из фундаментального вундтовского труда, как представляется, очень много правды. Правда и то, что попытка была «преждевременной» – методологически проект был плохо подготовлен, действительно, многие важнейшие для «психологии как науки» вопросы не получили освещения в его книге, сама научная психология определена чрезмерно узко – фактически, пространство психологической науки ограничилось исследованием лишь ощущений и движений [9, 15, 20]. Как не раз отмечалось, цена за новизну подхода оказалась чрезмерной – введение неоправданных ограничений, что привело позднее, уже в XX столетии к возникновению открытого кризиса в психологии [20]. Мудрость Вундта позволила ему успешно предсказать и то, что появится множество трудов, «дополняющих и исправляющих» «несовершенную попытку». Впрочем, и сам Вундт постоянно модифицировал свою теорию: достаточно сказать, что еще при его жизни вышло 6 изданий «Оснований физиологической психологии», три из которых были полностью переработанными.

Не станем здесь говорить ни о многочисленных недостатках вундтовского подхода к обоснованию «научной» психологии (этому посвящены горы психологической литературы), ни о поистине необозримых попытках его «исправления». Речь пойдет о том, что, будучи заданными Вильгельмом Вундтом, некоторые положения научного подхода сохранились до сегодняшнего дня и именно они определяют – спустя 150 лет – характер сегодняшней психологии. В эпиграфе мы уже приводили слова Конфуция о том, что есть ошибка. Как говорил уже в XX столетии Д.С.Лихачев, «От ошибок никто не застрахован. Но самая главная ошибка, ошибка роковая – неправильно выбранная главная задача в жизни».

Нам представляется, что высказывание российского мыслителя применимо не только к жизни отдельного человека, но и к жизни науки. Возможно, и в жизни молодой науки бывают роковые ошибки. Можно полагать, что прохладное отношение психологического сообщества к грядущей круглой дате, о которой было сказано в первых строках настоящей статьи, связано с некой имплицитной неудовлетворенностью психологов текущим состоянием психологической науки. Уже приходилось писать о том, что современная психология имеет ряд характеристик, которые вполне могут свидетельствовать о наличии методологического кризиса в данной науке. Можно сказать, что суть общего кризиса состоит в неадекватном определении предмета психологии. Иными словами, предметное пространство психологии оказывается не единым, соответствующим единому пониманию предмета, но относящимся фактически к различным предметам [7, 8]. Подчеркнем, что, по нашему мнению, это и есть ключевая проблема общей психологии на современном этапе [14, 10]. Это составляет существенную угрозу для дальнейшего существования общей психологии как фундаментальной науки, ибо в этом случае она фактически утрачивает этот статус: научная картина

мира и человека принципиально не может быть построена без адекватного понимания того, что такое психическая реальность и как она может быть вписана в этот мир [12, 13].

Не станем повторяться, отошлем читателя к соответствующим публикациям, в которых эти вопросы рассмотрены достаточно подробно [11, 16, 33].

Обратимся к центральной теме нашей статьи о фундаментальной методологической ошибке. Итак, есть ли она, и если есть, то в чем состоит ошибка?

Для того, чтобы ее эксплицировать, придется вновь обратиться к «рождению» научной психологии. Вундту было необходимо продемонстрировать *urbi et orbi*: 1) *независимость от философии* и 2) «ограничение новой области в науке», то есть обосновать физиологическую психологию как науку [23, 16]. За образец была взята кантовская модель естественной науки [11, 22].

Как известно, формально поставленные Вундтом задачи были решены (про многочисленные несовершенства его подхода мы уже упоминали). В настоящей статье нас будет интересовать только одна особенность вундтовского решения. Несомненно, его интересовало изучение *сознания* человека, но предметом физиологической психологии как новой науки выступал *непосредственный опыт*. Стратегия его подхода, таким образом, заключается в том, чтобы исследовать *часть*, а полученное использовать для понимания и объяснения *целого*. Обратим внимание на то, что это вполне соответствовало научной логике естествознания: от *простого к сложному*. Принципиальная целостность психического – фундаментальный тезис психологии, которая изучала душу, – была отвергнута как отправная точка. *Целостность превратилась в то, что следует объяснить в результате исследования* [12, 11].

Вундт – хотел он этого или нет – породил традицию, которая в психологии жива до сих пор. Смысл ее в том, что *решения в психологии являются простыми*: важно обнаружить «правильный» предмет и все решится само собой – предшественники не смогли в силу тех или иных причин его обнаружить. В результате кропотливая и длительная работа по построению предмета научной психологии, требующая специального обоснования, свелась лишь к «обнаружению» того, что именно тот или иной автор нового подхода полагал нужным. В *научной психологии* (представители различных направлений – как современники Вундта, так и многочисленные последователи (и его критики) – идентифицировали себя именно так – как подлинно научных, в отличие от остальных, которые заблуждались) возникло множество *различных подходов*, каждый из которых позиционировал себя как новый, современный, правильный, подлинно научный, но непременно имеющий свой предмет, отличный от трактовки предмета в других подходах. К альтернативным подходам (так же, как и к концепциям прошлого) отношение было снисходительным, как к «кладбищам феноменологии»

(выражение А.В.Юревича). Отметим, что каждый подход исходил из своего понимания предмета психологии, который трактовался как *подлинно научный* и поэтому неизбежно ограниченный, «одномерный» (см. [12]), поскольку трактовка была узко-аналитической. Новаторы как правило полемизировали с Вундтом, находя недостатки в его системе, отталкивались от его учения, акцентируя тот или иной недостающий момент. Тем самым была заложена традиция, которая, повторим, жива до сих пор: *конструировать простые научные предметы*.

Может показаться, что гештальтпсихология, которая полемизировала с Вундтом явилась исключением. Однако, это иллюзия. Поясним эту мысль. Гештальтпсихология в первой половине XX столетия выступала образцом *научности*. Гештальтпсихология, как всем хорошо известно, возникла в значительной степени как реакция на атомизм и конструктивизм вундтовской психологии и отстаивала *целостность* психических феноменов. Обратим внимание на то, что тезис «целое больше, чем сумма элементов» был сформулирован Х. фон Эренфельсом задолго до возникновения школы гештальтпсихологии. Более того, в 1920-е гг. в Германии существовало около десяти направлений и подходов, исповедующих принцип целостности. Заслуга гештальтпсихологии состояла не в эмпирическом подтверждении феномена целостности (как часто полагают), а в попытке расширить феноменологию, показать универсальность гештальта и дать естественнонаучное объяснение гештальтообразования общенаучными принципами (изоморфизм). Целостность распространялась не на психику как целое, а лишь на ее части – гештальты, то есть *единицы психического*. Подход гештальтпсихологов так и остался одномерным, идея *уровней психического* осталась для классической гештальтпсихологии чуждой. Аналогичным образом психоанализ, разрабатывая проблемы бессознательного, также выстраивал общую психологию, акцентируя обнаруженные им феномены (которым вундтовская психология не придавала большого значения). Классический бихевиоризм, ориентируясь на исследования поведения животных, попытался вообще устранить трудности субъективного метода самым радикальным образом. Все это достаточно хорошо известно историкам психологии.

Возникает довольно важный вопрос. Неужели никто не усомнился, что стратегия, заданная Вундтом, является единственно возможной и правильной? Действительно, такой человек был. Вильгельм Дильтей, как хорошо известно, критиковал «конструктивную» (объяснительную) психологию (к которой принадлежал и Вундт) и предложил проект другой психологии: описательной, понимающей и расчленяющей. Дильтей отмечает: «Под объяснительной наукой следует разуметь всякое подчинение какой-либо области явлений причинной связи при посредстве ограниченного числа однозначно определяемых элементов (т.е. составных частей связи). Это понятие является идеалом подобной науки, образовавшимся в особенности под влиянием развития атомистической физики. Объяснительная психология,

следовательно, стремится подчинить явления душевной жизни некоторой причинной связи при посредстве ограниченного числа однозначно определяемых элементов. Мысль – смелости чрезвычайной, – она заключала бы в себе возможность неизмеримого развития наук о духе до строгой системы причинного познания, соответствующей системе естественных наук. Если всякое учение о душе стремится осознать причинные соотношения в душевной жизни, то отличительным признаком объяснительной психологии является ее убеждение в возможности вывести вполне законное и ясное познание душевных явлений из ограниченного числа однозначно определяемых элементов. Название конструктивной психологии было бы еще более точным и ярким наименованием ее. Вместе с тем это название выделило бы и подчеркнуло великую историческую связь, к которой она относится» [3, с. 42-43].

В.Дильтей критикует объяснительную психологию: «Объяснительная психология может достигнуть свою цель только путем сцепления гипотез. Понятие гипотезы может рассматриваться различным образом. Прежде всего, можно обозначить именем гипотезы всякое заключение, дополняющее при помощи индукции совокупность того, что добыто опытным путем. Содержащийся в таком заключении конечный вывод, в свою очередь, содержит в себе ожидание, простирающееся из области данного также и на неданное. Психологические изложения всякого рода содержат в себе подобные дополнительные заключения, как нечто само собою разумеющееся. Я даже не в состоянии отнести воспоминание к прежнему впечатлению без такого рода заключения. Было бы просто неразумно желать исключить из психологии гипотетические составные части; и несправедливо было бы ставить употребление их в упрек объяснительной психологии, так как психология описательная точно так же не могла бы обойтись без них. Но в области естественных наук понятие гипотезы получило развитие в более определенном смысле на основании данных в познании природы условий. Так как чувствам даны только сосуществование и последовательность без причинной связи между одновременным или последовательным, то причинная связь в нашем понимании природы возникает лишь путем дополнения. Таким образом, гипотеза является необходимым вспомогательным средством прогрессирующего познания природы. Если, как обычно бывает, несколько гипотез представляются одинаково возможными, то задача состоит в том, чтобы, путем развития вытекающих из них следствий и сравнения этих последних с фактами, одну гипотезу доказать, а остальные исключить. Сила естественных наук заключается в том, что они в лице математики и эксперимента обладают вспомогательными средствами, придающими указанному методу высшую степень точности и достоверности» [3, с. 43-44].

В.Дильтей формулирует идею своей описательной психологии: «От всех изложенных выше затруднений освободить нас может лишь развитие науки, которую я, в отличие от объяснительной и конструктивной психологии, предложил бы называть описательной и расчленяющей. Под описательной



психологией я разумею изображение единообразно проявляющихся во всякой развитой человеческой душевной жизни составных частей и связей, объединяющихся в одну единую связь, которая не примышляется и не выводится, а переживается. Таким образом, этого рода психология представляет собою описание и анализ связи, которая дана нам изначально и всегда в виде самой жизни. Она изображает эту связь внутренней жизни в некоторого рода типическом человеке. Она пользуется всяким возможным вспомогательным средством для разрешения своей задачи. Но значение ее в шкале наук основывается именно на том, что всякая связь, к которой она обращается, может быть однозначно удостоверена внутренним восприятием, и каждая такая связь может быть показана как член объемлющей ее, в свою очередь, более широкой связи, которая не выводится путем умозаключения, а изначально дана» [3, с.72-73].

Однако (как часто бывает) современники его не услышали, поэтому его заметного влияния на *научную психологию*, увы, не произошло, она продолжала свое развитие по пути, указанному Вундтом.

Таким образом психология – в том числе и современная – представляет совокупность различных подходов, теорий, практически не соотнесенных между собой. Для того, чтобы осознать всю трагичность ситуации, создавшейся в психологии, вспомним, что Л.С.Выготский в рамках своего варианта научной психологии обосновал перспективность «анализа по единицам». Л.С.Выготский, как известно, писал в «Мышлении и речи» (1934): «Под единицей мы подразумеваем такой продукт анализа, который в отличие от элементов обладает всеми основными свойствами, присущими целому, и которые являются далее неразложимыми живыми частями этого единства... Психологии, желающей изучить сложные единства, необходимо понять это. Она должна заменить методы разложения на элементы методом анализа, расчленяющего на единицы. Она должна найти эти неразложимые, сохраняющие свойства, присущие данному целому как единству, единицы, в которых в противоположном виде представлены эти свойства, и с помощью такого анализа пытаться решить встающие перед ним вопросы» [2, с.9].

Заметим, что, не зная «всех свойств, присущих целому» – это оказывается неизбежным при такого рода подходе – очень проблематично выделить адекватные единицы... Пока мы не знаем подлинной природы психического, выделить релевантные единицы весьма затруднительно. К.Г.Юнг отмечал, что мы пока не понимаем природы психического [32]. Подведем промежуточный итог. Подход, доминирующий в современной психологии, если выразиться языком В.П.Зинченко, может быть охарактеризован как «путь от единицы анализа к теоретической конструкции в целом». Для того, чтобы читатель осознал реальное многообразие подходов, появившихся в психологии в двадцатом столетии и претендующих на подлинную научность, отошлем к работе В.П.Зинченко, который проделал огромный труд, скрупулезно выделив и перечислив перечень единиц, выделенных стараниями психологов ушедшего века. Как отмечал автор, «Проблема конструирования единиц

анализа, адекватных той или иной предметной области исследования или данному конкретному *предмету той или иной науки*, решается как на уровне философской методологии, так и на уровне методологии конкретно-научной (*курсив мой* - В.М.)» [4, с. 81]. Чтобы не загромождать рассуждения, скажем лишь, что критика анализа по единицам относится именно к *предмету науки* (подробнее см. [19, 12]).

Тем не менее обширный литературный анализ приводит классика отечественной психологии В.П.Зинченко к грустному выводу: «Однако современная психология, характеризующаяся небывалым накоплением все новых и новых фактов, проявляет недостаточный интерес, а порой и удивительную беззаботность к выделению и определению единиц анализа психики. Это особенно хорошо видно на примере современной когнитивной психологии, оперирующей понятиями функционального блока и операции по переработке информации. Каждый блок отличается по ряду параметров, важнейшими из которых являются место в более широкой структуре блоков, информационная емкость, время хранения, тип преобразования информации и т.д. При реконструкции конкретных единиц анализа, на которые когнитивная психология разделяет тот или иной психический процесс, обнаруживается, что они представляют собой достаточно разнородные образования - от сенсорных регистров до семантической памяти. Описание того или иного психического процесса осуществляется с помощью объединения этих разнородных функциональных блоков в цепочки или реже - иерархические структуры. Но, хотя количественные и качественные характеристики отдельных блоков и операций, изучавшихся в специально создаваемых условиях, как правило, не вызывают серьезных сомнений, при попытках реконструкции на их основе более широких когнитивных структур исследователи сталкиваются с серьезными проблемами» [4, с.85-86].

В.П.Зинченко приходит к знаменательному выводу, согласно которому интерес к выделению единиц психики снижается: «Падение интереса к единицам анализа психики, видимо, связано со слишком сильными разочарованиями по поводу таких не оправдавших надежд единиц, как ощущение, реакция, рефлекс и т.д. Возможно, что причиной ослабления интереса к единицам анализа является и недостаточная методологическая культура психологии в этой области. Действительно, в психологической литературе нам не удалось найти строгого определения единицы анализа психики. Она характеризуется как универсальная (элементарная или структурная) составляющая психики; либо как ее детерминанта (в этом случае, правда, она выступает не столько в роли единицы анализа, сколько в роли объяснительного принципа); либо, наконец, как генетически исходное основание развития всей психики. Соотношение между этими тремя моментами в характеристике единиц анализа в разных направлениях психологии весьма различно. Общим для них является, во-первых недостаточная рефлексия по поводу единиц анализа психики. Эта недостаточность рефлексии выражается в нечеткости определения

гносеологического и онтологического статуса выделяемых единиц и соответственно – в нечеткости определения их функций. Во-вторых, что более важно, психологи не формулировали нормативных требований к единицам анализа с точки зрения их соответствия (и возможности реконструкции на их основе) нередуцируемой психологической реальности (онтологический план) и не формулировали нормативных требований к единицам анализа с точки зрения логики той или иной философской традиции (гносеологический план). Поэтому нередко мотивация и обоснование выделения единиц анализа остаются за пределами исследования» [4, с.86-87].

Не имея возможности далее продолжать рассмотрение той традиции, которая была задана Вундтом и продолжает доминировать в мейнстриме современной научной психологии, обратимся к более глубокому ее рассмотрению.

Как справедливо указывал В.Дильтей, стратегия конструктивной психологии порождена естественной наукой. Традиции естественной науки подсказывают, что путь предопределен: от простого – к сложному, от низшего – к высшему. Психология, наследовавшая естественным наукам, также полагает этот путь единственно верным. Однако есть некоторые основания, которые заставляют усомниться, что прямой и очевидный путь и есть необходимый в данном случае.

Обратимся к некоторым примерам из естественной науки, имеющей самое непосредственное отношение к психологии, – той части физиологии, которая ориентирована на изучение интегративной деятельности мозга. Имеются в виду исследования Чарлза Шеррингтона и А. А. Ухтомского. Предоставим слово А. А. Ухтомскому: «Конец прошлого столетия и начало текущего выдвинули с величайшей пользой ряд предварительных пробных синтезов деятельности нервного прибора в целом. Что сделал Шеррингтон, по сравнению с нашим учителем? Он попробовал зайти вперед и посмотреть на интегральную картину нервной деятельности сверху вниз, уловить закономерности в целом. Прежняя чисто аналитическая работа с медленным восхождением снизу грозила затянуться бесконечно по мере нахождения все новых средств разложения, новых сомнений, новых затруднений для движения вперед. Попробуем зайти сразу вперед и посмотреть с горы вниз, что будет видно с общего горизонта! И вы знаете, что дал нам на этом пути пробного рабочего синтеза Шеррингтон. Прежде всего, – совсем новые пути и задания для анализа!» [27]. Мы видим отчетливо обратную стратегию: по Ухтомскому, целесообразно двигаться «сверху» вниз. В другом месте, как отмечает Л. В. Соколова, А. А. Ухтомский пишет: «Не из частных построятся целое, но из целого выкристаллизовывается частное» [26, с. 97]. Таким образом, физиология как естественная наука успешно использует стратегию от целого к частному.

Обратимся к психологии. Приведем другой пример, относящийся к творчеству известного советского психолога А. Н. Леонтьева. Обратим внимание, что здесь речь идет именно о *психологии*. Воспользуемся

фрагментом из книги Е. Е. Соколовой. По ее мнению, представляют интерес слова А. Н. Леонтьева, «произнесенные им однажды в рамках «домашней дискуссии», которая не предназначалась в свое время для печати и была опубликована лишь спустя годы: «Если составить систему единиц, понять ее иерархически – от деятельности, к операциям, функциям, то движение, формирование, развитие идет сверху вниз: от высших образований – к физиологии. Невозможно движение восхождения от мозга к неким процессикам, от процессиков к более сложным образованиям и, наконец, к сложению жизни. Нет, от жизни к мозгу, а никогда – от мозга к жизни, если говорить обобщенно... Точная схема – только однонаправленное движение. Нет, оно двухнаправленное, но центральным, главным является движение сверху... Этот тезис и есть реализация мысли о включенности всей психической жизни в социальную, то есть, иначе говоря, мысль о том, что ... инфраструктура не существует вне суперструктуры. (Термины все условные)» [25, с. 336].

Здесь мы видим ту же картину: в качестве стратегии предлагается идти от верхнего уровня. Для психологии – если она хочет быть не *научной* любой ценой, но психологией *живого человека* – важно представлять в качестве своего предмета психическое во всей его *полноте и целостности*, включая в него все уровни, все проявления и все грани.

Выход для психологии один – отказаться от аналитического способа определения предмета, освященного полуторавековой традицией, и перейти к другому – *к пониманию предмета как совокупного*.

Однако требуется ответить на вопрос, возможно ли это – построение единого предметного пространства общей психологии – *в принципе?* Достаточно распространенным является суждение, что подобного рода задача *неразрешима*, поэтому попытки являются принципиально обреченными на неудачу (см. подробнее [16, 17, 5, 21]).

Как представляется, положительный ответ возможен лишь в форме *демонстрации возможности такого решения*. Как вероятно понятно читателю, автор настоящих строк убежден в том, что решение задачи принципиально возможно. При решении этой в высшей степени сложной задачи следует исходить из того, что предмет психологии должен быть задан (построен, сконструирован) как совокупный, то есть должен охватывать все пространство психического.

Какие варианты совокупного предмета психологии, представляющего собой целостность, могут быть предложены? Как представляется, прежде всего это должна быть такая конструкция, выделение которой не вызывает возражения у большинства психологов. Иначе взаимопонимание реально просто недостижимо.

В 1890 году Уильям Джемс писал о том, что были мыслители, отрицавшие существование внешнего мира, но в существовании внутреннего мира никто не сомневался. Предлагается вернуть внутренний мир в качестве предмета психологии [28-31]. Сегодня мы понимаем, что внутренний мир

существует реально, имеет онтологический статус. Стоит специально подчеркнуть, что такая позиция представляет собой в известном смысле возврат к традиционным взглядам на психологию, продолжает традиции классической психологии, но на новом уровне.

Как нам представляется, наиболее удачной версией совокупного предмета психологической науки является *внутренний мир человека* [28, 30]. Необходимо специально пояснить, что этот конструкт фактически совпадает по объему с понятием психика, но имеет перед ним ряд преимуществ в плане перспектив конструктивной разработки [19, 12, 9].

Трактовка внутреннего мира человека как предмета психологии, напомним, предложена в работах В. Д. Шадрикова и его последователей [28-30]. Внутренний мир человека един (единство), но в него входят составляющие, имеющие различную природу и происхождение. Этот тезис важен, так как в нем заключена дополнительная защита от искушения редуцировать психическое к чему-либо. Напомним, «единая психика» неизбежно сводится к отражению, регуляции, адаптации, ориентировке и т. п. [12]. Редуцировать внутренний мир просто невозможно (разве что к внешнему миру, да и то это скорее источник продуктивных аналогий в духе античных «макрокосма» и «микрокосма» – не более того), чем эта трактовка выгодно отличается от узко-аналитических попыток определения предмета, когда редукция неизбежна в соответствии с природой психологического познания [12]. Поскольку развернутые характеристики внутреннего мира человека предпринимались уже неоднократно (смотри, например, [30]), ограничимся формулировкой нескольких наиболее важных в данном контексте положений.

Ясно, что, разделяя психику на отдельные психические процессы, рассматривая их сами по себе, психические свойства и состояния как отдельные психические явления, мы закрываем дорогу для осмысления внутреннего мира как целого. Единство внутреннему миру придает новое понимание способностей, которые соединяют психологические свойства человека и его психические процессы. Добавим к этому, что способности имеют уровневое строение, могут быть выделены индивидуальный, субъектный и личностный уровни, что придает внутреннему миру объемность. На личностном уровне появляются духовные состояния, что позволяет говорить о духовных способностях. Таким образом, архитектура внутреннего мира предстает целостной и объемной, что создает возможность использовать ее как платформу для интеграции психологического знания.

До недавнего времени не было возможности рассматривать внутренний мир человека в его целостности, внутренний мир был общей идеей. Работы В.Д.Шадрикова, в которых внутренний мир был не только провозглашен предметом психологии, но и была представлена его архитектура, сделали возможным конкретизировать и операционализировать внутренний мир человека, в связи с чем возникает возможность конкретно пересмотреть основные психологические понятия, выявив новые отношения между ними.

Разумеется, в рамках отдельной статьи невозможно раскрыть трактовку внутреннего мира, поэтому тезисно отметим лишь наиболее существенные моменты:

1. Конструкт внутренний мир человека удовлетворительно выполняет функции предмета и имеет необходимые характеристики [12].

2. Конструкт внутренний мир выполняет функции предмета лучше, чем конструкты «психика» и «сознание». Главным преимуществом конструкта внутренний мир является наличие четкой архитектоники [12], в которой все представленные компоненты выполняют определенные функции.

3. Конструкт внутренний мир человека позволяет конструктивно переосмыслить понимание основных проблем психологии (психофизической, биосоциальной и др.) [31, 18].

4. Может быть представлена архитектоника внутреннего мира человека [28, 29, 30]. Архитектоника допускает оптимизацию (по сравнению с системой понятий традиционной психологии).

5. За счет переосмысления категории способности, введения понятия мысль [28, 30], включения в архитектонику внутреннего мира категорий личность, субъект и индивид выстраивается непротиворечивая система психологических понятий, то есть представлена единая уровневая структура психического пространства человека. В результате были ликвидированы существовавшие разрывы между процессами и психическими качествами человека, мотивацией [30].

6. Использование понятия «мысль» В. Д. Шадриковым позволило понять механизм функционирования внутреннего мира, взаимодействие входящих в него компонентов (см. [30]).

7. Функционирование внутреннего мира обеспечивается индивидуальными, субъектными и личностными уровнями, каждый уровень предполагает совместную работу различных подструктур, входящих в общую структуру внутреннего мира (см. [29]). Концепт внутренний мир человека позволяет полностью использовать психологический потенциал таких понятий как личность, субъект, индивид. Эти понятия не входят полностью в состав предмета психологии (это не полностью психологические, а общенаучные, то есть междисциплинарные понятия), но их роль в предмете определяется тем *психологическим содержанием* этих понятий, которое необходимо для организации и функционирования внутреннего мира человека. Аналогичным образом обстоит дело с деятельностью и поведением, которые тоже не входят целиком в предмет психологии.

8. Использование конструкта внутренний мир человека предполагает типологию внутренних миров человека. Те, кто полагают предметом психологии психику, считают, что ее архитектура универсальна, существуют лишь количественные отличия между людьми по составяющим. Архитектоника внутреннего мира напротив утверждает,

что существуют *типологии внутренних миров* человека. Понятно, что универсальная архитектоника внутреннего мира может быть дополнена типами архитектоники. Для иллюстрации лишь приведем соображение. В соответствии с юнговской типологией, наверное, трудно ожидать, что роль, скажем, мышления для того испытуемого, у которого это ведущая функция, в экспериментальной ситуации не будет существенно отличаться от роли у другого, для которого эта функция слабая. Отметим лишь, что это, на наш взгляд, ключ к пониманию подлинных причин кризиса репликации [34, 11, 17].

9. Использование представлений о внутреннем мире человека и его архитектонике позволяет вернуть в психологию в полном объеме причинно-следственное объяснение в его нередуктивном варианте (см. подробнее [12]).

10. Использование представлений о внутреннем мире человека и его архитектонике позволяет реально перейти к аккумулярованию и интеграции психологического знания, используя аппарат коммуникативной методологии [12, 24].

Как можно полагать, переход к сформулированной в статье иной стратегии исследований имеет значительные перспективы и может способствовать интеграционным процессам в психологической науке.

### **Список литературы**

1. Вундт В. Основания физиологической психологии. Москва: Типогр. М.Н.Лаврова и Ко., 1880. 1040 с.
2. Выготский Л.С. Мышление и речь. Москва, 1934. 334 с.
3. Дильтей В. Описательная психология. Москва : РИПОЛ классик, 2018. 290 с.
4. Зинченко, В. П., Смирнов, С. Д. Методологические вопросы психологии. [Текст] / В.П.Зинченко, С.Д.Смирнов. М.: МГУ, 1983. 164 с.
5. Козлов В.В. Психология сознания: интегративный подход. Москва : Психотерапия, 2022.
6. Конфуций. Афоризмы мудрости. Москва: Белый город, 2007. 448 с.
7. Мазилев В.А. Психологи и время // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2021. № 1 (41). С. 258-279
8. Мазилев В.А. Судьба научной психологии в XXI столетии: время и бремя выбора // Методология современной психологии. 2022. № 15. С. 220-234.
9. Мазилев В. А. Научная психология в поисках своего предмета // Ярославский педагогический вестник. 2022. № 3. С. 89–104.
10. Мазилев В.А. Становление метода эксперимента в научной психологии // Современная экспериментальная психология. В 2-х томах. Том 1 / Под ред. В.А.Барабанщикова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011, с. 139-159

11. Мазиллов В.А. Предмет психологии, психологическое знание и объяснение // Психологическое знание: стадии исследовательского процесса / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Д. В. Ушаков, А. В. Юревич. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. С. 11-35
12. Мазиллов В.А. Предмет психологии. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2020. 186 с.
13. Мазиллов В.А. Психология в борьбе за существование // Методология современной психологии. Вып. 13. Москва-Ярославль: ЯрГУ, ЛКИИСИ РАН, МАПН, 2021. С.259-286
14. Мазиллов В.А. Современная общая психология: ключевые методологические проблемы // Методология современной психологии. Вып. 12, 2020, с.92-110
15. Мазиллов В.А. Актуальные методологические проблемы современной психологии. Ярославль: МАПН, 2002. 165 с.
16. Мазиллов В. А. Психология как фундаментальная наука: нужна ли она сегодня? // Методология современной психологии, № 17. 2023. С. 192–207.
17. Мазиллов В. А. Актуальные методологические проблемы современной российской психологии // Ярославский психологический вестник. № 1 (55). 1923. С. 27–37.
18. Мазиллов В.А. Биосоциальная проблема в контексте методологии психологической науки // Психологический журнал, том 41, № 3, 2020, С.122-130
19. Мазиллов В.А. О психологических понятиях и методологии психологии // Вопросы психологии, №1, 2020, С.71-83
20. Мазиллов В.А. Методология психологической науки: история и современность. Ярославль : РИО ЯГПУ, 2017. 419 с.
21. Мазиллов В.А. «Крепкая цитадель»: профессор В.В.Козлов и его новая книга о «центральной психологической тайне» // В.В. Козлов Психология сознания: интегративный подход. Москва : Психотерапия, 2022, с.5-19
22. Мазиллов В.А., Стоюхина Н.Ю. Последняя осень советской психотехники // Ярославский педагогический вестник. 2014. Т. 2. № 4. С. 223-236.
23. Мазиллов В.А. Научная психология: проблема метода // Труды Ярославского методологического семинара. Том 3. Ярославль, 2005. С. 248-279.
24. Научные подходы в современной отечественной психологии / А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко и др.; отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023. 759 с.
25. Соколова Е. Е. Тринадцать диалогов о психологии. Москва : Наука, 1994. 395 с.
26. Соколова Л. В. А. А. Ухтомский и комплексная наука о человеке. Санкт-Петербург : СПбГУ, 2010. 316 с.



27. Ухтомский А. А. Доминанта души. Из гуманитарного наследия. Рыбинск : Рыбинское подворье, 2000. 608 с
28. Шадриков В. Д. Внутренний мир человека. Москва : Логос, 2006. 386 с.
29. Шадриков В. Д. Способности и одаренность человека. Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2019. 274 с.
30. Шадриков В. Д., Мазилев В. А. Общая психология. Москва : Юрайт, 2015. 411 с.
31. Шадриков В. Д., Мазилев В. А. О психофизическом принципе (предмет психологии) // Психологический журнал. том 43, №3. 2022. С. 15–24.
32. Jung K.G. Die Bedeutung von Konstitution und Vererbung für die Psychologie [Текст] / K.G Jung // Ges.Werke.Bd.8, 1967, S.418-423.
33. Mazilov V.A. About Methodology of Russian Psychology of Today // Psychological Pulse of Modern Russia. Moscow-Jaroslavl: International Acad. of Psychology, 1997. P. 126-134
34. Schmidt F.L., Oh I.-S. The Crisis of Confidence in Research Findings in Psychology: Is Lack of Replication the Real Problem? Or Is It Something Else? // Archives of Scientific Psychology 2016, 4, P. 32–37
35. Wundt, W. Grundzüge der physiologischen Psychologie. [Текст] / W. Wundt. Leipzig: Engelmann, 1874. XII, 870 S

**Мардашкина Н.М.**

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ЛИЧНОСТИ СОТРУДНИКОВ, КАК СПОСОБ ЭФФЕКТИВНОГО СОЦИАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ ОРГАНИЗАЦИЕЙ**

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются практические методы психологического воздействия на личности сотрудников, как способ эффективного социального управления организацией; обоснованы три парадигмы в психологии Г.А. Ковалева; автор рассматривает процесс манипулятивного воздействия и приводит его классификацию; в практической части автор актуализирует внимание на направление позитивной психологии в организации.

**Ключевые слова:** практические методы психологического воздействия, парадигмы в психологии, побудители активности человека, социальное управление организацией, позитивная психология.

**Annotation.** This article discusses practical methods of psychological influence on the personality of employees as a way of effective social management of the organization; three paradigms in the psychology of G.A. Kovalev are substantiated; the author examines the process of manipulative influence and gives its classification; in the practical part, the author actualizes attention to the direction of positive psychology in the organization.

**Keywords:** practical methods of psychological influence, paradigms in psychology, motivators of human activity, social management of the organization, positive psychology.

Социальной основой любой организации является коллектив, который обеспечивает функционирование предприятия. Уровень квалификации, сплоченности, дисциплинированности и деловой активности сотрудников прямо пропорционален эффективности их труда. Категорийным признаком организации по Пригожину А.И. (6) является общая цель, которая обычно достигается через сопряжение личных интересов индивидумов и задач предприятия, где точкой пересечения служит обмен труда на заработную плату. Иерархическое построение административно-правовой структуры, корпоративные нормы и правила, правильно построенные функциональные связи между структурными единицами (субъектами), жизненно необходимы для стабильного и эффективного взаимодействия между сотрудниками, направленного на объекты управления. Не забываем и про полное погружение в стандартную парадигму учреждения: генерить пользу тем, кто платит тебе деньги. Согласно выводам Пригожина А.И. (7), на первое место в этом контексте, он ставит субъектность личности, а именно, ответственность за принятие и выполнение решений перед третьими лицами, способность к солидарной самоорганизации внутри коллектива. На второе - неумение работать с будущим. Долгосрочные стратегии развития в период турбулентности быстро устаревают, а современные методы бизнес-планирования (реинжиниринга), предполагают непрерывное проектирование и улучшение бизнес-процессов с целью получения максимально возможного мультипликативного эффекта, который реально получить только за счет оптимально организованных совместных усилий. Крупнейшие мировые компании взяли за основу этот метод и применяют его для использования колоссальных человеческих и финансовых ресурсов. Основателем реинжиниринга, американцы считают М.Хаммера (8). Но не будем забывать и о правильном распределении служебных функций между сотрудниками, согласовании корректных оргструктурных целей и о психологических методах управления, которые в большинстве своем репрессивны по соотношению положительных и отрицательных воздействий на подчиненных, дальше денежной мотивации они как правило не распространяются [1].

Специфическим способом управления на всех уровнях взаимодействия индивидумов в рабочей группе является тайное манипулирование ими и скрытое принуждение личностями в повседневных межличностных деловых коммуникациях, что ставит под угрозу информационно-психологическую безопасность субъектов управления. Таким образом, конкретизируя общеметодологические положения диалектико-материалистического учения марксизма-ленинизма о социальной природе человека и его гуманистическом начале, отечественная марксистская психология решающую роль в психическом формировании и развитии человека отводит его ближайшему

социальному окружению, во взаимодействии с которым индивид и обретает свое человеческое, личностное, гуманистическое содержание. В этой связи личность в известном смысле можно понимать как продукт и результат общения человека с другими людьми, т. е. как интерсубъектное образование. Этот в целом очевидный и вытекающий из теории марксизма факт «диалогического» содержания психической организации человека. Но на деле он до недавнего времени в отечественной психологии учитывался явно недостаточно. Основное психологическое ядро личности, ее психологическая структура определялись только структурой и характером ее предметно-практической деятельности, т. е. объектно [5].

Социальный же контекст, задающий нормативы и координаты этой деятельности, создающий ее эмоционально-мотивационный фон, оказывался практически вне поля научного анализа. Обнаружилось, что категории и конструкты, разработанные на теоретическом уровне, крайне трудно адаптируемы к объяснению процессов и явлений, происходящих в реальных и естественных межличностных отношениях, в общении между живыми людьми. Таким образом, встала задача более последовательной и глубокой конкретизации положений марксистской философии о социальной сущности человека для решения практических задач психологической науки, что находит свое воплощение в создании принципиально новой, подлинно гуманистической методологии психологического знания. Эта методология исходит из межсубъектного понимания детерминации психического в человеке и основана на вере в позитивный потенциал человека, в его возможности постоянного развития и самосовершенствования, в его неограниченные творческие возможности [Ковалев В.В., 2018, с. 96].

Если возвратиться к основному предмету нашей работы— проблеме психологического воздействия, то стратегию воздействия, которая наиболее релевантна для данного субъект-субъектного подхода, можно обозначить как развивающую. Психологическим условием реализации такой стратегии воздействия является диалог. Основными нормативами и принципами организации его являются: эмоциональная и личностная раскрытость партнеров по общению, психологический настрой на актуальные состояния друг друга, безоценочность, доверительность и искренность выражения чувств и состояний. В состоянии диалога две личности начинают образовывать некое общее психологическое пространство и временную протяженность, создавать единое эмоциональное «событие», в котором воздействие (в обычном, объектном, монологическом смысле этого понятия) перестает существовать, уступая место психологическому единству субъектов, в котором разворачивается творческий процесс взаимораскрытия и взаиморазвития, создаются условия для самовоздействия и саморазвития. Будучи адекватен субъект-субъектному характеру самой человеческой природы, диалог поэтому наиболее релевантен для организации наиболее продуктивных и личностно развивающих контактов между людьми. Кроме

того, в рамках разрабатываемой диалогической методологии диалог может выступать в качестве ведущего метода психологического исследования. Полная и последовательная реализация положения о социальной, диалогической природе психической организации человека, признание творческого начала его личности и ее уникальности предполагают то, что и методы научного изучения человека, и методы воздействия на него должны быть принципиально иными, нежели в традициях позитивистской, объектной модели человека, где основным принципом психологического исследования являлся, как известно, пришедший из естествознания экспериментальный принцип, долгое время казавшийся незыблемым. Вместе с тем становится все очевиднее, что концептуальные модели и способы исследования, приложимые к естественным наукам и к изучению объектной, вещной действительности, не могут быть в полной мере и адекватно перенесены на анализ субъективной реальности, на анализ личности и общественных отношений. Предпосылки экспериментальной верификации, в чем мы убедились выше, с неизбежностью ведут к одномерному, упрощенному взгляду на человека. Так, полученные в рамках объектного подхода и экспериментальными методами исследования, в целом крайне интересные факты лучше всего практически реализуются в рамках объектной же парадигмы и одномерного подхода к человеку. Но это, как правило, создает непреодолимые трудности при решении задач эффективного внедрения таких же «объектных» и «обезличенных» рекомендаций в реальную человеческую практику и по отношению к живым людям.

Таким образом, постановка вопроса о переходе на принципы диалогической методологии психологического исследования — это требование сегодняшнего дня (и не только для нашей науки).

Диалог является всеобщим принципом оптимальной организации и управления на всех уровнях организации и развития жизнедеятельности на Земле — от биологического уровня до социального и личностного. И наоборот, именно нарушение принципа диалогизма, использование монологических, объектных стратегий воздействия и порождает острейшие и трудноразрешимые проблемы человечества. Это убедительно было показано, в частности, в масштабных и многоаспектных исследованиях, проведенных так называемым Римским клубом, результаты которых с пониманием были восприняты в нашей стране [Волков Б.С., 2018, с. 94]. Поэтому формирование нового мышления (или, как его иногда называют, «планетарного сознания») — это становление мышления и сознания по сути своей диалогического, гуманистического, воспитание у людей чувства ответственности за судьбы всего мира, всей планеты и друг друга.

Побудители активности человека: потребности, интересы, склонности.

1. Регуляторы активности человека: групповые нормы, самооценка (в т.ч. чувство собственного достоинства, самоуважение, гордость), субъективные

отношения, мировоззрение, убеждения, верования, смысловые, целевые, операциональные установки и т.д.

2. Когнитивные (информационные) структуры (в т.ч., информационно-ориентировочная основа поведения человека в целом) - знания об окружающем мире, людях и другие разнообразные сведения, которые являются информационным обеспечением активности человека.

3. Операциональный состав деятельности: способ мышления, стиль поведения и общения, привычки, умения, навыки и т.п.

4. Психические состояния: фоновые, функциональные, эмоциональные.

Для человека при организации защитных процедур по нейтрализации манипулятивного воздействия возникают ряд специфических задач. Их можно сформулировать следующим образом:

- своевременное обнаружение факта манипулятивного воздействия и его направленности;

- прогноз вероятной цели и последствий воздействия (изменение поведения, взглядов, оценок, возможный ущерб адресату, мишени и т.п.);

- формирование адекватной ответной реакции, собственного поведения в ситуации манипулятивного воздействия.

Ключевая задача - выявление самого факта манипулятивного воздействия и его мощности, так как именно от этого зависят негативные последствия для адресата и в этом заключается основная опасность для личности.

Мощность и эффективность манипулятивного воздействия зависит от наличия определенных преимуществ у манипулятора над адресатом. Мы уже отмечали скрытый для адресата характер манипулятивного воздействия, что сразу создает преимущества манипулятору. Кроме этого, существуют и другие преимущества, которые позволяют манипулятору использовать специфические приемы воздействия и усиливать его эффект.

Классификация этих преимуществ предложена Н.Т. Оганесян. В качестве основания в ней используется источник, создающий преимущества. С учетом этого им выделяются следующие четыре основные группы: «Во-первых, актер уже может обладать некоторым собственным набором преимуществ: статусные преимущества (ролевая позиция, должность, возраст): деловые (квалификация, аргументы, способности, знания). [Н.Т. Оганесян., 2022, с. 206].

Во-вторых, актер может привлечь силу третьих лиц. Если это конкретные или достаточно определенные «другие», то такой вид силы можно назвать представительской поддержкой («я от Николая Николаевича», «не за себя

стараюсь - за коллектив»). Если же актер опирается на обобщенных других, назовем это конвенциональным преимуществом (традиции, мораль и т.д.).

В-третьих, сила может извлекаться из самого процесса взаимодействия с партнером: динамические силы (темп, паузы, инициатива), позиционные преимущества (эксплуатация эмоционального тона прежних или актуальных отношений), а также договор - результат совместных соглашений. И наконец, в-четвертых, сила добывается из слабостей партнера или его психических особенностей».

Данная классификация для нас представляет интерес в связи с тем, что источники преимуществ для манипулятора выступают в свою очередь для адресата в качестве источников угроз его информационно-психологической безопасности в межличностном взаимодействии и могут использоваться для диагностики факта манипулятивного воздействия и оценки его мощности.

Несмотря на несомненные достоинства данного подхода к классификации источников, позволяющих создавать манипулятору преимущества над адресатом и тем самым осуществлять и усиливать эффект манипулятивного воздействия, необходимо отметить ряд существенных моментов, которые не позволяют успешно ее использовать в таком виде в соответствии с целями нашего исследования. Учитывая, что мы рассматриваем сам процесс манипулятивного воздействия с точки зрения возможностей психологической защиты целесообразно осуществлять классификацию источников угроз информационно-психологической безопасности человека в межличностном взаимодействии. Это в свою очередь предполагает их структурирование в виде наиболее удобном для выявления с позиций адресата признаков манипулятивного воздействия на него, оценки его мощности и может служить основой для классификации соответствующих манипулятивных приемов.

В условиях все большего увеличения информационного компонента в коммуникативных процессах происходит возрастание роли приемов манипулятивного воздействия, связанных с оперированием информацией.

В данной классификации при рассмотрении процесса межличностного взаимодействия указываются лишь динамические характеристики.

Такой источник преимуществ манипулятора как внешние условия, сводится лишь к использованию третьих сил и некоторых характеристик манипулятора. В то же время за счет изменений внешних условий возможно значительное увеличение мощности манипулятивного воздействия и в настоящее время используется достаточно много соответствующих приемов.

Рассмотрим к примеру, анализ, проведенный Дубовицкой Т., он позволяет раскрыть как сам подход, так и основные значения понятия «манипуляция». В результате проведенного ею анализа, выделены

следующие характеристики манипуляции, употребляемые различными авторами :

- 1) психологическое воздействие по родовому признаку;
- 2) отношение к объекту манипулирования как к средству достижения собственных целей;
- 3) стремление получить односторонний выигрыш;
- 4) скрытый характер воздействия (как самого факта воздействия, так и его направленности);
- 5) использование (психологической) силы, игра на слабостях (использование психологической уязвимости);
- 6) побуждение, мотивационное привнесение (формирование «искусственных» потребностей и мотивов для изменения поведения в интересах инициатора манипулятивного воздействия);
- 7) мастерство и сноровка в осуществлении манипулятивных действий [Дубовитская Т., 2019, с. 37].

Достаточно сложно в кратком обзоре учесть все выделенные обобщенные критерии, отражающие характеристики манипуляции как социально-психологического феномена взаимодействия людей и скрытого психологического принуждения человека.

Приходится и среди этих критериев выделять одни в качестве более существенных, другие менее значимых. Причем значимость одних не вызывает сомнения, а другие не имеют безусловного значения. Это выбор исследователя, вызванный необходимостью акцентирования характеристик, имеющих значение для проблемы, в контексте которой рассматривается манипуляция. Для иллюстрации можно привести ряд следующих формулировок понятия манипуляции, выделенных Е.Л.Доценко, который определяет ее как:

- вид психологического воздействия, искусное исполнение которого ведет к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями;
- вид психологического воздействия, при котором мастерство манипулятора используется для скрытого внедрения в психику адресата целей, желаний, намерений, отношений или установок, не совпадающих с теми, которые имеются у адресата в данный момент;
- вид психологического воздействия, направленного на изменение активности другого человека, выполненного настолько искусно, что остается незамеченным им;

- вид психологического воздействия, направленного на неявное побуждение другого к совершению определенных манипулятором действий;

- искусное побуждение другого к достижению (преследованию) косвенно вложенной манипулятором цели;

- вид психологического воздействия, используемого для достижения одностороннего выигрыша посредством скрытого побуждения другого к совершению определенных действий.

Иногда, по его мнению, в практических целях удобнее пользоваться непосредственно метафорой при определении данного понятия, сформулировав его следующим образом: «Манипуляция - это действия, направленные на «прибирание к рукам» другого человека, помыкание им, производимые настолько искусно, что у того создается впечатление, будто он самостоятельно управляет своим поведением».

Таким образом, резюмируя наши рассуждения, можно сделать достаточно обоснованный вывод о том, что понятие «манипуляция» употребляется в определенных переносных значениях.

Во-первых, как обозначение специфического общего подхода к социальному взаимодействию и управлению, предполагающего активное использование разнообразных способов и средств скрытого принуждения людей. В этом значении манипуляция, манипулятивный подход, манипулирование заменяет термин «макиавеллизм» как образ политической деятельности, не пренебрегающей любыми средствами для достижения поставленной цели. Его использование применительно к средствам массовой коммуникации и политическим мероприятиям означает действия, направленные на программирование мнений, устремлений, целей масс и психических состояний населения. Конечная цель таких акций — это контроль над населением, его управляемость.

Во-вторых, манипуляция используется как обозначение специфического вида психологического воздействия. В этом значении используются также понятия «манипулятивное воздействие», «психологические манипуляции», «манипулирование общественным мнением» и «манипулирование общественным сознанием», «межличностные манипуляции», «социально-политические манипуляции личностью» и т.п.

В-третьих, понятие манипуляции используется для обозначения определенных организационных форм применения тайного принуждения человека и отдельных способов или устойчивых сочетаний приемов скрытого психологического воздействия на личность.



Причем можно выделить простые «одноактные» манипуляции или акты манипулятивного воздействия, а также сложные, которые можно условно обозначить как манипулятивные игры.

Иными словами, процесс манипулирования может быть растянут во времени и представлять многошаговую поэтапную процедуру оказания манипулятивного воздействия на человека. Он может быть относительно простым, включающим «одноактный» период общения с использованием одного или нескольких приемов манипулятивного воздействия, или структурно достаточно сложным, т.е. включать комплекс (систему) разнообразных манипулятивных приемов, действие которых направлено на различные психологические структуры личности и использование различных психологических механизмов с поэтапной реализацией этих приемов в определенные периоды времени и в различных ситуациях взаимодействия. Таким образом, сложная манипуляция имеет свои временную, пространственную и организационно-социальную структуры.

Таким образом, резюмируя наши рассуждения, можно сделать достаточно обоснованный вывод о том, что понятие «манипуляция» употребляется зачастую в переносных значениях.

В ходе проведения психологических операций манипулятивное воздействие осуществляется на группы людей, как на относительно небольшие, например личный состав конкретного воинского подразделения, так и на многочисленные, вплоть до населения одной или нескольких стран. Кроме этого, манипулятивное воздействие осуществляется на отдельных лиц, деятельность которых может существенным образом влиять на проведение конкретных крупномасштабных или имеющих важное значение мероприятий политического, экономического и военного характера. Конкретизировать манипулятивное воздействие можно в различных технологиях и разнообразных формах рефлексивного управления. В качестве примеров можно привести :

- подрыв положения авторитетов и их репутации, навлечение на них позора в глазах соотечественников;
- использование даже самых низких и отвратительных людей;
- создание препятствий для деятельности правительств;
- сеяние разногласий и раздоров;
- настраивание молодежи против стариков;
- сокрушение устоявшихся традиций;

В качестве вывода рекомендации манипуляторам : не жалейте ни подарков, ни денег, ни обещаний - все окупится. Появление новых средств

распространения информации, разработка и использование наиболее эффективных способов подачи различных сообщений поставили вопросы техники информационно-пропагандистского воздействия на одно из центральных мест в подготовке и проведении психологических операций в современных условиях.

Американский разведчик Л.Фараго, работавший также некоторое время на радиостанции «Свободная Европа», делаясь опытом проведения психологических операций или как он называет психологической войны, в разделе «Пропаганда» своей книги «Война умов», сформулировал ряд принципов этой деятельности. Он обращает внимание на то, что пропаганда, не становясь монотонной, должна повторяться, снова и снова внушая одни и те же идеи. Используясь как наступательное оружие, она должна затрагивать личности больше, чем события, так как события очень сложны для восприятия, а имя делает новость [2].

К основным принципам ведения пропаганды Л.Фараго относит также следующие:

- пропаганда должна быть замаскирована, ее нельзя называть своим именем, иначе она потерпит неудачу;

- пропаганда должна основываться на разведывательной информации, на знании политических, духовных, военных, экономических, бытовых особенностей стран и народов, для которых она предназначена;

- она не должна сочинять темы для обсуждения, а исходить из вопросов и проблем, имеющих в действительности;

- должна быть гибкой и динамичной, постоянно приспосабливаться к событиям дня и быть всегда готовой изменить свою интерпретацию конкретного явления, чтобы более эффективно его использовать при изменившейся обстановке;

- нельзя руководить пропагандой издали, хотя директивы и инструкции могут поступать из центра, конкретная обработка материалов должна оставаться на усмотрение людей, занимающихся ее распространением;

- необходимо использовать все существующие возможности для распространения пропаганды, и особенно граждан тех стран, которые являются ее объектом, превращая их в невольных распространителей.

Л.Фараго подчеркивает, что пропаганда должна воздействовать на чувства больше, чем на разум. Приоритет эмоций как объекта пропагандистского воздействия выделяет и Л.Фрезер. На каких эмоциях может прямо или косвенно играть пропаганда задает он вопрос? И сам отвечает на него следующим образом: на всех - на простых эмоциях, вроде страха, на сложных - таких как гордость или любовь к приключениям, на

недостойных эмоциях вроде жадности, или на добрых - таких как сочувствие или самоуважение, на эгоистических эмоциях вроде честолюбия, или на эмоциях, обращенных к другим - таких как любовь к семье. Все человеческие эмоции и инстинкты в то или иное время давали пропагандистам средства влиять или пытаться влиять на поведение тех, кто служит для них мишенью.

Нам бы хотелось в первую очередь выделить несколько существенных выводов, которые можно сформулировать на основе анализа содержания доклада, представляющих интерес для наших рассуждений и имеющих значение для предпринятого нами исследования.

Во-первых, в нем четко показана связь рыночных отношений и конкурентной борьбы с необходимостью использования кризисных технологий. Это объективная закономерность рыночных отношений и конкуренции, которая усиливается в современных условиях, в частности, в России.

«Любой, кто всерьез начинает заниматься каким-либо бизнесом, приносящим доход, должен отчетливо понимать: рано или поздно на его пути встанут конкуренты. И -будем называть вещи своими именами - либо он задавит конкурента, либо конкурент задавит его, либо установится некое динамическое равновесие. Иначе и быть не может. Потому что конкурентная борьба - основа рыночной экономики. Не бывает рынка без конкуренции.

То есть без работы против своих конкурентов не обойдется ни одно предприятие в рыночной экономике. Если оно этого не хочет и не делает даже по самым высоким «моральным» соображениям — значит, через некоторое время оно просто перестанет существовать. Таковы объективные закономерности рынка

Во-вторых, показывается, что сущностью и психологическим содержанием кризисных технологий является тайное принуждение человека. Автор отмечает, что в психологии влияния нет ничего сложного и таинственного. Только мнение + влияние. И громадное количество технологических приемов, позволяющих нужное мнение создавать и нужное влияние оказывать».

Причем сделать это таким образом, чтобы не попасть под уголовное преследование. Т.е. «не выходя за рамки закона и не совершая ничего такого, за что можно было бы привлечь к ответственности, разделаться с конкурентом или отразить его атаки. А точнее -решить основную задачу, задачу увеличения своих прибылей или их сохранения от посягательств конкурентов».

В рамках изучения темы: практические методы психологического воздействия на личности сотрудников, как способ эффективного социального управления организацией, мы бы хотели обратить внимание на современное направление позитивной психологии в организации.

Одна из ключевых целей позитивной психологии — помочь отдельным людям, группам и организациям процветать. И это жизненно важно сейчас более чем когда-либо прежде, если вы хотите сохранить своих лучших сотрудников. Согласно «парадоксу влияния», в то время как развитые страны становятся все более богатыми, удовлетворенность жизнью и психическое благополучие их жителей не улучшаются. Похожие явления особенно актуальны на рабочем месте, где после удовлетворения основных потребностей работника, дополнительный доход и выгоды, обычно не увеличивают его счастье, удовлетворение или смысл существования.

Мир сталкивается сейчас с серьезными вызовами: рекордная инфляция, пандемии, войны, новые технологии и рабочие тенденции, такие как массовые увольнения сотрудников и замена их искусственным интеллектом с рекордной скоростью. И тем не менее позитивная психология признает, что крайне важно продвигать факторы, которые позволяют отдельным людям, организациям и сообществам процветать. Встроенные в рабочее пространство следующие факторы могут поддерживать более широкие бизнес-инициативы, направленные на следующее:

- Повышение вовлеченности и удовлетворенности сотрудников при одновременном повышении производительности и прибыльности организации.

- Создание культуры позитива и благополучия, что приводит к снижению текучести кадров и увеличению удержания сотрудников.

- Улучшение коммуникации и сотрудничества между членами команды, что приводит к лучшему решению проблем и выработке оптимальных управленческих решений

- Помощь лидерам в развитии и обучении более адаптируемых сотрудников, способных лучше справляться с изменениями, стрессами и состояниями неопределенности

- Повышение креативности, внедрение инноваций, ведущих к разработке новых высокотехнологичных продуктов и улучшению качества услуг

- Поддержка внутренних лидеров, поскольку они определяют позитивный настрой, вдохновляют коллектив на свершения, могут мотивировать сотрудников на повышение производительности труда.

- Помощь организациям в создании более позитивного имиджа и репутации бренда, что может привлечь лучших специалистов и повысить лояльность клиентов.

- Снижение стресса и выгорания сотрудников, что приводит к улучшению физического и психического здоровья и снижению затрат на здравоохранение за счет организации (оплата больничных листов, производственных травм, простой и тд).

- Улучшение самочувствия сотрудников, что приводит к повышению удовлетворенности работой и вовлеченности

Внедрение принципов позитивной психологии на рабочем месте может показать заботу организации о благополучии своих сотрудников, что повышает как правило их лояльность и приверженность компании.

Позитивная психология — это гораздо больше, чем одномерный взгляд на позитивное мышление и позитивные эмоции; она «сосредоточена на том, чтобы заставлять людей и сообщества процветать, а не чахнуть»

Несколько ключевых теорий повлияли на успешное применение позитивных психологических вмешательств на рабочем месте, в том числе следующие:

– *Теория «расширяй и развивай».*

Положительные эмоции расширяют когнитивные и социальные ресурсы сотрудников, стимулируя новые мысли и ответы, а также долгосрочное благополучие и успех.

– *Ориентация на счастье.*

Сотрудники могут добиваться счастья с помощью трех разных подходов: удовольствие, вовлеченность и смысл.

– *Психологический капитал.*

Индивидуальный уровень оптимизма, самооффективности, надежды и стойкости может привести к лучшему благополучию и производительности.

– *Теория устойчивого счастья.*

Чтобы сохранить счастье, сотрудники должны сосредоточиться на заботе о себе, расширении своих социальных связей и значимой деятельности.

Такие подходы к позитивной психологии имеют широкий спектр преимуществ, и результаты многочисленных исследований это подтверждают. Для организаций, руководителей и сотрудников, в том числе можно отметить следующие последствия применения позитивной психологии:

- Повышение настроения , многообразие положительных эмоций
- Повышение креативности и эффективной стратегии выживания
- Снижение последствий стресса
- Лучшая психологическая и моральная устойчивость
- Активное участие в бизнес-процессах жизни коллектива и обучении
- Более сфокусированное и целенаправленное поведение
- Повышение инклюзивности и гибкости
- Повышение значимости повседневных задач и событий
- Повышенная мотивация для карьерного роста
- Увеличение личного счастья
- Более высокая удовлетворенность жизнью
- Улучшенная производительность
- Стремление к лидерству
- Повышение самооценки и самосознания
- Улучшение морального духа персонала
- Более широкий диапазон интересов , мыслей и действий

Проще говоря, сотрудники, участвующие в программах базирующихся на позитивной психологии, обычно выглядят и чувствуют себя более процветающими, что означает состояние, в котором люди преуспевают, самовыражаются и испытывают счастье». Запуск таких программ, часто приводит к улучшению благосостояния как обычных сотрудников так и к бурному росту компании в целом.

Однако современные российские экономические отношения не способствуют поддержанию комфортного социально-психологического климата в коллективе. По этой причине важно прогнозировать воздействие психологических и организационных методов управления на работу персонала, учитывая, что данные методы представляют собой очень деликатный инструмент воздействия на малые социальные группы и личности конкретных сотрудников. Такие инструменты требуют профессионального, дозированного и дифференцированного применения с учетом внутренних личностных особенностей индивидуумов, а также факторов окружающей производственной среды.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Бенор, Дэниел Курс по самоисцелению физических и психологических проблем. Метод WHEE доктора Бенора. Рабочая тетрадь / Дэниел Бенор. - М.: ИГ «Весь», 2018. - 717 с.
2. Волков, Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б.С. Волков, Н.В. Волкова, А.В. Губанов. - М.: Академический проект, 2018. - 384 с.
3. Дубовицкая, Татьяна Концепции и методы психологической помощи: сравнительный анализ / Татьяна Дубовицкая. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2019. - 180 с.
4. Козлов В. В. Психологическое управление в кризисных социальных сообществах / Новиков В.В., Мануйлов Г.М., Козлов В.В. Международная академия психологических наук. М. 2020 - 461 с
5. Оганесян, Н.Т. Методы активного социально-психологического обучения / Н.Т. Оганесян. - М.: Ось-89, 2022. - 432 с.
6. Пригожин А.И. Методы развития организации – М: Ленанд, 2017 – 26 с
7. Пригожин А.И. Дезорганизация: Причины, виды, преодоление. – М : Альпина Бизнес Букс 2007 – 402 с
8. М. Хаммер, Дж. Чампи, Реинжиниринг корпорации: манифест для революции в бизнесе – М: Манн,Иванов и Фербер 2010 – 38 с
9. Ковалев Г.А. Три парадигмы в психологии - три стратегии психологического воздействия. 2018 - 96 с

**Пенечко О.К., Комарова И.Ю.**

**ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ СИСТЕМЫ КОНДЕНСИРОВАННОГО  
ОПЫТА (СКО) КАК ОРГАНИЗУЮЩЕЕ НАЧАЛО  
ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ПСИХИКИ И ЭЛЕМЕНТ КОПИНГ-  
СТРАТЕГИИ**

**Аннотация**

В статье рассмотрена система конденсированного опыта (СКО), предложенная С.Грофом на основе наблюдений воспоминаний человеком, связанных с его собственными переживаниями в перинатальный период развития, в младенчестве и раннем детстве. Авторы анализируют “отрицательные СКО”, ведущие человека к проявлению негативных воспоминаний, и “положительные СКО”, помогающие человеку в творческом развитии. Также в статье акцентируется внимание на работе с системами конденсированного опыта (СКО) в качестве инструмента достижения человеком ощущения собственной целостности. На примерах исследования “музыкального сознания” человека, реализации человека в художественном творчестве, оптимистического настроения в жизни, авторы подчеркивают интеграцию знания об СКО в поле практики психологической помощи и самопомощи.

**Ключевые слова:** СКО, система конденсированного опыта, конstellляции, переживания, воспоминания, перинатальный период, трансперсональная психология, интегративная психология, целостность.

Positive systems of condensed experience (CSE) as an organizing principle of the human psyche and an element of a coping strategy

**Annotation**

The article considers the system of condensed experience (CSE) proposed by S. Grof on the basis of observations of a person's memories associated with his own experiences in the perinatal period of development, infancy and early childhood. The authors analyze “negative COEX systems”, which lead a person to the manifestation of negative memories, and “positive COEX systems”, which help a person in creative development. The article also focuses on working with systems of condensed experience (COEX) as a tool for a person to achieve a sense of his own integrity. On the examples of the study of the “musical consciousness” of a person, the realization of a person in artistic creativity, an optimistic mood in life, the authors emphasize the integration of knowledge about the COEX system in the field of the practice of psychological assistance and self-help.

**Key words:** COEX system, system of condensed experience, constellations, experiences, memories, perinatal period, transpersonal psychology, integrative psychology, integrity.

Психозэмоциональное состояние человека детерминировано рядом факторов, среди которых, наравне с событиями окружающего мира, социально-

историческим фоном, – текущие события его жизни, его физическое состояние (в частности, состояние здоровья), его социальное окружение и т.д. По мнению Станислава Грофа, в этом ряду существует еще один фактор, оказывающий влияние на психоэмоциональное и связанное с ним физическое состояние человека, и играющий, таким образом, важную роль в его жизни, – система конденсированного опыта (СКО).

Термин “система конденсированного опыта” разработал С. Гроф, который представил его в книге “Области человеческого бессознательного” [4]. В одной из глав книги он определяет СКО как “особое сгущение воспоминаний, состоящее из конденсированного опыта (и связанных с ним фантазий) различных жизненных периодов человека”.

Мы, в свою очередь, определяем СКО как своего рода “линзу мировосприятия”, через которую человек склонен воспринимать окружающий мир и собственную жизнь, события и людей, и, соответственно, – воспроизводить жизнь и ее события. Мы можем назвать СКО (вслед за И.Кантом, предложившим систему “априорных форм мировосприятия”) “апостериорной формой мировосприятия” (формой мировосприятия, построенной на опыте), способной “отфильтровывать” одни события жизни и концентрироваться на других. Заметим, что, несмотря на важность темы СКО для понимания природы психологических феноменов, существенно влияющих на качество жизни человека, данный термин и его содержание знакомы, преимущественно, специалистам, работающим в русле трансперсональной психологии и психотерапии. Тем не менее, концепция системы конденсированного опыта способна дать представление о природе тех или иных феноменов, систематически проявляющихся в жизни человека, и помочь в работе психолога, психотерапевта, коуча.

СКО представляет собой специфическую группу воспоминаний, связанных с ранее пережитым опытом, относящимся к разным периодам жизни человека. Воспоминания, относящиеся к области конкретной системы конденсированного опыта (СКО), отличает наличие “главной темы” и выраженной эмоциональной заряженности. В основе этой системы лежат яркие, сильные переживания раннего периода жизни человека, с которыми связаны более поздние события, усиливающие ранние переживания и “подтверждающие” их. “Общим знаменателем” той или иной СКО психики человека является ведущая (преобладающая) тема, связанная с фундаментальным ранним событием, лежащим в основе системы. Некоторые авторы метафорически представляют отдельную систему конденсированного опыта в виде нити с нанизанными на нее бусинами, где сама нить – это ведущая тема СКО, а первая бусина, к которой прикреплена нить, – изначальное, фундаментальное событие СКО. Остальные бусины на нити – это более поздние события на ту же “ведущую тему”, воспоминания об этих событиях и психоэмоциональный фон, ассоциированный с воспоминаниями.

Мы, в свою очередь, сравниваем СКО, вслед за С.Грофом, с созвездиями. Образ с “нитями бус” кажется нам недостаточно репрезентативным, поскольку предполагает некоторую линейность событий, которые идут одно за другим – как



хронологически, так и в восприятии человека, а также – в самой системе СКО. Образ “созвездия” с ведущей темой видится нам более корректным в контексте понимания СКО самим С.Грофом, а также более полно описывающим сущность систем конденсированного опыта, в том числе – для практической работы психолога. Образ созвездия также имеет некоторую ведущую тему (так, в случае с реальными созвездиями, эта тема – название созвездия, образ, который человек стремится уловить в его очертаниях), а также – наиболее яркую звезду, в виде которой можно метафорически представить ключевое событие СКО. Образ созвездия кажется нам корректным еще и потому, что элементы созвездий, отдельные звезды, в реальности не существуют в системах, а “собираются” в них через призму человеческого восприятия. В реальности звезды не только не связаны между собой, но и отдалены друг от друга, но человеческое сознание стремится “связать” их, в соответствии с образом “темы” того или иного созвездия. СКО человеческой психики подобно созвездиям: так, отдельные события жизни в реальности не связаны между собой, но объединены в рамках системы нашего опыта, в соответствии с той или иной ведущей темой этого опыта (например, “опасность”, “близкие отношения” и т.д.). Кроме того, события жизни нелинейны, а сгруппированы вокруг “ведущей темы” (“самой яркой звезды”) – случайно или закономерно. С.Гроф указывает на то, что системы конденсированного опыта (отдельные “созвездия”) также могут быть взаимозависимы, или функционировать относительно независимо.

В различных слоях определенной системы конденсированного опыта могут храниться воспоминания о событиях (а также “след”, оставленный событиями, воспоминания о которых не сохранились или хранятся в области бессознательного), тем или иным образом повлиявшие на самооценку человека. Заметим, что, когда речь заходит об СКО в опыте помогающего практика (в том числе, и самого С.Грофа), описываются преимущественно негативные СКО, ассоциированные с событиями, вызвавшими эмоциональную депривацию, связанные с насилием, агрессией, угрозой здоровью или жизни. В этом смысле СКО важны, поскольку могут содержать конденсированный индивидуальный опыт выживания в условиях опасности для жизни. Тем не менее, мы хотим обратить внимание на то, что для индивидуального выживания и благополучной жизни в более долгосрочной перспективе не менее, чем СКО с “негативной” ведущей темой важны системы с “позитивной” темой.

В соответствии “с основным качеством эмоционального заряда”, С.Гроф различает “отрицательные СКО” (конденсирующие негативные, отрицательные эмоциональные переживания) и “положительные СКО” (конденсирующие положительный жизненный опыт и позитивные эмоциональные переживания). С.Гроф подчеркивает также, что в его практике отрицательные СКО встречаются намного чаще, чем положительные. Это, по нашему мнению, связано со спецификой работы помогающего практика, к которому приходят преимущественно с проблемами, а также со способностью отрицательных СКО оказывать негативное влияние на психоэмоциональное состояние человека, которое и является причиной обращения к помогающему практику. При этом,

несмотря на то, что “положительные” СКО, с выраженным позитивным качеством “ключевого события” реже являются причиной обращения к психологу, психотерапевту, коучу, тем не менее, они являются, по нашему мнению, важным предметом в работе помогающих практик. Дело в том, что психика человека естественным образом концентрируется на негативных событиях (и, как следствие, негативных СКО), при этом “позитивные СКО” необходимо актуализировать целенаправленно, поскольку в них содержатся ресурсы, значимые для качества жизни человека, его самоактуализации и творческого развития. Кроме того, СКО способны оказывать влияние не только на восприятие человеком себя, определение своего места в мире, восприятие мира как потенциально дружелюбного или опасного места, отношение к другим людям, но и на соматические, физические процессы и состояния, – иными словами, – на здоровье человека.

Помогающему практику важно понимать, что воспоминание о любом событии в СКО способно вызвать к жизни всю СКО, с психоэмоциональным фоном, присущим ей, а также с ее способностью оказывать влияние на жизнь и здоровье клиента. Поэтому, на наш взгляд, важно отследить, какие конкретно события, воспоминания, переживания формируют ту или иную СКО. Это даст возможность целенаправленно использовать их в качестве “триггерных”, запускающих всю систему конденсированного опыта с выраженным “положительным” зарядом.

Системам конденсированного опыта в отечественном научном поле посвящен ряд работ, которых, однако, немного. Среди них, в контексте изучаемой нами проблемы, можем выделить исследования, посвященные не СКО как таковым, а творческим состояниям сознания, в процессе исследования которых авторы упоминают СКО [8] [6].

В этом ряду выделяется работа А.В.Тороповой [8]. Так, в этой работе читаем о формировании музыкального сознания на филогенетическом и онтогенетическом уровнях, о путях “включения” музыкального сознания через музыкальные паттерны восприятия реальности, – что, как мы видим, является своего рода системой конденсированного опыта, сформированной отдельными событиями (паттернами), которые можно целенаправленно использовать для “настраивания” сознания в творческом процессе.

А.В.Торопова [8] пишет: “Развитие личности в контакте с любым искусством происходит многомерно, охватывая как уровень специальных способностей индивида, так и общих познавательных процессов, их эмоционально-мотивационной составляющей – интереса, глубины переживания содержания, избирательности. Развитие личности в процессе обучения музыке происходит опосредствованно развитием новых видов музыкальной деятельности, кроме того, личность овладевает «орудиями» индивидуального вхождения в культуру и социум через установление и развитие интонационно-символических связей между жизненным опытом индивида (опытом переживаний, деятельности и внутреннего «делания») и антропогенетическим опытом развития Человеческой

Культуры в целом, запечатленным в музыкальных произведениях, национальных стилях, традиционных музыкальных практиках [8, С. 3]”.

Хотя в работе А.В.Тороповой не идет речь об СКО непосредственно, она пишет о филогенетическом и онтогенетическом уровнях развития в контакте с искусством, – она поднимает вопрос о развитии музыкальной деятельности путем установления связей между жизненным опытом конкретного человека и опытом развития человеческой культуры в целом. “Опыт развития конкретного человека” может включать в себя отдельные СКО, связанные, в частности, с восприятием искусства и музыки как таковой. Вероятно, речь здесь идет о позитивном опыте восприятия искусства и музыки, связанном, среди прочего, с конкретной СКО. Термин “конденсированный опыт” раскрыт в работе А.В.Тороповой: “Выражение конденсированный опыт переживаний заимствовано у С. Грофа [2]”. А.В.Торопова, описывая СКО как аспект музыкального сознания, ссылается на диссертацию Н.В.Морозовой [5], выполненной под ее руководством, где автор пишет также о “тезаурусе” как “хранилище жизненных представлений”, а также – о “психологической ветви музыкознания” как источнике музыкального искусства: “Вместе с тем, «психологическая» ветвь музыкознания в качестве источника музыкального искусства активно исследует музыкальное сознание в единстве с опытом жизнедеятельности (М.Г.Арановский, В.В.Медушевский, Е.В.Назайкинский, Г.А.Орлов, В.Н.Холопова). Выдвигается понятие «тезауруса» как хранилища жизненных представлений – от самых конкретных, чувственно-ощущаемых, до предельно обобщенных абстрактных общечеловеческих идей, которые находят свое отражение в «искусстве интонируемого смысла» (Б. Асафьев)” [5]. Под “искусством интонируемого смысла” автор понимает, прежде всего, музыкальное искусство, однако, мы можем заметить, что интонация и ее смысловое наполнение, или некоторый отдельный звук (в частности, описание этого находим у С.Грофа) может быть частью системы конденсированного опыта, позитивного или негативного, триггерным элементом, “активизирующим” ту или иную СКО.

Авторы пишут об СКО в контексте музыкального сознания личности, ее образно-смысловой структуры [8, С.10]: “Образно-смысловая структура музыкального сознания личности – открыто-закрытая система интонированного опыта переживаний, в которой присутствуют как общие архетипы интонирующего сознания, их этно-культурные особенности, так и индивидуальная единичность, уникальность личностного смысла”.

Переживания на уровне онтогенеза – эволюционной картины развития отдельного человека, личности, показывают часть филогенетической систематики, когда человек вписывается в эволюционную картину культуры, ее создания и ее восприятия: с одной стороны, он “распредмечивает” поле культуры, расшифровывает ее коды, с другой – вносит, посредством собственного творчества, вклад в систему общих переживаний, влияя на коллективное поле бессознательного.

В контакте человека с искусством мы наблюдаем активизацию “положительных СКО”, примером чего может служить исследование феномена

“музыкальное сознание”, которое отражает бессознательный уровень отдельного человека, его переживания от начала его жизни (в перинатальном периоде, младенчестве и раннем детстве). В этом смысле нам важно понимать, что произведения искусства и их отдельные элементы способны актуализировать те или иные СКО – как негативные, так и позитивные (например, музыка может напоминать нам о пережитом опыте, настраивать на творческий лад и т.д.). Кроме того, отдельный элемент, формирующий “позитивную” (“положительную” СКО), может стимулировать творческую деятельность человека. Само по себе творческое состояние, состояние вдохновения также является, по нашему мнению, системой конденсированного опыта, как и сопровождающее творческую деятельность состояние погруженности в процесс творения, состояние “потока”.

В работе А.В.Тороповой описана образно-смысловая структура музыкального сознания личности, как “открыто-закрытая система интонированного опыта переживаний, в которой присутствуют как общие архетипы интонирующего сознания, их этно-культурные особенности, так и индивидуальная единичность, уникальность личностного смысла”.

“Открытость” системы музыкального сознания показана в культурно-воспитательном педагогическом воздействии, в возможности обмена знаково-символическими системами, в возможности развития музыкальных способностей, склонностей, направленности и мотивации (человек открыт к развитию и применению музыкальных способностей в деятельности), так и специфических проявлений общих свойств – музыкального восприятия, мышления, творчества.

«Закрытость» музыкального сознания личности порождается внутренней бессознательной обусловленностью музыкального смыслообразования и окрашенностью деятельности индивидуальным (или родовым) опытом «отсутствующих переживаний», накопленным в прошлом и имплицитно сосуществующим с настоящим» [8, С. 10].

Заметим, что “интонирующее музыкальное сознание” созвучно конstellациям (“созвездиям” СКО), именно моментом интонации; которое можем назвать своеобразным “тонким прикосновением”, когда человек не успевает осознать влияние триггерного момента, но чувствует его. СКО, открытые С.Грофом в процессе наблюдения за пациентами в регрессотерапии, проявились в бессознательном состоянии человека, но играют, как мы думаем, важную роль в моменты резонанса с настоящим. А.В.Торопова пишет: “Имплицитная структура индивидуального музыкального сознания формируется на основе природных свойств нервной деятельности и их сочетаний («плеяд»), востребованных средой в перинатальный и ранний период психического развития индивида, субъектно оформляется в психическом феномене «личностного смысла» и «пристрастности сознания» и проявляется в относительно постоянной форме и окрашенности взаимоотношений с миром (сходной с проявлениями экстраверсии-интроверсии) [8, С. 10]”.

В контексте поднятой нами темы, нам важно не только представленное выше разделение СКО на “положительные” и “отрицательные”, но и возможности “положительных” СКО в качестве элементов копинг-стратегий в жизненные

периоды, сопряженные со стрессом и тяжелыми переживаниями. А.В.Торопова пишет о копинге в контексте музыкальной экспрессии [8, С. 23]: “Понятие о копинге в контексте музыкальной экспрессии в чем-то пересекается с аристотелевским понятием катарсиса, но не всегда дотягивает до него. То есть музыкально-интонированное переживание не всегда приводит к катарсису, но всегда способствует овладению копинговыми стратегиями совладания”. Таким образом, музыкальное переживание можно рассматривать как своего рода “положительную СКО”, которая может выступать частью копинг-стратегии, помогая человеку совладать со сложными чувствами.

Р.Лазарус [11] и С.Фолкман [9] подчеркивали дихотомическую структуру копинг-стратегий и выделяли, соответственно, два типа копинг-стратегий – “проблемно-фокусированные” и “эмоционально-фокусированные”. Проблемно-фокусированные копинг-стратегии ориентированы на решение проблемы; эмоционально-фокусированные копинг-стратегии, ориентированы на стабилизацию эмоциональных переживаний. “Проблемно-ориентированный копинг позволяет путем когнитивной переоценки того или иного события совладать с различными реакциями, имеющими средовую природу. Эмоционально-фокусированный включает в себя мысли и действия, которые способствуют снижению негативного влияния стрессовых событий на психологическую сферу личности” [7, С.50]. С.А.Станибула пишет, что модель Лазаруса и Фолкмана дополняют Перлин и Шулер, выделяя такие стратегии, как: стратегия изменения способа видения проблемы, стратегия изменения проблемы, стратегия управления эмоциональным дистрессом (Pearlin, Schooler, 1978 [12]).

С.Гроф писал: “Существует динамическое взаимодействие между системами СКО и внешним миром. Внешние события в нашей жизни могут специфически активировать соответствующие СКО, и, наоборот, активные СКО могут заставить нас воспринимать и вести себя таким образом, что мы воссоздаем их основные темы в нашей настоящей жизни (Grof, 1975)” [10].

Таким образом, исследуя особенности положительных СКО и механизм их действия в жизни конкретного человека, мы также можем сказать, что положительные СКО могут выступать частью копинг-стратегий: эмоционально-фокусированных, а также – стратегий изменения способа видения проблемы (проблемно-фокусированные стратегии) и стратегии управления эмоциональным дистрессом. Копинг-стратегии предлагают варианты экологичной реакции человека на поступающие внешние раздражители, и при резонансе внешних раздражителей с отрицательными или положительными СКО, копинг-стратегии могут помочь ослабить влияние отрицательных СКО, или переключиться на воспоминания, позитивные переживания, скрытые в положительных СКО. Таким образом, СКО, в основе которых лежат позитивные аспекты – мысли, эмоции, ощущения, – способствуют совладанию (копингу) с негативным событием, а также, как пишет С.Гроф, – позитивной трансформации личности.

Изучая тему СКО в контексте целостности человека, мы заметили, что вопрос интересен своей творческой составляющей. Изучая СКО как факт существования,

принимая их наличие в собственной жизни, человек открывает поле творческого исследования себя.

Мы предлагаем использовать позитивные СКО в виде эмоционально-фокусированной копинг-стратегии: “включать” (активировать) позитивные СКО при помощи музыки, управляемых визуализаций, творческого процесса, в частности – нейрографического рисования (по П.М. Пискареву). Нейрографика, по нашему мнению, является технологией творчества, способствующей активизации позитивных СКО: в частности, потому, что творчество с детства ассоциируется у нас с приятными ощущениями, все дети любят рисовать в детстве, это один из приятных, успокаивающих, улучшающих настроение опытов. Простота технологии нейрографического рисования позволяет овладеть ею любому человеку, не обладающему выраженными художественными способностями, и ощутить забытую детскую радость рисования.

Мы используем нейрографическое рисование в качестве элемента работы с позитивными СКО, – части эмоционально-фокусированной копинг-стратегии, задача которой состоит, прежде всего, в стабилизации эмоциональных переживаний человека в поле устойчивого позитивного психоэмоционального состояния.

Подводя итоги написанному выше, приходим к таким выводам:

1. СКО присутствует у каждого человека, это его бессознательный опыт, конденсированный в определенные “системы” (которые С.Гроф называет констелляциями), – событийные, тематические, эмоциональные – способные оказывать существенное влияние на жизнь человека в целом и в настоящем моменте.

2. С.Гроф выделяет два основных типа СКО: положительные (“позитивные”) и отрицательные (“негативные”). Он отмечает, что в своей работе сталкивается, преимущественно, с негативными СКО.

3. Как отрицательные, так и положительные СКО несут информацию о человеке, и работа с ними через инструменты психологической помощи необходима для ощущения человеком целостности, для очищения от негативных эмоций и когнитивно-поведенческого диссонанса.

4. Негативные СКО важны, поскольку могут содержать, например, конденсированный индивидуальный опыт выживания в условиях опасности для жизни. Таким образом, речь не идет об избавлении от негативных СКО, но об осознанном и целесообразном использовании их элементов, а также конденсированной в них энергии для блага человека.

5. “Позитивные СКО” необходимо актуализировать целенаправленно, поскольку в них содержатся ресурсы, значимые для качества жизни человека, его самоактуализации и творческого развития, улучшения состояния здоровья.

6. Позитивные СКО могут быть частью копинг-стратегии, поскольку способствуют совладанию (копингу) с негативным жизненным событием.

7. Выявлению СКО и трансформации жизни через СКО способствует творческое развитие человека вообще и творческие занятия, в частности – занятие музыкой (развитие музыкального сознания), изобразительным искусством

(развитие акцентов ярких впечатлений) и другими творческими видами деятельности.

8. Мы предлагаем использовать позитивные СКО как эмоционально-фокусированную копинг-стратегию: “включать” (активировать) позитивные СКО при помощи музыки, управляемых визуализаций, нейрографического рисования и т.п..

9. Для целостного восприятия себя, человеку необходимо, в первую очередь, принять существование СКО в собственной жизни, наблюдать и исследовать их влияние. Это позволит научиться гармонично реагировать на всплывающие программы (элементы СКО) и безопасно проживать негативные эмоциональные всплески, вызванные актуализацией отрицательных (негативных) СКО. Кроме того, это позволит целенаправленно использовать энергию положительных (позитивных) СКО как элемент копинг-стратегии в случае потери психоэмоционального равновесия и целостности, а также – для улучшения качества жизни в целом.

### **Литература**

1. Боровицкая Е. Н. Психологическая конфигурация прообраза в процессе творческого мировосприятия // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2014. – №1. – С. 74-82

2. Гроф С. За пределами мозга: рождение, смерть и трансценденция в психотерапии. – М.: “Соцветие”, 1992. – 335с.

3. Гроф С. Концепция СКО. Выступление в радиопрограмме BBC “Thinking Allowed”. – [Электронный источник]. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=A5V0WnJ1j3I>

4. Гроф С. Области человеческого бессознательного. – М.: Изд-во Трансперсонального Института, 1994. – 176 с.

5. Морозова Н.В. Развитие полимодальных музыкально-образных представлений в процессе обучения: На материале вузовской подготовки учителя музыки. – Автореф. Дисс. канд. пед. наук (19.00.07 педагогическая психология). – М., 2005. – 24 с.

6. Симонянц Е. А. К вопросу о работе сознания в психологии творчества // Известия высших учебных заведений. Северо-Кавказский регион. Общественные науки. – 2009. – № 1. – С. 99-103

7. Станибула С.А. Копинг-стратегии: функционирование и развитие в онтогенезе // Известия Гомельского государственного университета имени Ф. Скорины. – 2017. – № 2 (101). – С.49-52

8. Торопова А.В. Феномен музыкального сознания: методология исследования и развитие. – Дисс. докт. псих. наук (19.00.01. – общая психология, психология личности, история психологии). – М., 2009 – 457 с.

9. Folkman S., Lazarus R. S. Coping as a mediator of emotion // Journal of Personality and Social Psychology. – 1988. – №54(3). – Pp. 466–475

10. Grof S. The Future of Psychiatry: Conceptual Challenges to Psychiatry, Psychology, and Psychotherapy. – [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://www.newdualism.org/papers/S.Grof/sgrof.htm>

11. Lazarus R.S. Psychological stress and the coping process / R.S. Lazarus. – New York : McGraw, 1966. – 466 p.

12. Pearlin L.I., Schooler C. The Structure of Coping // Journal of health and social behavior. – 1978. – № 19(1). – Pp. 2-21

13. Moskalewicz M. Three modes of distorted temporal experience in addition: daily life, drug ecstasy, and recovery. // Archive of the History of Philosophy and Social Thought. – 2016. – № 61. – Pp. 197–212

**Симонов П.А.**

## **ВЕРА И ЗНАНИЕ. ТАК ЛИ ВСЕ ОДНОЗНАЧНО?**

**Аннотация:** Предметом рассмотрения настоящей статьи является тесное взаимодействие феноменов знания и веры. Через призму анализа различных взглядов и подходов к пониманию связи данных явлений, автор делает свое предположение о сущностной характеристике веры, а так же допустимости ее смыслового отождествления с понятием знания.

**Ключевые слова:** вера, знание, психология, вера как навык

**Abstract:** The subject of this article is the close interaction of the phenomena of knowledge and faith. Through the prism of the analysis of various views and approaches to understanding the connection of these phenomena, the author makes his assumption about the essential characteristic of faith, as well as the admissibility of its semantic identification with the concept of knowledge.

**Keywords:** faith, knowledge, psychology, faith as a skill

Проблема, которую в данной статье мы попытаемся рассмотреть, многими считается с одной стороны - вполне исследованной, ибо написано по данной теме очень много различных трудов и, казалось-бы, что еще можно сказать – не вполне понятно, а с другой стороны, присутствует мнение, свидетельствующее об отсутствии надежды, что где-нибудь или когда-нибудь появится конкретный результат, резюмирующий все споры и полностью или хотя бы частично закрывающий эту проблему, ибо «Вера и знание» - вечный вопрос. [6, с.550].

Действительно, вопрос взаимосвязи веры и знания был предметом рассмотрения всего многообразия подходов в трудах не только философской, но и психологической, исторической научной мысли. Находил он свое отражение и волновал умы также и многих литературных мастеров. Попробуем и мы с вами, обратившись к антологии различных подходов и направлений сделать свой, возможно также не однозначный вывод о взаимодействии данных феноменов. «В нашем знании присутствуют истина и сомнение, вера и убеждение, они взаимосвязаны, влияют друг на друга. Вера может подвести к поиску научной истины. Сомнение – важный фактор критического отношения к знанию, стремление к его более достаточному



обоснованию» - так утверждает В.А. Васильев, рассматривая взаимодействие знания и веры в разрезе социально-гуманитарного познания [2, с.142].

Различные контексты и различные формы толкования значения каждого из терминов привели, на наш взгляд, к столь широкому разнообразию подходов к пониманию взаимосвязи и различий рассматриваемых нами феноменов. Так, в частности, Знание, не смотря на кажущуюся однозначность понимания данного явления трактовалось через призму различных подходов по-разному, в том числе: «знание-сознание (иметь в мыслях), знание-умение (уметь делать)» [6, с.551]. Как отмечал в своей работе Ю.Т. Лисица: «знанию можно научиться (отсюда наука), знание можно добыть (отсюда «грызть гранит науки» - слова Льва Троцкого, ставшие девизом советских студентов), знанием можно овладеть (например, духовным деланием, послушанием), знание можно приобрести, продать или украсть (например, с помощью цивилизаторов древности, учивших народы важным первичным умениям и навыкам, или запатентовать свое открытие, формулу, у знания есть предел» [6, с.551]. Также, автор приводит в своей работе классификацию видов знания, подразделенных на безусловное (философия и ее предмет смысл) и условное (прочие науки, чьи предметы обусловлены средой, способом существования, материальной и даже трансцендентальной природой)» [6, с.551].

Весьма важным в данном контексте для нас будет понимание безусловного знания, поскольку, как мы сможем предположить в дальнейшем, критерий безусловности, является одним из ведущих критериев, характеризующих понятие веры.

В продолжение своих рассуждений, автор, рассматривая веру в религиозном аспекте, отчасти противопоставляет два явления, утверждая, что «вера, с одной стороны, есть знание, так как во что мы верим, нам известно, но, с другой стороны, разительно от него отличается. В частности, в противоположность знанию, вере нельзя научиться. Веру можно только культивировать (участвуя в культе и церковной жизни) и укреплять («молитвою и постом»), веру нельзя добывать, верою нельзя овладеть («И не совершил там многих чудес по неверию их», Мф 13, 58), веру нельзя приобрести («Ибо братья Его не веровали в Него», Ин 7, 5) или украсть («Тогда, если кто скажет вам: вот, здесь Христос, или там, - не верьте», Мф 24, 23), у веры нет предела [6, с.554]. И в этом прослеживается достаточно частое и уже ставшее практически догматичным противопоставление веры, как феномена не приобретаемого, а именно «обретаемого» и «укрепляемого».

Продолжая размышление на тему знания, нельзя не согласиться с утверждением А.В. Жукоцкой, обозначившей невозможность дать однозначное определение Знанию, поскольку значение термина будет задаваться контекстом: «знания о природе», «знания о человеческой душе», «знания о деятельности», «знания о правилах и нормах» и т.д. Все это, безусловно, знания, но во всех случаях содержание этих понятий будет различным [3, с.86]. Как мы уже упоминали, начало рассмотрению проблематики феномена знания было положено философами древности. На

сегодняшний день многое из изложенного не утратило свою актуальность. К знанию, безусловно, применимо понимание достоверного, истинного представления о чем-либо; проверенного практикой результата познания действительности, верное ее отражение в мышлении человека; обладания опытом и пониманием; результата процесса познавательной деятельности, который может быть логически или фактически обоснован и допускает эмпирическую проверку. Рассуждая о типологии и природе знания, Жукоцкая А.В. приводит утверждение, что знание есть неотъемлемое свойство и условие существования человека в обществе, обозначая также, что феномен знания рассматривают как социальную и индивидуальную память, как способ сохранения и использования, наследуемого и/или вновь создаваемого объема информации [3, с.86]. Автор, обращаясь к трудам одного из ведущих представителей неопозитивизма Людвиг Витгенштейна, демонстрирует понимание того, «что многие существенные и важные для человека явления, такие как любовь, счастье, долг, судьба и т.д., точнее для понимания, если они передаются не в формах словесно-логически выраженного знания-суждения, а репрезентируются через художественные, музыкальные, поэтические образы, либо через переживания нравственного, религиозного опыта. В этом смысле знание далеко не исчерпывается логикой и суждениями, а связано еще и с верой, но не религиозной верой, а верой как уверенностью в достоверности того, о чем идет речь» [3, с.87].

В контексте вышесказанного весьма уместным будет обратиться к концепции Ф.М. Достоевского подчеркнувшей еще одну сторону взаимосвязи веры и знания. В произведениях автора можно обнаружить трактовку знания как результата в определенном смысле заверщенного и не только познавательного, но и целостного жизненного процесса, в котором присутствует не только само знание, но и вера в особой форме. Проводя анализ концепции единства веры и знания через призму философии трудов Ф.М. Достоевского, Т.Ф. Извекова обращает наше внимание на то, что «главное в этих их началах состоит в том, что теперь они суть единое и целостное духовное образование, позволяющее ответить на вопросы, во-первых, о том, что наличествует в этом мире, во-вторых, о том, что в нем должно быть: что есть в нем сам человек и каким он должен быть, чтобы достигнуть подлинного обличия; что есть истина и какой она должна быть и т. д. Единство веры и знания в подобном сочетании становится не просто констатацией сторон наличной реальности, но и конкретным проектом ее будущего развертывания с активным участием в этом созидании человека именно как нового Абсолюта, человекобога» [4, с.31]. Весьма интересным нам представляется взгляд автора на рассматриваемую нами проблему с той точки зрения, что теория Ф.М. Достоевского, демонстрируя подлинно божественную силу, заключенную в человеке как в Абсолюте, тем самым ставит под сомнение многовековое противопоставление веры и знания. В то же время, автор обозначает и условие, при котором это становится возможным, а именно: «если человек сумеет пройти труднейший путь подлинного развития

от примитивнейшего животного состояния до состояния человекобога, преобразовать себя и мир собственными усилиями на принципах любви, добра, полной гармонии всех начал человеческого бытия» [4, с.31].

Как мы можем убедиться, являясь фундаментальными философскими понятиями, знание и вера нередко в литературе определялись в едином контексте. Рассматривая обозначенные понятия в гносеологическом и экзистенциальном плане, В.М. Цыганенко ставит под сомнение разграничение их с гносеологической позиции, полагающей в основание своего подхода понятие «знание». Автором выдвигается утверждение, что такой подход к пониманию знания и веры в действительности не только не является единственным, но даже наиболее предпочтительным, в том числе по причинам рационалистического порядка. В противоположность ему, автором предлагается экзистенциальный подход, находящийся в пределах культурологического знания, с позиции которого знание и вера рассматриваются не в объектном, а субъектном плане, в качестве определенных показателей экзистенциального и культурного состояния субъекта [10, с.144]. И если в изложении А.В. Жукоцкой знания становятся знаниями в результате логического оформления, обоснования, проверки, доказательства достоверности, а вера базируется на социальной санкции и общезначимости того, во что верят [3, с.87], то рассматривая веру в религиозном аспекте,

В.М. Цыганенко раскрывает сущность веры обозначая ее не в ограниченности и неполноценности в сравнении со знанием (согласно гносеологическому подходу), но в свободе — явлении экзистенциального порядка. Вера, будучи, по мнению автора, понятием экзистенциальным, выражает отношения субъекта в окружающем его мире, является проявлением свободы человека «и не обуславливается рационально: она может учитывать или не учитывать ее, сообразовываться или противостоять ей, но никогда не зависит от нее, чего о самой рациональности сказать нельзя» [10, с.147].

Казалось бы, столько разных, порой весьма противоречивых мнений высказывалось по теме единства и противоположности исследуемых понятий. Человек, на протяжении всего исторического пути развития стремился к гармонии, равновесию и как одному из существенных условий данного равновесия – пониманию сути происходящих явлений. Положенный в основу знания опыт, надолго закрепил необходимость доказательного подхода в противовес вере, опирающейся на внутренне устремление к принятию за истину нерационального и не имеющего на сей момент логического трактования и объяснения. Стремление к непротиворечивости миропонимания приводит человека к противопоставлению рационального, подчиненного разуму и контролю интеллектуальной сферы и необъяснимого, но столь же твердо ощущаемого истинным. Как точно отметил в свое время П. А. Бакунин: «верить – значит утверждать всем существом своим то, что принимается за действительную и несомненную истину».

Рассуждая о вере и знании в контексте внутренней гармонии личности А.А. Байрон отмечает, что знание личности и есть содержание её сознания, мышления в собственном смысле слова. В то же время вера также является неотъемлемой областью интеллектуального мира человека и она также необходима для него как и знание. Автор утверждает, что всегда существует нечто, что человеком воспринимается за действительную и несомненную истину, то можно сказать, что в этом смысле ни один человек не может жить без веры [1, с.27]. Обращая наше внимание на то, что хоть вера и знание связаны с деятельностью различных полушарий мозга, автор делает весьма верное с нашей точки зрения и важное для дальнейшего рассмотрения вышеозначенных явлений утверждение, что это ни в коем случае не отменяет необходимости поиска их «гармонии» – как необходимого условия, без которого невозможны интеллектуальная целостность, внутренняя уравновешенность и спокойствие и, в конечном итоге, душевное здоровье личности [1, с.31].

Не смотря на то, что вера и знание, являясь фундаментальными философскими категориями природой взаимоотношения определяющие различие науки и религии, рационального и иррационального, в своей работе и И.М. Можитов отмечает нецелесообразность противопоставления данных феноменов. Знание, по мнению автора, будучи результатом познавательного процесса, представляет собой сформированную устойчивую убежденность субъекта в истинности тех или иных явлений, вещей, в то время как вера чаще всего подразумевает под собой непоколебимость субъекта относительно истинности и понимается как интеллектуально-эмоциональным образованием. Автор подтверждает, что как мы уже и обозначали ранее, конкретизация содержания этих понятий проводится в сторону либо их психологизации, либо их гносеологизации, при которой идет отождествление веры и истинности, что искажает содержание знания. Автором весьма точно определяется, что «вера отражается в социально-психологических сторонах в познавательной деятельности субъекта. Таким образом, вера представляет собой психологический акт, акт эмоционального переживания, направленный на утверждение (или отрицание) прогнозируемого события. И именно это служит обоснованием неоправданности противопоставления рассматриваемых понятий т.к. вера является интеллектуально-интенциональной оценкой субъектом состояния истинности знаний [7, с.7-8].

Вопрос соотношения веры и знания в различных философских воззрениях с древних времен, как мы могли уже убедиться, трактовался различно - то утверждая доминантную роль веры над знанием, то – наоборот; периодами декларировалось и равноправие веры и знания. В современной философии, как утверждает Т.В. Савицкая, большое распространение получило мнение, что вера и знание «являются ступенями познания истины, различающиеся только степенью достоверности входящей в них информации» [8, с.51]. Согласно данной концепции знание становится обладателем объективной истины, а вера имеет возможность лишь при достаточном основании превратиться в знание.

Проводя исследования обозначенных феноменов в обыденном сознании человека, автор обозначает такое генетически обоснованное свойство человеческой психики, что «как только достигнуто устойчивое верование, мы будем полностью удовлетворены, вне зависимости от того, будет ли это верование истинным или ложным. Поскольку психика, как описывает автор, «всегда воспринимает объективную действительность опосредованно в виду того, что она перерабатывает поступающую информацию только на основе своих наличных знаний и возможности когнитивно-сенсорных систем организма человека» ей становится более чем достаточно достигнутого верования, чтобы воспринимать поступающую информацию как реально существующую. Именно поэтому, как отмечает Т.В. Савицкая, ни о каком объективном восприятии окружающей действительности в прямом смысле этого слова говорить вообще не приходится [8, с.54].

Не в первый раз, авторы, проводя исследования феноменов веры и знания отмечают такое свойство веры, роднящее ее с общеупотребимым и принимаемым смыслом концепта знания, как достижимость. Возможность человека уверовать во что-либо на протяжении длительного периода развития философской и исторической мысли все больше относилось к категории обретаемых навыков, берущих свою основу не только в событиях, объяснения которых не находилось в категории знания, но и в стремлении человека к доверию своим внутренним, порою весьма иррациональным измышлениям.

Являясь основой доверия, а без которого невозможно применение соответствующих познавательных средств, вера, как описывает ее А.А. Хачатрян, «пронизывает различные формы и структуру мышления, увеличивает силу мысли быстро протекающим чувством, сопровождает любые проявления активности субъекта, актуализирует процесс синтеза чувств, разума и воли в опосредованное знание, обуславливает их взаимопроникающее содержание» [9, с.362]. Автором справедливо отмечается тот факт, что относительная независимость веры от разума и волевых усилий обуславливает ее творческую активность, которая в свою очередь способствует достижению новых знаний. Вера, выступая стабилизирующим моментом познавательного поиска в виде приверженности ученых к определенным предпосылочным структурам является, по мнению автора, важным фактором устойчивости познавательных традиций и консолидации научных сообществ. «Решение ученых отстаивать определенную парадигму или принять новую может быть основано только на вере. А если в каком-то обществе нет веры в науку и в эффективность ее методов, все научные доказательства теряют свою силу» [9, с.362].

Как мы можем заметить, рассматриваемые нами феномены так тесно переплетены в своих значениях, что говорить об их противопоставлении нам совсем не приходится. Скорее мы можем продолжить рассуждение исключительно в контексте рассмотрения сущностных характеристик данных понятий, где дальнейшее исследование веры предположительно стоит вести с позиции осознания ее как навыка и навыка обретаемого, который любой

желающий может, с той или иной долей прилежания, освоить и научиться. Далеко не все аспекты исследования феноменов веры и знания нам удалось привести, но уже изложенного вполне достаточно, чтобы сделать заключение о том, что знание есть величина, берущая свое начало в вере (в том числе и в результат познания как процесса) и верой же укрепляемая.

Как отмечает С.В. Кравченко, «Являясь основанием жизни, базисной предпосылкой и условием наших действий, верования присутствуют в нас не в осознанной форме, а как «скрытое значимое нашего сознания» [5, с.173]. Автор, исследуя феномен веры с разных точек зрения, пытается дать свое, наиболее полно отражающее многогранность видов веры ее определение, как «состояние предельной заинтересованности, психологическая установка, мировоззренческая позиция и целостный личностный акт, состоящие в признании безусловного существования и истинности чего-либо с такой решительностью и твердостью, которые превышают убедительность фактических и логических доказательств и не зависят от них вопреки всем сомнениям» [5, с.171]. Даже в этом, на первый взгляд утверждающим коренное отличие веры от знания определении, мы можем обнаружить и то, что роднит эти два феномена, а именно целостный личностный акт безусловного принятия истинности. И как бы много не утверждалось различий знания и веры, как бы часто не критиковали друг друга адепты различных воззрений, знание и вера, по нашему мнению были и остаются явлениями неразделимыми и взаимосочетаемыми. Полагаем, что не смотря на все споры, мы уверенно можем поддержать мнение, что безусловность веры в философском контексте можно рассматривать как безусловное знание.

Можно ли считать вопрос соотношения веры и знания всецело рассмотренным? Однозначно - нет. Дальнейшие исследования взаимосвязи данных феноменов, а так же их влияния на способности личности, в том числе и в преодолении кризисных явлений современности, как нам представляется имеют значительные перспективы в свете динамично развивающихся новых психологических направлений.

## Литература

1. Байрон А.А. Вера, знание и «внутренняя гармония» личности // В сборнике: XXIII Царскосельские чтения. Материалы международной научной конференции. – 2019. – С. 27-32.
2. Васильев В.А. Знание и вера в социально-гуманитарном знании // [Социально-гуманитарные знания](#). – 2020. – № 2. – С. 132-142.
3. Жукоцкая А.В. Знание, его природа и типология, знания и вера // История и философия науки. Бессонов Б.Н., Бирич И.А., Волобуев В.А., Ермоленко Г.А., Жукоцкая А.В., Кожевников С.Б., Кондратьев В.М., Сахарова М.В., Туйцын Ю.В., Черезов А.Е., Черненко С.В., Чесноков Г.Д. Учебно-методическое пособие. – Москва. – 2020. – С. 85-90.

4. Извекова Т.Ф. Концепция единства веры и знания в философии Ф.М. Достоевского // [Общество: философия, история, культура](#). – 2020. – № 7 (75). – С. 27-32.
5. Кравченко С.В. Вера, доверие, достоверность, сомнение и знание // Традиционная и техногенная цивилизация: проблемы взаимодействия. Материалы научно-практической конференции. Тюменский государственный нефтегазовый университет. – 2010. – С. 168-174.
6. Лисица Ю.Т. Знание как вера-аксиома и вера как аксиома-знание // [Гуманитарное пространство](#). – 2019. – Т. 8. – № 5. – С. 550-560.
7. Мажитов И.М. [Категории вера и знание в процессе познания](#) // [Успехи современной науки](#). – 2016. – Т. 5. – № 9. – С. 7-10.
8. Савицкая Т.В. К вопросу о соотношении веры и знания в обыденном сознании // [Культура. Духовность. Общество](#). – 2015. – № 18. – С. 51-56.
9. Хачатрян А.А. Вера и знание: о некоторых особенностях их взаимоотношений // [Ученые записки Казанской государственной академии ветеринарной медицины им. Н.Э. Баумана](#). – 2013. – Т. 216. – С. 360-363.
10. Цыганенко В.М. Знание и вера как гносеологические и экзистенциальные понятия // [Инновационная наука](#). – 2017. – № 5. – С. 144-148.

**Слепко Ю.Н.**

## **ПРОБЛЕМА РЕДУКЦИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ОБЪЯСНЕНИИ**

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема редукционизма в современной психологической науке. Утверждается, что редукция психологического знания к знанию непсихологическому является одним из наиболее популярных способов объяснения в психологии. Приведены примеры редуктивных исследований. Формулируется идея о необходимости разработки модели объяснения в психологии, в которой будет реализован принцип объяснения психического психологическим.

**Abstract.** The article deals with the problem of reductionism in modern psychological science. It is argued that the reduction of psychological knowledge to non-psychological knowledge is one of the most popular methods of explanation in psychology. Examples of reductive research are given. The idea is formulated about the need to develop an explanation model in psychology, in which the principle of explaining the mental by the psychological will be implemented.

**Ключевые слова:** редукция, объяснение, психология, предмет психологии.

**Keywords:** reduction, explanation, psychology, subject of psychology.

Типичной для современной психологической науки проблемой является замена объяснение результатов психологических исследований их

интерпретацией. Интерпретационную модель можно считать ведущим способом замены объяснения эмпирических данных. Последнее осуществляется не только потому, что интерпретационные методы (подходы) «официально» встроены в классификацию методов психологического исследования [Ананьев, 1977; Никандров, 2003; Шадриков, 2015 и др.], но и потому, что психологической теории объяснения в психологии так и не было разработано. Подчеркнем, что функцией психологической теории объяснения должно быть объяснение психического психологическим. Проще говоря, многочисленные психические явления, процессы, феномены и т.п. должны объясняться исходя из психологических знаний о них - знаний о закономерностях их функционирования, развития, структурной организации и пр.

Последнее не означает, что психология не имеет таких знаний. Как раз наоборот - многочисленные концепции, теории, подходы, направления в психологии формулируют знания о механизмах и закономерностях структурной, функциональной, генетической, системной и метасистемной и пр. организации психического. Однако наличие множества различающихся теоретических представлений о одних и тех же феноменах и создает ключевую трудность в формулировании единого представления о них, то есть создаются непреодолимые препятствия на пути интеграции психологического знания и создания общей теории объяснения в психологии.

Последнее является следствием того, что в процессе организации научного психологического исследования (на всех его этапах - планирование, реализация, обобщение данных и т.д.) используется либо та или иная интерпретационная модель, либо происходит редукция психологического знания к знанию непсихологическому.

Отметим прежде, что редукция (от лат. *reductio* - возвращение, отодвигание назад) является «одной из методологических программ, определяющих направленность и способ организации научного исследования. Сущность редукции как познавательного приема состоит в том, что для решения какой-то задачи ученый старается свести ее к более простому варианту, разложить сложную структуру на составляющие элементы» [Гусев, 2009, с. 812]. Редукция является позитивным и порой единственным методом моделирования сложных объектов исследования, построения классификаций, конструирования идеализированных объектов в естественных и гуманитарных науках. В качестве примера можно привести тип модельного объяснения в классификации Е.П. Никитина. Под моделированием здесь подразумевается «метод косвенного исследования, применяемый в тех ситуациях, когда непосредственное изучение объекта невозможно или нецелесообразно. Суть этого метода состоит в том, что объект, непосредственно интересующий исследователя (оригинал), замещается другим, сходным с ним объектом (моделью), и все дальнейшие материальные и познавательные операции



производятся с моделью» [Никитин, 1970, с. 55-56]. Не будем здесь подробно рассматривать моделирование как один из типов объяснения, предоставив читателю возможность самостоятельно познакомиться с вариантами моделирующих психологических исследований (см., например, исследования [Ефремов, 2017; Мелехин, 2015; Паникратова, 2022; Шорохова, 2014] и мн.др.).

Таким образом и психология не является исключением из числа тех научных дисциплин, которые используют редукционизм в процессе исследовательской работы. При этом наиболее характерным видом редукционизма в психологии является естественно-научное сведение. В качестве примера последнего можно рассмотреть наиболее распространенные его виды в психологии - математический и физиологический редукционизм.

*Пример 1. Факторная типологизация личности.* Цель исследования: разработка типологии современных форм экстремистского поведения молодежи [Бочаров, 2015, с. 107-108]. Методика исследования: с целью оценки самоидентификации испытуемых проводилось анкетирование на предмет отношения к различным аспектам экстремизма; опросник «Мини-мульти» (сокращенный вариант опросника ММРІ, адаптация В.П. Зайцев); тест самодетерминации личности (адаптация и модификация Е.Н. Осина); диагностика мотивационной структуры личности (В.Э. Мильман); культурно-ценностный дифференциал (Г.У. Солдатова и др); характерологический опросник Мещеряковой. Выборка исследования: 52 мужчины, осужденные за терроризм и экстремизм. Эмпирические данные: авторами были использованы результаты психологической диагностики для факторизации данных и выделения факторов личности, описывающих психологические особенности экстремистского поведения. Основные выводы: в результате проведенного исследования и факторного анализа данных авторами было выделено четыре фактора, описывающих психологические особенности экстремистского поведения: фактор 1 «сглаживание психопатологической симптоматики», фактор 2 «стремление к гармоничным отношениям», фактор 3 «выраженность психопатологии», фактор 4 «выраженность экстернальности». В рамках обсуждаемого вопроса мы сознательно опустили другие интересные данные и результаты, полученные авторами. На рассмотренном примере важнее было показать, что авторами была использована процедура факторного анализа для обобщения многочисленных данных о психологических особенностях экстремистского поведения личности. Стремясь разработать «объективную и системную типологию современных форм экстремистского поведения молодежи», авторы использовали математическую редукцию (факторизацию и кластеризацию эмпирических данных) для решения проблемы исследования.

*Пример 2. Связь тревожности и реакции на стимул.* Цель исследования: определить особенности скорости сенсомоторных реакций у юношей-

студентов, проживающих в приморской (г. Магадан) и континентальной (г. Сусуман) зонах Магаданской области [Бартош, 2023]. Методика исследования: измерение психофизиологических показателей производилось с использованием методов простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР) и реакции выбора (РВ); измерение тревожности производилось с использованием шкалы личностной и ситуативной тревожности Спилберга-Ханина. Выборка исследования: 67 испытуемых - студентов, проживающих в приморской (г. Магадан) и континентальной (г. Сусуман) зонах Магаданской области. Эмпирические данные: авторами анализировались показатели скорости реакции, баллы по шкале Спилбергера-Ханина; характер связи измеряемых показателей опосредовался местом проживания испытуемых (приморская или континентальная зоны Магаданской области). Основные выводы: в рамках обсуждаемого вопроса нас интересуют лишь некоторые выводы, сделанные авторами. Во-первых, авторы установили, что регион проживания оказывает влияние на проявление психофизиологических реакций человека. Отметим, что данный результат вполне естественен. Во-вторых, было установлено, что разный регион проживания оказывает влияние на проявление ситуативной тревожности человека. В рассмотренном примере важно было показать, что два типа измеряемых характеристик испытуемых связываются друг с другом по типу опосредования одного (тревожность) другим (климатогеографическая зона проживания). Вне всякого сомнения, что разные климатические условия проживания оказывают специфическое воздействие на психологические особенности человека. Однако на примере данного исследования мы видим, что более информативным было бы дополнение исследования изучением и других психологических, социальных и пр. факторов (не физических и физиологических в первую очередь), определяющих формирование и проявление тревожности человека. Без этих данных мы видим хороший пример именно физиологической редукции данных психологического исследования.

Примеров естественнонаучной редукции в современной психологии предостаточно. Необходимо обратить особое внимание, что автор не является противником ни факторного, ни любого другого типа многомерного анализа данных. Также автор не является противником включения любых физических переменных в исследование психологических особенностей человека. Однако в первом случае опасность редукции кроется в использовании в качестве идеи исследования не теоретических гипотез, а возможностей математических методов обработки данных. В случае же физиологического редукционизма даже один приведенный пример [Бартош, 2023] показывает необходимость включения дополнительных психологических переменных в объяснение связей физиологических и психологических явлений.

Несмотря на сказанное, для современной психологической науки характерным является увеличение объема исследований, в которых реализуется оба типа редукционизма. При этом математический, или

статистический редукционизм имеет наибольшее число разновидностей, равное числу математических методов обработки данных. В современной психологии активно применяются следующие модели математической редукции: регрессионное моделирование, дискриминантное моделирование, факторное структурирование, моделирование структурными уравнениями, кластеризация данных и др.

Стоит отметить, что набирающий в российской психологии метод моделирования структурными уравнениями достаточно давно известен и активно применяется в зарубежных психологических работах. При этом в зарубежной психологии на протяжении последних 50 лет процент научных статей с использованием структурного моделирования (SEM) вырос в десятки раз.

Подчеркнем еще раз - автор не является противником любых методов обработки данных (количественных или качественных, одномерных или многомерных и т.д.). Автор лишь предостерегает исследователя от опасности замены теоретической гипотезы возможностями многочисленных эмпирических методов, выполняющих лишь вспомогательную функцию в процессе научного исследования. Напомним, данная ошибка является разновидностью ошибки более высокого порядка, когда происходит подмена объективной познавательной реальности научными понятиями. Об этом, например, еще в 1969 г. писал М.С. Роговин: «В специализации и дифференциации областей психологического исследования, в усиленном культивировании экспериментального метода, в том стиле научного исследования, когда психолог “думает вместе с аппаратом”, короче говоря, в отрыве от действительно психологической теории скрыта еще одна того же сорта, но куда более коварная опасность: психолог перестает делать различие между объективной познаваемой реальностью и теми научными понятиями, которыми он оперирует и которые являются лишь ее частичным и односторонним отражением. Каким диссонансом это ни звучало бы в настоящее время, когда использование экспериментального метода представляется чуть ли не единственным критерием научности, он сам по себе дает мало повода для размышления над содержанием научных понятий и над их исторической природой» [Роговин, 1969, с. 6-7].

Подчеркнем, что в отсутствие психологической теории объяснения, в которой психическое объяснялось бы психологическим, редукционизм является вынужденной мерой. При этом как и в естественных науках, в психологии он имеет ряд несомненных положительных следствий:

а) исследователь имеет возможность относительно строго определять элементы и компоненты сложных психических явлений, группировать их и структурировать (например, в кластерном и факторном анализе);

б) между элементами могут устанавливаться связи разной степени достоверности, позволяющие прогнозировать функционирование и развитие этих элементов (например, в корреляционном анализе);

в) может моделироваться последовательность причинно-следственных связей и отношений как между психическими элементами, так и между элементами психического и физического мира (например, в регрессионном анализе);

г) может устанавливаться относительное влияние одного элемента на другой, одной группы элементов на другую (например, в множественном регрессионном анализе, в анализе корреляционного отношения, структурном моделировании) и т.д.

Помимо несомненных достоинств нельзя не сказать и о ряде существенных недостатков и ограничений естественно-научной редукции в психологии:

а) использование все более совершенных методов обработки эмпирических данных ведет к созданию у исследователя ложной установки на конечность объяснения психического, соответствующей конечности законов физического мира;

б) при декларируемом разнообразии психических явлений функционирование и генезис психического представляется в линейном виде;

в) редуктивное объяснение психического не может выйти за пределы используемой исследователем редуктивной модели, ввиду чего психическое всегда будет объясняться не психологическими средствами.

Специально акцентируем внимание еще раз, что редукционизм в психологии обладает как позитивными, так и негативными характеристиками, более подробный анализ которых не входит в задачи настоящего пособия.

Конечно, редукционизм как методологическая программа и научный метод не является продуктом современной науки - он имеет давнюю историю, начало которой традиционно не сложно проследить с Античности. Однако его обсуждение в философии науки приобрело систематическую форму в первой трети XX в. в рамках так называемого логического эмпиризма.

Несмотря на распространенность редукционизма, его статус в современной науке весьма неоднозначен. Высказываются авторитетные мнения о необходимости четкого определения границ редукции в науке и возможной его замене альтернативными познавательными установками [Гусев, 2009]; утверждается, что потенциал редукционизма используется недостаточно, а сам этот познавательный прием часто используется в неотрефлексированном виде [Микешина, 2013]. Отметим, что и в психологии статус редукционизма не однозначен. С одной стороны, проблема признается

одной из болезненных для психологии, с другой, утверждается неизбежность редукционизма, и даже больше - его необходимость: «Редукционизм, т.е. выход за пределы изучаемой системы при ее объяснении, не только неизбежен, но и необходим в науке, являясь основой углубления объяснений и выхода их на тот уровень, который принято считать научным» [Юревич, 2008, с. 82]. Вместе с тем, в обсуждении перспектив развития психологии высказываются идеи о необходимости разработки таких исследовательских схем, в которых отказ от редуктивных моделей приведет к получению психологического знания, соответствующего предмету психологии [Кабрин, 2008].

В дополнение к сказанному с сожалением приходится констатировать, что и в современной философии науки не предлагается «готовых» и нередуктивных решений проблемы объяснения в психологии. Обсуждавшийся выше подход Е.П. Никитина к структуре и классификации объяснений приложим к психологии в том случае, если принципы и законы последней свести к естественно-научному знанию [Никитин, 1970]. Безусловный интерес представляют предлагаемые в современной философии варианты решения проблемы методологического плюрализма в психологии, психофизической и биосоциальной проблемы, проблемы объяснения сознания и мн.др. Ввиду сказанного, актуальным представляется акцентировать внимание на необходимости решения проблемы объяснения в психологии средствами самой психологической науки. Ключевым способом последнего является использование в качестве предмета психологии конструкта внутреннего мира человека и встраивания процедуры объяснения в структуру предмета психологической науки.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-28-00089, <https://rscf.ru/project/22-28-00089/>

### **Библиографический список**

1. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. Москва : Наука, 1977. 382 с.
2. Бартош Т. П. Психофизиологические особенности студентов, проживающих в различных климатогеографических зонах Магаданской области / Т. П. Бартош, О. П. Бартош // Психология. Психофизиология. 2023. № 1(16). С. 73-80. doi: 10.14529/jpps230107
3. Бочаров А. В. Многомерная типология осужденных за экстремизм на основе факторного и кластерного анализа результатов психодиагностики / А. В. Бочаров, Э. И. Мещерякова, А. В. Ларионова // Сибирский психологический журнал. 2015. № 55. С. 107-122. DOI: 10.17223/17267080/55/6
4. Гусев С. С. Редукционизм / в кн.: Энциклопедия эпистемологии и философии науки. Москва : «Канон+» РООИ «Реабилитация», 2009б. С. 812-813.

5. Ефремов С. Б. Модель распознавания стилистических особенностей управления транспортным средством и классификация стратегий взаимодействия в условиях дорожного трафика // Социальная психология и общество. 2017. Т. 8. № 4. С. 123-133. DOI: 10.17759/sps.2017080409
6. Кабрин В. И. “Химеры объяснения” и постметодологическая перспектива психологии // Методология и история психологии. 2008. № 1(3). С. 153-164.
7. Мелёхин А. И. Программа развития модели психического (theory of mind) в поздних возрастах // Клиническая и специальная психология. 2015. Т. 4. № 1. С. 110-123.
8. Микешина Л. А. Редукционизм как проблема философии науки и эпистемологии // Эпистемология и философия науки. 2013. № 3(37). С. 5-13.
9. Никандров В. В. Экспериментальная психология. Санкт-Петербург : Речь, 2003. 480 с.
10. Никитин Е. П. Объяснение – функция науки. Москва : Наука, 1970. 280 с.
11. Паникратова Я. Р. Нейрокогнитивные модели вербальных галлюцинаций при шизофрении: обзор / Я. Р. Паникратова, И. С. Лебедева // Клиническая и специальная психология. 2022. Т. 11. № 1. С. 90-119. DOI: 10.17759/cpse.2022110105
12. Роговин М. С. Введение в психологию. Москва : Высшая школа, 1969. 384 с.
13. Шадриков В. Д. Общая психология : учебник для академического бакалавриата / В. Д. Шадриков, В. А. Мазиллов; под ред. В. Д. Шадрикова. Москва : Юрайт, 2015. 420 с.
14. Юревич А. В. Проблема объяснения в психологии // Методология и история психологии. 2008. № 1(3). С. 74-88.

**Смирнова И.Д.**

**СПЕЦИАЛИСТЫ «ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ»:  
ПРИЗВАНИЕ, УДОВОЛЬСТВИЕ, НАКАЗАНИЕ, СЕМЕЙНЫЙ  
ПУТЬ, ЗАРАБОТОК ДЕНЕГ. ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА И  
УМЕНИЯ ЛЮДЕЙ, ПРИЗВАННЫХ СЛУЖИТЬ  
ЧЕЛОВЕЧЕСТВУ**

**Аннотация:** Призвание, удовольствие, наказание, семейный путь, заработок денег. Зачем люди идут помогать другим людям. Что ими движет, какая сила? В данной статье мы ответим на эти вопросы, рассмотрим особенности таких людей, а также требования к специалистам помогающих профессий.

**Ключевые слова:** психолог, психология, помощь, эмпатия, качества, вера.

**Annotation:** Vocation, pleasure, punishment, family path, earning money. Why do people go to help other people. What drives them, what force? In this article we will answer these questions, consider the characteristics of such people, as well as the requirements for specialists in helping professions.

**Keywords:** psychologist, psychology, help, empathy, qualities, faith.

На сегодняшний день специалистов «помогающих профессий», называют по-разному: психолог, психолог-практик, психолог-консультант, практический психолог, кризисный психолог, интегративный психолог, психотерапевт, телесно-ориентированный терапевт, сказкотерапевт, арттерапевт, танцевально-двигательный терапевт, звукотерапевт, специалист по оздоровлению, специалист по комплексному восстановлению здоровья, тренер телесных практик, наставник, коуч, гуру, духовный учитель, учитель, врач, доктор, профессор и т.д. Это люди, которые выбрали для себя профессию «помощи людям», «служения людям». И, как правило, такие люди наделены некоторыми особенностями и к ним также есть определенные профессиональные требования.

Человек, который работает с людьми, помогает людям справиться с жизненными трудностями, какой он должен быть, как он должен себя вести, что он должен знать и уметь? В статье мы рассмотрим личное видение автора и проанализируем мысли других специалистов в психологии.

Начнем с самого главного. Если вы помогаете людям или решили помогать людям, задайте себе вопросы: Зачем? Зачем вы помогаете людям? Почему вы хотите помогать людям? Что вами движет? Что для вас важно в помощи? Что вы получаете в результате помощи? Помогаете вы людям или служите людям, человечеству?

Это очень важные вопросы для осознания. От их ответов сильно зависит ваше качество работы, эффективность помощи, ваше будущее самочувствие.

Я проводила опрос на данную тему, вопрос звучал: «Зачем вы помогаете людям?». Ответы, которые я получила:

1. Никогда не задумывалась. После школы получила образование психолога и приобрела профессию.
2. У меня все в роду по маминой линии психологи. Я даже не рассматривала другие варианты. Психология и помощь людям у меня в крови.
3. Работа - смысл жизни. Не важно, что делать. Любая работа, хорошая работа.
4. Помогая другим, я забываю про свои проблемы.
5. Мне нравится видеть довольные сияющие глаза людей после приема.
6. Кайфую от работы и чувствую себя нужным.
7. Хочу, чтобы на Земле было больше довольных соев жизнью людей, все становились счастливее и добрее.
8. Хочу, чтобы любви стало больше.

9. Чувствую, что это мое предназначение.
10. Чувствую некоторое величие, важность, что я могу помочь другим людям.
11. Не знаю, просто хочу помогать людям.
12. С детства чувствую потребность помогать людям.
13. Мне нравится помогать людям. Когда вижу результаты, получаю много радости и удовольствия.
14. Получаю удовольствие от помощи людям.
15. Моя карма. Смысл этих слов: хочу, не хочу не имеет значения. Мне надо помогать людям. Как бы выбор без выбора.
16. Родители выбрали мне такую профессию, вот и помогаю. Но если бы был выбор, то я бы... (бываю разные ответы писал бы книги, рисовала, ездила по миру, попробовала бы другие профессии, ничего бы не делал и .т.д.)
17. Не умею ничего другого. Но вопрос, а получаешь ли удовольствие от помощи людям. Ответ: нет, это же работа, отработал – получил деньги.
18. Не умею по-другому зарабатывать. А получать другую профессию, нет ни сил, ни времени, ни желания.
19. Работа – это деньги, какая разница что делать, если платят.
20. Я хочу изменить мир, хочу помочь людям измениться. Это моя задача в этой жизни.
21. Можно хорошо заработать на проблемах других.
22. Надоело уже помогать людям, слушать их бред. Хочется сменить профессию, но не могу решиться на этот шаг.
23. Веселый ответ в стихах: Я люблю свою работу, я приду сюда в субботу, и конечно в воскресенье, здесь я встречу день рождение, новый год, 8 Марта, ночевать здесь буду завтра! Если я не заболею, не сорвусь, не озверею, здесь я встречу все рассветы, все закаты и приветы. От работы дохнут кони, ну, а я... бессмертный пони!

90 % ответов была про помощь, про удовольствие от работы, и только 10% рассматривали свою профессию как обузу или на первый план выносили деньги, а также нелюбовь к работе. Вот, нелюбовь к работе, это как раз тот случай, когда нужно обратить внимание на это, потому что нежелание помогать будет вредить не только людям, а и вам.

А теперь и вы ответьте на этот вопрос: «Зачем вы помогаете людям?» Если затрудняетесь с ответом, примените технику «5 почему» или технику «ЧМОК»

Например, техника «5 почему»:

Я помогаю людям – Почему?

Для меня это важно – Почему?

Я чувствую нужность в этом мире – Почему?

Я могу помочь и поделиться тем, что знаю – Почему?



Люди должны помогать другу-другу и делиться знаниями – Почему?

Это человечность, важно помогать другим и предавать свои знания, свой опыт тем, кому это нужно.

Например, техника «ЧМОК»:

Чувства – Когда ты помогаешь людям, что ты чувствуешь – Я чувствую тепло в груди и ощущаю огромную любовь к людям, к миру.

Мысли – Когда ты помогаешь людям, какие мысли возникают – Как я могу помочь этому человеку? Чем смогу, тем помогу.

Ощущения – Когда ты помогаешь людям, что ты ощущаешь – Тепло по всему телу, сильное расслабление, радость и удовольствие во всем теле, что я могу помочь человеку.

Картинки – Когда ты помогаешь людям, что ты видишь? – Вижу ресурс и потенциал человека, которому помогаю. Понимаю, как помочь человеку раскрыть свой ресурс, чтобы пройти жизненные сложности.

Мы видим, что каждый уходит в помогающую профессию, по каким-то своим личным соображениям: для кого-то это смысл и цель жизни, для кого-то удовольствие, для кого-то наказание, для кого-то деньги.

Зачем это осознавать? По моему мнению, помощь людям должна идти от сердца. Помогать нужно и важно из любви к людям. Если помогаешь только ради заработка, то важно осознавать это, чтобы быть честным с самим собой. Важно понимать, что стоит за помощью людям, выявить вторичные выгоды. Если они у вас существуют, то их важно осознать и устранить при необходимости и тогда ваша помощь людям будет более эффективная и не будет выгорания. Вы будете понимать, что, зачем и почему вы делаете. Например, вы помогаете людям, чтобы отвлечься от своих проблем, и на самом деле сами нуждаетесь в помощи. В этом случае вы не сможете долго и эффективно работать, пока не устраните свою проблему.

Душевное состояние специалиста имеет ключевое значение для эффективной помощи людям. Этому факту Юнг уделял особое внимание[10].

"Я упустил бы очень важный нюанс, если бы не упомянул о том, что для специального лечения одних только знаний мало. Моральный облик врача не менее важен. В хирургии и акушерстве давно известно, что чистыми должны быть не только необходимые для манипуляции места на теле пациента, но и руки врача.

Точно также и психотерапевт, чье душевное здоровье оставляет желать лучшего, будет лечить на пациенте свой собственный невроз. И если в области рациональных методик еще можно представить себе терапию, не учитывающую личность врача, то при диалектическом подходе это будет абсурдным, поскольку здесь врач должен сбросить маску и раскрыть свою личность в не меньшей степени, чем пациент.

Не знаю, что труднее - суметь приобрести обширные познания или найти в себе силы отказать от авторитета врача и пойти на откровения. Во всяком случае, это тяжкое испытание и поэтому профессия терапевта выглядит далеко не привлекательной. В любом случае необходимость этого становится

тяжелым испытанием, делающим профессию психотерапевта не столь уж привлекательной, хотя многие люди далекие от нее придерживаются противоположного мнения.

Я не редко слышал от них, что психотерапия - это всего лишь искусство водить пациентов за нос и выманивать у них деньги, а заниматься этим легко и просто. В действительности же профессия эта тяжелейшая и далеко не безопасная.

Если обычный врач постоянно рискует заразиться какой-либо болезнью, психотерапевту грозит не меньшая опасность - оказаться инфицированным психически».

В работе с людьми очень важна личность специалиста. Известный английский психоаналитик венгерского происхождения Майкл Балинт говорил о том, что психотерапия — это не теоретическое знание, а навыки личности. Карл Роджерс также подчеркивал, что теория и методы консультанта менее важны, нежели осуществление им своей роли.

По существу основная техника психологического консультирования — это "я-как-инструмент", т.е. основным средством, стимулирующим совершенствование личности клиента, является личность консультанта (А. Адлер: "техника лечения заложена в Вас").

И действительно, в своей работе можно наблюдать тот факт, что чем больше мы понимаем себя, чем лучше у нас выстроен контакт с собой, тем лучше и больше мы можем помочь людям. Помогая себе, мы еще больше можем помочь другим. Люди начинают нам верить, потому что мы смогли это пройти. Важно консультировать в тех направлениях, где у вас не только теоретический и практический опыт других людей, а свой собственный опыт.

Например, специалист у которой проблемы в семье, консультирует, как улучшить отношения в семье. На подсознательном уровне между специалистом и клиентом не будет полного доверия. Или специалист консультирует, как наладить отношения с ребенком, не имея собственных детей, или со своими детьми довольно сложные отношения. Или психолог-диетолог с лишним весом консультирует о правильном питании и как сбросить лишний вес.

Важно, чтобы то направление работы, которое вы выбрали, было гармонично с вашим образом, с вашим мышлением, с вашей психической реальностью.

Также не менее важно осознать, как именно вы хотите помогать. Выделить направление и постоянно его изучать. Специалист, который не проходит регулярные повышения квалификации, теряет свою ценность как специалист. Важно постоянно совершенствоваться в своем направлении, расширять свои навыки, получать новый теоретический и практический опыт.

Я сама начинала с массажа, спустя несколько лет, я поняла, что обычный массаж не дает того результата, который я хочу видеть. Он дает незначительное облегчение человеку на некоторое время, потом проблема все равно повторяется, но уже она значительно сильнее влияет на жизнь человека.

Я осознала, что важно получить знания по физической реабилитации, чтобы давать людям специальные упражнения для закрепления результата и изменения привычных паттернов ходьбы, движения, физических патологических привычек. Прошло еще несколько лет, и я поняла, что и этого мало. Далее начала изучать остеопатию, разные восточные техники и все эти знания интегрировала свою работу. Результаты значительно улучшились, качество помощи стало в разы лучше, меньше времени стало уходить на квалифицированную помощь, эффективность повысилась в разы. Но прошло еще несколько лет, и я поняла, что еще не хватает работы с психикой человека. И я начала углубленно изучать психологию. Пройдено было очень много обучений, некоторые вошли в практику, некоторые нет. Я получила диплом кризисного психолога, практического психолога, интегративного психолога, телесно-ориентированного психолога, сказкотерапевта, сексолога, прошла множество тренингов личностного роста. И весь мой опыт, полученный на обучении, плавно интегрировался в практическую деятельность, принося отличные терапевтические результаты. Мой путь в выборе своего направления оказался долгий, я получила в результате спортивное, медицинское и психологическое образование, и спустя некоторое время создала свою программу по холистическому восстановлению человека, где одновременно человек получает помощь и на уровне физического тела и на уровне психики.

Про важность физического тела в психологии, в свое время, первый заговорил Райх, Лоуэн и другие расширили это понимание. Телесно-ориентированная терапия стала одним из основных инструментов в моей работе.

Можно знать очень много техник, методик, но не знать какую методику в какой ситуации, для какого клиента какую лучше выбрать. Важно чтобы ваши знания стали частью вашей системы. Важно, чтобы каждую технику вы прошли сами и понимали ее воздействие на организм человека. Очень важно, чтобы внешний ресурс, внешние знания, техники, методики, стали внутренним ресурсом, знаниями и тогда вы сможете целенаправленно помогать, и вам начнут верить и доверять. А в помогающих профессиях важно, чтобы люди нам верили и доверяли.

Невозможно помочь человеку, если вы не верите в него, если вы не верите себе, если вы не верите в методики и техники, которые используете в работе. Поэтому для помогающих профессий важна вера: вера в людей, вера в каждого человека в отдельности, вера в себя, вера в техники и методики, которые используются в работе. Если вы оглянетесь в прошлое и вспомните святых, которые помогали и служили людям, вы увидите у них важные человеческие качества: вера в людей и в человечество в целом, безусловная любовь к людям и желание помочь. Известный американский психолог Аллан Комбс тоже считал, что эффективный психотерапевт должен относиться к людям с позитивными установками (верить в людей).

Для нас, как для специалистов, также очень важна эмпатия, умение слушать и слышать, уважение ценности других людей. Как говорил Адлер,

«Психотерапия — это упражнение в сотрудничестве и проверка сотрудничества. Мы можем достичь успеха только если по-настоящему интересуемся другим человеком» (Adler, 1956, p. 340). «Пациента нужно привести в такое состояние чувств, в котором он захочет слушать и захочет понимать. Только тогда на него можно повлиять, чтобы он стал жить так, как он понял» (Adler, 1956, p. 335).

Умение слушать и слышать очень важно в нашей работе, и мне хочется с вами поделиться текстом, автор которого не известен:

Когда я прошу выслушать меня, а ты начинаешь давать советы, ты делаешь не то, о чем я просил. Когда я прошу выслушать меня, а ты начинаешь объяснять, почему я неправ, ты топчешь мои чувства.

Когда я прошу выслушать меня, а ты считаешь, что обязательно должен мне помочь, ты меня обижаешь, как бы странно это ни казалось.

Послушай! Я прошу только о том, чтобы ты меня слушал, не говорил и не делал, а просто слушал меня.

Совет ничего не стоит; кучу их ты получишь в газете, купленной за десять центов. А я могу за себя постоять, я не беспомощный.

Когда ты делаешь для меня что-то, что я могу и должен сделать сам, ты усиливаешь мою тревогу и заставляешь меня чувствовать себя слабым.

Но когда ты принимаешь как данность, что я чувствую именно то, что чувствую, невзирая на всю иррациональность этого чувства, мне не нужно в чем-то убеждать тебя, и я могу попытаться объяснить, что стоит за этим иррациональным чувством. А когда все проясняется, то и ответ становится очевиден, и я не нуждаюсь в советах.

Иррациональные чувства имеют смысл тогда, когда мы понимаем, что стоит за ними. Вероятно, именно поэтому молитва иногда приносит пользу некоторым людям, Поскольку Бог молчалив, и он не дает советов и не пытается решать проблемы. Он просто слушает и позволяет тебе самому продумывать пути их решения.

Поэтому, пожалуйста, слушай и просто услышь меня. И если ты хочешь что-то сказать, подожди минутку, когда подойдет твоя очередь, и я буду слушать тебя.

Так много «надо» для специалиста, но от чего же все-таки зависит его успех в работе? Например, «Согласно Адлеру, успех терапии всегда зависит от пациента. Реальные изменения в состоянии пациента могут быть достигнуты только его собственным трудом... На лечение и выздоровление всегда следует смотреть не как на успех консультанта, но как на успех пациента. Консультант может только указать на ошибки, пациент сам должен выбрать правильную жизнь» (Adler, 1956, p. 336).

Ю.Е.Алешина считает, чтобы быть успешным, главная цель психолога-консультанта, помочь клиенту взглянуть на свои проблемы и жизненные сложности с другой стороны, обнаружить и проговорить те стороны взаимоотношений, которые, являясь причиной трудностей, обычно не осознаются и не контролируются. Базой такого вида воздействия становится

перемена установок клиента на других людей и формы взаимодействия с ними [1].

Е.В.Сидоренко и Н.Ю.Хрящева для успешной работы выделили такие важные качества:

1. Психологическая наблюдательность
2. Психологическое мышление
3. Самообладание
4. Умение слушать
5. Эмпатия
6. Креативность

Профессор Обозов Н. Н. акцентирует внимание на следующих качествах:

1. Безоценочное отношение к индивидуальным различиям людей.
2. Пластичность, т.е. способность легко переключаться с одной темы на другую, без труда выходить из тупиков.

3. Эмоциональная сдержанность и терпимость — способность игнорировать невротических и субъективных отклонений в собственных оценках и поведении. Быть как можно больше сдержанным в ответ на срывы клиента, на высоком уровне уметь снять тревожность другого, мягко и терпимо относиться к возможным невротическим срывам клиента.

4. Подкрепление общей культуры поведения, т.е. применение знаний и образцов культурного достояния.

5. Способность выстраивать и выдерживать до конца свою установку поведения, т.е. умение своевременно и технично возратить беседу к заданной теме, в том случае, если клиент переходит с одной темы на другую или какое-либо обсуждение выходит за рамки объективности.

6. Присутствие знаний в области возможного поведения людей в конфликтах. [3]

Вот, например, Комитет по надзору и подготовке консультантов США еще в 1964 г. установил шесть качеств личности, необходимых консультанту:

- доверие к людям;
- уважение ценностей другой личности;
- проницательность;
- отсутствие предубеждений;
- самопонимание;
- сознание профессионального долга.

Я для себя составила свой личный список основных личностных качеств и умений, которые должны быть у людей «помогающих профессий»:

- Я – как инструмент;
- профессионализм, психологическое мышление;
- трудолюбие, целенаправленность, жажда знаний, регулярное повышение квалификации, личностная терапия;
- интеллектуальность, гибкость, решительность, уверенность;
- вера в людей;

- доверие и любовь к людям, к себе, к своей профессии;
- безусловное положительное отношение к клиенту;
- умение слушать и слышать; быть хорошим наблюдателем, быть искренним, открытым, сдержанным, терпеливым и иметь способность к сопереживанию (эмпатия);
- умение выстраивать соответствующие границы между собой и клиентом;
- умение получать удовольствие от процесса взаимодействия;
- способность к нестандартным решениям и поведению.

### **Библиографический список**

1. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. - Изд. 2-е. - М.: 2019. - 208 с
2. Большой психологический словарь. - 4-е изд., расширенное / Сост. И общ.ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. - М.: АСТ МОСКВА; СПб.:Прайм-ЕВРОЗНАК,2019. - 811с
3. Вагин М.Н. Психология семьи и брака в современной России / М.Н. Вагин. - М.: АСТ, 2018. - 352 с
4. Вайсс ДЖ. Как работает психотерапия: Процесс и техника/ Пер. с англ. А.Б.Образцова. – М.: независимая фирма «Класс», 1998. - 240с.
5. Забродин Ю. М., Пахальян В. Э. Психологическое консультирование: учебное пособие / Электрон. текстовые данные. Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. 286 с.
6. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.
7. Майкл Кан. Между психотерапевтом и клиентом: новым взаимоотношения. – Перевод с английского под редакцией В.В.Зеленского и М.В.Ромашкевича. – СПб.: Б.С.К., 1997. – 143с.
8. Сара Файн, Пол Глассер, Первичная консультация: Установление контакта и завоевание доверия / Пер. с англ. – М.:, «Когито-Центр», 2003. – 238с.
9. Шнейдер Л.Б. Пособие по психологическому консультированию: Учебное пособие. – М.: Ось-89, 2003. – 272с.
10. Юнг К.Г. Практика психотерапии. М.: АСТ, СПб., Университетская книга, 1998.

**Токарев Я.В.**

## **ИДЕНТИЧНОСТЬ И БЫТИЕ**

### **Аннотация**

Человек, в рамках своего существования, обладает почти безграничными способностями; он способен на большее, поскольку является большим,

реализуя величие своего Бытия. И тогда раскрывается ценность Бытия на экзистенциальном уровне, с учетом всей сложности иерархического положения индивида, с учетом его специфики и особенностей. Бытие устремлено к высшим горизонтам и осуществляет вечную игру. Именно онтический аутоктиз обозначает присутствие во мне метафизического взаимодействия между существованием и Бытием, и для Бытия эта игра победоносна. В той мере, в которой объект, проблема разрешена, Бытие реализуется.

**Ключевые слова:** психология, онтопсихология, психика, Бытие, идентичность, онто Ин-се.

### **Abstract**

Human, within the framework of his existence, has almost limitless abilities; he is capable of more because he is great, realizing the greatness of his Being. And then the value of Being is revealed at the existential level, taking into account the complexity of the hierarchical position of the individual, taking into account his specifics and features. Being is directed to the highest horizons and carries out the eternal game. It is the ontic autoctys that signifies the presence in me of a metaphysical interaction between existence and Being, and for Being this game is victorious. To the extent that the object, the problem, is resolved, Being is realized.

**Key words:** psychology, ontopsychology, psyche, existence, identity, Iso.

### **ВВЕДЕНИЕ**

Основанием для человека и поддерживающим его началом служит структурная целостность природы, основным посредником которой является *онто Ин-се*. Онто Ин-се – это ядро и форма единства действия, которое образует человеческого индивида.

Осмысленные и волевые поступки, осуществляемые человеком на уровне сознательной феноменологии, обоснованы и направлены набором стереотипов, которые в любой своей исторической феноменологии восходят к *монитору отклонения*.

Руководствуясь набором стереотипов (оставаясь в рамках «шахматной доски», системы, решетки), человек не способен объективировать смысл или мир жизни (индивидуальной первоосновой которого является онто Ин-се).

Онто Ин-се – начало всего живого.

Онтопсихологическое мировоззрение обособляет существование и координаты онто Ин-се. Как только онто Ин-се выявлено со всей очевидностью, оно становится основным критерием, позволяющим отличить позитивное от негативного во всем, что существует. По мере устранения – при помощи рационального аналитического познания – всего негативного, постоянно происходит *метанойя*: переход от сознания комплексуального и стереотипного к сознанию онтическому.

«Я» должно переделать себя, чтобы точно отражать онто Ин-се. И тогда стресс и растерянность сменятся ощущением райской уверенности, которую придаст глубинное обладание Бытием через личное восприятие. Тому, кто умеет различать онто Ин-се и следовать ему, предопределено *быть счастливым*: если распознана причина, ее следствие гарантировано. Равным образом, тот, кто не следует своему онто Ин-се, обречен на безрадостную жизнь в страхе. Такой человек не знает, где он находится и куда ему идти, его жизнь проходит во мраке и обрывается в ошибке.

Неизменным критерием является здоровье исследователя, существующего.

Все, что идентифицирует и укрепляет здоровье оператора, принимающего решения и осуществляющего познание, является вектором жизни.

Именно это и есть организмический критерий, первой феноменологией которого является биологическое здоровье. Целостная реализация этой предпосылки позволяет соблюсти иерархию ценностей и полностью пройти биологический и психический циклы.

Организмический критерий – это феноменология онто Ин-се. Он гарантирует эпистемическую достоверность процесса познания. Тогда разум совпадает с бытием.

Методика анализа состоит в постоянном считывании данных *семантического поля*, которое представляет собой энергетическую форму каждой индивидуации в ее собственном универсуме, или мире жизни.

Когда векторы семантического поля указывают на усиление организмического критерия, это свидетельствует о деятельности онто Ин-се. В противном случае мы имеем дело с модулями монитора отклонения, а значит, с патологией или суицидальной направленностью. Остановимся на каждом понятии более подробно.

## **1. Характеристики онто Ин-се**

*Онто Ин-се – это формальное разумное начало, осуществляющее исторический аутоктиз.*

Первая часть определения отсылает нас к метафизике. «*Это – начало*» означает: я есть (оно существует, это нечто формализованное, которое, однако, формализует само, будучи как пассивным, так и активным началом). *Формальный*» означает: во мне есть *проект*, я есть определенным образом, моя специфика определена для выполнения определенной функции.

«*Разумное*»: я способен выявить то сущностное (глубинное), которое есть. Разумное, так как способно выявить, что оно есть. Постигает реальность из собственной сущности, оставаясь сущностным. Это непрерывное вот-бытие внутри любого понимания. Один индивид может идентифицировать очевидность другого, не покидая собственной очевидности.

Во второй части определения – «*осуществляющее исторический аутоктиз*» – мы вступаем в область экзистенциального становления. Момент



исторического аутоктиза – это креативный переход, аллотропный момент бытия: Ин-се производит *allos* (другое), *ноумен* производит феноменологию. «*Осуществляющее*» – это переход к феномену, момент творения.

«*Историческое*» – вводится прилагательное, указывающее на то, что Ин-се создает существование, образ. Следовательно, онто Ин-се саморазмещается, развивается и растет среди существующего.

*Онто Ин-се – это базовый, изначальный проект природы.* В результате тщательного анализа, проводимого изнутри и воспринимаемого на опыте как очевидность, выяснилось, что онто Ин-се демонстрирует у себя наличие следующих характеристик.

1) *Самостное*: едино, неделимо и идентично, независимо от своего действия или приспособления. То есть всегда использует собственный критерий, никогда не покидает себя, оно неизменно *внутри (intus)* собственного единства. Исходя из присущей ему автономности, оно способно увязывать все остальное. Автономия означает: установить закон в соответствии со спецификой собственной идентичности.

2) *Целостно-динамическое (холистически-динамическое)*: действует все целиком путем центростремительного расширения и не имеет частей. Добавленная часть становится синхронным продолжением Ин-се, поскольку каждый раз, когда Ин-се выражает себя в какой-то одной части, оно взаимодействует с ней и образует единое целое.

3) *Функционально-утилитарное*: его критерием, или этикой, является развитие собственной идентичности с помощью точного функционального утилитаризма. Субъект должен выразить задуманное провидением, сохранить предусмотренное и превознести его, применяя обыкновенные природные средства. Если человек присваивает что-то себе несвойственное, это вредит ему, разрушает изнутри, вносит чуждое в душу, что приводит к страданию, чувству отчужденности от себя и враждебности.

**Идентичность**- то, что бытие есть так, здесь и сейчас; форма, специфицирующая объект или индивида в самом себе и отличающая его от всего другого.

4) *Виртуальное*: любая его активность или рост всегда соотносятся с формальным проектом, который выражается в многозначных проявлениях, подчиненных единой идентичной форме. До момента свершения такая форма являет собой лишь возможность. Формальные способности проекта проявляются, если он осуществляется. Его базовая сущность – константа «Н». *Будучи виртуальным, человек представляет собой проект, осуществляющий аутоктиз.*

5) *Экономико-иерархическое*: точно соразмеряет любое взаимодействие и контакт, выстраивая становление на основе приоритета своих потребностей (жизнь, идентичность, обеспечение существования; средства сначала более общие, затем – более специфические и т. д.)

6) *Победоносное*: не контактирует с новой реальностью или *геиштальт*ом, если они ему не принадлежат.

7) *Радостное*: действует для проявления разума и продвигается, если ему гарантирована приятная новизна эротизма и созерцания.

8) *Креативное (созидательное)*: завершая один *геиштальт*, оно всегда стремится к следующему, который пропорционально соразмерен предыдущему и одновременно превосходит его. Тем самым обеспечивается непрерывный аутоктиз.

9) *Духовное или трансцендентное*: избегает категорий пространства и времени.

10) *Агент, действующий внутри семантического универсума*: соучаствует в порядке космической природы. Его индивидуальная виртуальность действует в «изо» природы.

11) *Посредник между бытием и историческим существованием*. Это точка отражения, одновременно принадлежащая и Бытию и существованию. Сознание априорного Я.

12) *Историческое*: психосоматически структурирует собственную виртуальность в экзистенциальном становлении. Этим обнаруживает способность использовать в качестве своих инструментов категории пространства и времени, а значит, все физико-химические аспекты энергии.

13) *Эстетическое*: уточненная техника каждого его действия направлена на извлечение удовольствия и достижение совершенства. Удовольствие – это постоянное притяжение. В историческом становлении его части взаимодействуют, достигая не просто функциональной, но прежде всего метафизической пропорции. В каждом действии взывает к своему природному началу – Бытию.

14) *Интенционально-волевое*: его единство действия стремится к своему историческому свершению.

15) *Святое*: оно всегда с Бытием и устремлено к Бытию. Это устремление идентичности ко все большему бытию. «Быть, чтобы быть» – это некий способ существования, а «быть ради Бытия» означает, что обособленному бытию присуща внутренняя устремленность к совпадению с совершенством своего проекта, или с совершенством того, кто этот проект создал.

## **2. Культура метанойи**

Для раскрытия темы статьи мы должны обратить внимание на частные аспекты нашего существования. Раскроем лишь то, что уже предусмотрено в рамках константы «Н»<sup>[1]</sup> - См. «Константа «Н» как антропологический критерий и другие очерки», *Psicologica Editrice*, Рим 1990 (См. Менегетти А. Этический критерий человека. – М.: НФ «Антонио Менегетти», 2016)]. Однако даже очевидность практических аспектов жизни, уже полностью выходит за рамки всеобщего понимания, принуждающего человека к повторению биологического цикла. Биологический цикл – это повторение опыта, который устанавливает человека в рамках следующих координат:

рождение, достижение физиологической зрелости, произведение потомства и смерть по исполнению семейных задач. По своей сути биологический цикл служит поддержанию высшей экзистенциальной иерархии и внутренне присущ порядку инстинкта жизни. Благодаря биологическому циклу происходит постоянное повторение. Психологическим же цикл можно назвать в том случае, если он обеспечивает непрерывное развитие.

К огромному сожалению, Антонио Менегетти вынужден был констатировать недостаток конкретики в высказываниях ученых относительно проблем, которые «душат» индивида сегодня. Вся международная дидактика (университеты, конгрессы, академии, конференции, книги, энциклопедии, специализированные периодические издания) есть ни что иное, как переливание из пустого в порожнее и постоянное повторение одной и той же общепринятой логики. Эта логика оформлена в соответствии со всеми правилами синтаксиса и грамматики ученого мира, где каждый стремится уподобиться или противопоставить себя другим, не стремясь понять, есть ли реальность за этими вербальными структурами, то есть имеют ли они эту связь, соответствуют ли порыву экзистенциального действия или хотя бы клинической казуистике.

Сохраняя приверженность букве общепринятой науки, они упускают из вида: присутствует ли соответствие и контакт с реальностью. Говоря прямо, для любого ученого быть невротиком или латентным шизофреником, или страдать от тех или иных психологических недостатков – это норма. Очень часто по причине атрофии собственного восприятия реальности, ученый замкнут в рамках действия вхолостую, среди стереотипов и проекций.

К сожалению, то, что во всем мире психология утратила свою силу (это прежде всего касается научной или системной психологии, преподаваемой с кафедр), произошло в силу того, что она дает пустой результат. Это отразилось на всех общественных институтах, которые, однако, несмотря на давление со стороны системы (юридической, политической, коммерческой, здравоохранения) не в силах противостоять тому, что интерес наиболее чувствительных и развитых индивидов сместился в сторону успешной частной практики в сфере исследований психических процессов. Укрепление позиций десятков ученых-практиков, которых в силу невежества называют шаманами, святыми, гуру, мастерами и т. д. в действительности обязано краху университетской и институтской науки.

Государственная поддержка исследований в области психологии не только не достигает поставленных целей, но лишь укрепляет спорные с точки зрения науки вопросы. Утрачивается доверие со стороны тех граждан, кто обладает высоким уровнем развития и, кроме того, платит большие налоги, которые идут, в том числе, и на государственное финансирование заработной платы огромного числа некомпетентных ученых.

Если психология является наукой, описывающей глубинное поведение человека, то, следует признавать и с уважением относиться к тем, кто обладает практическим знанием, соответствующим объективному внутреннему поведению человека. Любая группа исследователей, претендующая на обеспечение институциональной легальности своей науки, – это всего лишь достойная презрения группа мошенников, наносящая вред лучшим представителям молодого поколения и финансовой системе государства.

Если же большинство равнодушных умных людей переместит свое внимание на психологию, рожденную в рамках частной практики, тогда станет очевидным кризис и необходимость пересмотра традиций психологических кафедр. И это позволит начать диалог с теми, чья деятельность дает понимание и контроль над процессами жизни.

По аналогии с тем, как на медицинских факультетах успешный хирург демонстрирует опыт проведения той или иной операции, должны проводиться курсы подготовки психотерапевтов, на которых будет демонстрироваться исчезновение симптома.

Если же на психологических факультетах лекции будут читать теоретики, которые черпают свои знания из анализа бесконечных психологических гипотез, психология станет обманом, вызывающим лишь сарказм со стороны приверженцев других, более успешных наук. Более того, при посещении лекций профессоров психологии, я всегда замечал сублимацию или рационализацию серьезных комплексных смещений.

И напротив, способности, которые демонстрировали психологи-операторы, действующие вне системы, пробуждают интерес множества людей, которые с большим почтением следуют их наставлениям, как клинического, так и морально-этического характера. Настоящий психотерапевт – это эффективный техник жизни, производящий тщательный анализ внутреннего и внешнего мира, и факты, которых он касается в процессе работы, всегда представляют большую ценность для жизни субъекта.

С другой стороны, система порождает исследователей, далеких от истинной науки, предоставляя скромную зарплату и обязывая действовать в рамках ограничений.

Как пчелы собираются вокруг места, изобилующего пыльцой, так и люди собираются вокруг того, с помощью которого они могут удовлетворять свои потребности.

Любой закон защищает людей посредственных и терпящих крах и никогда не гарантирует создание условий для лучших.

До тех пор, пока психология будет оставаться в руках людей ущербных, с точки зрения своей жизни, и бесполезных для бюрократических целей, до

тех пор, пока будут проводиться сравнительные исследования по энтомологии и изучению животного поведения, на основании которых делаются выводы о природе человека, психология не сможет быть научной, оставаясь набором мнений или зеркалом культуры.

Наука – это эволюция фактов и непрерывное опровержение теорий. Человек, который по-настоящему действует, улавливает истину и способен ей научить. Тот, кто способен лечить, имеет право учить.

Бесконечные проблемы в сфере политики, профсоюзов, социального неравенства, эпидемий, чужеродных вмешательств, конфликты между разными традициями и народами, между правом и природным инстинктом, и т. д. остаются неразрешенными и продолжают разжигать агрессивные формы отмщения, за которыми следует кровопролитие и жестокость, и все это происходит по причине отсталости профессуры психологических кафедр.

Кроме того, существуют психологические журналы, также выражающие интересы системы, идеи которых получают резонанс в масс-медиа, где мы слышим диалоги людей, неспособных на научную объективность. Все эти писатели, выражающие традиционные стереотипы, утверждают лишь невежество, в результате чего укрепляется стадная психология.

Вот почему некоторые ученые начинают создавать свои университеты. Таким образом, они, не вступая в противоречия, отдаляются от системного знания и приступают к частным исследованиям в соответствии со своим индивидуальным планом. Сегодня общественные образовательные учреждения могут дать лишь базовые координаты и алфавит для чтения. Но чтобы получить квалификацию в понимании прочитанного, сам субъект должен изобрести собственную программу, позволяющую реализовывать собственные цели и интересы. И в целом это не плохо.

В виду кризиса всех стереотипных ценностей возникает необходимость в автономном формировании собственного гения и создании высоких идеалов для каждого, кто ощущает в себе присутствие души. И это приводит к историческому самостановлению «Я» вплоть до установления непрерывной онтической связи.

Обучение у учителя музыки, эстетики или риторики является признаком высокой культуры. Однако выбор хорошего психотерапевта по сей день вызывает незаслуженные насмешки, хотя это всего лишь выбор экзистенциального техника, даже более того – это признак автономии; подобно выбору врача, адвоката, бухгалтера – это свидетельствует о психической гибкости.

В целом, наиболее способные люди, ради прогресса собственного бытия, выбирают собственную психотерапевтическую культуру по образу и подобию

собственного стиля роста (в то время как другие выбирают логику, соответствующую собственным комплексам).

Анализ множества теорий или докладов, услышанных мною на различных международных конгрессах, убедил меня в том, каждый говорит, передавая другим то, что услышал от других. Все говорят, но никто не видел того, о чем говорит. В результате все верят и хронически боятся провести верификацию. Существует наука того, что «было сказано». И это наука «цитирования цитат».

Даже с учетом того, что вселенная бесконечна и мы, человеческие существа, являемся лишь одной из многих форм жизни, тем не менее, остается неизменным тот факт, что каждый может достичь всего, если будет совершенствовать самого себя.

Благодаря тщательному интроспективному анализу психической деятельности, Антонио Менегетти обнаружил, что многие ее следствия легко объясняются при помощи концепций, описанных теологией.

Под «теологией» я в данном случае понимаю синтез умозаключений, созданный всеми великими религиозными течениями прошлого.

К сожалению, многие теологические утверждения передавались, оставаясь не понятыми, поскольку для их понимания требовались психологические знания высокого уровня. Антонио Менегетти в частности обращается к такому теологическому понятию, как «состояние благодати» и «состояние греха» и трактату «Слово о воплощении Бога-Слова», особенно проработанного христианской теологией. Он не пытается погрузить психологию в теологию, но задействует определенные теологические знания для расширения знания психологического. Если, к примеру, взять архитектуру, ее нельзя понять, если не прибегнуть к рассмотрению логического порядка, выстроенного за предыдущие столетия религиозными течениями как монотеистического, так и политеистического характера. Даже великая архитектура черпала свое вдохновение в теологии: поэтому в кирпичях и камнях зданий нужно читать не только антропологическую функцию, но и метафизическую потребность.

«Метанойя»: улавливать за пределами ума, или менять ум, или улавливать там, где ум интенционирует конечную цель, или улавливать ту трансцендентность, которой он наделяет любой свой объект. Ум улавливает и выстраивает собственный объект и затем трансцендирует его. «Ум» означает: «активный принцип измерения, измеряющий принцип, критерий измерения».

Любой из нас определяет ум по его следствиям, то есть по тому, что было измерено. Также и понятие разума представляет собой соединение элементов в соответствии с предустановленной пропорцией. Суждение есть заключительное действие разума. Ум – это то, что создает пропорцию, что

создает меру для вещи. Таким образом, ум суммирует, обращаясь к великому порядку вещей. Любая совокупность, в которой присутствует порядок, предполагает ум. Мы обнаруживаем присутствие истины в той мере, в которой присутствует синхронность первичному самодвижению вещей.

Вся психология рассуждает о психической деятельности. Фактически же она сходит с рельсов, растекаясь в нечетких формулировках или скатываясь до животных эмоций, или описанию законов «до и после» без понимания причинной связи. Психика является непознанной в первую очередь для самой психологии.

Заслугой любой теологии является инициация, приобщающая к тому, кто пишет. В процессе герменевтического прочтения внешних факторов для создания науки (=знания «как» действия), в определенный момент улавливается тот, кто пишет, кто прочитывает реальность с научной точки зрения, и этот пишущий выстраивает себя в действии, которое осуществляет непрерывную трансценденцию.

Итак, как только субъект отдает себе отчет о бытии, присутствующем в инновационном действии, в действии самопорождающем, никогда не повторяющемся в истории (комплекс же напротив фиксирован на повторении), у него возникает потребность исторически реализовать бытие как онтическое сознание. И это так, начиная от виртуальности психического цикла до ин-се жизни как онто Ин-се: отражение есть вещь, феноменология зависит от проекции априорного «Я» субъекта. Онто Ин-се тотально осознается в логико-историческом «Я». На этой стадии логико-историческое «Я», реализовав свою потенциальную функцию (отражение акта как он есть, от феноменологии до трансценденции), благодаря которой реализуется «да будет так» («воплощается интенциональность, которая может реализоваться в моем здесь и сейчас») и происходит откровение или воплощение бытия как сознания. Маленький исследователь постигает смысл написанного, встречает написавшего это, и сам становится его непосредственным словом.

К сожалению, говоря о человеческом существе, мы должны констатировать его жесткую ограниченность стереотипами. Стереотип – это выстроенный модуль, который «Я» использует в неизменном виде, несмотря на новизну исторических стимулов. Сердцевиной многих (если не всех) традиций многих семей, многих идеологий, всей системной и семейной рациональности является доминантный стереотип, который затем констеллирует другие стереотипы. К сожалению, при рассмотрении человека с точки зрения онтопсихологии мы видим, что всю его личность можно свести к двум-трем стереотипам. Даже если вначале стереотип должен был выполнять роль модуля, функционального для жизненной экономики субъекта, вследствие рефлексивной матрицы, в процессе становления личности он стал ограничивающим фактором. Следствиями стереотипов являются те следы или образы, что идентифицируют стиль жизни как

индивида, так и коллектива. Узнав их, мы можем глубоко понять любую культуру, кочевого или урбанистического характера, индивидуальную или коллективную, древнюю или современную, патологическую или общепризнанную. Это знание стереотипов позволяет при помощи минимального алфавита, состоящего из слов и жестов, контролировать любую антропологическую типологию, существующую на данной планете. Однажды постигнув язык и поведение в рамках стереотипа племени, можно вести диалог, не задействуя самих себя, то есть личностной ценности. Речь идет просто о включении стартера смысла местного доминантного стереотипа. И это может быть отнесено как к сфере политической, так и правовой, религиозной, чувственной, художественной, коммерческой, эротической. Поэтому для осуществления коммуникации не так важно осуществление семантического опосредования от первого лица. Мудрец владеет этой техникой и использует ее каждый раз, для внешней синхронизации с другим человеком.

В норме стереотипы являются парпатологическими. Даже мифы представляют собой стереотипы. Человек живет и погибает во имя собственных мифов. По своей сути стереотип должен быть инструментом реализации психической причинности. В силу присутствия рефлексивной матрицы, обусловленной монитором отклонения, в детстве устанавливается модуль нашей базовой структуры (до 6 лет), и в дальнейшем субъект следует модели существования, соответствующей заложенной типологии. Возбуждение стереотипных сценариев угнетает онтическую интенциональность субъекта, заставляя его играть заданную партию на шахматной доске существования человеческого коллектива. Индивиды как пешки сменяют друг друга в непрерывной игре реинкарнации атрофирующих их стереотипов.

Профсоюзные идеалы, социо-экономико-политические интересы, семейные объединения, культурные традиции, проблемы отцов и детей, психодраммы страстей, легально-правовые установки, благотворительные движения, структуры, занимающиеся сбором и передачей информации, и т. д. могут быть точками силы в открытой эволюционной диалектике, но все это лишь заковывает человека в жесткие рамки индивидуальных и социальных связей, и приводит к бесконечному пустому повторению истории человечества.

Чтобы из этого выйти, следует использовать клиническую методику, созданную онтопсихологической школой: нужна абреакция, осознание рефлексивной матрицы, а затем должен быть восстановлен контакт между онто Ин-се и «Я» логико-историческим.

Уточню, что «Ум» или «душа» и онто Ин-се – это одно и то же. Когда Антонио Менегетти упоминает Онто «Ин-се», он обращается к сущностной радикальности любой психической феноменологии. Ин-се очевидно лишь для



немногих, для большинства же оно представляет собой интуицию или научную дедукцию, выводимую на основе анализа его следствий. Истинные, изначальные причины не могут быть описаны рациональными параметрами, поскольку эти параметры отягощены и ограничены модулями понимания, прошедшими фильтр монитора отклонения. Но если мы восстановим восприятие и интеллектуальные способности в соответствии с изначальным заданным порядком, тогда человек сможет постигать все, просто в силу того, что он есть, и наблюдать с очевидностью собственное онто Ин-се.

Метанойя и стереотипы при создании собственного универсума: работы, учебы, субъективной картины смыслов.

Помимо базового образования, которое дают институты, передающие системные знания, в распоряжении каждого есть возможность постижения истины, дающей ему реализацию и удовлетворение. Несмотря на непрерывное подавление со стороны социального «Сверх-Я», у каждого отдельно взятого индивида остается интегральная ответственность, которая позволяет создавать себя заново изнутри, выходя за пределы экзистенциальной тоски.

Освоив минимальные модели легально-социального плана, субъект формирует модели познания максимального характера, достигая видения непрерывной взаимосвязи между существованием и бытием. Субъект обретает способность использовать модели метафизического восприятия благодаря самостоятельным усилиям. В этом процессе онтопсихологическая психотерапия является незаменимой. Требуется много времени и постоянная решимость, а также рациональные способности. И эта задача не из легких, поскольку субъект, лишенный общепринятых стереотипов, теряет равновесие. Без них субъект теряет способность к реакции и усвоению, поскольку ему не хватает определенной структуры, которая бы его идентифицировала в самом себе. По этой причине психотерапия прежде всего дает понимание того, что оказывает удушающее воздействие, затем указывает на скрытый потенциал, и затем, получив сознательное согласие со стороны клиента, приводит его к осознанию и отказу от определенных кодов, заменяя их другими, более открытыми и прогрессивными. Спустя три года умный и деятельный клиент, выстраивает заново собственное сознание, а значит и способность «Я» логико-исторического к непрерывному самораскрытию.

Такое поведение представляет собой практику метанойи: необходимо перестать вкладываться в прошлое, выстраивая себя на основе функционального действия здесь и сейчас.

Метанойя на практике никогда не похожа на предвидение, это действие в порыве творческого свершения. Она похожа на постоянно изменяющийся чистый речной поток, в который нельзя попасть дважды.

Стереотип же, напротив – вначале кажется чем-то индивидуальным, но на самом деле запечатлен в неизменном виде как элемент культуры. Например, открывая «новый» роман, мне достаточно прочесть любую его страницу,

чтобы уловить, какие структуры выражены внутри текста: выделив стереотип, легко определить все его модусы, следуя динамической механике комплекса. Роман – это всегда внутреннее путешествие индивида в рамках ограниченной реальности, которую я свожу к определенной связке структур. Определив эту схему, нужно лишь проследить, куда она ведет. Эта схема является одобряемой внешне, но не дающей внутреннего решения. Это всегда один и тот же галстук, у которого меняются лишь цвета и способы завязывания.

Печально то, что каких-то пара стереотипов ограничивают бесконечный горизонт бытия и становления.

Возможность для совершения метанойи может дать все что угодно, если индивид начнет прочитывать собственное состояние сознания, которое сведено до нескольких привычек. Эти часто неосознаваемые субъектом привычки для всех окружающих очевидны. Привычка – это феноменология стереотипа, не распознаваемая в силу того, что является модулем, выстраивающим существование.

Выражение «будь самим собой» имеет три значения:

1) последовательное укрепление собственного стереотипа  
2) соответствие идее или системной роли. Субъект идентифицируется с образом, предусмотренным внешней системой: вор, полицейский, банкир, мать, преподаватель и т. д. Это живая и активная клетка системы.

3) осуществлять новые специфические действия для совершения метанойи. Мы являемся самими собой в той степени, в которой воплощаем в истории ту изначальную метафизическую мотивацию, которой являемся. В рамках этой третьей модели при соответствующей экзистенциальной возможности реализуется всеобъемлющее счастье.

Если ум – это то, что измеряет измеряемое, верно и то, что затем ум основывается на том, что им было измерено. Ум непрерывно полагает и поддерживает объект, трансцендируя его. Созданная история сопричинна тому, что полагает: следствия порождают новую причинность.

Аутентичный человек психического цикла – это тот, кто поддерживает в неприкосновенности доступ к собственному уму и к новой тотальной реальности. Аутентичный человек – тот, кто совершает непрерывный метафизический акт.

Критерий, в соответствии с которым следует поддерживать или отбрасывать ту или иную модель, критерий, к которому нужно прийти – это то, что дает ответ, функциональный для нашего исторического аутоктиза.

Это постоянное соответствие тому, что дает рост, выстраивает, дает реализацию психического цикла, метафизического аутогенеза. Человеку предначертано создать модели слияния с реальностью вплоть до вхождения в онтическое видение, где всякое существование исчерпывает себя, раскрываясь в полной мере.

Стратегия метанойи состоит в постоянном трансцендировании своих достижений. И это создает способность быть больше. Каждое достижение увеличивает бытие.

В заключение стоит отметить, что эта стратегия означает постоянное прогрессивное создание новых функциональных моделей для реализации максимально возможного смысла, в рамках исторической данности. Но делать мы это не обязаны. Это лишь возможность, которую могут выбрать немногие.

### **Литература**

1. Козлов, В. В. Психология сознания: интегративный подход / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Психотерапия", 2022. – 274 с. – ISBN 978-5-6044075-6-1. – EDN XFZNPV.

2. Козлов, В. В. К 85-летию Антонио Менегетти - реализованного мастера психологии / В. В. Козлов, Я. В. Токарев // . – 2022. – № 15. – С. 5-21. – EDN MFWOEQ.

3. Менегетти, А. Тезаурус: словарь онтопсихологических терминов/ А. Менегетти, М: БФ «Онтопсихология», 2007. 300 с.

4. Менегетти, А. Учебник по онтопсихологии. – 3-е изд., доп. / А. Менегетти, – М: БФ «Отнопсихология», 2010. 640 с.

5. Менегетти, А. Семантическое поле- М.:БФ «Онтопсихология», 2009. 384 с.

6. Ин-се человека. – М.: ННБФ «Онтопсихология», 2005, 2007; БФ «Онтопсихология», 2009; НФ «Антонио Менегетти», 2014, 2015, 2018.

7. Менегетти А. Онтопсихологическая педагогика. – М.: БФ «Онтопсихология», 2010

8. Социальная психология : Учебник / В. В. Козлов, С. А. Трифонова, Т. М. Панкратова, Л. А. Николаева. – Москва : Гардарики, 2021. – 501 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-14090-3. – EDN HYPPOJ.

9. Токарев, Я. В. Онтопсихологическая культура / Я. В. Токарев, В. В. Козлов // . – 2023. – № 17. – С. 307-315. – EDN DJADEX.

**Торик М.Д.**

## **МЕТОД “ПАНТОМИМА ЛИСТА” В КОНТЕКСТЕ НЕЙРОГРАФИЧЕСКОГО АЛГОРИТМА СНЯТИЯ ОГРАНИЧЕНИЙ**

### **АННОТАЦИЯ**

В статье представлен авторский метод “пантомима листа”, созданный на основе существующего метода нейрографики (автор П.М.Пискарев). “Пантомима листа” дополняет и усиливает нейрографический “алгоритм снятия ограничений” (АСО). Как и АСО, метод “пантомима листа” позволяет использовать ресурс проблемы для ее решения, стимулирует раскрытие творческого потенциала. Поведение практикующего на всех этапах работы по методу “пантомима листа” представляет диагностический интерес для помогающего практика.

Ключевые слова: нейрографика, АСО (“алгоритм снятия ограничений”), „пантомима листа“, “телесный панцирь”, эмоциональное напряжение, телесный контакт, проективная методика

## ABSTRACT

The article presents the author's method "paper pantomime", created on the basis of the existing method of neurographics (author P.M. Piskareov). "Paper Pantomime" complements and enhances the neurographic "Algorithm for Removing Limitations" (ARL). Just like ARL, the "paper pantomime" method allows a practicing person to use the resource of a problem to solve it, stimulates the development of a person's creative potential. The behavior of the practitioner at all stages of work according to the "paper pantomime" method is of diagnostic interest for the psychologists.

Keywords: neurographics, "Algorithm for Removing Limitations" (ARL), "Paper Pantomime", "bodily shell", emotional tension, bodily contact, projective technique

Нейрографика (проективный метод, родственный арт-терапии, созданный П.М.Пискаревым [6] в последние годы обретает все большую популярность в кругах помогающих практиков, которых привлекает простота, понятность и, в тоже время, – действенность метода. Нейрографическое рисование является методом сопровождения процесса самоактуализации личности, нахождения и раскрытия источника внутренних ресурсов человека, достижения необходимых результатов, гармонизации различных аспектов жизни, а также – отношений с другими людьми, в том числе – семейных взаимоотношений.

Как пишет автор метода [5, С.409], "теоретико-методологической основой метода Нейрографика является: исследование формирования внутреннего символического пространства и способности к символизации в свете культурно-исторического подхода Л.С. Выготского; теория архетипов К.Юнга [17]; воображаемое, символическое и реальное психоанализа Ж.Лакана; теория доминант А.А.Ухтомского; теоретические разработки основателя нейропсихологии А.Р.Лурия о пластичности мозговых психологических функций; концепция цикла контакта П. Гудмена, лежащая в основании методологии гештальт-подхода и феноменология Э. Гуссерля; теория поля Курта Левина (повлиявшая на теорию культурного развития Л.Выготского), согласно которой «человек живет и развивается в психологическом поле окружающих его предметов, каждый из которых обладает собственной валентностью, то есть зарядом, способным вызывать у человека напряжение, требующее разрядки» [1].

По нашему мнению, эффективность и популярность метода нейрографики обусловлена его простотой и доступностью: ключевой её элемент, нейролиния, которая, как говорит автор "идёт туда, где не ожидаешь её увидеть", – представляет приём рисования, доступный каждому человеку. "Нейролиния", "непохожая сама на себя на каждом участке своего движения" (П.Пискарев) – это неровная, волнистая линия, которая получается сама собой,

по наитию. Пересечения нейролиний формируют острые углы, требующие “скругления” (один из приёмов нейрографического рисования). Этот приём, как практически доказано, имеет выраженный успокаивающий, терапевтический эффект.

Нейрографика как метод представлена рядом алгоритмов, фундаментальный (и наиболее популярный из которых) – “алгоритм снятия ограничений” (АСО). Этот алгоритм, как нам видится, позволяет, прежде всего, “снять ограничения” с самого навыка рисования (и получения удовольствия от него), освоенного каждым человеком в детстве, и впоследствии, возможно, забытого. “Боязнь чистого листа”, боязнь испортить белизну бумаги, нарисовать “плохо” – все это свойственно многим взрослым людям. Заметим, что подобная “боязнь” может относиться и к другим областям жизни человека: так, ему может быть свойственна боязнь пробовать новое, страх начинаний, опасения испортить сделанное другими людьми, перфекционизм. Так, автор метода, говоря об ограничениях, имеет в виду, прежде всего, внутренние ограничения, которые предстоит преодолеть: “Теория снятия ограничений основывается на том, что повод для борьбы мы должны искать не вовне, а внутри” [7, С.51].

“Алгоритм снятия ограничений”, направленный, прежде всего, на “снятие ограничений” в процессе рисования как творческом процессе, может экстраполироваться и на другие сферы жизни. Вот что об этом пишет автор метода [5, С.410]: “(АСО) – это, прежде всего, о снятии ограничений в творчестве. Исследования показали, что АСО является ресурсным инструментом для развития психического здоровья, позволяющим оптимизировать психические функции личности за счёт развития творческого мышления, увеличения жизнестойкости и психологической уравновешенности [11]”. И далее: “АСО в методе «Нейрографика» – целостный алгоритм, показывающий, как с помощью высвобождения духовной энергии можно решить проблему, конфликт, повысить качество своей жизни”.

“Духовная энергия”, согласно автору метода, – это энергия творчества, источник которой утерян у множества взрослых людей в связи с обретенными в процессе жизни, накопленными “ограничениями” и конкретными ограничивающими установками: “я не художник”, “я не умею рисовать”, “я всё испорчу”. Упомянутая “энергия творчества” не касается только лишь творчества изобразительного, как и связанные с рисованием ограничивающие установки имеют тенденцию относиться не только к рисованию, но к творчеству вообще, а нередко – и к проявлению себя в мире как таковому. “Снятие ограничений”, связанных с творчеством как рисованием, нередко (согласно замечаниям практикующих нейрографов и помогающих практиков, работающих с применением данного метода) переносится и на другие сферы

жизни; это ассоциировано, как нам видится, со способностью человека проявляться – как в творчестве, так и в жизни вообще.

Кроме того, нейрографический “алгоритм снятия ограничений” направлен на реализацию накопленного напряжения [8, С.102]: “Напряжение – это чувства и эмоции, которые являются преградой на пути к желаемым результатам. Именно с этими напряжениями мы и работаем через алгоритм АСО”.

Тут, на наш взгляд, стоит упомянуть о негативных последствиях подобных “ограничений” – ограничивающих установок и сопровождающего их эмоционального напряжения. Эти последствия в аспекте личности проявляются, в частности, как личностная беспомощность – феномен, ассоциированный с эмоциональной неустойчивостью, подавленностью, напряжением, интолерантностью к неопределённости, виктимностью и т.д.

Д.А. Циринг и И.В. Пономарева [13, С.173] пишут о феномене личностной беспомощности и её психологических функциях: “Согласно концепции личностная беспомощность является системной характеристикой субъекта, представляющей собой единство определенных личностных особенностей, возникающих в результате взаимодействия внутренних условий с внешними (системой взаимоотношений, опытом неконтролируемых травмирующих событий), определяющей низкий уровень субъектности, т.е. низкую способность человека преобразовывать действительность, управлять событиями собственной жизни, ставить цели и достигать их, преодолевая различного рода трудности [15]. Личностная беспомощность проявляется в жизнедеятельности субъекта пассивностью поведения, неспособностью использовать имеющиеся возможности желаемого преобразования ситуации, трудностями во взаимоотношениях с окружающими. Таким образом, личностная беспомощность, являясь системным качеством, регулирует поведение индивида, восприятие, отношение к действительности, деятельности, обуславливая снижение её успешности [14]”.

В.В.Шиповская и А.Ш.Гусейнов так пишут [16] “Пассивность, страх перед неизвестностью и нежелание перемен, непонимание специфики своего индивидуального бытия в конкретном историческом контексте, фиксация на барьерах и неудачах губительно сказываются на личности, формируют и поддерживают паттерн жертвы. На личностном уровне негативное отношение к своему прошлому, примитивизация мышления [3] провоцируют кризис идентификации, появление страхов, ксенофобии и аномии [4, С.303]. Утрачивается сама возможность реализовать свой личностный масштаб, и, более того, блокируется интенция к творческому и свободному самоосуществлению себя в мире” [16].

Заметим, что значимым выражением, проявлением “ограничений” как ограничивающих установок и связанного с ними эмоционального напряжения

является напряжением телесное. Говоря о телесном напряжении, не можем не упомянуть концепцию В.Райха [9], который первым из психоаналитиков обратил внимание на “язык тела” и важность разницы между тем, что сообщает психоаналитику тело его пациента, и собственно вербальным сообщением (которое находилось, благодаря З.Фрейду, в фокусе пристального внимания психоаналитиков). “Райх начал с применения техники характерного анализа к физическим позам. Он анализировал в деталях позу пациента и его физические привычки, чтобы дать пациентам возможность осознать, как они подавляют жизненные чувства в различных частях тела. Райх просил пациентов усиливать определённый зажим, чтобы лучше осознать его, прочувствовать его и выявить эмоцию, которая связана в этой части тела. Он увидел, что только после того, как подавляемая эмоция находит своё выражение, пациент может полностью отказаться от хронического напряжения или зажима. Постепенно Райх начал работать с зажимаемыми мышцами, разминая их руками, чтобы высвободить в них эмоции. Почти все пациенты без исключения говорили, что проходили через периоды своего детства, когда они научались подавлять свою ненависть, тревожность или любовь посредством определённых действий, влияющих на вегетативные функции (сдерживание дыхания, напряжение мышц живота т.п.). Райх писал о том, что вновь и вновь приходится поражаться, как расслабление ригидных мышц освобождает не только вегетативную энергию, но, кроме того, приносит воспоминание о ситуации в раннем детстве, когда этот зажим был использован для определённого подавления” [2, С.139-140].

Представленный нами выше алгоритм снятия ограничений (АСО), разработанный автором метода нейрографики П.М.Пискаревым, направлен, в первую очередь, на снятие ограничений в психоэмоциональном, а также когнитивном, поле: ограничивающих установок и эмоций, сопровождающих подобные установки. Мы, в свою очередь, предлагаем метод, названный нами “пантомимой листа”; данный метод, по нашему мнению, позволяет активнее задействовать тело рисующего человека.

В разработанном нами методе “пантомима листа” присутствует этап “комкования” листа, дающий возможность телесного контакта человека с “телом листа”. В процессе комкования происходит не только энергетический “выброс” (который сопровождает сминание листа), но и активное взаимодействие с листом как “телом”, подобное тому, которое рекомендовал своим пациентам В.Райх: усиление зажима (“комкование”, здесь скомканный лист можно представить как проекцию тела, метафору телесного зажима) и его последующее снятие, расслабление (посредством разглаживания листа и использования основного актива нейрографики – нейрографической линии). Мы полагаем, что работа с телесным аспектом как этап, предваряющий нейрографическое рисование, позволяет снять проявления того, что В.Райх называет “панцирем характера”, посредством воздействия на “мышечный панцирь”, связанный с ним функционально (“панцирь характера оказывается

функционально тождественным с перенапряжением мышц, мышечным панцирем»; “эта функциональная тождественность означает не что иное, как тот факт, что мышечные паттерны и характерные черты служат одной и той же функции в психическом аппарате; по существу они не могут быть разделены, по функции они тождественны” [2, С.140]).

Кроме того, предложенный нами этап телесного взаимодействия с листом бумаги может представлять диагностический интерес для помогающего практика: мы имеем в виду анализ телесных проявлений человека, сопровождающих процесс комкования и последующего разглаживания, а также сопротивлений, имеющих место на данном этапе. А.В.Россохин [10, С.15]: “«Броня» характера, удерживающая невротическое равновесие, является главным фактором, питающим различные формы возникающего в анализе сопротивления. Придя к такому пониманию, Райх дополнил свою теорию анализа сопротивления следующим логическим этапом – любая аналитическая работа должна начинаться с анализа сопротивлений и двигаться в направлении анализа характера. Это явилось фундаментальным открытием Райха и оказало значительное влияние на развитие психоаналитической науки и практики. «Райх систематизировал теорию защитных механизмов с точки зрения терапевтической техники в своем тщательном анализе сопротивления, который в конце концов нашел свое завершение в его строгой теории характероанализа» [12, С.217]”.

“Райх подробно исследовал, как эта мощная защитная система, «броня» характера, проявляется на всех уровнях человеческого поведения: в речи, жестах, специфических позах, характерных телесных привычках, мимике лица, стереотипах поведения, способах общения с аналитиком и т. п.” [10, С.13-14]. Броня характера представляет собой концентрированное “накопленное напряжение” – собственно телесное, а также психоэмоциональное. “Накопленное напряжение” можно представить как концентрированную “энергию проблемы”, которая требует высвобождения для того, чтобы проблема впоследствии могла быть решена. Заметим, что для решения проблемы П.М.Пискарев предлагает использовать энергию, накопленную в ее поле (в поле проблемы): использовать “энергию проблемы”, высвобожденную посредством нейрографического рисования, как “энергию решения” этой проблемы [5, С.410]: “В Институте психологии творчества П.Пискарёва одним из разрабатываемых является направление, посвященное тому, как получить и использовать ресурс проблемы для построения чего-то нового, раскрыть творческий потенциал. Здесь мы говорим уже не только о психологии, но и о коучинге, как адаптации человека к большему миру, разговор о будущем, взаимодействие «в поле решения», о движении жизни вперед, о творческой практике, создаваемой духовной силой”.

Нейрографика и один из ее основных алгоритмов – “алгоритм снятия ограничений” – также направлены, по мысли автора метода, на проявление



(выявление) уникальности каждого человека – в первую очередь, его творческой уникальности. Кроме того, нейрографика как метод ориентирована на наличную, уже сложившуюся, уникальность бытия каждого человека: его сильных и слабых сторон, страхов и ограничений, запросов, “точек роста”. Метод нейрографического рисования, в силу его проективности, может быть использован любым человеком. Вот что пишет об этом автор метода [7, С.51]: “Вся беда и счастье человека – тот факт, что мы очень разные, каждый – индивидуальность. Здесь как раз место Нейрографике: она говорит об индивидуальности, о том, что каждый завиточек, каждый поворот, каждое решение, каждая мысль уникальны. И нейрографика направлена на развитие этой уникальности – на экзистенциальную, бытийную неповторимость каждого человека, который взял в руки маркер, для того чтобы эту самую уникальность для самого себя обнаружить и проявить”.

“Пантомима листа” представляет собой, фактически, проективную модель в психологической работе, построенную на комбинации метода нейрографического рисования и арт-терапевтической практики тактильного взаимодействия с листом бумаги – её сминания (комкования по наитию). Сминание (комкование) бумажного листа используется практикующими педагогами: оно позволяет ребенку “излить эмоции” на лист бумаги, “испортить” его – то есть, совершить то, что обычно порицается. Мы, работая со взрослыми людьми (и, образно говоря, со “внутренним ребенком” взрослого человека) предлагаем начать “снятие ограничений”, предложенное П.М.Пискаревым в виде алгоритма нейрографического рисования, со снятия ограничений, усвоенных человеком еще в детстве: страха перед “чистым листом”, белизну которого легко испортить своим “неумелым” творчеством, и связанной с этим боязнью проявляться.

Хотим обратить внимание на то, что последующее рисование по уже смятому листу также может даваться рисующему человеку легче: на этапе сминания мы “присвоили” лист, “оставили свой след”, след своего тела на “теле листа”. Кроме того, сминание (комкование) позволяет добавить в “двухмерное” обычно рисование “третье измерение”, почувствовать руками объём бумаги, его гладкость и шероховатость, затем – разгладить его, почувствовать его поверхность, “телесность”. Говоря о “телесности листа” мы проецируем на него собственные представления о человеческой телесности и ее структуре, особенностях: в этом контексте можно говорить о “морщинах” и “шрамах” на “теле листа”, скрытом под поверхностью листа “мышечным корсетом”. После комкования лист бумаги существенно трансформируется, подобно тому, как изменяется человек в течение жизни, приобретая как позитивный, так и травматический опыт: лист приобретает морщины и шрамы, становится “неидеальным”, но, вместе с тем, – неповторимым.

Таким образом, комкование и последующее разглаживание сопровождается не только наблюдением происходящего в собственных

телесной, эмоциональной, когнитивной сферах, но и наблюдением того, что произошло с бумагой, с “телом листа”. Сминание, комкование, само по себе может быть, как мы думаем, эффективным методом работы с “подавленным материалом” из области психического. Измятый лист можно метафорически представить как слой собственной кожи, который мы “как бы снимаем” и видим своими глазами, чувствуем через прикосновения и контакт с ним. При этом важно понимать, что именно отпечаталось на коже, что именно представляет собой то новое, что скрывалось под ней, и т.д. Также могут представлять собой интерес результаты наблюдения за тем, что чувствует человек, видя и ощущая тактильно изрезанную, расколотую, разорванную, лишившуюся своей изначальной “совершенной” целостности поверхность листа. Здесь может, например, проявляться метафора “расколотости” личности, отсутствия личностной целостности, а также подниматься тема нарушенной связи: прерванного контакта с самим собой, травмы, боли, парализующей адекватное восприятие реальности и лишаящей нас возможности к действию. В этом смысле этап комкования, а также – этапы последующего разглаживания и нейрографического рисования – позволяют восстановить нарушенный контакт с собственным телом и, как следствие, – вновь обрести ощущение телесного бытия, восстановить чувство реальности, а также – собственной значимости и ценности (что, вероятно, способно также восстановить нарушенную связь с близким окружением и миром в целом; эта гипотеза, однако, требует верификации в практическом исследовании).

Диагностическим потенциалом может обладать также этап выбора листа для последующего комкования и рисования. Тут могут быть целесообразными вопросы типа: “почему сейчас ваше тело выбирает именно такую бумагу (по цвету по качеству, по фактуре)”, “чего не хватает вам в ощущениях, когда вы касаетесь листа (мягкости, гибкости, шероховатости или гладкости, структурности, тонкости или плотности)?”

Также метод “пантомимы листа” может быть действенным в контексте обретения личностной целостности: так, разглаживая лист и объединяя его изломы посредством нейрографического рисования, рисующий может отразить аспекты собственной личностной или многомерной интегративной (тело, эмоции, разум, дух) целостности.

Мы назвали созданный нами метод “пантомимой листа”: по аналогии с направлением сценического искусства, в котором художественный образ создается средствами телесной пластики. “Пантомима листа” позволяет нам увидеть и понять то, что лист может “поведать” о нас самих, проявив это при помощи последующего нейрографического рисования.

Мы называем «возвратным моментом» явление, сопровождающее практику “пантомима листа”: когда человек, через “проживание на листе”, через отождествление с ним, начинает чувствовать своё тело. Кроме того, мы можем наблюдать в процессе практики, как через “немой” (безмолвный)

разговор с собой (в котором доминирует внутренний голос) практикующий обретает возможность прислушиваться к себе и слышать себя, фокусироваться на себе, что, безусловно, благотворно сказывается на его эмоциональном интеллекте, осознанности (mindfulness). Кроме того, в процессе практики человек обретает возможность слышать и принимать своего “внутреннего критика” не как преграду (ограничение) для совершения действий, а как помощника и наставника в позитивной трансформации.

Через свободную текучесть нейрографических линий человек развивает умение слышать своё тело, добиваться мышечной свободы. С практикой “пантомимы листа” появляется, формируется умение безошибочно обнаруживать мышечную зажатость, через самоконтроль определять, в какой части тела есть блоки или закрепощение мышц. Наблюдательность и осознанность, развивающиеся в процессе практики, проявляются при сборе впечатлений, которые превращает их в зримый (видимый) образ деятельное воображение. Полученный образ становится результатом работы со своим индивидуальным сценарием и ответом на экзистенциальные вопросы, с которыми человек приходит в практику, с полным внутренним их обоснованием.

Подводя итоги написанного, можем сделать такие выводы: человек, практикующий метод "пантомима листа", созданный на основе метода нейрографики (нейрографического рисования), получает возможность более глубокого телесного контакта с листом бумаги. В процессе практики, а также – в перспективе регулярных занятий с применением метода “пантомима листа”, практикующий развивает наблюдательность за своим телом (отслеживая телесные ощущения в процессе комкования листа, а также посредством рефлексии “проекции собственного тела” на поле (“теле”) листа). Регулярная практика метода способствует, согласно нашему наблюдению, формированию умения безошибочно обнаруживать мышечную зажатость, а также осознанно трансформировать ее посредством применения нейрографической линии, снимая негативные проявления феномена, который В.Райх называет “мышечным панцирем”.

Мы предлагаем метод “пантомимы листа” как инструмент, дополняющий (разработанный автором нейрографики П.М.Пискаревым) “алгоритм снятия ограничений” (АСО), который, согласно мысли автора, обнаружить, высвободить и трансформировать энергию проблемы в энергию ее решения.

Метод “пантомимы листа” также дает практикующему пространство для рефлексии собственных состояний по четырем векторам, формирующим интегративный феномен человеческого бытия: посредством практики метода человек получает новые впечатления о себе через осмысление происходящего в телесной, эмоциональной, когнитивной и духовной сферах.

Полагаем, что регулярная практика с применением метода “пантомима листа” позволяет человеку раскрыть и проявить свою уникальность, индивидуальность и экзистенциальную неповторимость. Взаимодействие с “телом листа”, предшествующее собственно нейрографическому рисованию, дает возможность усилить положительные эффекты нейрографики посредством более глубокого и многовекторного (тело, эмоции, разум, дух) самопознания через “эмоциональный выброс” в процессе комкования, а также – гармонизацию собственного состояния в процессе разглаживания листа и последующего рисования.

Мы представляем “пантомиму листа” в качестве проективной методики, имеющей как собственно диагностический потенциал (поведение и телесное состояние практикующего в процессе комкования, разглаживания, рисования, рефлексии дает материал для оценки помогающим практиком), так и потенциал терапевтический, а также коучинговый.

Таким образом, проективную модель "пантомима листа" мы рекомендуем использовать в любом из направлений практической психологии; в работе не только со взрослыми, но и с детьми (в частности, с детьми раннего возраста, поскольку простота метода и “разрешение” “испортить идеальный лист”, как мы знаем из собственного опыта, привлекает детей).

Отметим, что в данный момент мы проводим экспериментальное исследование эффективности метода “пантомима листа”.

## **Литература**

1. Левин К. Теория поля в социальных науках. – М.: Академический проект, 2019. – 313 с.
2. Мандшир Д. Создатель галереи характеров людей (к 60-летию со дня смерти одного из классиков психоанализа В. Райха) // Философская школа. – 2018. – № 3, 2018. – С.130-140
3. Назаретян А.П. О героизме, терроризме и социальном насилии: заметки политического психолога // Вопросы психологии. – 2017. – № 6. – С. 3-18
4. Нестик Т.А., Журавлев А.Л. Психология глобальных рисков. – М., 2018. – 402 с.
5. Пискарев П. М. Духовная сила нейрографики / П. М. Пискарев // Человеческий фактор: Социальный психолог. – 2020. – № 1(39). – С. 406-411
6. Пискарев П. М. Нейрографика авангард третьего тысячелетия / П. М. Пискарев, И. Ю. Саган // Гуманитарная наука в Политехническом университете: сборник статей конференции, Санкт-Петербург, 16 мая 2020 года. – Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого", 2021. – С. 153-160. – EDN HZXQJE

7. Пискарев П. М. Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений. – СПб: Гангут, 2022. – 368 с.
8. Пискарев П.М. Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений. – М.: Эксмо, Бомбора, 2020. – 224 с.
9. Райх В. Характероанализ: техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков (под общей ред. А.В. Россохина). – М.: Республика, 1999. – 462 с.
10. Россохин А.В. По ту сторону осуждения и поклонения // Журнал клинического и прикладного психоанализа. Классики психоанализа. – 2020. – Том I. – № 4. – С.6-35
11. Савельева О.А. Психологические основы нейрографики. Дисс. На соискание степени канд. филос. наук: спец. 09.00.01 «Общая психология, история психологии». – Ярославль, 2018. – 258 с.
12. Томэ Х., Кэхеле Х. Современный психоанализ. Т. 2. Практика: Пер. с англ./Общ. ред. А. В. Казанской. – М.: Издательская группа "Прогресс" – "Литера", Издательство Агентства «Яхтсмен», 1996. – 776 с.
13. Циринг Д. А., Пономарева И.В. Психологические функции личностной беспомощности // Вестник Томского государственного университета. – 2012. – № 357. – С.173-175
14. Циринг Д.А. Психология личностной беспомощности: исследование уровней субъектности. – М. : Академия, 2010. – 410 с.
15. Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. – М.: Класс, 2001. – 208 с.
16. Шиповская В. В., Гусейнов А.Ш. Личностная беспомощность как фактор виктимизации субъекта // Общество: социология, психология, педагогика. – 2018. – №12. – С.137-142
17. Юнг К.Г. Архетип и символ / Юнг К.-Г.М.: Ренессанс: 1991. – 304 с.

**Шабанов Л.В.**

## **ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЕ ОБРАЗЫ ЖЕНСКОГО АРХЕТИПА**

**Аннотация:** в статье рассматриваются феномен экзистенциальных страхов в аспекте их отражения в первичных образах мифов о женском божестве и отражении этого представления в персонажах, дошедших в легендах и сказках. Целью работы стал анализ связей между базовыми страхами и характером интерпретаций женских персонажей для понимания возможности принципов психотерапии осознания фактора травмы и её компенсации.

**Summary:** The article deals with the phenomena of existential fears in the aspect of their reflection in the primary images of myths of a female deity and the reflection of this representation in the characters that have come down in legends and fairy tales. The aim of the work was to analyze the links between basic fears and the nature of the interpretations of female characters in order to understand the

possibility of the principles of psychotherapy for understanding the trauma factor and its compensation.

**Ключевые слова:** экзистенция, страх, компенсация, «Я-субъект», «Я-объект», «Я-объект», мифологический образ.

**Key words:** existence, deep fear, compensation, «I am a Subject», «I am an Object», «I am an Object», mythological image.

**Введение.** Система «Восприятие – Представление» конкурирует с системой «Внимание – Память», сопоставляя афферентацию с ожиданиями в механизме Акцептора опережающего действия: поиск совпадений ведёт к уверенному спокойствию (гомеостаз), а несовпадения порождают тревогу (гетеростаз), которая при критической декомпенсации превращается в страх. В работе И. Ялома «Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы» [Ялом, 1997] – название работы само по себе симптоматично – автор выделил четыре базовых страха человека: страх Смерти, страх Свободы, страх Одиночества, страх перед отсутствием Смысла в жизни.

Все эти страхи носят экзистенциальный характер и на самом деле связаны не столько с самосознанием человека как центром личности, сколько с глубинными архетипами мужского и женского (Анимус и Анима), а точнее с программами, которые заложены в глубинных полях предсознания (сердцевины Личности) и несущих в себе один и тот же сигнал: ты есть родовое звено, которое имеет основной инстинкт в продолжении рода. Подобная программа чаще всего ассоциируется с животным инстинктом размножения и начинает блокироваться на уровне самосознания Homo Sapiens'a как нравственного и цивилизованного Человека.

Однако, сами программы, «вложенные» в инстинкт, неоднозначны и неравны. Так в отличие от мужского архетипа, транслирующего миф: «всё или ничего» (панспермия), женская мифологическая среда изобилует эквиваленцией «Всё из ничего = Ничего из всего».

**Целью** данной статьи стало рассмотрение связи базовых страхов, которые на уровне лимбической системы скорее компенсируют друг друга (*возбуждение – торможение*), с проявленными на уровне «нового мозга» (*неокортекса*) – образами, которые порождают невротические явления в сознании (*аффектации*) и поведении человека (*эмоции*), конфликтуя как с базовым блоком «Восприятие – Представление» (*познай свой страх и не бойся*), с системой «Внимание – Память» (*опознай свой страх и беги*), так и друг с другом (*замри, «спрячься под одеяло» и страх уйдёт сам! А если не уйдёт?*).

**Исследовательские задачи** таким образом: проследить логику инстинкта как прагматичного целеполагания для любого живого существа (*и сказал Бог: плодитесь и размножайтесь*) и его изменения через социально-приемлемую форму отражения – миф, легенда, сказка; проанализировать аспекты иррационального отражения мифа, для понимания его логики рационализации страха через легендарное в сказочное; рассмотреть на

примере женских мифологических фигур варианты компенсационного образа относительно базовых страхов (Смерти, Свободы, Одиночества, Смысла).

**Методологией** исследования избран компаративный анализ с опорой на методы аналитической психологии и метод интерпретации связанных мифов, взятый из социальной антропологии.

**Основное содержание.** Смерть и Рождение человека всегда являлось необъяснимым таинством перехода (*тело умирает и душа его покидает – что дальше? тело рождается и душа в нём – как и почему это произошло?*). Однако, если страх жизни у живого существа скорее связан со страхом неверной адаптации (т.е. это страх того, что не верно усвоенный навык к жизни окажется смертельным – это *страх умереть*), то страх Смерти – это не только боязнь неизбежности потерять себя, близких, предметы привязанности и т.п., это ещё и *страх жить*. Страх самостоятельного волепроявления – как свободы быть собой (*как бы чего не вышло!?*).

Страх смерти как неверного волепроявления априори «конфликтует» со страхом Свободы, порождая тревожность оказаться излишне самостоятельным и в итоге потеряться или быть брошенным, покинутым. А страх Одиночества компенсируется потерей субъектности – размыванием личностных границ. Опасающееся одиночества «Я», начинает сливаться в некое «Мы», чтобы получить подтверждение в том, что «Я есть» за счёт ответных реакций значимых других людей («зеркальное Я»). Однако потеря субъектности – это искажение самосознания: «Я-субъект» становится «Я-абъектом» (коллективистом), а возможно и вовсе теряет самостоятельность, превращаясь в конформный «Я-объект» (конформист).

Подобная компенсация страха одиночества, с одной стороны блокирует субъектность и, значит – снимает страх перед свободой и самостоятельностью (ответственность за жизнь ложится на «значимого другого»); с другой стороны – «размывание» собственного «Я» в других, обостряет страх перед Смертью, где неизбежность собственного конца декомпенсируется неизбежностью потери «значимого другого» (*расставанье = маленькая смерть*).

Конечно, если мы говорим о субъектности, то совершенно логично вспомнить о законе жанра – герой должен быть один. Его траектория сложна и изобилует массой препятствий (*траектов*), и поводов бросить вызов судьбе (*доказать свою субъектность*), и выполнить своё предназначение (*проект*). Но этот герой чаще всего даже не совсем человек – он сын божества, либо его «полукровка», либо имеет особые отношения с миром божественных сущностей. При этом можно бросить героический вызов судьбе и противостоять Смерти, но тогда, получив Свободу и став «Я-субъектом» (*не таким как все*), оказаться брошенным, покинутым, не поддающимся идентификации как «свой». Однако можно поступить иначе: вверив себя в «лоно судьбы» (*плыть по течению, но вместе со всеми*), отдаться в «длани господни» (*Бог попускает и где надо – оберегает, а когда будет нужно – и покарает*).

Но тогда возникает проблема не только самосознания как самоидентификации («Я-необыкновенный» ≠ «Я-заурядный»), но и самосознания как целеполагания (*если я такой как все – то у меня нет и не может быть никакого своего смысла жизни*). Страх отсутствия Смысла жизни адресует переживания «Я» к страху Смерти, что вызывает противоречивую мотивацию вернуть себе субъектность (т.е. принять на себя ответственность за все проблемы, связанные с собственной деятельностью в борьбе за существование), что порождает боль – растёт страх покинутого, брошенного, одинокого человека (социальная депривация).

Здесь самыми предельными категориями для человеческого существа являются две «крайние»: Смерть и Жизнь, отношения к ним описывается через страх смысла, точнее страх перед невозможностью осмысленно жить и страх перед неизбежностью единственной, всегда своей собственной смерти в одиночестве остывающего тела. В первом случае – это депривация на уровне табуированных представлений типа *«пока Я жив = Смерти нет/ когда Смерть есть = Я уже не жив»* (приписывается Марку Аврелию). Во втором случае – это стремление не жить, мораторий (*и если вы не живёте, то вам и не умирать*).

Именно в этом ключе и развиваются первые мифы гилозоизма (веры в отсутствие грани между мирами живых и мёртвых), в которых отражаются первые экзистенциальные попытки не столько объяснить, сколько преодолеть страх. Естественно, что основной пантеон дошедших до нашего времени божеств гилозоизма – имеет преимущественно женские образы, которые могут перемещаться между мирами и не имеют чёткой «профессиональной» привязки в своей деятельности. Отсюда и странности в выборе партнёров, и явный амбивалентный характер их социальности.

Так, например, **Афродита** или Венера, с которой отождествляются также богини в царствах Передней Азии и Ближнего Востока – Астарта, Иннана, Иштар, одновременно и богиня любви, и богиня ненависти. Собственно, все перечисленные выше богини любви, красоты и щедрости, параллельно являлись богинями ревности, зависти, войны и человеческих жертвоприношений (как например Кали, жена бога разрушителя Шивы) – отсюда и бесконечные ассоциации пары Афродита – Арес (Венера-и-Марс); более того, в «Илиаде» Гомера можно увидеть атавизм, когда, спасая своего «протезе» (троянского царевича Париса), Афродита является в самый центр сражения и пытается отбить Париса от нападающих на его отряд данайцев. Афродита получает ранение и выходит из боя, призывая на помощь Ареса и источая жалобы и мольбы о мщении.

Многие филологи задаются вопросом, как благородные воины, даже в пылу битвы, могли поранить беззащитную красавицу – но красавица-то была вооружена и сеяла смерть, размахивая «горбылицей». Это не дубина, да и вряд ли могла изящная и утончённая дева-воин орудовать подобным предметом (даже валькирии себе такого не позволяли). «Горбылица» – это один из вариантов косы (в смысле сельхоз инструмента для скашивания травы).



Следы «военных» ассоциаций направлены так же и на образ женщины-невесты, что отслеживается в тексте библейских книг царя Соломона. *Суламифь*, главная героиня «Песнь Песен» описывается им так: «Прекрасна ты, возлюбленная моя, как Фирца (*крепость*), любезна, как Иерусалим (*укреплённый город-столица*), грозна, как полки со знамёнами. Уклони очи твои от меня, потому что они волнуют (*пронзают*) меня» (Песн. 6:4-5). Ситуация соотносится с рассказом о ранении Афродиты под стенами Трои. Хотя «кровавая» жертва здесь уже явно аллегорична и связана с патриархальной традицией обязательной девственности перед супружеством.

Но вернёмся к первой ассоциации, дева-воительница чётко корреспондируется со Смертью (старуха с косой), хотя Афродита, богиня любви, больше ассоциируется с эротическим наслаждением, любовным безумием, романтическими отношениями и т.д. Впрочем, сама планета Венера появляется на небосклоне дважды: как «утренняя звезда», сопровождающая восход Солнца, юная дева, и как «вечерняя звезда», предвосхищая сумерки мира и ночь.

Надо также помнить, что Афродита и Арес – родители Эроса (Купидона, Амура, Камы) – крылатого бога Любви, вооружённого луком и стрелами, каждая из которых (по цвету) несёт двум сердцам: «золото» взаимной любви, «серебро» крепкой дружбы, «медь» любви по расчёту, «железо» ненависти, «свинец» застарелой вражды. Кстати, на картине Делакруа «Свобода на баррикадах» можно увидеть всё ту же Афродиту с обнажённой грудью, винтовкой и знаменем, рядом с ней шествует Эрот, вооружённый пистолетом, разящим сердца «железом» и «свинцом».

Как и всякая дева-воительница, сияющая своей красотой (*месяц под косой блестит, а во лбу звезда горит*) в супружеской паре, Афродита (Астарта, Иннана, Иштар) ведёт достаточно активный и самостоятельный образ жизни. Поэтому, потеряв своего возлюбленного, тут отправляется за ним в Ад. Уход женщины вслед за мужем также имеет две позиции: это и уход из родительской семьи в чужую, но это и смерть, убийство, жертвоприношение (например, индийский обряд сати).

Что происходит в мифе о схождении именно Афродиты в царство смерти понять сложно – миф неоднократно переписывался поэтами и драматургами, однако поход «на тот свет» Иннаны и Иштар, были найдены относительно недавно и дешифрованы без изменений. Главное божество закликает Иннанау, чтобы та, пока будет в мире мёртвых, не растратила всего, что на ней – т.е. на ней всегда должно оставаться хоть что-то из предметов её земной жизни, иначе, утратив связь с миром живых, она навеки останется пленницей «междумирья» (*не будет жить, не сможет умереть*). Однако желание вернуть супруга настолько сильно, что Иннана забывает об этом. Дело в том, что на каждом участке богине необходимо оплачивать переход из одного «круга» в другой, оставляя стражам ворот какие-то дары (*элементы одежды, украшения, талисманы и обереги*) [Бодрийяр, 2000, с. 229-324]. Так она спускается всё ниже и ниже, пока не раздаёт всё до конца и не остаётся

попросту голой: *теряя вещи – теряешь статус, теряя статус – не может подтвердить себя.*

Богиня-воительница забывает всё: свою профессию, своё предназначение, да и себя. Ненависть легко сменяется спокойствием неузнавания и покорной любовью ко всему – даже абсолютно безобразному (*что воля, что неволя*). Дева-воительница, вооружённая косою и дарящая смерть, оказавшись в Аду, сохранила в себе только чувство умиротворённого принятия любви (ради всепобеждающей задачи деторождения, инстинкта продолжения рода – более глубокого нежели жизнь или смерть кого-то отдельного). Появился новый образ, отвечающий нейтральному (непроизвольному) вниманию – *«ни жив-ни мёртв»*.

Так же виден и внутрличностный конфликт. Первая его сторона связана с актом восприятия себя, в данном случае – это акт воображения, выступающий как механизм снятия противоречия. Необходимая иллюзия объяснения – кто там за затылком, внутри черепной коробки? Кто воспринимает *12 знаков Зодиака, 12 месяцев, 12 свойств человеческих – видит, слышит, обоняет, говорит, ест, рождает, действует, двигается, гневается, смеётся, мыслит и спит?* Вторая сторона конфликта связана с актом потери себя. Акт забывания также акт воображения, истончения воспринятого образа через искажённые представления о памяти и память о представлении (*Всё из ничего = Ничего из всего*).

Перед зрителем возникает легендарный образ химерной богини *Гекаты* (*в русских сказках – аналог Солнца мёртвых*) – трёхликая богиня Ада, в которой отражены: Истина с кинжалом и «колёсным» зеркалом, Афродита с зеркалом и факелом, Свобода с факелом и кинжалом (иногда, когда Гекату изображают триморфно-шестирукой, то добавляются ключи, пучок со змеями и строфалос). Сама Геката окружена трёхглавыми четырёхглазыми псами – символом охраны, верности и смерти.

Успокоить «новую» богиню Свободы-Любви-Смерти, прежнюю богиню-воительницу можно только любовью. Это в прямом смысле слова «завоевание» женщины, что по умолчанию должно вести к сожителству, ибо пока Смерть удовлетворена, её возлюбленный жив. Но это временное явление ведь «от любви до ненависти – один шаг», как и от любви до смерти (оргатанатос).

Любовь становится особой формой существования (см., например, мифы о Цирцее, о любви Энея и Дидоны, Одиссея и Калипсо). Здесь не столько влечение (*или мой, или ничей*), сколько самоотдача (*задушу в объятьях*), отношение не столько к одному «самому главному» человеку, сколько к миру через него (*ты одинок, потому что единственный*). Мир, пропущенный через себя («*отражение отражений*») и отданный в дар (который нельзя не принять под прицелом Эроса: иначе *расставанье = маленькая смерть*). Другая сторона любви тоже экзистенция – это симфония обновления: дева, перерождаясь, становится женой, жена – матерью, мать превращается в бабушку. Однако, подобные свободные трансформации жизни ведут к

старению и смерти – и тут возникает не только страх жизни, но и отчуждение перед живым (всякая женщина всегда чья-то дочь и внучка, но не всегда чья-то мать).

Трёхликое женское божество, образ которого сегодня встречается, например, в символике «Биполярного аффективного расстройства» (36 ЗЕТ), где каждая голова видит свою «картину мира», а в мифологии Бронзового века трёхликость распадается в легенде о хтонических змееволосых сестрах **Горгонах** (в русских сказках – *Граيي: Сирин, Алконост, Гамаюн*). Итак, три сестры:

- бессмертная **Мегера** (греч., *Эвриала*), «далеко прыгающая», в шахматах символизирует «Королеву» – свободно перемещающуюся по доске и карающую любого на любом расстоянии (главное, чтобы никто не стоял на пути);

- бессмертная **Фурия** (греч., *Сфено, Стено, Стейно, Стерва*), «очень едкая, сильно жалящая», отравляющая сердце (в русских сказках специфический образ Змеи подколодной, изводящей своих возлюбленных капризами и ревностью). В колоде карт она представлена как «Пиковая дама» – олицетворение тёмной силы и тайной недоброжелательности. Любовь Фурии Горгоны изматывающая, больше напоминающая истязание;

- и самая известная из сестёр – смертная **Медуза** (*стражница, охранительница правды от лжи*), ставшая чудовищем после пережитого насилия со стороны бога Посейдона. После изнасилования Медуза получила странный дар – взгляд её прекрасных глаз завораживал людей, превращая их в мёртвый камень. Мегера и Фурия, желая помочь сестре так же превратились в чудовищ – их отношение к миру изменилось – они порыты бронёй чешуи, никому не сочувствуют и никого не любят.

Конечно, здесь явно присутствует описание психосоматического расстройства. Перерождение открытого радостного мира детства в страшный мир взрослых, наполненных болью и страданием, связанный с правом сильного и абсолютной незащищённостью слабых. Цепь ассоциаций завершается соматической бронёй и демонстративной агрессией, которая для группы Горгон становится агрессией инструментальной (т.е. зло, которое они причиняют – амбивалентно, т.к. оборачивается явным позитивом для самих Горгон).

И если зло (для общества) поощряется добром (для личности), то и программа действий будет направляться на агрессию во вне (*как закреплённое поощрение*) и, компенсационно (*за всё хорошее против всего плохого*), как агрессию на себя (*страдание – есть право причинить боль другому*). Возникают синхронизация и серийность событий (К.Г. Юнг и В. Паули [Miller, 2009.]) и указанные выше три сестры получают новые и новые «отражения» уже в сказках и притчах – рассмотрим несколько из них:

- 3 грации *Primavera* (*олицетворение Невинности, Красоты, Любви*), сопровождающие богиню Афродиту (греч., хариты: **Аглая – Блестящая, Ефросинья – Ликующая, Талия – Красивая**) и следящие за правильностью

смены времён года. Главное для харит – это их ослепительно прекрасная внешность; они идеальны и сообщают всем окружающим женщинам страх о своей внешности (комплекс неприятия «значимым другим»). Особая рефлексия о будущем в прошлом (*цикличность приходящего*). В немецкой традиции есть термин *Sehnsucht* – характерное романтическое смутное томление по недостижимому идеалу совершенной гармонии.

- 3 парки (Судьбы) = дочери Зевса и Фемиды (богини справедливости), в русских сказках – сёстры Гор, при этом Змей Горыныч, сын Гора, их брат.

*Клото* (*пряжа*) ткёт нить судьбы на веретене *Ананке* (*необходимости*), что олицетворяет настоящее, которое всегда неизбежно обрывается – Клото поёт о том, что происходит «здесь и сейчас», она рассказывает о текучести времени без прошлого и настоящего (отсюда термин «лёгкая музыка»).

*Лахеса* (*судьбоносная*), что определяет судьбу человека до его рождения и которая уже не меняется на протяжении его жизни. Здесь важна апперцепция настоящего через «отражение отражений» значимых событий и людей, которые выстраивают внешнюю траекторию (*Хронос – царь над любой судьбой, а Кайрос – бог счастливый случай*). Лахеса поёт о событиях прошлого, что определяли перипетии судьбы человека вне его местонахождения и времени проживания (отсюда термин «музыка судьбы»).

*Атропа* или Айса (*неотвратимая*) отрезает нить, завершая длину жизни. Айса – неумолимая дочь Ночи, собственно сама Смерть. Атропа поёт об упокоении души – реквием (ушедшего времени [Шабанов, Жанкушикова, 2023]).

Наконец страх свободы и депривация действия переходит в ещё один троичный образ – сумеречный и, пожалуй, последний из известных образов, закрывающих культуру Ренессанса и предвосхищающих наступающее Новое время. Это *3 ведьмы у котла с зельем* или «*странные сёстры*»: Зло, Хаос, Ссора.

Мерцающие жуткие создания, входя в культурную традицию Англии через шотландскую «Демонологию короля Якова», а затем через У. Шекспира (в Макбете), становятся частью коллективного образа большой Западной цивилизации. Эта тройка являют интуицию о будущем, которого уже нет.

В португальской традиции есть специфический термин *Saudade* («наличие отсутствия»), который описывает сложное психическое состояние: чувство безвозвратной потери при эмоциональном порыве вернуть утраченное (светлая печаль разьединённости, сочетающая боль разлуки с наслаждением от воспоминания о близости). При этом исполнение желания в виде воссоединения с пропавшим полностью убивает это чувство. Таким образом свободы полностью компенсируется амбивалентностью переживания страха потери (*вернись!*) перед страхом обретения (*уйди!*): *Всё из ничего = Ничего из всего*.

Однако, как уже было сказано выше, страх свободы всегда идёт рядом с выбором между ценностью «Я» как лично-уникального достижения и страхом быть брошенным, оставленным или, что ещё страшнее, незамеченным

или неверно оценённым со стороны «значимого другого» [Шабанов, 2022, с. 93-103]. Поэтому проблема появления образа будущего, которого уже нет – является мифом нестабильности (*хочешь рассмешишь Бога – расскажи ему о своих планах*).

Депривация перед разрушающимся будущим во многом отражает мифы об одиночестве и в этом смысле, самый точный образ – это старуха-ведьма, которая одиноко проживает в лесу и без острой необходимости к ней никто никогда не приходит. Так, девальвация мифа в сказку создаёт банальную ситуацию: трёхликая богиня, распавшись на три свои сущности, неожиданно потеряла всё и осталась одна: пусть довольно злобная, но при этом мало опасная (достаточно соблюдать правила общения и не нарушать нормы места её проживания).

Самым известным примером здесь безусловно будет Баба Яга. Однако, если мы говорим не о современной сказке, а о легенде, то перед нами предстают 4 Бабы Яги (девочка, девушка, женщина и старуха), более того, они находятся и действуют во вневременном пространстве – т.е. образ застрявшей в «Аду междумирья» Афродиты (Астарты, Иннаны, Иштар), который проявился в потустороннем мире в виде Гекаты, отражённой в образах трёх женских фигур, проявляется в виде женского персонажа, четырёх образов.

Первый персонаж, **Ягодка** (*Ягуша, Ягоша*) – прекрасная дочь бога Рода и жены его Природы (находящейся вечно около него – при Роде) – у них 12 домов (6 сыновей, 6 дочерей) и вот рождается младшая – Ягуша. Образ девицы-красавицы, которая живёт сама по себе и ни в ком не нуждается (самодостаточная Огневушка-поскакушка).

Второй персонаж, девушка **Янга** (*Янка, Инга, Иванка, Анка, Анна, Жанна, Юнна*), влюблённая в царевича Живу (*Жизнь, Жихарь*), который попадает в неприятный инцидент на охоте. Она находит его уже почти при смерти и просит отца Рода совершить чудо исцеления. Однако за всякую магию нужно платить. Но Яга, не торгуясь, говорит – бери всё, что хочешь! – Род изымает её молодость и превращает в старуху. Когда царевич Жива приходит в себя – он уже не узнаёт свою невесту и в ужасе бежит от неё.

Яга ничего не понимая идёт к реке, видит своё отражение и испытывает indignation (приступ страстного гнева и отвращения), но проблема ещё в одном – она беременна и в скорости рождает дочь, которую назовут Смертью (*Смерка, сумеречная дева*). Которая становится новой самодостаточной Огневушкой-поскакушкой.

Третий персонаж, **Баба Яга**, одинокая и нелюдимая воспитывает дочку Смерть, при этом страх одиночества и страх пред будущим, которого больше нет, заставляет Ягу периодически отправлять дочь бродить по свету (сама Яга во многом испытывает отвращение к своей внешности и не решается выходить к людям). Смерть же, как проводник из мира мёртвых в мир живых, работает повитухой, а как проводник из мира живых в мир мёртвых – занимается омовением и погребением тел. Естественно, что большинство мифов о походе Смерти рассказывают о том, как она перестаёт любить людей

(аборты, вытравления, споры за наследство, убийства). Люди видят в ней посланницу эпидемий, войн и голода. Она постепенно переходит из возраста Ягодки в возраст Янги, обретая красивую и привлекательную внешность молодой женщины. Такую женственность можно встретить в образе скандинавской богини Фрей, кельтских русалок и западнославянских кикимор. Когда видимая (надводная) передняя часть тела, лицо, груди и упругий живот, под водой переходят (в невидимый) обглоданный раками и хищными рыбами скелет с пока ещё не доеденными внутренностями и кровавой кашицей, в которой режутся мальки.

Четвёртый персонаж, самый известный. **Баба Яга = Тёща Кощея**. Смерть сватает за себя царь Кощей (*Косарь, Мрачный Жнец – кстати, мужем Афродиты был кузнец*), но через некоторое время бросает её, чтобы стать Кощеём Без-смертным. Смерть же рождает от Кощея ещё одну известную сказочную героиню – Василису Премудрую (*Царевну-Лягушку, Василису Кощеевну*). Так, повинувшись формуле «*Всё из ничего = Ничего из всего*», Смерть обретает смысл в Жизни. А сама Василиса, будучи сиротой (Смерть её не может ни согреть, ни выкормить) постигает азы ведовства в гостях у тётушки (Бабы Яги). Однако, если обратиться к сказке «Царевна Лягушка», то можно увидеть сверхзадачу архетипа Василисы – это поиск осмысленности в самой женской экзистенции. Это не ностальгия по детству Огневушки, это не *Sehnsucht* цветущей юности Янги, не *Saudade* по потерянному девству и не *indignation* от сравнения себя юной с собой старой и уродливой, загоняющей Ягу в состояние Stoned (окаменелости Горгон) или кататонии пребывания в «междумирье» на краю Бытия. Василиса Кощеевна, совершает символические деяния, которые пересекаются с судьбой матери и бабушки, соотносятся с родовой задачей Природы и излечивает возлюбленного пусть с потерей физической (*расставанье маленькая смерть*), но не ментальной связи. Очень похожую картину рисуют Юнг и Паули в двух-аспектной теории Ментальности и Физичности пространства (Разума и Материи).

**Результаты.** Сущностью, умеющей компенсировать экзистенциальные страхи становится Василиса Премудрая (как результат обратной конвергенции многоликих богинь в одну). Её положительный образ, во-первых, не создаёт проблемы своему избраннику, а решает их за него (проблемы создаёт Иван Царевич и его коронованный батюшка). Психотерапевтические приёмы в сказке (к сожалению миф о Василисе Кощеевне в нашей культуре уступил место древнегреческому мифу о похищении Персефоны богом царства мёртвых Аидом – *собственно, поэтому многим и не понятно, зачем Кощей хочет жениться на Василисе*) часто просто разворачивают образ страха (*утро вечера мудренее*). Во-вторых, сама Василиса также склонна принимать материальные или духовные образы. Как в двух-аспектной теории Ментальности и Физичности пространства раскрываются возможности амбивалентности человеческого как физического, находящегося по эту сторону бытия физического и ментального – во многом «зазеркального». Тело

лечим «мёртвой водой», умиряя дух, а Душу возрождаем «водой живой». Как результат:

1. **Смерть духа**, вызванная первым аспектом – *страхом Жизни*, акцентируя вторым, физическим – *страх Смерти*. Ностальгия по предшествующему (мутации того чего не было, но то, что мы вкладывали в представление о памяти как будто бы настоящего события).

2. **Смерть воли** вызывается ментальным аспектом *страха перед Свободой*, подчёркивая второй аспект физического проявления в мире – *страх «Быть»* самим собой (см., например, учение о *палингенезисе А. Шопенгауэра*).

3. **Смерть актора** вызывается рационализацией первого аспекта – *страха остаться покинутым*, брошенным, одиноким, порождая второй аспект в виде *страха перед собой* (страх внешности, неприятия «значимым другим») – благодарность тому, кого нет и страх перед тем, кто (возможно?) есть.

4. **Смерть тела** – есть аспект страха отсутствия *Смысла жизни*, при нарастающем физическом *страхе пресыщенности*, потери вкуса к жизни (*у меня всё было, я ничего не ценил – меня больше ничего не радует, я всё растерял*) – страх утратить искажённую «лягушачью» кожу (или броню из чешуи).

5. **Смерть души** вызывается не просто уразумением ментального образа, но экзистенциальным *страхом переживания «Отсутствия» реальности* (саудаде), вторым аспектом которого является *страх осознания бессмысленности Жизни* (indignation) – отсутствия себя идеального (Sehnsucht).

**Выводы.** Если главным свойством психики человека есть общебиологическое свойство адаптации (*абиотическая, биотическая, социальная*), а свойством сознания является осмысленность (*апперцепция и прогнозное воображение*), то значит человек всегда находится в поисках смысла, но это же значит и то, что человек по природе своей, выделяя смыслы, ищет неопределённости. Смысл – это ориентировка на цель (*видение*) и проговаривание волевого мышления на решение проблемы – крайним случаем которой является экзистенциальная. И в этом смысле, определяя опасность, риски, страхи и т.п. исходит из принципа *«лучше плохая стратегия, чем никакой»*. Безмолвие «междумирья» – это самый предельный ужас, когда не ясно, что страшнее бежать, нападать или впасть в ступор (все движения психики и деятельность сознания никак не корреспондируют действия тела). Оно отупляется отсутствием слова (и даже мысли), превращая разные страхи в единый ужас, который можно преодолеть внесением разнообразия в целостность. Целостность своим безмолвием превосходит феномен бесконечности (*Всё из ничего = Ничего из всего*), но, получив расчленение на части, преодолевает ужас связности экзистенциальных страхов (Смерти, как части Жизни, Одиночества как части развития Жизни, формируя навыки Свободы как части выбора между жизнями и смертями, а значит и части страха

отсутствия Смысла, который превращается в путь из множества частей Либи́до-Жизни и Танатоса-Смерти).

#### **Библиографический список:**

1. Ялом И.Д. Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы. М.: Независимая фирма «Класс», 1997. 288 с.

2. Бодрийяр Ж. Политическая экономия и смерть // Символический обмен и смерть. М.: Добросвет, 2000. С. 229-324.

3. Miller A. Deciphering the Cosmic Number: The Strange Friendship of Wolfgang Pauli and Carl Jung, 2009.

4. Шабанов Л.В., Жанкушикова А.А. Сравнительный анализ тревоги о времени через страх утраченного времени и страх отложенной жизни// Методология современной психологии. Ярославль, ЯрГУ, ЯГПУ, МАПН, 2023. Вып. 18. С. 422-430.

5. Шабанов Л.В. Типы стратегий как социально-психологический феномен принятие решения// Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2022. № 1 (18). С. 93-103.

**Шипицын Е.Ю.**

## **СНОВИДЕНИЕ - ЭТО МИР НАШЕЙ ВНУТРЕННЕЙ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ**

### **Аннотация**

В статье сделана попытка описания техники анализа сновидений с точки зрения онтопсихологии А.Менегетти.

### **Ключевые слова**

Сновидение, бессознательное, идентичность, информация, анализ, личность, семантика, образ, символ.

### **Annotation**

The article attempts to describe the technique of analysis dreams from the point of view of ontopsychology by A.Meneghetti.

### **Keywords**

Dreaming, unconscious, identity, information, analysis, personality, semantics, image, symbol.

Во все известные нам периоды истории и культуры мир образов, открывающихся в сновидении, неизменно вызывал особый интерес. В древности считалось, что во сне человек вступает в контакт с духовными силами, как божественными, так и демоническими. Например, в Библии, в которой много сюжетов связано со снами, – в Ветхом Завете, в первой книге Пятикнижия, в книге Бытия – повествуется о том, что Бог, сотворив прекрасный мир, создал и первого человека, Адама. Однако Бог заметил, что



Адам, даже будучи прекраснейшим из его творений, оставался одинок, и поэтому Он решил дать ему подругу. Погрузив Адама в глубокий сон, Бог извлек у него ребро, облек его плотью и создал первую женщину, Еву. Если мы критически рассмотрим данный эпизод, то заметим, что это первое в нашей культуре документальное подтверждение реальности сновидения, в котором описана практика исторической структуризации, основанной на онейрической семантике субъекта.

Сновидение дает исчерпывающую информацию. Умение анализировать сновидение не только помогает стать хозяином собственной жизни и научиться успешно управлять ею, но, кроме того, позволяет найти правильное решение для любой возникающей проблемы.

От сновидения не ускользает даже то, что пытается скрыть изоощренная цензура, исходящая от общества и субъекта. Само наше физиологическое существование зависит от реальности сна. Онейрическая деятельность продолжается и в состоянии бодрствования. Мы можем уловить отдельные обрывки сновидения, лишь приостановив сознательную деятельность, что позволяет онейрическим образам действовать открыто и беспрепятственно. Более того, реально эта деятельность не прекращается ни на минуту.

Сон представляет собой один из аспектов постоянно действующей внутри нас интуиции. Сновидение всегда тесно связано с интуицией. Проблема заключается в том, чтобы научиться распознавать свою интуицию.

Сновидение – это зеркало, целиком отражающее органико-функциональную деятельность нашего существования.

Образы и воспоминания, используемые сновидением, указывают на актуальную ситуацию субъекта.

Сновидение всегда представляет собой иллюстрацию того, как субъект управляет своей жизнью в настоящий момент.

Сновидение дает четкую и полную картину с точностью семантического поля и лингвистического анамнеза одновременно. В реальности сновидения можно увидеть историю субъекта, обстоятельства его жизни, присущее ему субъективно-психологическое поведение и практические результаты, к которым привели совершаемые им выборы. Сновидение, перерабатывающее неизмеримое количество фактов и событий, открывает опытному психологу всю жизнь конкретной личности.

То, что мы не запоминаем или лишь частично запоминаем свои сны, – это недостаток нашей культуры.

**Во-первых**, мы не приучены к восприятию сна как информационной функции, описывающей наше внутреннее состояние, поэтому, к сожалению, недооцениваем его, считая чем-то незначительным.

**Во-вторых**, это объясняется нарушением целостности в самой динамике нашего индивидуального существования. Каждому из нас удастся выжить только после приспособления. А так как сон регистрирует все происходящее, у человека включается защитный механизм забывания, препятствующий запоминанию отдельных эпизодов, что позволяет избежать столкновения с проблемой, которая может оказаться непосильной для неподготовленного субъекта.

Итак, огромной проблемой современного человека является крайняя фрагментарность его памяти, обусловленная двумя факторами:

1) пренебрежением и недооценкой онейрической информации;

2) нарушением целостности индивида под напором социальных, семейных требований. Таким образом, чтобы обрести целостное, а не фрагментарное видение жизни, необходимо вернуться к онейрическому реализму.

Какие сны видит человек – цветные или черно-белые – несущественно, это зависит от привычки. На сновидения также влияют культура и умственные способности человека. Сны исключительно точно информируют о ценности субъекта.

## **ИЕРАРХИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА СНОВИДЕНИЯ**

Сновидение представляет собой неограниченный резерв чистых значений нашего существования.

Сновидение постоянно фиксирует мельчайшие подробности экзистенциального реализма субъекта, периодически указывая на преобладающие в данный момент векторы развития. Оно использует иерархию реальной значимости: наиболее реальное, важное в данный момент ставится на первое место.

Иерархия самого сновидения основана на четырех ценностях, обустраивающих его представление:

1) *на метафизическом аспекте*, занимающем высший уровень значимости для человека, в котором приоритет принадлежит измерению бытия: быть или не быть;

2) *на психической функциональности*, то есть структуре операционного комплекса, включающего в себя все то, что относится к интеллекту и воле;

3) *на биологической функциональности*, то есть органической структуре здоровья, телесной чистоты;

4) *на личной позиции* в социальном контексте.

Кроме того, сон указывает на различные средства осуществления собственной функции роста, то есть средства развития, необходимые для подкрепления двух функций – идентичности и роста. К этим средствам можно причислить самые разнообразные факторы – *чувства, деньги, значимость, карьеру, одежду, дом, политическую идеологию и религиозные убеждения, коммерческую деятельность, руководящую должность, сексуальные отношения, славу, дружбу, географическое положение, конкретизирующие поддержание этих функций*.

Эти средства также имеют свою иерархию: установив цель своей идентичности и своего развития, субъект должен отыскать средства достижения полной самореализации, которые являются неотъемлемым аспектом для поддержания равновесия четырех фундаментальных ценностей. Вышеуказанные ценности образуют структурную иерархию сна, с которой связана последующая динамическая организация, то есть то, как изображается данная иерархическая структура, локализованная в пространственно-временных взаимодействиях.

Для этого нам необходимо ввести последний критерий – **относительность**. Это означает, что структура изменяется в зависимости от пространственно-временных отношений. В первую очередь сон указывает на то, о чем следует позаботиться «здесь и сейчас»; кроме того, он ставит точный медицинский диагноз нашего физиологического состояния. Прежде всего необходимо позаботиться о биологическом феномене, и лишь затем можно подумать о метафизических потребностях. Следовательно, как только исторические потребности реализуются, сновидение сразу вновь проявляет сущностную динамическую структуру человека. Сначала жить, и уже потом жить хорошо. Для сновидения важна, прежде всего, духовная жизнь человека, однако оно постоянно диагностирует даже самые мельчайшие части нашего организма.

### **ТРИ УНИВЕРСАЛЬНЫХ ПРИНЦИПА ИНТЕРПРЕТАЦИИ**

Метод анализа сновидений, применяемый в онтопсихологии, основан на трех основных принципах, которые дополняются четырьмя источниками, порождающими символы, и четырьмя аспектами онейрической постановки, подлежащими прочтению.

Сновидение представляет собой картину клинического исследования поведения субъекта, ежедневно осуществляемого природой. Это экзамен, оценку на котором ставит сама жизнь – твоя жизнь, а не царствие небесное или мораль. Это реальное и точное суждение природы о поведении.

В сущности, сновидение представляет собой язык, на котором природа говорит о жизни конкретной индивидуации. Любопытно то, что этот язык применяет критерии природной морали исключительно с позиции индивида. Болезнь возможна лишь тогда, когда мы в чем либо идем против самих себя.

Кроме того, сновидению безразлично наше отношение к другим в социальной среде: сон оценивает все действия и поступки исключительно на основании их идентичности действующей личности. Тем не менее, исходя из чисто индивидуальной позиции, сон предлагает этику, функциональную для всех. Поэтому символ необходимо интерпретировать исключительно с точки зрения функциональной логики субъекта, которому снится сон.

Существует три универсальных принципа определения критерия проверки знака, присущего человеческой реальности.

### **1. Функциональность природы объекта или контекста, на который указывает символ, с точки зрения человека.**

Значение символа зависит не от свойств предмета, который представлен этим символом, а от его реальной пользы для человека, живущего на этой планете. В символе необходимо уловить логику функциональной пригодности для субъекта. Определить степень функциональности индивида очень просто: функционально все то, что доставляет ему удовольствие, позволяет жить и развиваться, что затрагивает его интерес; функциональность меняется в зависимости от каждого конкретного случая. Следовательно, относительность символического значения – это вопрос его соответствия или несоответствия рассматриваемому субъекту: *человек есть мера всех вещей*. Любой выбор определяется не ценностью вещи в себе, так как в этом смысле все сущее положительно или нейтрально, но исключительно реальной полезностью. Критерием позитивности или негативности объекта или ситуации является наличие или отсутствие биологической функции, способной принести конкретную пользу данному субъекту. Под «биологией» здесь подразумевается логика, синтаксис, грамматика жизни: слова, которые использует жизнь для общения в рамках данной индивидуации. Так, например, если человеку снится, что он готовит рыбу, это означает удачный урожай, успешную рыбалку, экзистенциальный успех, то есть созревание влечения к жизни, поскольку рыбное блюдо питательно для нашего организма.

### **2. Причинная действенность символа.**

Действенность символа обусловлена его «отношением к...». Для определения позитивного или негативного характера образа недостаточно культурных параметров контекста и традиций, так же как и верований или привычек, сводимых к архетипам универсального бессознательного. Нельзя опираться в этом и на уже установленную ценность какой-либо вещи или человека, подтвержденную опытом недавнего прошлого. Все меняется и поэтому требует постоянной перепроверки.

Под «причинной действенностью символа» подразумевается остаточные или конечные характеристики указанной причинности. Имеет значение не сам символ, но то, что он производит для меня «здесь и сейчас». Истина познается по плодам, и лишь по ним можно определить, на каком дереве они выросли. Подтвердить или опровергнуть ценность причинного знака могут только вызванные им в субъекте эффекты. Под «эффектами» понимается конкретная

функция или успешный исход, получившие наглядное подтверждение согласно организмическим канонам, через экзистенциальное здоровье субъекта, в экзистенциальном, историческом, мирском значении. Позитивно все, приносящее здоровье и удовольствие, увеличивающее действие и опыт бытия в непосредственности «здесь и сейчас» конкретного существа. Все остальное негативно.

Необходимо увидеть эффект, то есть результат действия, совершающегося в онейрическом контексте, в котором нахожусь я, спящий. Позитивность сна оценивается по производимым им эффектам. Мы можем определить позитивность онейрической ситуации, опираясь на следствия, которые она порождает в материальном и биологическом плане. Первое революционное открытие онтопсихологии в интерпретации сновидений состоит в том, что при толковании сновидений необходимо исходить из действительного биологического значения для функциональности субъекта, видящего сон, а не из мифического, культурного или стереотипного значений, которые чужды природному действию. Сновидение происходит во мне, затрагивает меня, сообщает реакцию бытия на меня, благодаря чему в своей онейрической реальности я являюсь первостепенным динамическим и стратегическим моментом всей онейрической проекции. Жизнь защищает себя в индивиде, видящем сны. Это единственная реальность, которую при создании сновидения принимает в расчет онейрическая динамика.

### **3. Семантический критерий.**

Любой формализации мысли, любой культурно-логической или вообще сознательной системе предшествует психическая интенциональность, которая определяется в зависимости от конкретного вектора развития, взятого в его количественном выражении.

Определение семантического направления в соответствии с организмической точкой зрения субъекта точно и недвусмысленно раскрывает смысловое значение или содержание знака всегда относительно той позиции, которую занимает субъект на данный момент. Так как критерий проверки строится на одной-единственной, произвольно выбранной индивидуации (в данном случае на позиции человека, видящего сон), то, абсолютизовав одну точку, можно точно определить все остальные отличия.

Если сновидение или ассоциация не создают семантического поля, это означает, что данная проблема является надуманной или уже осталась в прошлом. Семантическая поддержка определяет окончательное значение слова. Символ, не несущий эмоционально-организмической нагрузки, фальшив. Прежде чем приступить к онейрическому анализу, очень важно точно определить, является ли сон естественной проекцией индивидуальной органики, или же это информация, посылаемая искажающим механизмом и не имеющая под собой реальной основы. Если при анализе сновидения психотерапевт не сумеет правильно определить информацию, не связанную с организмической реальностью, то он сам станет тем фактором, который отчуждает человека от его собственной подлинной природы.

Отличить реальный сон от фальшивого можно двумя способами:

а) путем тщательного рационального анализа субъекта (этот анализ может занять более пяти-восьми месяцев);

б) посредством семантического поля.

Второй способ дает возможность мгновенно распознать природу сновидения, так как при передаче реального сна или фантазии субъект излучает эмоциональные волны и особые энергетические переменные. Если к объяснению сновидения подключается семантическое поле, то на психотерапевта обрушивается поток особых информационных сигналов, поэтому он должен внимательно следить не только за вербальной формализацией, но и за эмоциональными изменениями, происходящими в его организме.

Таким образом, именно наличие или отсутствие семантической информации свидетельствует о реальности или фальшивости сновидения, то есть об актуальности данной ситуации для субъекта.

Без учета семантического поля точный анализ невозможен.

Используя данный критерий, мы получаем информацию двух видов – *энергетическую и формальную*. При проведении анализа сновидения одновременно используются символика *вербализованного* (то есть то, что человек говорит, те образы, которые он использует, те воспоминания, к которым он обращается) и информация – энергия и ее формализация, – присутствующая в эмоциональном внутреннем мире психотерапевта. Разумеется, психотерапевт должен всегда быть точным, то есть владеть естественностью собственной природы. Именно от психотерапевта зависит точность или ошибочность анализа.

### **ПСИХОГЕНЕЗ СИМВОЛА**

Три универсальных принципа интерпретации следует применять с учетом исторической относительности клиента, так как сон для каждого конкретного индивида трактуется по-своему. Точный смысл онейрического сообщения зависит от человека, рассказывающего свое сновидение. Первые три принципа определяют «Я» в универсальном.

В своей речи бессознательное использует любые предметы, как личные слова.

Например, включая в сновидение тот или иной женский или мужской персонаж, оно делает это вовсе не для того, чтобы выразить идентичность данной личности, но просто пользуется им как подходящим словом для передачи собственного индивидуального интереса. Лишь в немногих случаях бессознательное дает вещи сны, которые точно описывают среду или личность. Фундаментальное позитивное ядро личности использует все предметы согласно собственному интересу, своему конструктивному плану. Сновидение делает запись происходящего, обращаясь к основному событию дневной жизни, которое превозносится или развенчивается.

Первые четыре принципа построения любой человеческой символики, составляющие приоритетные формы, находятся в свободном взаимодействии,

которое крайне сложно проследить на общем уровне, но достаточно легко – на уровне индивидуальном. Существуют следующие источники психогенеза символа:

**1. Социальная действительность.** Постановочный материал для спектакля, разыгрываемого сновидением в субъекте, берется из того, что можно определить как социальная действительность вообще (семья, работа, религия, друзья). Бессознательное ежеминутно заимствует свои образы из реальности, в которой живет субъект: данный субъект представлен таким образом, поскольку он включен в такой социальный контекст. Общество реально в рамках индивида.

**2. Визуализация инстинктов.** Сон визуализирует структурную организацию и доминантность инстинктов в субъекте на данный момент. Под «инстинктом» понимается уровень природного ума, следовательно, инстинкт – это функциональная структура индивидуального органического. Это конкретная векторная динамика, с помощью которой бытие точно определяет индивидуацию в данной земной истории. Это формальная энергия, учитывающая тот контекст, в котором и благодаря которому она действует. Психологическая проблема состоит в умении гармонизировать инстинкты согласно потребности субъекта в эволюции. Любое из своих влечений можно удовлетворить здоровым образом, важно лишь, чтобы при этом не нарушалась их общая гармония. Уясняя терминологическое различие, надо иметь в виду, что если деятельность инстинкта всегда здорова и ведет к развитию, то «импульс» может порождаться в том числе и энергетическим толчком со стороны комплекса. В этом случае он представляет собой чрезвычайно сильный толчок, порожденный комплексами или конstellациями психической энергии, действующими в бессознательном. Комплексы всегда представляют собой психическую энергию, позитивную при возникновении, но приобретающую негативный характер, если сознательному «Я» не удастся использовать ее в целях личного развития. При анализе сновидения необходимо избегать импульсов, порожденных комплексами, так как они несут с собой патологию. Если же динамика принадлежит инстинкту, тогда его действие необходимо усилить, так как он несет функцию жизни.

**3. Семантические формообразования внешнего происхождения.** Они представляют собой производные семантических полей, обуславливающих поведение субъекта: символ рождается из всего того, что может стать образом семантик, пришедших извне (от какой-либо личности или группы, из какой-либо среды). Сновидение включает в свою постановку также и все визуальное отражение тех семантик, которые в настоящий момент формируют или деформируют индивида.

**4. Метаисторические импульсы человечества.**

Они представляют собой формообразования, которые порождаются психическими конstellациями, действующими на метаисторическом уровне и обуславливающими все общество, все человечество и отдельного индивида. Это не архетипы, не культурные или религиозные образования, а различные

психические пласты, сложившиеся за многомиллионную историю эволюции человеческого существования на этой планете. Эти конstellации представляют собой импульсы, выходящие за рамки известной нам истории, охватывающей довольно незначительный временной период.

У образов сновидения имеется общая основа и специфическая основа; последняя определяется частной историей, прожитой данным субъектом. Использование различных символов обусловлено вовсе не имеющимися культурными различиями; именно динамическая идентичность устанавливает правила, по которым меняется символ, используемый в постановке. *Онтопсихологический анализ* применим к любому человеческому существу, независимо от его возраста и национальной принадлежности. Когда в его сновидении появляется определенный символ, следует рассматривать этот символ с точки зрения его биологической продуктивности или той пользы, выгоды, которую он приносит человеку, видящему этот сон. Впрочем, мы, несомненно, должны иметь определенный культурный багаж.

Основополагающим принципом позитивности онейрического символа является его благоприятное значение с точки зрения биологического организма в медицинском смысле. Если субъекту снятся два человека, один из которых преподносит ему букет цветов, а другой дает крынку меда или ломоть хлеба, это значит, что он может доверять только тому, кто вручает ему хлеб или мед, поскольку букет цветов сулит ожидания, радуется глаз, но не насыщает наш организм, тогда как хлеб и мед нужны только живому, здоровому и растущему человеку. Этот простейший пример показывает ход рассуждений природного кода с помощью символов: природа выносит свое суждение, исключительно исходя из результатов жизнедеятельности.

### **ЭЛЕМЕНТЫ СНОВИДЕНИЯ.**

Следует добавить *четыре элемента*, они представляют собой аспекты, требующие анализа при любой технической интерпретации, поскольку являются параметрами, определяющими комплексный динамизм индивида в жизни. Установление тождественности сна и реальности превращает способность к интерпретации в нормальное и вполне рациональное действие. Интерпретация представляет собой процесс опосредования информации. Данные элементы составляют повествовательно-сценический аппарат онейрической постановки; тем самым они также образуют точную символику, требующую прочтения.

#### **1. Действие в изменении.**

Это элемент, который согласовывает всякое явление и любое указание. Это действие как импульс, который передается от одной вещи к другой, переходит из контекста в контекст, причем при каждом своем изменении устанавливает определенный образ действия. Это определение движения в себе или устойчивости в преобразовании. Изменение, процесс, становление – это опыт реального для человека. Все появляющиеся во сне символы или индивидуации – указатели реального и всех его изменений. Прежде чем говорить о значении, следует вспомнить, что реальность или действие в



первую очередь самосимволичны: *до всех прочих указателей действие выражает исключительно самое себя в своих «как» и «где»*. Сон дает фотографический снимок действия индивида согласно тому, как последний действует в настоящий момент, однако не придает ему значения окончательного и абсолютного состояния.

## **2. Среда.**

Это «где» действия. Символизм среды отражает локализацию контекста и сферы происходящего. Среда включает в себя все места, в которых разворачивается действие и оказываются индивиды, все природные элементы, продукты цивилизации, любые реалистические или абстрактные комбинации. Действие экстерииоризуется, используя среду для иллюстрации. Среда всегда описывает экзистенциальное или глобальное состояние субъекта в данный момент, то есть передает идентичность ситуации. Иначе говоря, это совокупное определение идентичности субъекта. Если, например, во сне субъект оказывается в лесу весной, это означает, что спящий находится в экзистенциальной ситуации, которая позволяет ему усилить рост и получить удовлетворение, даже если плоды еще не проявились. Если же сон показывает человека внутри закрытой, заброшенной комнаты, в которой есть лестницы, но нет выхода, это означает, что он находится в ситуации преждевременного старения, без развития. Сценография, используемая бессознательным во сне, характеризует тип экзистенциальной структуры, состояние объективной (исторической, экономической, физической) реальности субъекта. Декорации используются в качестве макета субъекта.

## **3. Личности или индивиды**

Индивиды – личности, предметы или животные – могут идентифицировать специфические личностные характеристики человека. Но необходимо помнить о том, что через образы личностей или индивидов сновидение, как правило, стремится раскрыть не столько психологическую или социальную идентичность, то есть личность как таковую, сколько поведение субъекта, видящего сон. Индивиды представляют собой атрибуты действия или личности, и наоборот. Используемые во сне персонажи указывают на то, функционален или нет оперативный выбор, совершаемый субъектом в его жизни. Например, если человеку снится, что он встречает друга, у которого в последнее время плохи дела, и отправляется с ним в бар выпить чашечку кофе, то это означает, что из-за своих личных установок при ведении бизнеса он потерпит подобно своему другу экономический крах. Или, к примеру, восемнадцатилетней девушке снится разговор со старой, больной тетей: это значит, что она руководствуется в своей жизни устаревшими и нездоровыми установками. Образ актеров или персонажей спектакля в сновидении означает, что субъект формообразуется под воздействием стереотипов ложного воспитания. Актер, играя роль, принимает чужую личину, не являясь таковым в действительности. Таким образом, субъект, видящий сон, стремится подражать некоему мифическому персонажу, что приводит к раздвоенности его собственной реальности.

#### **4. Чувства.**

Чувства представляют собой ценностную величину (или долевое соотношение) той пользы, которую приносит субъекту данное действие или движение жизни. Они подчеркивают ощущение значимости или интенсивности, которым обладает действие контекста по отношению к субъекту, видящему сон. Степень реальности образа зависит от силы эмоционального соучастия и отклика, который он вызывает в субъекте. Наиболее реальным элементом повседневной ситуации является тот, к которому во сне человек проявляет наибольшие любопытство и интерес. Данный элемент более важен, поскольку представляет собой величину результата, достигнутого субъектом в своей жизни.

Перечисленные четыре элемента, и особенно первые три, являются ключом к интерпретации сновидения. В течение всего ассоциативного процесса и при интерпретации необходимо постоянно помнить следующее: какой стиль или поведение определяют субъекта? Какова направленность или интенсивность четырех аспектов? В какое положение они ставят субъекта по отношению к жизни, к окружающим, к самому себе, и наоборот? Что вырисовывается? Что готово появиться? Что совпадает, а что противоречит? Идет ли это на пользу жизни или ведет к регрессу? Что еще происходит с ним самим или вокруг него?

#### **Заключение.**

Сновидение представляет собой один из методов анализа всей целостности некоего человека, но по сравнению с другими языками оно обладает значительным преимуществом благодаря непосредственности, так как в нем сама организмическая природа оценивает поведение субъекта как в общем, так и в частном. Это равнозначно тому, что природа сама оценивает свою часть, делая подобный анализ безупречным с любой научной точки зрения.

#### **Литература**

1. Менегетти А. Образ и бессознательное. Учебное пособие по интерпретации образов и сновидений. – НН БФ «Онтопсихология», 2008.
2. Менегетти А. Мир образов. Краткое пособие по интерпретации образов и сновидений. – НФ «Антонио Менегетти», 2018.
3. Козлов, В. В. Направленные визуализации: теория и метод / В. В. Козлов, И. А. Донченко. – Запорожье : "Кругозор", 2015.
4. Козлов, В. В. Психология сознания: интегративный подход / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Психотерапия", 2022. – ISBN 978-5-6044075-6-1.
5. Менегетти А. Учебник по онтопсихологии. ННБФ «Онтопсихология» Москва 2007.
6. Козлов, В. В. Основы трансперсональной психологии: истоки, история, современное состояние / В. В. Козлов, В. В. Майков. – Москва : Издательство Трансперсонального Института, 2000. – 304 с.

7. Козлов, В. В. Вечная психология / В. В. Козлов. – Москва : Институт консультирования и системных решений, 2021. – 328 с. – ISBN 978-5-91160-108-9.

8. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.

**Якимчук Д.Ю.**

## **ГРУППОВАЯ ДИНАМИКА И ИНТЕГРАЦИЯ**

### **Аннотация**

В статье приведен исторический обзор исследователей групповой психотерапии и динамики и приведены результаты исследования механик интеграции некоторых групповых методов работы

### **Ключевые слова**

Интеграция, групповая динамика, групповая психотерапия, групповые методы работы

### **Annotation**

The article provides a historical overview of researchers of group psychotherapy and group dynamics and presents results of an investigation of the aspects of integration of some group methods

### **Key words**

Integration, group dynamics, group psychotherapy, group methods

*Мы пьем из чаши бытия  
С закрытыми очами*

Развитие и использование групп в терапевтических целях началось задолго до возникновения терминов «групповая психотерапия», введенного Якобом Морено в 1932г., и «групповая динамика» (групповой процесс), впервые введенного Куртом Левиным в 1936, ведь еще шаманские традиции предполагали работу в групповом поле во время племенных шаманских обрядов. Жизнь явление социальное – и человек существо социальное, его развитие происходило в социальных группах испокон веков. Переживания, происходящие в искусственно создаваемой обстановке, могут естественно переноситься во внешний мир. В поддерживаемой и контролируемой обстановке человека может обучаться новым умениям, экспериментировать с различными стилями отношений среди равных, где люди, сами того не замечая, помогают друг другу обрести нарушенные межличностные контакты, заменяя психолога [3, 4, 5]. В том числе в группе облегчается процесс самоисследования и интроспекции, при поощрении которых усиливается

уверенность в себе. Гибкость групповой терапии делает ее подходящей для большого контингента людей, имеющих разные топологические затруднения [5, 6, 7]. Также приводим результаты исследования разницы индивидуальной и групповой терапии, представленных в метаанализе 2008г., который показал, что индивидуальная терапия может быть немного более эффективной на начальном этапе, чем групповая, но эта разница, исчезает через 6 месяцев. Хотя любому отдельно взятому участнику уделяется в группе внимания меньше, чем при индивидуальной терапии, при этом опыт показывает не меньшую эффективность и успех групповой терапии [5, 6, 7].

Погружаясь в историю развития групповой психотерапии и динамики, стоит упомянуть из наиболее известных на текущий момент следующих [2, 3, 4, 5]:

- Ж. Дежерин - переучивал больных неврозом, используя метод убеждения, став вдохновителем следующего исследователя;
- Д. Прагг в начале 1905г. Один из первых применил групповой формат для больных туберкулезом ввиду экономической выгоды сначала, и лишь затем, в 1930г., увидел терапевтический эффект, принадлежавший группе - эффективное влияние одного человека на другого. Его «репрессивно-вдохновляющий» подход и вдохновил Я. Морено;
- З. Фрейд интересовался группами с позиции изучения психологии масс и взаимоотношения масс и лидера и тенденции участников следовать за сильным лидером;
- А. Адлер - применил методы индивидуальной терапии для большего охвата по количеству, уходя от работы с элитарным классом к рабочему;
- Ф. Л. Уэндер и П. Шильдер одними из первых использовали психоаналитическое лечение в условиях группы;
- Т. Барроу перешел от психоанализа к изучению принадлежности клиентов к социальным группам, что не было серьезно воспринято психиатрическим сообществом ввиду несвоевременности идей. Ситуация изменилась только во время войны, когда потребовались не шаблонизированные решения
- С. Славсон и А. Вольф - создавшие «деятельные группы», где были объединены групповой подход, прогрессивное обучение и психоанализ в возможности проигрывания детьми конфликтов в условиях группы и обосновавшие в 1942 году признание групповой терапии научной дисциплиной. Славсон объединил теорию психосексуального развития Фрейда с терминами из области социологии и признал человеческий поиск отношений и принятие в качестве основной потребности, назвав ее «социальным голодом». Он видел группу как «терапию я-эго» внутри коллективного «мы-супер-эго» за сие возможности быть открытым в безопасном кругу и выражать чувства и мнение без угрозы быть осуждаемым, отвергнутым или наказанным

- Х. Спотниц, И. Ялом и Л. Ормонт - занимались развитием психоаналитической групповой терапии после второй мировой войны
- Я. Морено считают родоначальником групповой психотерапии
- А. Эллис и У. Драйден и РЭПТ (рационально-эмоциональная поведенческая терапия, 1955г.) ориентированный на групповые методы
- К. Роджерс оказал значительное влияние на развитие групповой психотерапии в 60е годы, заложив основы гуманистического направления в психотерапии, когда терапия центрированная на клиенте, имела главным образом дело с наблюдающимися в данный момент ситуативными конфликтами и на руководителя группы он смотрел как на равного партнера [9, 10, 11], формирующего спонтанные взаимоотношения «я-ты», не обремененные традиционными правилами и ограничениями, т е он в руководителе группы не видел только лечащего специалиста и впервые начала называть пациента клиентом, где отличим было, что пациента требуется лечить, а клиент способен сформировать «внутренней локус оценки». Стоит отметить, что на его жизнь коренным образом повлияла поездка на Восток в 1922г., на протяжении полугода он наблюдал религиозные и культурные отношения, совершенно отличные от тех, к которым он привык. Будет уместным принять во внимание работу М. Бубера «Я-Ты», опубликованную в 1923г., на которую ссылается Роджерс - где противопоставляется живое межличностное общение «я-ты» повседневному утилитарному «я-оно» - два типа отношения, порождающих два противоположных образа мира, на взгляды которого повлияло изучение мистических движений в разных религиях еще в студенчестве. [1]

- К. Левин оказал несомненное влияние на исследование малых групп, еще полвека назад говорил, что «легче изменить индивидуумов собранных в группы, чем каждого по отдельности». К. Роджерс и К. Левин, которые рассматривали личностные расстройства как результат нарушенных отношений с другими людьми, социальным окружением, видели в группе инструменты коррекции нарушенных взаимоотношений, реализуемые в процессе взаимодействия участников группы друг с другом [9, 10, 11].

Также среди отечественных авторов стоит отметить следующие работы:

- С. Кратохвил выпустил книгу «Групповая психотерапия неврозов», считал групповую психотерапию методом, где с лечебной целью используется групповая динамика (1978). К лечебным факторам группы относил участие в работе группы, эмоциональную поддержку, помощь другим; самопроявление; отреагирование; обратная связь; инсайт (понимание ранее не осознанных взаимосвязей); коллективный эмоциональный опыт; проверка и тренинг новых способов поведения; получение новой информации и социальных навыков.

- С. Либих, А. Гроссман, Н. Иванов, А. Захаров современные отечественные ученые, которые внесли существенный вклад для развития групповой динамики.

- Б. Карвасарский и С. Ледер в 1990 издали монографию «Групповая психотерапия», в это же время К. Рудестам также публикует книгу «Групповая психотерапия», где объясняет динамику групп эффектом «социального облегчения» или эффектом социальной фасилитации, приводя для иллюстрации измерения Триплетта, проводившего первый социально-психологический эксперимент, основанный на его увлечении велосипедными гонками, когда он заметил, что соревнуясь в коллективных заездах участники дают лучшие результаты, чем при работе с секундомером. Задолго до этого эксперимента в 1803 были опубликованы результаты двухщелевого опыта Т. Юнга (эксперимент на двух щелях, также известный как двухщелевой интерферометр Юнга) — современная интерпретация которого позволяет заключить, что реальность рождается в момент ее взаимодействия с наблюдателем, т е наблюдатель - творец окружающей действительности, *fabricator mundi*. И интерпретация наблюдаемого сильно зависит от установок, коннотативной окрашенности человеческой рецепции и когниции. Потенциально неограниченная креативность наблюдателя, ведущего или тренера группы в нашем случае, играет ключевую роль для привнесения в групповую динамику интенсивности высокого качества.

- С. Гроф продолжил широкое использование групповых процессов в трансперсональной психологии, когда после запрещения ЛСД-терапии раковых больных, он предложил холотропную терапию, не уступавшую по эффективности .

- В.В.Козлов способствовал дальнейшему развитию групповых процессов, переведя холотропную терапию через интенсивные интегративные психотехнологии на совершенно новый уровень, где групповая работа придает терапевтическому и трансформационному процессам новые измерения - не только за счет изящно выстроенных последовательностей практик и исключительных качеств самого ведущего, а также качества контекста, предлагаемого группам.

Процессы, происходящие в малых группах ввиду повторения могут быть, с одной стороны, управляемыми, с другой, усиливающими процессы интеграции. Групповая динамика формирует цикл жизнедеятельности группы , состоящий из этапов: знакомство, определение общей цели и распределение ролей, основная работа и достижение целей, распад. Внутригрупповые тенденции к интеграции и дифференциации стимулируют развитие группы во времени, включающие возможность как восхождения группы на более высокий уровень развития, так и обратного движения. Процессы групповой динамики включают руководство и лидерство, формирование подгрупп и ролевой структуры группы, групповое принятие решений, выработку групповых мнений, норм и ценностей, групповое сплочение, конфликты, групповое давление и другие способы регуляции поведения членов группы [6, 7, 8].

Понятие «групповой динамики», введенное Куртом Левиным, возникло, когда он в 1932 перешел от анализа мотивации поведения индивида, одиноко бредущего/перемещающегося в индивидуальном психологическом пространстве, к исследованию группы и инициировал разработку направления, которое описывало позитивные и негативные процессы, происходящие при взаимодействии членов малой группы. Группа трактуется динамичным целым - то есть особой системой, компоненты которой сплавляются под действием различных сил: симпатия-антипатия, авторитет, лидерство. Вследствие воздействия этих сил между людьми в малой группе складываются связи, и чем их больше, тем сплоченнее группа, то есть группа исследуется в целом, а не как сумма входящих в нее индивидов [9]. Интересующей нас является характеристика группы как «динамичного целого», предполагающая, что изменение состояния одной части изменяет состояние любой другой - это первый базовый закон групповой динамики. Второй закон - это взаимосвязь участников, которая формируется на основании их отождествленности с определенными участниками - т.к. на этом основании человек останется среди тех, к кому он себя причислил, даже если их поведение будет давящим или несправедливым. Этот закон интересует автора с точки зрения стремления гомеопатической регуляции, описанной Левиным в модели окружения о том, что создавшееся положение стремится к состоянию равновесия между различными областями пространственного напряжения, где регулирующим принципом является не уменьшение напряжения, а его уравнивание по отношению к более общей системе или полю в целом. Также Левин описывал модель личности, которая оперирует энергиями и напряжениями.

Объединяя теорию поля и идею «я-ты», кроме очевидных механик интеграции групповой динамики на разных этапах, к которым относятся поддержка без оценки и возможности прожить часть ситуаций в безопасной среде мини-модели и движение к общей цели также можно отнести еще три, а именно

- повышение уровня понимания проживаемых процессов для усиления эффекта за счет образовательных объяснений происходящих процессов
- усиление сугевого контекста - расширение качества проживаемой карты, что естественным образом будет устремлять участников к внутреннему сильному «восхождению», что требует высокого образовательного и эмпирического опыта от лидера/ведущего группы
- и удержание лидером/ведущим группы в контакте с группой как целым контакта «я-ты» с удержанием фокуса на максимально возможной потенции, возможной для реализации самым «мощным» участником, как творческого акта, формирующего качество наблюдаемой реальности.

Кроме вышеуказанных механик в процессе исследования, где наблюдаемыми группами считались участники разных групповых методов,

сама группа исследуемых в общем была для автора одним целым, и при пересечении группой «экватора» (участники исследуемой группы проходили групповые методы НЛП, расстановки, ДМД и авторский - некоторые участники прошли все 4 тренинга, некоторые один из предложенных), когда все участники уже хотя бы по одному тренингу, общее поле группы стало резко усилившимся, что можно было использовать для сторонних жизненных процессов в качестве ускорителя или поддерживающей среды, где требуется с требующимися адаптационными механиками под задачи.

Использование понимания стадий развития и механизмов групповой динамики позволяет корректно спланировать работу тренера и предсказать поведение группы для усиления необходимых процессов и снижения интенсивности нежелательных или не ведущих к эффективным результатам в зависимости от возможностей тренера и от готовности группы. И три уровня групповой динамики - личность с ее внутриспсихической динамикой, межличностное взаимодействие участников группы, ситуация и динамика группы как целого - несомненно являются интересным пространством для работы и многомерной реализации психотерапевтического потенциала группы.

### **Литература**

1. Бубер М., пер. Рынкевич В.В. Два образа веры. М.:1995 – 464с.
2. Интернет источник  
[https://www.granatmc.ru/articles/istoriya\\_stanovleniya\\_i\\_osobnosti\\_grupповoy\\_psikhoterapii/](https://www.granatmc.ru/articles/istoriya_stanovleniya_i_osobnosti_grupповoy_psikhoterapii/)
3. Козлов, В. В. Интегративная психология / В. В. Козлов. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2023. – 748 с. – ISBN 978-5-88230-640-2.
4. Козлов В. В. Интегративная психология: Пути духовного поиска, или освящение повседневности. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2007 – 528с.
5. Козлов В. В. Психология кризиса. Институт консультирования и системных решений, 2014 – 528 с.
6. Козлов В. В. Психология сознания: интегративный подход. М.: Психотерапия, 2022 – 274 с.
7. Козлов В. В., С. А. Трифонова, Т. М. Панкратова, Л. А. Николаева Социальная психология: учебник для ВУЗов. М.: Изд-во Юрайт, 2021 – 504с.
8. Кочюнас Р. Психотерапевтические группы: теория и практика. М.: Академический проект, 2000 – 240с.
9. Левин К. Теория поля в социальных науках. М.: Изд-во Академический проект, 2019 – 313с.
10. Роджерс К. Становление личности: взгляд на психотерапию. Изд-во ИОИ, 2016 – 258с.
11. Роджерс К. Групповая психотерапия. М.: Изд-во ИОИ, 2018 – 170с.



## Список авторов

**Абу-Талeб Д.В.** (Москва, Россия) - кандидат психологических наук, Институт психологии творчества

**Баротов Ш.Р.** (Бухара, Узбекистан) - доктор психологических наук, профессор, Ректор института Психологии и иностранных языков, Действительный член (академик) Международной Академии Психологических Наук

**Вагнер Е.Н.** (Москва, Россия) - кандидат психологических наук, арт-терапевт

**Верещагина А.А.** (Калининград, Россия), доктор психологических наук, доцент кафедры гуманитарных, естественнонаучных дисциплин Западного филиала Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, действительный член МАПН

**Власов Н. А.** (Москва, Россия) – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, конфликтологии и бихевиористики Российского государственного социального университета

**Грац О. Ю.** (Анапа, Россия) - кандидат психологических наук, интегративный психолог, танцетерапевт

**Гуриева С.Д.** (Санкт-Петербург, Россия) - д.пс.н., профессор, Санкт-Петербургский государственный университет, заведующая кафедрой социальной психологии

**Долгих Д.С.** (Новосибирск, Россия) – врач, практикующий психолог, управляющий по Восточной России ООО «Юник Фармасьютикал Лабораториз»

**Загребельных Ф. В.** (Екатеринбург, Россия) – практикующий психолог, директор ООО "Эво Диджитал"

**Канжоури Х.** (Санкт-Петербург, Россия) - соискатель учёной степени кандидата психологических наук Института Психологии Творчества Павла Пискарева

**Карпов А.А.** (Ярославль, Россия) - ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова», профессор кафедры психологии труда и организационной психологии, доктор психологических наук, доцент, действительный член МАПН, профессор РАО.

**Кашапов М.М.** (Ярославль, Россия) – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой педагогики и педагогической психологии, Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, действительный член МАПН

**Козлов В.В.** (Ярославль, Россия) – президент Международной Академии Психологических Наук, доктор психологических наук, профессор кафедры социальной и политической психологии ЯрГУ им. П.Г.Демидова, действительный член МАПН.

**Комарова И.Ю.** (Санкт-Петербург, Россия) - кандидат психологических наук, Институт психологии творчества Павла Пискарёва

**Костригин А. А.,** (Москва, Россия), кандидат психологических наук,

доцент, Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство)

**Лазарева Ю.Н.** (Владимир, Россия) – практикующий психолог, аспирантка кафедры социальной и политической психологии ЯрГУ.

**Лучистая Р.С.** (Москва, Россия) - соискатель учёной степени кандидата психологических наук Института Психологии Творчества Павла Пискарева

**Мазилев В.А.** (Ярославль, Россия) - доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой Ярославского государственного педагогического университета им. К.Д. Ушинского, действительный член МАПН.

**Марарица Л.В.** (Санкт-Петербург, Россия) - к.пс.н., доцент, Санкт-Петербургский государственный университет, старший преподаватель кафедры социальной психологии

**Мардашкина Н.М.** (Москва, Россия) - управляющий партнер ООО «НПО МЭР»

**Пенечко О.К.** (Санкт-Петербург, Россия) - соискатель учёной степени кандидата психологических наук Института Психологии Творчества Павла Пискарева

**Постанина А. В.** (Санкт-Петербург, Россия) – аспирант кафедры социальной психологии ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет»

**Симонов П.А.** (Санкт-Петербург, Россия) - кандидат психологических наук, Институт психологии творчества Павла Пискарева

**Слепко Ю. Н.** (Ярославль, Россия) – доктор психологических наук, доцент, профессор РАО, Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, декан педагогического факультета

**Смирнова И.Д.** (Москва, Россия) - кандидат психологических наук, директор Центра психологического и телесно-энергетического восстановления

**Токарев Я.В.** (Магнитогорск, Россия) - кандидат психологических наук, член-корреспондент МАПН, Генеральный директор ООО «Управляющая компания «Фаэтон»

**Торик М.Д.** (Санкт-Петербург, Россия) - соискатель учёной степени кандидата психологических наук Института Психологии Творчества Павла Пискарева

**Удавихина У.А.** (Санкт-Петербург, Россия) -к.пс.н., Санкт-Петербургский государственный университет, научный сотрудник кафедры социальной психологии

**Цой А.А.** (Москва, Россия) - студентка 3 курса, Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство)

**Шабанов Л.В.** (Санкт-Петербург, Россия) - д. фсф. н., к. психол. н., профессор Кафедры Общей и Прикладной психологии, Санкт-Петербургский

ордена Г.К. Жукова военный институт Национальной гвардии России,  
действительный член МАПН

**Шипицын Е.Ю.** (Тюмень, Россия) – практикующий онтопсихолог,  
директор предприятия «Новая аквакультура»

**Штрикер Ю. Д.** (Москва, Россия) - лаборант кафедры психологии,  
Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина (Технологии.  
Дизайн. Искусство)

**Юмкина Е.А.** (Санкт-Петербург, Россия) – кандидат психологических  
наук, старший преподаватель кафедры социальной психологии ФГБОУ ВО  
«Санкт-Петербургский государственный университет»

**Якимчук Д. Ю.** (Москва, Россия) - аспирант кафедры социальной и  
политической психологии ЯрГУ им. П.Г. Демидова