

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

# **МЕТОДОЛОГИЯ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**Выпуск 23**

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

**Москва, Ярославль, 2024**

**ББК 88.4 + 53.57**  
**УДК 159.99**

**Главный редактор профессор Козлов В.В.**

**Методология современной психологии. Вып. 23 /Сб. под ред. Козлова В.В., Карпова А.В., Мазилова В.А., Петренко В.Ф. – М-Ярославль: ЯрГУ, ЛКИИСИ РАН, МАПН, 2024 - 312 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., 2024**

## Оглавление

Абу-Талеб Д.В. ....	6
МЕНТАЛЬНАЯ РЕПРЕЗЕНТАЦИЯ ЧЕЛОВЕКА И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА ЛИЧНОСТНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ: К ПОСТАНОВКЕ ПРОБЛЕМЫ.....	6
Белан Е.А.....	20
КАНТОВСКАЯ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ АКТИВНОСТИ СОЗНАНИЯ.....	20
КАК УСЛОВИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СУБЪЕКТА: МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ .....	20
Вайсман С.Е. ....	27
РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ С ПОМОЩЬЮ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ .....	27
Верещагина А.А. ....	33
ФИНАНСОВОЕ ПОВЕДЕНИЕ МОЛОДЕЖИ: ЭМПИРИЧЕСКИЙ АСПЕКТ .....	33
Власов Н.А. ....	40
К ИСТОРИИ ПОНЯТИЯ ПСИХИКИ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ДОРЕВОЛЮЦИОННОЙ ПСИХОЛОГИИ.....	40
Глухов Л.В. ....	46
МЕХАНИЗМЫ, ЛЕЖАЩИЕ В ОСНОВЕ МЕТОДА ДМД, И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЛЕЧЕНИЕ ЗАВИСИМОСТЕЙ.....	46
Грац О. Ю.....	52
ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ МОДЕЛИ ЭКСПЕРТ-ОПЕРАТОРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ.....	52
Дегтярёв А.А.....	57
ПРОБЛЕМА ЭФФЕКТИВНОЙ ИДЕНТИФИКАЦИИ И АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В БОЛЬШОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ГРУППЕ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ В БИЗНЕСЕ СЕРВИСНОГО СЕГМЕНТА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ. ....	58
Дегтярёва Л. Ю.....	67
ПУТИ РАЗРЕШЕНИЯ КРИЗИСА УПРАВЛЕНИЯ ЧАСТНЫМИ МЕДИЦИНСКИМИ ОРГАНИЗАЦИЯМИ. ИНТЕГРАЦИЯ ИНСТРУМЕНТОВ ВЕРШИННОЙ ПСИХОЛОГИИ В СИСТЕМУ ПОДГОТОВКИ СОВРЕМЕННОГО РУКОВОДИТЕЛЯ.....	67

Дроздецкая К.В., Ганиева Г.Х.....	77
РАЗВОД: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАСТОРЖЕНИЯ БРАЧНО-СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ .....	77
Калино Е.Д. ....	82
ЦИФРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ: ВЛИЯНИЕ НА ПСИХИКУ И ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА, ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ РЕШЕНИЕ.....	82
Карпов А.А., Спицына К.Р.....	93
ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ СХЕМЫ ВИРТУАЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТРУДА .....	93
Карпов А.В. ....	103
О ПОНЯТИИ МЕХАНИЗМА В ПСИХОЛОГИИ.....	103
Кашапов М.М. ....	114
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КОНСТРУКТИВНОЙ КОНФЛИКТНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ .....	114
Кашапов А.С., Колмогорова М.В., Кашапов М.М.....	128
ТЕОРИЯ МНОЖЕСТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК КОНСТРУКТИВНО-РЕСУРСНАЯ ОСНОВА САМООПРЕДЕЛЕНИЯ .....	128
Китаева М.П.....	145
МЕДИТАЦИЯ КАК СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОТЧУЖДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА .....	145
Козлов В.В. ....	155
ФИЛОСОФИЯ ПСИХОЛОГИИ: ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ РАССУЖДЕНИЯ	155
Костригин А.А., Клещенко А.Д.....	164
СРАВНИТЕЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЭКСПЕРИМЕНТЫ Н.Ю. ВОЙТОНИСА ПО ИЗУЧЕНИЮ ПОТРЕБНОСТИ В ПИЩЕ КАК МОТИВА ВЫРАБОТКИ НАВЫКА .....	164
Кричевцев С.А. ....	171
ГРАНИЦЫ ВООБРАЖЕНИЯ .....	171
Лучистая Р.С. ....	179
СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА: КОУЧИНГОВЫЙ АСПЕКТ .....	179
Мазилов В.А. ....	186

С.Л.РУБИНШТЕЙН: ФИЛОСОФ, СПАСШИЙ И СОХРАНИВШИЙ ПСИХОЛОГИЮ (1930-Е ГГ.).....	186
Меркульев М.Ю., Просекин М.Ю. ....	202
ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ ПОЗНАНИЯ И ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ.....	202
Павленко С. А.....	210
ИГРОПРАКТИКА, КАК ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ РАЗВИТИЯ САМОСОЗНАНИЯ .....	210
Пальчик М. Я. ....	218
МЕДИТАЦИОННЫЙ ПУТЬ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМ.....	218
Пенечко О.К.....	232
ИНТЕРНАЛЬНЫЙ И ЭКСТЕРНАЛЬНЫЙ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СУБЪЕКТА .....	232
Прыгин Г.С. ....	244
ПСИХИЧЕСКАЯ ЭНЕРГИЯ – РЕАЛЬНОСТЬ ИЛИ ОКСЮМОРОН? .....	244
Пузырев А.В.....	259
ПСИХОЛОГИЯ СИБЛИНГОВ В ПЯТИ СТУПЕНЯХ СУЩНОСТИ .....	259
Слепко Ю.Н. ....	272
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ МЕТОДОЛОГИИ ПСИХОЛОГИИ.....	272
Сомова М.Д.....	285
ИГРОВЫЕ СТРАТЕГИИ В ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ: ИННОВАЦИОННЫЕ РЕШЕНИЯ ДЛЯ ПРАКТИКУЮЩИХ ПСИХОЛОГОВ .....	285
Токарев Я.В.....	295
7 ЭЛЕМЕНТОВ УСПЕШНОСТИ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯ .....	295
Турчин А.С.....	299
ВОЗМОЖНОСТИ МЕТОДИК ДИАГНОСТИКИ СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗА МИРА КУРСАНТОВ ВООВО .....	299
Сведения об авторах .....	310

## МЕНТАЛЬНАЯ РЕПРЕЗЕНТАЦИЯ ЧЕЛОВЕКА И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА ЛИЧНОСТНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ: К ПОСТАНОВКЕ ПРОБЛЕМЫ

**Актуальность:** в статье поставлен вопрос о “ментальной репрезентации” картины мира человека, как основополагающего фактора, влияющего на развитие личности. Принимая во внимание аспект мультипотенциального личностного содержания каждого индивида, его полученного опосредованного опыта в процессе становления личности, посредством формирования мультииндентичности, по итогу проведенного нами анализа литературных источников, приводит нас к осмыслению, что феноменологические вопросы, связанные с “ментальной репрезентацией”, по настоящее время, являются перспективной зоной дальнейшего развития и исследований.

**Ключевые слова:** ментальная репрезентация, картина мира, мышление, мультииндентичность, личностный потенциал, когнитивный подход, психосемантика.

**Relevance:** The article raises the question of the “mental representation” of the human worldview as a fundamental factor influencing the development of personality. Taking into account the aspect of the multipotential personal content of each individual, his indirect experience gained in the process of personality formation, through the formation of multi-identity, as a result of our analysis of literary sources, leads us to understand that phenomenological issues related to “mental representation” are currently a promising area for further development and research.

**Keywords:** mental representation, worldview, thinking, multi-identity, personal potential, cognitive approach, psychosemantics.

Как биосоциальное (социоприродное) существо, человек создал не только объективное социально-культурное пространство как специфическую среду своего обитания, но и субъективный психический образ физического мира – ментальную картину, находящуюся в его сознании, но при этом – отражающую внешний мир, объективную реальность. Именно этот образ позволяет человеку “жить в двух мирах”, физическом и психическом, находящихся при этом в состоянии взаимопроникновения.

В нервной системе человека существуют два параллельных процесса: один из которых сводится к осуществлению всех физиологических и психических процессов, необходимых для жизни, а другой представляет собой процесс “наблюдения” («подсматривания») за происходящим во внутреннем (интроспекция, интроспективное наблюдение) и внешнем мирах; второй феномен связывают с сознанием и сознательными процессами.

Мир одного человека, в его представлении и понимании, может быть совершенно иным, чем в представлении другого, сильно и даже радикально отличаться, в зависимости от той или иной феноменологии (в частности, интроспективных наблюдений, которые каждый человек может осуществлять только в отношении себя, но не другого); в связи с этим картина не только внутреннего, но и внешнего мира человека существенно отличается от картины мира другого. Более того, картина мира

человека в состоянии влиять на его поведение и обуславливать характер его деятельности.

И.А.Бубнова пишет: “Содержание индивидуального образа мира, где за каждым словом и каждой вещью стоят смыслы, обусловленные личной историей становления человека, где история поколения, культура и отдельные события его собственной жизни неразделимы, определяет все его поведение и деятельность. Но еще более важным, как представляется, является тот факт, что именно содержание образа мира человека отражает его способность понимать и объяснять происходящее, и, следовательно, действовать адекватно той или иной ситуации на основе собственного осознанного выбора” [1]. Итак, именно содержание индивидуального образа мира обусловило возможность человеческой свободы выбора как реализации собственной воли. Как известно, биологическая и социальная (социопсихическая) составляющие бытия человека могут вступать между собой в конфликт: биологические “расчеты” решения жизненно необходимых задач и удовлетворения витальных потребностей не всегда совпадают с психической реальностью, желаемой и планируемой человеком, или, проще говоря, – витальные потребности могут “вступать в конфликт” с надвитальными, определяя свободу воли человека. Широко известна точка зрения И.Канта в связи с этим: человек тем более свободен, чем легче преодолевает эту “изначальную” природную обусловленность своих желаний и действий, и поступает, исходя из своих социальных установок и представлений о желаемой жизни.

Согласно представлениям З.Фрейда и его последователей, большинство невротических состояний человека вызвано именно этим конфликтом между “витальным и надвитальным” – психическим сознательным и бессознательным (которое также можно назвать “биологическим расчетом мозга”). Когда сильнейшие “идеологические нагрузки”, сверхценные идеи, вера, долг и другие элементы представления о самом себе (элементы ментальной репрезентации себя), – становятся превыше биологических потребностей, “вытесняя” и замещая их, – возникает внутриличностный когнитивный конфликт (который, в свою очередь, порождает различные стратегии совладания для сохранения психофизиологической стабильности и т.д.).

Полагаем в связи с этим, что свобода воли человека ассоциирована, среди прочего, с индивидуальным образом мира этого человека, и поведение (во всем множестве поступков и отдельных выборов) также является результатом сформированного образа мира. “Вопросы о связности и закономерностях человеческого поведения и, что не менее важно, вопрос о возможности предсказания поведения человека на основе выявленных закономерностей – одна из ключевых проблем для поведенческих наук. Вероятно, этим и объясняется постоянно растущий интерес ученых, работающих в самых разных сферах гуманитарного знания, к исследованию различных аспектов “образа мира” [1. цитата со С.57].

И.А. Бубнова пишет, что субъективный “образ мира” имеет лингвистическую, психосемантическую основу: он связан с индивидуальной системой значений слов, “может раскрыться только через значение слова как принадлежность индивидуального сознания, через его смысловое содержание, обусловленное тем деятельным контекстом,

на фоне и в ходе активного взаимодействия с которым, в процессе переплетения “натурального” и “культурного” рядов развития человека, постепенно формируется личность. В свою очередь, что необходимо особо подчеркнуть, этот уникальный в определенной степени деятельностный контекст каждого человека, опосредованный рядом факторов, не только культурных (на чем сейчас сосредоточено внимание многих исследователей), но и сугубо индивидуальных, специфика которых частично обусловлена условиями социализации, а частично зависит от чисто психологических особенностей индивида, определяет уникальность личностных смыслов слов и строения индивидуального лексикона в целом” [1. цитата со С.58]. Добавим, что “смысловой контекст бытия человека”, опосредованный рядом факторов, среди которых – не только объективные (природные и социальные), но и психологические условия бытия индивида, может быть связан, например, с такой психологической особенностью, как синестезия. В этом случае, отражение мира в сознании человека (ментальная репрезентация мира, образ мира) формируется под воздействием не только смыслового значения слова, но и, например, его цветовых характеристик. Итак, субъективный образ мира человека связан с рядом факторов: природными и социально-культурными, языковыми (и т.д.), а также – индивидуальными физиологическими и психологическими особенностями человека. Образ мира (сформированный под влиянием ряда внешних факторов и субъективных особенностей человека) способствует формированию субъективного ощущения защищенности, устойчивости личности, психологических основ адаптивного поведения, психологического благополучия.

В индивидуально-психологическом смысле, речь и слово – не условный знак, способствующий общению (внешним контактам, стабильности межличностных связей), а элемент ментальной репрезентации мира, образа мира, который способствует психологической стабильности человека (то есть, – стабильности внутриличностных контактов). Проще говоря, общепринятая система значения слов помогает людям понять друг друга, а индивидуальная система значения слов помогает человеку понять самого себя. С.Л. Рубинштейн [16] пишет о том, что речь и слово имеют семантическое, смысловое содержание – значение, которое является обобщенным обозначающим определением своего предмета. При этом, каждое слово для отдельного человека имеет индивидуальное семантическое и смысловое содержание, своего рода “индивидуальное значение”, которое совпадает с “обобщенным”, общепринятым значением только частично. “Различия в субъективном значении слова закладываются с момента рождения человека. Безусловно, система сенсорных эталонов – ряда качеств, выделенных человечеством из всех доступных сторон восприятия действительности – универсальна. Однако даже на этапе формирования протозначений, системы которых интенсивно развиваются в младенческом возрасте, следы переживаний от первых контактов младенца с окружающей его реальностью могут различаться” [1, цитата со С.58].

С.Л. Рубинштейн [16] подчеркивает, что обозначающее отражение предмета в значении слова, как и отражение в сознании человека внешнего мира вообще, не является пассивным процессом, а связано с деятельностью: человек познает, отражает, осознает действительность, воздействуя на нее; он познает предметное значение слова, воздействуя на предмет и выявляя, таким образом, характерные особенности, сущность



и функцию этого предмета. Слово, – как пишет С.Л. Рубинштейн, – возникает в общении и служит для общения, но при этом одно и то же слово в сознании разных людей, в их ментальной репрезентации внешнего мира, будет иметь индивидуальный смысл.

“Значение любого явления, пока симпраксическое, – т. е. еще не обозначенное словом, не просто выстраивается в ходе активной деятельности, – оно определяется условиями, в которых происходит встреча с ним. Вряд ли возможно отрицать тот факт, что формирование самых первых понятий, таких как “мама”, “семья” или “еда” могут проходить в различных эмоциональных ситуациях: поддержки, отторжения или абсолютной эмоциональной холодности по отношению к ребенку. Не менее важным оказывается окружение и в несколько более поздний период развития, когда начинают формироваться операциональные значения. И здесь взаимодействие с окружающими играет решающую роль. В процессе такого субъективного опыта в памяти человека возникает и закрепляется целый комплекс ассоциаций, обозначаемый в психологии как семантическое наполнение значения, который и становится его семантическим полем. Иначе говоря, в основе смыслового наполнения любого слова лежит эмоциональный опыт ребенка, полученный им в общении со взрослым, и его предметная деятельность” [1, цитата со С.58]. Таким образом, симпраксическое значение явлений (“доязыковое значение явлений”) лежит в основании ментальной репрезентации окружающего мира, а “языковой” образ мира (“языковая картина мира”) имеет “доязыковой” этап своего формирования и существования. Как пишет А.Р.Лурия [10], через некоторое время после появления элементарных, диффузных, “*симпрактических*” слов (примерно в год и шесть месяцев – год и восемь месяцев), ребенок впервые начинает усваивать элементарную морфологию слова. Завершение процесса из симпрактического значения в дифференцированные слова, как элемента сложной кодовой языковой системы происходит в процессе обретения существительным суффикса, т.е. преобразование содержательного предметное значение существительного подвергается в процессе усвоения элементарной морфологии. Данная характеристика процесса обретения словом морфологической дифференцированной формы подчеркнута и отмечает объемный скачок в словаре ребенка, т.к. ранее данный словарь содержал аморфные формы, где слова могли обозначать что угодно. Если ранее ребенку было достаточно выражать многообразие происходящего во внутреннем и внешнем мире с помощью небольшого количества слов, подкрепленными жестами, интонацией, то на этой стадии словарь увеличивается, а объем самого слова сужается. Как пишет Н.С. Пашук: “Происходит усвоение грамматики родного языка и строение слова из симпрактического становится синсемантическим; ребенок оказывается вынужденным обогатить свой словарь, т.е. приобрести другие слова, которые адекватно отражали бы не только предмет, но и качество, действие, отношение” <...> ”До этого периода количество слов, зарегистрированных у ребенка, было порядка 12-15 слов; в это время оно сразу доходит до 60, 80, 150, 200. Этот скачок объема словаря ребенка, который был подробно изучен большим количеством авторов, начиная от В. Штерна, Мак-Карта и кончая Р. Брауном, и объясняется переходом от симпрактической к синсемантической речи.” [13]. Таким образом, ментальная репрезентация внешнего мира и система индивидуальных значений явлений внешнего мира формируется до того, как будут усвоены “общепринятые” значения слов.

Полагаем также, что симпрактическое значение, как доязыковая форма общения может иметь взаимосвязь с архетипическими значениями, как базовыми паттернами нашего отношения к миру и своего поведенческого и личностного проявления в нем. Принимая во внимание тот факт, что “архетипический смысл” - понятие содержащее в своем основании архетип К.Г.Юнга, после проведенного нами анализа литературы мы поддерживаем точку зрения Ю.А. Большаковой, сумевшей свести данное понятие через категориальный аппарат осмысления. Как отмечает сам автор архетип в первую очередь “первообраз”, в связи с тем, что функциональное назначение этого понятия заложено в проецировании чувственно воспринимаемого объекта и, следовательно, его можно соотнести со сферой индивидуально и конкретно-чувственного, образного восприятия - сферой бессознательного. В случае если мы имеем дело с абстрактной осознаваемой формой мышления, как формой “мыслительного образования”, то данную сферу мышления можно соотнести с понятием “концепт” [2].

Интересна точка зрения в философской концепции немецко-американского мыслителя Розенштока-Хюсси, взявшего за отправную точку своей концепции выдвигание вопроса: кому принадлежит “первое слово” языка, и кто в этом случае “имел право” задаться постановкой этого вопроса? Формулируя данный постулат Розеншток-Хюсси подразумевает здесь не просто биологическую возможность, как данность, в издавании звуков, а именно порождение самой речи и языка, как следствия процесса генерирования высказываний (когнитивно-речевой формы выражения собственных осмыслений). По мнению автора “грамматики” в своем упущении породили мнимые формулировки в среде философии языка, впитавшей в себя основополагающую функцию изучения языка и речи в познании и структурах сознания и знания. Розеншток-Хюсси считал язык не просто средством формулирования и передачи информации, а нечто большим, нежели просто орудием человека разумного и прямоходящего - *Homo sapiens* [15]. Также автором отрицалась традиционная философская идея о происхождении языка, провозгласившей концепт о механическом пути сведения вербализации посредством жестов к микромоторике “движения голосовых связок”. Происхождение языка рассматривалось им намного глубже, в поиске искомого, т.к. само “происхождение языка” по мнению Розенштока-Хюсси полноправно заслуживает самостоятельного рассмотрения. В то время, как критикуемые им “грамматики” относят язык к искусственному конструкту (проще говоря формальному выражению мыслительной деятельности). Формальный же язык по мнению мыслителя - это “жанровый язык” создающий условия и возможность заговорить традиционно: “...стать хором, сочинить стихи, прочитать молитву, окрестить ребенка, написать биографию и похоронить отца”, в то время, как язык “повседневности” может быть сведен к жестуляции и мимике, как в случае общения с ребенком, либо простой задаче, разъяснения, к примеру направления, к ближайшей остановке на местности. [15, С.90]. Собственно, эти две направленности и составляют концептуальный взгляд на уровни языкового конструкта, функцией которого выступает речь. Выделение данных уровней позволяет автору отстаивая свое видение утверждать о направленности человеческого языка в сторону того, чего не существует в доисторическом языке, а именно в звучании, издаваемом животными. Автор дает нам возможность взглянуть на язык, как нечто большее, нежели простое орудие обывденного сознания и примитивный свободный материал дающий возможность оформить

реальность в процессе мыслительной деятельности. Розеншток-Хюсси, считает, что “говорить” - это буквально войти в надприродную (мета и сверх-человеческую) сферу мышления и познания с последующим постоянным присутствием в ней. Иначе говоря, это процесс проживания в рамках надприродного (в качестве базового инстинктивного и естественного) образа мышления, которым человек руководствуется и сообщается как с внешним, так и внутренним миром на протяжении всей жизни, в то время, как формальный язык, как все искусственное требует особых усилий и затрат для своего поддержания. Для Розенштока-Хюсси язык “стремится к превращению слушающего в такое существо, которого не было до того, как к нему обратились” [15, с.93]. Как считает Розеншток-Хюсси - такое явление по сути имеет характерное отличие человека от животного, а человеческий язык максимально формален, конкретизирован и грамматически выверен.

Е.А.Молотов высказывает по этому поводу свое мнение, ссылаясь на первоисточник (О. Розеншток-Хюсси), что: “Преследуя цель изменения слушающего, язык только и мог появиться не как орудие, но как язык “рода человеческого”. [12].

Крайнее изречение Молотова указывает на такое явление, как мультипотенциальная организация личностной структуры каждого индивида. В работах автора данной статьи и ранее затрагивалась тема мультипотенциала личности человека и в данной работе она рассматривается сквозь призму ментальной репрезентации личности индивида. Мы полагаем, что освоение данной темы возможно с точки зрения рассмотрения мультипотенциала личности человека, как системы в которой существует ментальная репрезентация внешнего мира, ментальная репрезентация внутреннего мира, ментальная репрезентация Другого, ментальная самопрезентация. Это своего рода ментальная система внутренних координат (внутренний компас), в свою очередь связанных с имеющимся в памяти человека опытом опосредования “этого” - “нашего” мира и записанном в его системе согласно биологическим, физиологическим, психологическим и иным потребностям.

Здесь в качестве примера многообразия воспроизведения ментальной репрезентативности картины мира относительно этнической принадлежности, включающей в себя компонент истории, традиции, своего народа, в том числе в процессе аккультурации возникновения и становления данного этноса, можно указать на произведение датского писателя Питера Хега “Смилла и ее чувство снега”. В книге автор описывает, что снег для Смиллы – прекрасная совершенная часть мира и она чувствует и понимает снег, как никто другой. Чтение следов на снегу, исследование ледяной поверхности земли и айсбергов, видение тончайших нюансов заснеженной природы для героини книги такое же естественное условие, как дыхание для жизнедеятельности любого организма. И это качество присущее Смилле характерно для народности Северных заснеженных широт. [19].

Данный пример и концепция О. Розеншток-Хюсси наиболее ярко отображает то, что мы хотим сообщить в данной статье, а именно, как наше мышление из собирательных образов полученных впечатлений в непрерывном процессе опосредования внутреннего и внешнего мира воспроизводит личностную картину мира, известной также под понятием “ментальная репрезентация”.

Мы понимаем, что “одновременно с формированием значений ребенок знакомится и с этнически обусловленными системами эмоциональных эталонов”

(например, название цветов имеет разную дисперсию в разных языках и культуре) – “нормативных способов выражения отношения к разным явлениям и событиям, выражения понимания состояний другого человека, а также системами сценарных эталонов нормативных образцов поведения в типичных жизненных ситуациях”[1, Цитата со С.59]. И как подчеркивает И.А. Бубнова - главенствующим формирующим фактором выступает окружение со свойственной ему стилистикой общения. Первоочередная роль семьи с ее набором ценностно-смысловых форм, и признаками “эталонных норм эмоционального поведения”, “стиле воспитания”.

Иначе говоря, интеллект — это особая форма организации индивидуального ментального опыта при помощи наличных ментальных структур, обеспечивающих восприятие, хранение, упорядочивание информации, контролирующих и корректирующих интеллектуальную деятельность и формирующих субъективные критерии выбора источника информации и форм ее переработки.

Само же сознание Козлов В.В. определяет, как активную и открытую систему, наполнение которой происходит в процессе самой жизни, где контент наполняемого имеет энергопотенциал, как “открытое пространство энергии, которое наполняет внутреннюю и внешнюю жизнь смыслом, отношением и переживанием...”, здесь же В.В. Козлов подчеркивает, что само сознание в условиях протекания такой процедуры “лишено собственной структуры, оно бескачественно, “пустотно” <...> “Для демонстрации идеи бескачественности, пустотности сознания в психологии давно используется метафора, в которой сознание сравнивается со сценой, где разыгрываются события душевной жизни. Чтобы события могли происходить, нужна сцена, но сама сцена не участвует в них...”, и в том случае, где “участие сцены” сопровождает жизненные процессы, ключевая роль сознания приобретает характер “интенциональной активности” функцией которого является наполнение всего жизненного процесса с его многообразием, включая вопросы “смерти”. [7, с. 98]. Взгляд В.В. Козлова касательно процедуры сознания, в жизни каждого индивида, весьма представительно указывает нам на присутствие “ментальной репрезентации”. Данное обобщение трудно назвать специфическим, ведь именно придерживаясь данной концепции мы способны рассматривать в попытке нахождения ответов на поставленную задачу, как именно формируется и наращивается личностный потенциал, к каким способам прибегает наше сознание в построении “образа картины мира”, и какие механизмы и стратегии мы можем из них извлекать для дальнейшего осмысления. Следующий пример, колоритно описывает сказанное выше.

Широко известный Стэнфордский эксперимент (конец 1960 и начало 1970-х годов: известный под рабочим названием “Зефирный эксперимент”) под руководством Уолтера Мишеля в исследовании “отсроченного удовольствия” получил свое опровержение, на основании того, что сомнительность полученных результатов смутила ученых Нью-Йоркского университета, ввиду малой выборки. Для опровержения “зефирного опыта”, проведенного в 2018г, они увеличили число испытуемых до 900 человек, расширив ареол для своей выборки, включив в нее детей из разных слоев общества. Проведя все “запротоколированные” манипуляции, они пришли к выводу, что умение откладывать удовольствие на потом практически не влияет на успех в жизни человека. Дети разных слоев и с разным семейным достатком,

дождавшихся прихода экспериментатора или неждавшихся награды имеют одинаковые шансы на собственную успешность. Разница между детьми и их реакцией обусловлена жизненной ситуацией: дети из малообеспеченных семей стремятся получать удовольствие сразу, т.к. частые обещания и порой не всегда сдерживаемые ввиду финансовых трудностей родителями, формируют у детей отсутствие доверия другим людям. Наглядной и видимой становится разница таких детей с их “оппонентами” - детьми с высоким уровнем семейного достатка, для которых сдерживание себя не было дискомфортным, в виду того, что гастрономического дефицита дома они никогда не испытывали.

И даже невзирая на то, что на опровержения уже появилось “опровержение опровержения” мы все же хотим указать на еще один любопытный факт, кроме феноменологии раннего самоконтроля, а именно ментальную репрезентацию как феномен сознания и ее влияние на личностный потенциал человека, который, по нашему мнению, имел влияние на выходные данные эксперимента.

Какую же роль, в данном случае могла сыграть ментальная репрезентация человека (во всем множестве ее компонентов: ментальная репрезентация внешнего мира, ментальная самопрезентация, ментальная репрезентация Другого)? В попытке анализа мы обратились к происхождению данного понятия, актуального, изучаемого, вызывающего большой интерес сегодня среди ученых различных психологических областей, в частности: психофизиологов, психолингвистов, сторонников когнитивной психологии, социальных психологов и т.д. Если коротко и обобщенно, то можно привести мнение зарубежного ученого, психолога С.М. Косслина: в его понимании ментальная репрезентация — это “Мысленная репрезентация - описание на функциональном уровне анализа того, как мозг хранит информацию” [8].

Как считают А.В. Брушлинский и Е.А. Сергиенко, одни из соавторов коллективной монографии по исследованию обширного нефикционального материала, охватывающего разносторонние аспекты когнитивных процессов и их производных - когнитивных образований: ментальная репрезентация выражена в “представленности”, “изображении”, “отображении одного в другом или на другое”, это фактически являет собой внутренние структуры, формирующиеся с собственной динамикой в процессе жизни человека, с представленными в них собственной картиной мира, социума и самого себя. [11]. Исходя из данной трактовки понятия “ментальная репрезентация”, видим, что с ее помощью можно получить описание содержания психического отображения внешнего и внутреннего мира, а также понять формат, в котором оно происходит. Важное примечание относительно феномена ментальной репрезентации состоит в том, что с течением времени формы ментальной репрезентации обретают определенную структуру, выраженную следующими уровнями: ассоциативным, оценочным, понятийным и образным.

Здесь стоит сразу учесть тот факт, что формирование данных уровней зависит от важного обстоятельства в жизни каждого новорожденного человека, биологически растущего и социально развивающегося. Мы имеем в виду условия, сопровождающие период раннего детства до полной первичной социализации человека, под которой мы

понимаем возраст развитой самостоятельности (иначе, – возраст, в котором сформированы личная самоадаптивность и асертивность), а также факторы, влияющие на то, каким образом и в каких жизненных условиях будет происходить опыт опосредования внешнего мира в процесс становления личности. Причем процесс становления личности, как мы понимаем, носит пролонгированный характер, – имеет тенденцию и стремление к совершенствованию, а значит, – динамика развития будет наблюдаться на протяжении всей жизни. И все же, как уже было сказано, опыт, приобретенный человеком еще в раннем возрасте, опосредованный в его ментальной репрезентации, является доминантным на протяжении всего жизненного цикла.

Т.Г.Визель, исследуя знаниевый аспект приобретения и распада полученной человеком информации (как интегративной процессуальной части жизненного опыта), рассматривала этот процесс с контекстуальной позиции концепции коннективности. Само же понятие коннективности исследуемо миром ученых в области нейронаук еще с конца прошлого столетия, а с 2009 года Национальным институтом здоровья США была принята концепция коннективности. В своей работе Т.Г.Визель констатирует признанный сегодня факт о том, что на момент рождения у младенца уже сформированы проводящие пути мозга и уже к двум годам эти пути достигают выраженной степени разветвленности, из чего, фактически, следует признание того факта, что новорожденный уже готов к познанию. Однако в тех случаях, когда мы сталкиваемся с патологическим процессом функциональной неполноценности этих проводящих путей, то часть нейронов из разных областей мозга находится в информационном дефиците, либо полностью лишена информации, так необходимой для созревания высших психических функций. Визель подчеркивает, что в самом отягощенном варианте данные связи не получают полного созревания, а в меньшей степени проявления отягощенности, – связи зреют более медленным темпом и в уменьшенном объеме. Вследствие такой формы ребенок не может познать полноценно внешний мир.

При полноценном созревании, путем опосредования в процессе познания нашего мира, ребенок осваивает с помощью родителей (опекунов) окружающий его мир, через зрение, слух, осязание получаемых стимулов внешней среды. Визель подчеркивает, что в случае отсутствия познавательных потребностей через перечисленные выше каналы (например, в случае наличия врожденных особенностей развития тела), а также при отсутствии жизненного интереса (например, в случае наличия врожденных особенностей развития психики), – мы неминуемо сталкиваемся с трагическими последствиями несформированности проводящих путей, в том числе – детским аутизмом, при котором, как утверждают ученые (К. и Г. Маркхам и другие), “проводниковые системы” имеют существенные отличия от принятой нормы.

В ходе исследования в рамках концепции коннективности было обнаружено, что “короткие” связи “проводниковых систем” у детей с РАС гиперактивны, в отличие от “детей нормы”, что, в свою очередь, обуславливает повышенную сенсорную чувствительность таких детей. А ассоциативные – “длинные” – связи в данном случае функционально ослаблены, вследствие чего происходит снижение внимания (недостаточность внимания) к окружающему миру, по типу отрешенности. Таким

образом, нормального развития не происходит, в особенности – в аспекте приобретения большого количества навыков, именуемых Т.Г.Визель *интегративными единицами*, подразделяющимися на поведенческие и когнитивные. [12]. Также автором подчеркивается, что среди вышеперечисленных нарушений проводящих путей возникают не менее трагические исходы имеющие аналогичные механизмы коннективности на стадии созревания и формирования нервной системы человека с последующей утратой необходимых функциональных интеграций (эмбриональные дивергенции). Речь идет о грубой форме нарушения речи - алалии, имеющих отношение к гностико-практическому и языковому уровням речевой системы [3].

Рассматривая такое положение с позиции сенсорной интеграции, по мнению автора “мозговые механизмы сенсорных агностических алалий” являющихся “причинными”, фактически и есть результат такого процесса, в котором необходимым для речи неречевым стимулам, имеющим отношение к правополушарной части мозга, не удалось интегрироваться в “левополушарный акустико-звуковой механизм”. В своем суждении Визель указывает что причиной может выступать “неосвоенность ребенком неречевых звучаний или неполноценность проводниковых путей, по которым они могли бы попасть в левое полушарие. Сенсорные языковые алалии в этом случае могут пониматься как результат неинтегрированности обобщенных образов в обозначающие их слова” [12]. Вышесказанное подводит нас к мысли о том, что в случаях, когда мы имеем дело с нарушением процесса функциональной интеграции (согласно концепции коннективности), не следует отрицать наличие ментальной репрезентации картины мира у людей с нарушениями систем “проводниковых связей” (в данном случае, мы не уделяем внимания тому, вследствие чего эти нарушения произошли). Вслед за множеством мнений ученых, уделяющих внимание изучению связанных с описанными ситуациями феноменов, заключаем, что различные точки зрения сводятся к тому, что данный процесс принципиально когнитивный.

Таким образом мы продолжая исследовать заявленную в статье тему ментальной репрезентации картины мира человека. Приведенный пример выше, в случае, когда мы имеем дело с выраженными нарушениями, указывает нам на наличие ментальной репрезентации человека с ограниченными возможностями здоровья. Так на примере синестезии (о данном феномене уже упоминалось в статье) при которой человек вынужденно испытывает обширную палитру в сфере сенситивного восприятия, по принципу смещения чувств, т.к. получаемые им впечатления жизненноважных процессов протекают в сопровождении определенного раздражителя специфического определенному органу чувств, что вызывает в человеке дополнительные ощущения или образы, как правило характерные для иной модальности, сам же синестет при этом не испытывает дискомфорта, ввиду того, что в процессе опосредования им “этого” - “нашего” мира на начальной стадии развития и взросления, такая форма восприятия была вписана им в его картину мира. Фактически человек принимает ее за норму, не имея в своем когнитивном конструкте восприятия действительности информации о том, чем может являться принятая за абсолют норма.

В постановке вопроса о том, к какой области изучения в психологии можно отнести проблемы, связанные с ментальной репрезентацией, мы опираемся на мнения

исследователей А.В. Брушлинского и Е.А. Сергиенко: “Модель ментальной репрезентации является в сущности вариантом разработки проблемы психического отражения, включающей проблему субъективного образа, но делает упор на познавательном аспекте или когнитивной функции психического” [11].

Различные подходы к рассмотрению ментальной репрезентации дают и разные определения. Такое положение связано прежде всего с тем, что отличительным признаком ментальной репрезентации является сам факт того, что они могут быть рассмотрены и как процесс отображения и представления индивида о мире, и как непосредственно результат описания опыта индивидом относительно имеющейся у него картины мира. [14]. Мнения отечественных и зарубежных экспертов, исследующих ментальную репрезентацию в рамках когнитивной психологии, сводятся к схожим осмыслениям данного понятия: внутренние структуры, вмещающие картину мира, общества и себя самого, сформированную опытным путем в процессе жизни человека, могут быть сведены к “когнитивному аспекту субъективного отображения объективной реальности, описывающему формат психического”.

Зарубежная психология, оперируя понятием “ментальная репрезентация” связывает ее с такими понятиями как “схема”, “ментальная модель”, “ментальный процесс”. В.А. Степашкина в изучении “соотношения концептов “Ментальной репрезентации” и “Образа мира” в психологии” приводит доводы о корреляции между понятиями “схема”, “ментальная модель” и “ментальный процесс” с опорой на труды деятелей психологии в попытке нахождения отличительных признаков и их взаимосвязи относительно друг друга. [18].

А.О. Прохоров исследуя “Ментальные репрезентации психических состояний” пишет о том, что в представлениях о ментальной репрезентации существуют два основных подхода: первый концентрируется на динамическом аспекте ментальной репрезентации, ее процессуальности в аспекте когнитивных функций.

С опорой на исследуемые труды западных представителей, по мнению Прохорова: “В рамках данного подхода ключевыми вопросами являются: переработка информации (каким образом что-то перерабатывается), кодирование-декодирование, изучение механизмов репрезентации через исследование мыслительных процессов, внимания, памяти, времени реакции, выявление общих и возрастных закономерностей формирования ментальных репрезентаций (Ришар, 1998; Blatt, Auerbach, Levy, 1997; Cohen, Sasaki, German, 2015; Cooper, 1990; Geller, Farber, Schaffer, 2010; Kemp, 1998; Lukowitsky, Pincus, 2011; и др.)”. Второй подход связан с представлениями о структурной стороне ментальных репрезентаций, и его представители изучают системы “внутренних структур, формирующихся в процессе жизни человека, в которых представлена сложившаяся у него картина мира, социума и самого себя. Данная парадигма ментальной репрезентации характерна для ряда отечественных и зарубежных работ. Она позволяет рассмотреть организацию и содержание вербальных и образных представлений человека (Брушлинский, Сергиенко, 1998; Кубрякова, Демьянков, 2007; Bascoe, Davies, Sturge, 2009; Lotto, Rubaltelli, Rumiati, Savadori, 2006; Savadori, Nicotra, Rumiati, Tamborini, 2001; и др.)”. [14].



Е.С. Кубрякова и В.З. Демьянков [9], исследуя проблемы ментальной репрезентации, указывают на различие представлений разных поколений когнитологов, выявляя при этом проблематику определения самой терминологии, включая ее ролевой аспект в системе мышления. Ученые сочли, что для когнитологов первого поколения важен вопрос интереса к “природе знания как такового и к сущности разнообразных мыслительных процессов”, возникновение и использование которых за счет когнитивных способов, принимающих участие в самих процессах, обуславливается вызванным интересом в тот период времени (1990-е гг.) в области когнитивной психологии, когнитивной лингвистики и развитию искусственного интеллекта. Таким образом, данный подход подразумевает рассмотрение понятия ментальной репрезентации в контексте системы представлений человека о мире, социуме и самом себе (как внутренней когнитивной структуры), в сочетании с местом представлений о каком-либо отдельном объекте в этой системе.

О.И. Кильченко исследуя “ментальную репрезентацию” через аспект психологических терминов утверждает, что “... познание субъектом психических феноменов (их отражение, осознание, понимание) в самом себе и в другом человеке опосредуется системой индивидуальных значений, разные формы существования которых (слово, образ, действие) выступают одновременно и средствами отображения явлений психики”. Кильченко указывает на важное обстоятельство, при котором психическое восприятие ментальной репрезентации субъектом в моменте зависимо от психической актуальной реальности в сознании субъекта. Иными словами, ментальная репрезентация выражается для каждого человека собственными смысловыми (семантическими) значениями в виде различных символов многообразных форм их проявления. Схожесть символизма у людей в содержании семантических значений (единиц) способствует более комфортному восприятию информации и взаимопониманию между людьми. Несмотря на то, что Е.Ю. Артемьевой рассмотрена проблема “значеической репрезентации” Кильченко утверждает, что, проанализировав различные источники изучающие и исследующие сегодня в поле психосемантического содержания расхождения между значением и содержанием репрезентативности ментального характера целостного подтверждения и описания семантических возможностей и “средств отображения психической реальности” мир еще не имеет. [6].

Последующий анализ имеющихся источников по теме исследования “ментальной репрезентации” таких авторов как: А.Э. Цымбалюк. 2011; Н.И. Чуприкова, 1997; Ю.Г. Панюкова, 2004 и др., сходятся в едином мнении о том, что в процессе жизни индивид на основе собственной перцепции строит некоторые представления о мире, которые структурируются в виде определенной модели, таким образом человек выстраивает собственные представления о окружающей действительности с ориентацией на собственный внутренний мир психики и опыт индивидуального характера, фактически психически отражая то, что воспринимается им как внутри, так и извне. Важно подчеркнуть в этой связи, что индивидуальный опыт человека в процессе его развития обогащается и поэтому ментальные репрезентации меняются с различными новыми образованиями в личности. Если взять одного и того же человека для исследований, то можно будет обнаружить, что представления человека о мире в виде собственной

модели будет отличаться на разных возрастных этапах его жизни. Однако следует отметить, что на особенности ментальной репрезентации, безусловно, влияют люди референтной группы, воздействующие на личность в целом в процессе ее социализации в обществе. Подобное объясняется тем, что личность с самого рождения находится под влиянием социума, которого ей не избежать, чтобы развиваться, так, как только в нем и с помощью него, а точнее других людей, происходит отражение собственного внутреннего мира психики человека. Познавая и себя и мир, возможно при взаимодействии с окружающими людьми, которые и учат в младенчестве, а затем и сопровождают всю оставшуюся жизнь, помогают увидеть происходящие события “чужими глазами”.

Подводя черту, изложенному выше, исследуя заявленную в тему мы можем выделить наиболее характерные особенности и аспекты ментальной репрезентации человека в ее влиянии на личностный потенциал:

1. Образ мира влияет на личностный потенциал: обуславливает действия и поведение, в том числе – и деятельность по саморазвитию

2. “Ментальная репрезентация”, в различных источниках, соотнесена, с когнитивным аспектом субъективного отображения объективной реальности, описывающей содержание и формат психического.

3. Большинство исследователей по настоящее время рассматривают ментальную репрезентацию с точки зрения когнитивного подхода, а именно, как некую парадигму, посредством которой мы получаем возможность исследования взаимодействия человека (людей) с окружающим миром избирательным путем: с учетом направленности и предпочтений субъекта к различного рода аспектам этого взаимодействия (где выбор аспекта происходит с учетом субъективной оценки самого субъекта) [11].

4. Учеными выделены области изучения и применения “ментальной репрезентации”: в решении познавательных задач, область памяти и ее проблемные аспекты, по части внимания, как важной составляющей высших психических функций, вопросы носящие перцептивный характер.

5. В рамках когнитивного подхода просматривается перспективность изучения данной феноменологии в контексте изучения простых жизненных задач, ситуаций (обыденного характера), нахождения решения жизненных целей. (Б.М. Величковский [4]).

6. В перспективах изучения ментальных репрезентаций рассматриваются такие объекты, как пространство и время (М.Н Семенова [17]), с целью организации единой модели ментальной репрезентации, хронотопа, с учетом вербализации и невербальных составляющих ее компонентов.

7. Человек помнит состояния, которые переживал в прошлом, и всегда идентифицирует с ними свое актуальное состояние и состояние другого человека. Он также способен прогнозировать психическое состояние, которое может возникнуть в той или иной ситуации, и регулировать актуальные состояния, стремясь к желаемому, т.е. его субъективный опыт содержит структурированные характеристики состояний,

которые могут актуализироваться, отображаясь в актуальном времени. Это особый вид репрезентации того, чему нет соответствия в объективном предметном мире [14].

8. Полагаем, освоение темы ментальной репрезентации картины мира возможно с учетом мультипотенциала личности человека, в связи с определенной сложившейся системой в которой существует ментальная репрезентация внешнего мира, ментальная репрезентация внутреннего мира, ментальная репрезентация Другого, ментальная самопрезентация.

### *Литература:*

1. Бубнова И.А. Индивидуальный “образ мира” как объект психолингвистического анализа // Язык, сознание, коммуникация: Сб. статей / Отв. ред. В. В. Красных, А. И. Изотов. – М.: МАКС Пресс, 2012. – Вып. 45. – С.57-69
2. Большакова, А. Ю. Теория архетипа и концептология / А. Ю. Большакова // Культурологический журнал. -2012. - № 1(7).
3. Визель Т.Г. Приобретение и распад речи [Текст] монография/Т.Г. Визель - Барнаул: АлтГПУ, 2016. - 289с.
4. Величковский, Б. М. Когнитивная наука: Основы психологии познания [Текст] : в 2 т. Т. 2 / Б. М. Величковский. - М. : Смысл : Издательский центр «Академия», 2006. - 432 с.
5. Инновационные методы диагностики, профилактики и коррекции нарушений развития детей и подростков. – М.: Издательство "Московский институт психоанализа", под редакцией Визель Т.Г., Кулешова Э.В., Усанова О.Н., - 2023. – 540с., С. 368 -376
6. Кильченко О.И. Ментальная репрезентация психологических терминов : дис. . канд. психол. наук. Пермь, 2003. - 227 с. с. 4
7. Козлов В.В. Интегративная психология: Пути духовного поиска или освещение повседневности. – М.: Психотерапия, 2007. – 528с. С. 98
8. Кослин С.М. Мысленные образы // Когнитивная психология: история и современность. Хрестоматия; пер. с англ.; под ред. М. Фаликмана и В. Спиридонова. - М.: Ломоносовъ, 2011. - С. 97-109.
9. Кубрякова Е.С., Демьянков В.З. К проблемам ментальных репрезентаций // Вопросы когнитивной лингвистики. 2007. №4.
10. Лурия А.Р. Язык и сознание / Под ред. Е.Д. омской. 2-е изд. – М.: Изд-во МГУ, 1998. – 336 с.
11. Ментальная репрезентация: динамика и структура. - М.: Издательство "Институт психологии РАН", под редакцией Смирнова Л.Н., - 1998. - 320 с.
12. Молодов Евгений Альбертович В философской концепции Ойгена Розенштока-Хюсси // Преподаватель XXI век. 2009. №4-1.
13. Пашук Н. С. Психология речи. Мн., Изд-во МИУ, 2010
14. Прохоров А.О. Ментальные репрезентации психических состояний: теоретические и экспериментальные аспекты // Познание и переживание. 2021. Том 2. №2. С. 28–52.
15. Розеншток-Хюсси О. Избранное: Язык рода человеческого. Пер. с нем. и англ. — М.; СПб.: Центр гуманитарных инициатив, 2024, - 610 с.

16. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – Составители, авторы комментариев и послесловия А.В.Брушлинский, К.А.Абульханова-Славская. – СПб: Издательство "Питер", 2000. – 712 с.
17. Семенова М.Н. Ментальные репрезентации времени и пространства: - дис. ... канд психол. наук. – Екатеринбург, 2008
18. Степашкина В.А. Соотношение концептов «Ментальная репрезентация» и «Образ мира» в психологии // Общество: социология, психология, педагогика. 2016. №12.
19. Хёг Питер. Смилла и ее чувство снега. Пер. с англ. Краснова Е.В. - М.: Симпозиум, 2022, - 560 с.

**Белан Е.А.**

### **КАНТОВСКАЯ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ АКТИВНОСТИ СОЗНАНИЯ КАК УСЛОВИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СУБЪЕКТА: МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ**

**Аннотация.** Активность сознания, в понимании И. Канта, выступает как необходимое условие познавательной деятельности мыслящего субъекта, что существенно расширяет его возможности в процессе интериоризации эмпирического опыта. Постепенно восходя от чувственного созерцания через рассудочные формы упорядочивания опыта, активность как исходное положение познания, в разуме достигает высшего представления о целом и цели самого познания.

**Ключевые слова.** Субъект, активность сознания, познавательная деятельность, чувственное созерцание, мышление, внутренний мир.

**Abstract.** In Kant's understanding, the activity of consciousness is a necessary condition for cognitive activity of thinking subject, which significantly expands its abilities in the process of absorbing empirical experience. Through sensory contemplation and rational forms of organizing experience, activity gradually leads to the highest idea and purpose of knowledge in the mind.

**Keywords:** subject, activity of consciousness, cognitive ability, sensory contemplation, thought, inner world.

Философские взгляды И. Канта имеют важное методологическое значение для понимания внутреннего мира субъекта, а следовательно, могут выступать методологическим основанием для понимания психических процессов и явлений. Один из ведущих методологов современной психологии, профессор В.А. Мазиллов, анализируя труды И. Канта, отмечает: «...влияние кантовских трудов было многоплановым и гетерохронным, наследие Канта сохраняет актуальность и эвристичность для современной психологии. Он изменил наши представления о человеке, сознании, познании, поведении, игре, творчестве – практически обо всем, что интересовало психологию раньше и занимает научную психологию сегодня в XXI столетии» [Мазиллов, 2024, с. 148].

Качественное переосмысление роли субъекта в отношении к окружающему миру – отличительная черта философской системы И. Канта, которую он сам определял как «коперниканский переворот». Неотъемлемое качество субъекта – активность, проявляющаяся в познании, мышлении и созидании действительности. По мнению А.В. Гулыги, идея активности субъекта выступает «главным философским достижением И. Канта» [Гулыга, 1987, с. 12], поскольку активность субъекта у Канта охватывает все сферы жизни. Тем самым, идея активности в немецкой классической философии и, прежде всего – в философии И. Канта – приобретает новый статус и становится базовым принципом организации бытия и жизнедеятельности.

Возможности активного мыслящего субъекта расширяются – он становится способным не только познавать и изменять окружающий мир, но и создавать действительность, «предмет, который познается индивидуальным субъектом» [Бакрадзе, 1981].

Мышление – основная форма активности субъекта, посредством которой объект получает основания в субъекте. Это выражается в системе организации всех объектов реальности в единый логический порядок, т.е. «порядок и регулярность природных объектов имеет источником мыслящий субъект» [Реале, Антисери, 1996, с. 642]. Закономерность действительности тем самым задается именно субъектом, и прежде всего – трансцендентальным субъектом, который по мнению К.С. Бакрадзе, способен порождать, логическую идею, конститутивную для действительности. Именно эта активность субъекта, направленная на объекты, и позволяет ему создавать действительность, «поскольку действительность есть закономерность» [Бакрадзе, 1981]. Изначально неясно, каков порядок существует в эмпирическом мире и существует ли он. Субъект противопоставлен объекту с единственной целью – создать порядок из хаоса, придать осмысленность существованию. Другого мира мы не знаем, кроме того, который явлен нам через логическую упорядоченность трансцендентального субъекта. Согласно К.А. Сергееву и Я.А. Слинину, трансцендентальный субъект Канта «наделяется активной способностью оформлять эмпирический хаос в мир объектов, т.е. в сферу феноменов, доступных научному познанию» [Сергеев, Слинин, 1999].

Процесс познания окружающего мира становится принципиально новым: субъект не воспринимает воздействие объектов, а сам организует объекты в соответствии со своими законами. Субъект теперь мыслится не пассивно принимающим внешнюю информацию, а активно выстраивающим закономерности организации мира. Не субъект перестраивается соответственно требованиям внешних воздействий, а сам объект, «приспосабливаясь, становится познаваемым по законам субъекта» [Реале, Антисери, 1996, с. 636]. Примечательно, что И. Кант специально уточняет первичность субъекта по отношению к объекту в процессе познания: «Многообразное [содержание] представлений может быть дано только в чувственном созерцании, т.е. в созерцании, которое есть не что иное, как восприимчивость, и форма его может а priori заключаться в нашей способности представления, будучи, однако, лишь способом, которым подвергается воздействию субъект. Но связь (*conjunctio*)

многообразного вообще никогда не может быть воспринята нами через чувства и, следовательно, не может также содержаться в чистой форме чувственного созерцания, ведь она есть акт спонтанности способности представления, а так как эту способность в отличие от чувственности надо называть рассудком, то всякая связь – сознаем ли мы ее или нет, будет ли она связью многообразного в созерцании или в различных понятиях и будет ли созерцание чувственным или нечувственным – есть действие рассудка, которое мы обозначаем общим названием синтеза, чтобы этим также отметить, что *мы ничего не можем представить себе связанным в объекте, чего прежде не связали сами...* среди всех представлений *связь есть единственное, которое не дается объектом, а может быть создано только самим субъектом, ибо оно есть акт его самодеятельности»* (курсив мой – **Е.Б.**) [Кант, 2006, с. 126–127]. Таким образом, принципом познания становится не реактивность, а собственно активность субъекта.

Значение этой идеи И. Канта трудно переоценить – она объясняет любую творческую активность мышления, объясняет саму причину познания. Не бывает реактивного мышления – мышление всегда активно, первично по отношению к объекту. Не бывает беспредметного мышления – мышление всегда направлено на объект, оно предшествует объекту, различает главное и второстепенное в объекте. Исключая активность мышления, мы исключаем возможность самого мышления, поскольку невозможно заставить мыслить извне.

Познание эмпирического субъекта осуществимо, только если он соотносится с трансцендентальным сознанием, т.е. «познающий субъект как индивид “повторяет” трансцендентальное сознание» [Бакрадзе, 1981]. Кант выражает объективное условие всякого познания через синтетическое единство сознания [Кант, 2006, с. 132]. Однако для эмпирического субъекта в процессе познания выявляются некоторые особенности. Так, возникает вопрос об опыте, с которого, как с воздействия предметов на органы чувств, согласно И. Канту, начинается любое познание [Кант, 2006, с. 41]. Опыт как бы ставит эмпирического субъекта перед фактом существования предметов, и в этот момент активность эмпирического субъекта становится созерцанием, т.е. пассивностью.

В процессе познания, осуществляемом эмпирическим субъектом, присутствуют и активные, и пассивные составляющие. Данность предмета в чувственном восприятии составляет пассивный аспект познания: «Созерцание имеет место, только если нам дается предмет; а это в свою очередь возможно, по крайней мере для нас, людей, лишь благодаря тому, что предмет некоторым образом воздействует на нашу душу» [Кант, 2006, с. 63].

Как поясняет В.В. Васильев, у Канта «чувственность есть способность созерцания вследствие внешних воздействий (этим она отличается от интеллектуального созерцания). Пассивность чувственности обуславливает отнесение ее Кантом к низшим способностям души» [Васильев, 2000].

Однако пассивность чувственного восприятия весьма относительна: чувственность имеет свои определённые функции, посредством которых хаотические восприятия упорядочиваются. По мнению К.С. Бакрадзе,

«деятельностью априорных форм чувственности многообразие впечатлений упорядочивается во времени и пространстве»; в свою очередь «время и пространство – не готовые формы, а результат деятельности “души”» [Бакрадзе, 1981].

Пространство как априорная форма – необходимое условие возникновения внешнего опыта, условие возможности явлений. Пространство, согласно И. Канту, «в существе своем едино», бесконечно, «все части бесконечного пространства существуют одновременно». Согласно И. Канту, пространство имеет характеристику «трансцендентальной идеальности» [Кант, 2006, с. 70], «кроме пространства, нет ни одного другого субъективного и относящегося к чему-то внешнему представления, которое могло бы считаться a priori объективным» [Кант, 2006, с. 70], и именно поэтому в пространстве как априорной форме чувственности имманентно заложена активность познания эмпирического субъекта.

Время также выступает как необходимое априорное представление, в котором, по Канту, «возможна вся действительность явлений». Последовательность явлений, возникающих во времени, даёт возможность созерцающему субъекту познавать целостную картину мира, а также изменения и развитие этих явлений, т.е. наблюдать их динамику, что в свою очередь свидетельствует об активности познания [Кант, 2006, с. 73].

Следующей способностью познания И. Кант называет воображение, которое носит более активный характер по сравнению с чувственностью. По определению мыслителя, «воображение занимает промежуточное положение между чувственностью и рассудком. Это активная, но чувственная по форме способность» [Васильев, 2000]. Воображение может быть рассмотрено как «деятельное начало в интеллекте» [Гулыга, 2001, с. 60]. Воображение делает возможным трансцендентальный синтез, осуществляемый рассудком в процессе познания многообразных явлений.

Если активность чувственного созерцания не вполне очевидна, то активность такой познавательной способности, как рассудок, утверждается Кантом однозначно [Кант, 2006].

В процессе мышления, согласно рассуждениям немецкого философа, происходит соотнесение данного созерцания к предмету [Кант, 2006, с. 243]. Кроме того, рассудок и сам может «производить представления, т.е. реализовать спонтанность познания [Кант, 2006, с. 90–91]. Как указывает В.В. Васильев, «рассудок – одна из высших познавательных сил. Он олицетворяет активность познавательных способностей» [Васильев, 2000].

В процессе возникновения знания особо акцентируется момент активного начала. Так, рассудок способен не только формировать понятия, но и оказывать воздействие на внутреннее чувство, посредством чего и возникает целостное знание [Кант, 2006, с. 142–144]. Признание основополагающей роли рассудочных схем [Кант, 2006] в процессе познания делает этот процесс ещё более зависимым от характеристик индивидуального субъекта познания.

Высшей познавательной способностью И. Кант считает разум, который «есть способность создавать единство правил рассудка по принципам» [Кант,

2006, с. 280]. Разум, следовательно, осуществляет регулятивный принцип организации познания, состоящий в том, «чтобы разум рассматривал все связи в мире так, как если бы они возникали из вседвоящей необходимой причины, дабы обосновывать на ней правило систематического и по всеобщим законам необходимого единства в объяснении этих связей» [Кант, 2006, с. 470]. В силу этого регулятивный принцип становится конститутивным [Кант, 2006, с. 471]. В разуме активность как исходное положение познания получает относительно завершённую форму: разум имеет высшее представление о целом и знает цель самого познания. Разум не теряет активности как присущего ему свойства субъекта, но дальнейшая реализация познавательной функции спекулятивного разума становится невозможной. Таким образом, активность спекулятивного разума оказывается незавершённой и переходит в другую область самореализации – в область практического разума.

Зависимость познания от субъективных характеристик эмпирического субъекта привело И. Канта к понятию «вещи-в-себе», которая по своей сути «противоположна явлению, как тому, что с формальной стороны всецело определяется субъективными условиями чувственности» [Васильев, 2000]. Возникает парадокс – активность эмпирического субъекта создает действительность, но только в форме «вещей-в-себе», навсегда разрушая логические границы субъекта и объекта. То, что субъект понимает как объект, не определяется им с достоверностью как таковой, поскольку истинные его характеристики ограничены недостоверностью чувственного восприятия, а вне эмпирического опыта разум оказывается беспомощным в определении оснований действительности.

В акте познания трансцендентальный субъект познаёт созданные им самим закономерности организации природы. Тем самым познание внешнего является не чем иным, как познанием собственной внутренней природы, т.е. познание трансцендентального субъекта является одновременно и самопознанием. Однако, этот факт заставляет задуматься о сложности определения критериев для разделения объективных и субъективных оснований полученных в результате познавательной деятельности продуктов сознания. Проще говоря, здесь мы сталкиваемся с фундаментальной методологической проблемой психологии – совпадением субъекта и объекта в организации процесса научного познания. Перенесение акцента активности сознания в область субъекта формально лишает внешний мир (объект) самостоятельности. Если в таком контексте продолжать утверждать принцип самостоятельности и независимости объекта, то он автоматически превращается в «вещь-в-себе» – тем самым актуализируется проблема аподиктичности психологического знания (более подробно это обсуждается в статье В.В. Балановского – см.: [Балановский В.В., 2016]).

Существование «вещи-в-себе» как таковой не снимает активности как основной характеристики познавательного процесса. Тем не менее, возникает момент сомнения в целесообразности такой активности: цель познания для эмпирического субъекта достигается частично, следовательно, его активность выступает как несовершенная. Действительно, понимание активности



становится противоречивым: с одной стороны, активность положена в основу познания, т.е. выступает как абсолютная характеристика, вне которой сам процесс невозможен; с другой – остаётся не до конца известным, достигнута ли цель познания – истина, следовательно, активность субъекта не может быть признана абсолютно эффективной.

В качестве методологического основания психологии указанная проблема, условно определенная как «невозможность точного дифференцирования субъекта и объекта научного познания», может быть переосмыслена в позитивном ключе. Обратимся к рассуждениям В.А. Мазилова. Он пишет: «В контексте наших рассуждений внутренние условия представляются не неким мистическим амортизатором, преломляющим внешние воздействия, в качестве внутренних условий выступают вполне определенные компоненты и уровни архитектоники внутреннего мира, имеющего уровневый характер. Внешние воздействия будут понятны после того, как мы выявим и исследуем детально систему внутренних связей, т. е. связей в пределах самого внутреннего мира. Очевидна первоочередность решения именно этих задач. Как ясно из вышеизложенного, внутри предмета – внутреннего мира – возможно использование причинно-следственного объяснения, которое в этом случае имеет абсолютно нередуктивный характер. Именно оно способно дать точные и определенные ответы» [Мазилов, 2023, с. 31]. Совершенно очевидно, что активность сознания как интенция проецирует (условно) структуру внутреннего мира личности вовне и, тем самым, организует и объясняет объективные основания, *не делая* их субъективными. Тем самым возникающее первично представление о размывании логических границ между субъектом и объектом, вследствие чего психологическое знание кажется утратившем доказательность, оказывается не вполне состоятельным. Активность сознания мыслящего субъекта не поглощает объект, не противопоставляется ему, а реализует возможность его системного объяснения, поскольку архитектоника внутреннего мира представляет собой именно систему. На этот факт обращает внимание В.А. Мазилов, цитируя положение И. Канта о необходимости предварения частей контурами целого [Мазилов, 2024]. Это согласуется с определением души И. Канта: «Я, как мыслящее существо, емь предмет внутреннего чувства и называюсь душой; то, что есть предмет внешних чувств, называется телом. Поэтому термин Я, как мыслящее существо, обозначает уже предмет психологии, которая может называться рациональной психологией...» [Кант, 2006, с. 306–307]. Душа признается И. Кантом субстанцией, обладающей существенными характеристиками, из которых выстраиваются все необходимые психологические понятия – «понятия чистой психологии исключительно путем сочетания их, без всякой примеси других принципов» [Кант, 2006, с. 309]. Кант пишет: «Как предмет одного лишь внутреннего чувства эта субстанция дает понятие нематериальности; как простая субстанция – понятие неразрушимости; тождество ее как интеллектуальной субстанции дает [понятие] личности; все они вместе дают [понятие] духовности; отношение к предметам в пространстве дает общение с телами; следовательно, чистая психология представляет мыслящую субстанцию как принцип жизни в материи...» [Кант, 2006, с. 309]. Очевидна

содержательная конгруэнтность кантовского понимания души логике внутреннего мира человека. Несмотря на критическое отношение И. Канта к сущностным основаниям научной психологии, в том числе и рациональной психологии (подробнее см. : [Кант, 2006, с. 309–324], отметим, что на наш взгляд, оно обусловлено метафизическим методом Канта (эти логические противоречия в основании научной психологии, называемые Кантом «паралогизмами», удалось в большей степени, как нам представляется, преодолеть Гегелю в «Феноменологии духа» [Гегель, 2000]). С учетом этого вполне можно расценивать рассуждения И. Канта как определенные методологические ориентиры для построения системы научной психологии.

Проблематика активности сознания в методологическом аспекте имеет значение также в контексте реализации актуальной сегодня идеи интеграции психологического знания, достижения если не методологического единства, то, по крайней мере – методологической однозначности в понимании явлений и процессов психической реальности. Как утверждает В.В. Козлов, «интегративная психология обращается к основам существования человека, а именно к созидающему качеству сознания, конституирующему личностное бытие и всегда предшествующему научному объяснению» [Козлов, 2023, с. 47].

Таким образом, идея И. Канта об определяющей роли активности сознания в познавательной деятельности субъекта, воплощенная через признание объяснительного потенциала понимания внутреннего мира субъекта как предмета научной психологии может служить основой для следующих этапов переосмысления и интеграции методологических основ психологической науки.

### **Библиографический список**

1. Бакрадзе К.С. Проблема диалектики в немецком идеализме // Избр. философские тр. – Тбилиси: Изд-во Тбилисского университета, 1981. Т. 1. С. 27–241. URL: <http://www.psylib.org.ua>.
2. Балановский В.В. И. Кант и К.Г. Юнг о невозможности научной психологии // История философии. – 2016. Т. 21. – № 2. – С. 20–34.
3. Васильев В.В. Термины кантовской философии. 2000. URL: <http://rodon.org/vvv/tkf.htm>.
4. Гегель Г.В.Ф. Феноменология духа. – М.: Наука, 2000. – 495 с.
5. Гулыга А.В. (вводная статья) // Шеллинг Ф.В.Й. Сочинения: в 2 т. – М.: Мысль, 1987. Т. 1.
6. Гулыга А.В. Немецкая классическая философия. – М.: Рольф, 2001. URL: <http://www.koob.ru>.
7. Кант И. Критика чистого разума. – М.: ООО «Издательство «Эксмо», 2006. – 736 с.
8. Козлов В.В. Прикладные аспекты интеграции в психологии // Интеграция в психологии: теория, методология, практика: сб. научных материалов VI Всероссийской конференции с международным участием, Ярославль, 31 мая 2023 года. – Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2023. – С. 45–48.

9. Мазиллов В.А. «Психология как наука» и/или «психологические исследования»: перспективы и возможные риски // Методология современной психологии. – 2024. – № 22. – С. 224–239.

10. Мазиллов В.А. Иммануил Кант и развитие психологии // Ярославский педагогический вестник. – 2024. – № 3(138). – С. 139–150.

11. Мазиллов В.А. Предмет психологии, психологическое знание и объяснение // Психологическое знание: стадии исследовательского процесса: сб. ст. / отв. ред.: А.Л. Журавлев, Д.В. Ушаков, А.В. Юревич. – М.: Институт психологии РАН, 2023. – С. 11–35.

12. Реале Дж., Антисери Д. Западная философия от истоков до наших дней. Т.3. Новое время. – СПб.: Петрополис, 1996. – 736 с.

13. Сергеев К.А., Слинин Я.А. Феноменология духа Гегеля как наука об опыте сознания // Гегель Г.В.Ф. Система наук. Часть 1. Феноменология духа. – СПб.: Наука, 1999. URL: <http://filosof.historic.ru>.

**Вайсман С.Е.**

## **РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ С ПОМОЩЬЮ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

### **Аннотация**

Достижения современных технологий предлагает человеку все больше возможностей для саморазвития. Стрессоустойчивость, креативное мышление, повышение адаптивных качеств, многие другие качества и психические функции сегодня можно развивать с помощью прикладных инструментов.

The achievements of modern technologies offer a person more and more opportunities for self-development. Stress resistance, creative thinking, increasing adaptive qualities, and many other qualities and mental functions can be developed today with the help of applied tools.

### **Ключевые слова**

Технологии, психология личности, развитие личности, психические функции, саморазвитие.

Technologies, personality psychology, personality development, mental functions, self-development.

Современные технологии играют важную роль в развитии личности, предлагая беспрецедентные возможности для самосовершенствования, обучения и личностного роста. В последние десятилетия прогресс в области информационных технологий и интернета изменил наш мир и наше восприятие самих себя. Технологии стали неотъемлемой частью повседневной жизни, и их влияние на развитие личности заслуживает особого внимания.

Понятие личности охватывает множество аспектов, включая самосознание, самооценку, социальные навыки, мотивацию и способность к адаптации.

Развитие личности предполагает непрерывный процесс изменений и совершенствования этих аспектов. Современные технологии предоставляют инструменты и ресурсы, которые могут значительно ускорить и облегчить этот процесс.

Одним из ключевых аспектов развития личности является саморазвитие, которое включает в себя изучение новых навыков, развитие самосознания и повышение самооценки. Современные технологии предлагают множество способов для достижения этих целей. Онлайн-образование стало одним из наиболее значимых достижений современных технологий. Существующие сегодня образовательные платформы предоставляют доступ к курсам от ведущих университетов и экспертов со всего мира. Это позволяет людям развивать свои знания и навыки в различных областях, не выходя из дома. Более того, многие из этих платформ предлагают интерактивные курсы, которые включают в себя практические задания, тесты и проекты, способствующие глубокому усвоению материала.

Помимо этого, существует множество мобильных приложений, предназначенных для саморазвития. Приложения для медитации и осознанности помогают развивать самосознание и стрессоустойчивость. Приложения для обучения языкам позволяют освоить новые языки в удобном для пользователя темпе. Приложения для тайм-менеджмента и планирования задач помогают улучшить организационные навыки и повысить продуктивность.

Социальные сети и онлайн-сообщества также играют важную роль в развитии личности. Общение онлайн позволяет устанавливать профессиональные связи и создавать тематические группы, находить менторов, которые могут помочь в карьерном росте и личностном развитии. Форумы и сообщества по интересам, специализированные группы предоставляют возможность обсуждать интересующие темы, обмениваться опытом и получать поддержку от единомышленников.

Хотя технологии предоставляют множество возможностей для саморазвития, они также могут оказывать негативное влияние на психологическое благополучие. Важно понимать, как использовать технологии таким образом, чтобы они способствовали развитию личности, а не ухудшали психологическое состояние.

Использование технологий без контроля и необходимости может привести к повышенному уровню стресса и развитию зависимости. Постоянное использование социальных сетей, например, может вызывать чувство тревоги и зависти, так как пользователи сравнивают свою жизнь с идеализированными образами, представленными в интернете. Кроме того, чрезмерное время, проводимое за экраном, может негативно сказаться на физическом здоровье и качестве сна.

Для того чтобы технологии способствовали развитию личности, важно установить баланс между использованием цифровых устройств и реальной жизнью. Осознанное использование технологий включает в себя регулярные перерывы, ограничение времени, проводимого в социальных сетях, и выбор качественного контента. Также полезно развивать навыки цифрового детокса,

которые помогают временно отказаться от использования технологий и сосредоточиться на физических и эмоциональных потребностях.

Современные технологии предоставляют новые возможности для психотерапии и психологической поддержки. Онлайн-консультации с психологами и психотерапевтами стали доступными благодаря современным сервисам, которые позволяют получать профессиональную помощь в удобное для пользователя время, что особенно важно для людей, испытывающих трудности с посещением офлайн-встреч.

Искусственный интеллект (ИИ) становится все более важным инструментом в развитии личности. Применение ИИ в различных областях, таких как обучение, психология и самопознание, открывает новые горизонты для саморазвития. ИИ позволяет создавать персонализированные образовательные программы, адаптированные к индивидуальным потребностям и способностям каждого учащегося. Такие системы, как системы адаптивного обучения, анализируют прогресс учащегося и предлагают материалы и задания, которые наиболее эффективно способствуют его развитию. Это позволяет более эффективно усваивать знания и развивать навыки, что способствует личностному росту. Технологии будущего ИИ обещают совершить революцию в социальном взаимодействии людей, способов и возможностей обучения, получении и обработке информации, саморазвития. ИИ также может использоваться для анализа данных о поведении и эмоциональном состоянии человека, что помогает лучше понять себя и свои потребности. Например, приложения для отслеживания настроения и активности, качества сна и тренировок, собирают данные о физических и эмоциональных показателях пользователя, что позволяет выявлять закономерности и предпринимать меры для улучшения благополучия.

Современные технологии предоставляют множество возможностей для саморазвития, но важно не забывать о значимости реальных межличностных отношений и взаимодействий. Личностное развитие должно включать в себя как использование цифровых инструментов, так и активное участие в реальной жизни, общение с людьми и участие в общественных мероприятиях.

Впервые в полной мере человечество ощутило значимость социальных контактов в период пандемии коронавирусной инфекции в 2020 году, когда закрывались целые города и страны, изолировались люди в своих домах, лишались живого контакта, работы, свободы передвижения. Именно тогда актуальность современных технологий, связанных с общением, учебой, саморазвитием вышла на первый план. В постковидный период, когда выяснили связь последствий заболевания коронавирусной инфекцией на снижение когнитивных функций человека, поражения центральной нервной системы и психических функций человека, получили развитие технологии индивидуального развития и восстановления памяти, концентрации внимания, мышления и др. Одну такую технологию мы рассмотрим в нашей работе.

В Екатеринбурге существует «Центр развития мозга», в котором активно применяются технологии индивидуальных занятий по восстановлению и развитию психических функций. Нейрообратная связь (НейроБОС) = ЭЭГ-БОС.

Эта методика является как диагностической, так и терапевтической, что позволяет сначала определить отклонения от нормы, а затем и полученный результат в конкретных измеримых показателях. Биологическая обратная связь – это нелекарственный метод терапии (коррекции). По средствам специальных технологических устройств, которые выполняют роль физиологического зеркала человек в буквальном смысле может видеть или слышать свои физиологические параметры (такие как частота пульса, мышечное напряжение, температура, выраженность различных ритмов головного мозга).

В ходе диагностики когнитивных способностей, в том числе, с применением технологии ЭЭГ БОС определили следующую общую картину, характерную для перенёсших новую кароновиральную инфекцию: низкий уровень концентрации, устойчивости, объема, избирательности внимания, низкий уровень психической устойчивости, низкий уровень слухоречевой и зрительной памяти (при этом, в случае со слуховой памятью страдает именно долговременная память), низкий уровень стрессоустойчивости, повышенная эмоциональная лабильность. По результатам анализа ЭЭГ БОС были получены результаты, говорящие о высоком уровне стресса, низкой концентрации и устойчивости внимания, сниженном регуляторном компоненте.

Для оценки функций мозга, исследователи взяли за основу функциональные блоки по Лурии.

Первый блок мозга участвует в обеспечении психической деятельности (в организации внимания, памяти, эмоционального состояния и сознания в целом), в регуляции эмоциональных (страх, боль, удовольствие, гнев) и мотивационных состояний. Лимбические структуры мозга, входящие в этот блок, занимают центральное место в организации эмоциональных и мотивационных состояний.

Второй блок получения, переработки и хранения информации, поступающей из внешнего мира, который включает:

Первичные зоны (которые обеспечивают прием и анализ поступающей информации извне), они наиболее модально специфические, т.е. воспринимают либо только звуковую информацию, либо только зрительную. Вторичные зоны (которые выполняют функции синтеза информации от конкретного анализатора), Третичные зоны (основная задача которых – комплексный синтез информации). Нарушение в функции третьей зоны второго блока, свидетельствуют об ослаблении межполушарных связей.

Третий блок программирования регулирования и контроля. Префронтальные отделы играют решающую роль в формировании намерений, программ, в регуляции и контроле наиболее сложных форм поведения человека. Они состоят из мелкозернистых клеток с короткими аксонами и обладают мощными пучками восходящих и нисходящих связей с ретикулярной формацией. Поэтому могут выполнять ассоциативную функцию, получая импульсы от первого блока мозга и оказывать интенсивное модулирующее влияние на образования ретикулярной формации, приводя ее активирующие импульсы в соответствие с динамическими схемами поведения, которые формируются непосредственно в префронтальной (лобной) коре.

Префронтальные отделы фактически надстроены над всеми отделами мозговой коры, выполняя функцию общей регуляции поведения.

Учитывая результаты диагностики когнитивных способностей, функции блоков мозга, возможно говорить о снижении функции всех трёх блоков и нарушении межполушарного взаимодействия. Данная картина наталкивает на мысль о лёгких когнитивных нарушениях. Команда Центра развития мозга разработала программу, позволившую существенно улучшить когнитивные способности и, в большинстве случаев, восстановить когнитивные способности. В программу включены занятия с применением ЭЭГ БОС технологии, направленной на развитие внимания и сосредоточенности, снятие стресса, когнитивные тренажёры, направленные на восстановление утраченных способностей.

В процессе БОС терапии человек обучается целенаправленно управлять этими показателями что в результате приводит к благоприятным изменениям в функционировании различных систем организма. В течение 10- 20 сеансов происходит обучение сознательному управлению своим состоянием, после чего этот выработанный навык используется уже в обычной жизни без применения специальных технических устройств (закрепление навыка и перенесение в повседневную жизнь).

Мы знаем, что в зависимости от волновой активности мозга человек находится в том или ином состоянии. Для обеспечения правильной работы той или иной функции мозга необходима содружественная синхронная работа множества клеток. Для того, чтобы синхронизировать свою работу, клетки разных участков мозга начинают посылать импульсы с одинаковой частотой и амплитудой (мощностью). Такие процессы синхронизации позволяют мозгу генерировать различные ритмы. В свою очередь ритмы могут локализоваться в строго отведённом для них месте, а могут присутствовать в обширных участках коры головного мозга.

Фундаментальные физиологические основы БОС.

Базисом технологии является обработка получаемого электроэнцефалографического сигнала. Аналогичным образом работают все методики Электроэнцефалографической обратной связи. Изначальными научными предпосылками к созданию методики Биологической обратной связи являлись исследования ученика Ивана Петровича Павлова физиолога Петра Кузьмича Анохина. Он создал теорию функциональных систем, которая и является научной фундаментальной основой работы всех методов биологической обратной связи.

В рамках теории функциональных систем Анохин ввёл понятие акцептора результата действия (Анохин, 1955). По Анохину акцептор результата действия – это аппарат предвидения и оценки результатов действия в функциональной системе каждого поведенческого акта.

Акцептор результата действия является своеобразной наводящей системой корректировки поведения. Мозг постоянно уточняет модель последовательности действий для достижения прогнозируемого результата (потребного будущего по П.К. Анохину). Таким образом, когда мозг, получает обратную связь, он

корректирует свою деятельность для увеличения максимальной эффективности в достижении цели. Мозг анализирует зрительные, слуховые, тактильные сигналы и сверяется с тем, что есть в его внутренних моделях. Чем объёмнее обратная связь (шире спектр получаемых сигналов из внешнего мира), тем мозгу проще корректировать модель последовательности действий.

Биологическая обратная связь позволяет скоординировать процесс получения обратной связи эффективнее и быстрее, поскольку она выступает в роли физиологического зеркала.

В данной методике используются три группы волн:

Тета-ритм – это волны электрической активности мозга (частота 4-8 Гц, амплитуда 20-60 микровольт). Изначальные структуры, создающие Тета-ритм находятся в стволе головного мозга. А основное формирование Тета-ритма происходит в гиппокампе (одной из важнейших структур эмоциональной системы мозга).

Бета-ритм – это волны электрической активности мозга в диапазоне 13-30 Гц (амплитуда 2-30 микровольт). Бета-волны в целом отражают активность бодрствующего мозга. Обычно регистрируется в лобных долях. При различных видах интенсивной деятельности выраженность Бета-ритма резко усиливается и распространяется на другие области мозга. Так, выраженность Бета-ритма возрастает при предъявлении нового неожиданного стимула, в ситуации внимания, при умственном напряжении, эмоциональном возбуждении.

Альфа-ритм – это волны электрической активности мозга в диапазоне 7,5 (8)-12,5 (13) Гц (амплитуда 30-70 микровольт). Как правило альфа-ритм регистрируется в состоянии спокойного бодрствования, особенно при закрытых глазах в затемнённом помещении. Выращенность альфа-ритма сходит на нет или сильно ослабляется при повышении внимания (в особенности зрительного) или мыслительной активности. Лобные доли можно натренировать искусственно расслабляться. И тогда мы будем регистрировать больше Альфа-ритма в области лобных долей. Согласно одной из концепций, Альфа-волны, связанные с расслаблением, изначально формируются в затылочных областях, но постепенно они как бы разливаются по мозгу, захватывая всё новые области. И когда они достигают лобных долей, мозг переходит в состояние расслабления.

Когда программа видит, что в месте регистрации ЭЭГ (под электродом гарнитуры) у нас больше Бета-волн, то она понимает, что мозг сконцентрирован. Программа не может понимать на чём именно (на слове из текста или линии графика). Для задач БОС тренинга это не принципиально. Важно, что мозг вошёл в нужное состояние.

Таким образом, в ходе занятий с применением Нейро-БОС активизируются все три блока мозга. Благодаря такому подходу и специфике работы технологии, подразумевающей активность самого субъекта в процессе занятий, удается получить высокие результаты за сравнительно небольшой промежуток времени (20 занятий за 2 месяца).

Для укрепления межполушарных связей используются классические «асинхронные» упражнения. Кроме того, для укрепления и восстановления



отдельных функций и навыков, применяем когнитивные тренажёры, направленные на развитие функций внимания, памяти и обработки информации.

Последовательность работы по восстановлению когнитивных способностей фиксирует повышение стрессоустойчивости, повышение концентрации внимания, развитии произвольной саморегуляции.

В заключении можно сказать, что современные технологии играют ключевую роль в развитии личности, предлагая широкий спектр инструментов и ресурсов для саморазвития, обучения и психологической поддержки. Однако важно использовать эти технологии осознанно и сбалансировано, учитывая их влияние на психологическое благополучие и безопасность данных. Применение ИИ и других инновационных технологий открывает новые горизонты для саморазвития, но требует этического подхода и внимательного отношения к потенциальным рискам. В конечном итоге, гармоничное развитие личности возможно только при разумном сочетании цифровых инструментов и активного участия в реальной жизни.

### **Библиографический список**

1. Вайсман С.Е. Психосанитас. Психология нового человека на примере семейной психотерапии/ Под ред. проф. В.В. Козлова. – Москва: МАПН, 2019. – 337 с.

2. Кирой В.Н., Лазуренко Д.М., Шепелев И.Е., Асланян Е.В., Миняева Н.Р., Бахтин О.М. Нейротехнологии: нейро-БОС и интерфейс «мозг – компьютер»: монография;/ Южный федеральный университет – Ростов-на-Дону: издательство Южного федерального университета, 2017. – 244 с.: ил.

3. Козлов В.В. Работа с кризисной личностью: Методическое пособие. М.: Институт психотерапии, 2007

4. Козлов, В. В. Интегративная психология: пути духовного поиска или освящение повседневности / В. В. Козлов. – Москва : Психотерапия, 2007. – 675 с.

5. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.

6. Козлов, В. В. Организационное поведение / В. В. Козлов, Ю. Г. Одегов, В. Н. Сидорова. – Москва : Компания КноРус, 2013. – 227 с. – ISBN 978-5-406-02467-6.

7. Назарова И. Б.. Информационные технологии в психологии: учебное пособие. 2014 СПб.: Питер.

**Верещагина А.А.**

**ФИНАНСОВОЕ ПОВЕДЕНИЕ МОЛОДЕЖИ: ЭМПИРИЧЕСКИЙ  
АСПЕКТ**

**Аннотация.** В данной статье исследуется отношение студентов к кредитованию. Рассмотрены факторы, определяющие кредитное поведение. Теоретической базой исследования послужили научные статьи социологов, результаты исследования Всероссийского центра изучения общественного мнения, данные Национального Бюро Кредитных Историй, а также Банка России. Авторами статьи был проведен социологический опрос студентов Западного Филиала РАНХиГС. Определена степень заинтересованности студентов в кредитовании, проанализированы имеющиеся знания и кредитный опыт.

**Ключевые слова:** кредитное поведение, кредитные установки, студенчество, финансовое положение, социологический опрос.

**Annotation.** This article examines the attitude of students towards lending. The factors determining credit behavior are considered. The theoretical basis of the study was scientific articles by sociologists, the results of a study by the Russian Public Opinion Research Center, data from the National Bureau of Credit Histories, as well as the Bank of Russia. The authors of the article conducted a sociological survey of students of the Western Branch of the RANEPA. The degree of interest of students in lending is determined, the existing knowledge and credit experience are analyzed.

**Keywords:** credit behavior, credit attitudes, students, financial position, sociological poll.

В настоящее время актуальным остается вопрос изучения финансового поведения населения. Это обусловлено, прежде всего, негативным воздействием внешних факторов на все сферы жизни общества. В условиях сложной геополитической ситуации меняется привычный уклад жизни людей, что влияет на их поведение на финансовом рынке. А самым рискованным в этом смысле является кредитное поведение.

Изучению кредитного поведения населения посвящено множество научных исследований. Кредитное поведение является разновидностью финансового поведения, представляет собой особенности использования населением заемных средств.

Особое значение имеют факторы формирующие кредитное поведение. Таковыми являются внешние факторы и личностные особенности человека. Последние включают в себя социально-демографические характеристики, уровень финансовой грамотности, характер конкретного человека и его потребности [4].

Кредитное поведение включает в себя такие элементы, как знания в сфере кредитования, кредитные установки и опыт [2]. Знания формируются в результате изучения деятельности финансового рынка, в частности, рынка ссудных капиталов, инструментов рынка, осведомленности о его структуре, правовом регулировании и т.д.

Кредитные установки – это сложившееся отношение людей к кредитованию, которое предопределяет их кредитное поведение. Установки могут быть как положительными, так и отрицательными. Они формируются вне

зависимости от наличия собственного опыта кредитования. На это могут влиять имеющиеся знания, а также опыт близких и знакомых. Однако, в течение жизни установки могут меняться. Например, положительная кредитная установка «кредит приносит пользу, потому что является средством достижения цели» может стать отрицательной из-за негативного кредитного опыта. Например, ухудшение финансового положения, просрочка платежей, накопление пени и неустоек, ухудшение кредитной истории или банкротства заемщика. И наоборот – от недоверия кредиту к позитивному кредитному опыту.

Кредитный опыт является как причиной, так и следствием кредитного поведения человека. Каким бы он ни был, он заставляет человека задумываться о принятом решении. Выбрал ли он кредитный продукт с максимальной выгодой? Рационально ли он использовал личный бюджет? Проанализировал ли всевозможные финансовые риски?

По нашему мнению, кредитное поведение существенно отличается в зависимости от возраста. Благоприятным периодом для его развития является студенчество. В этот период совершенствуются и дополняются уже имеющиеся знания, формируются умения и навыки. В дальнейшем их совокупность дает возможность принимать верные финансовые решения.

По результатам исследования кредитного поведения Всероссийского центра изучения общественного мнения, кредитная активность населения в 2022-2023 гг. снижалась. Это обусловлено изменением геополитической ситуации. Также, по результатам опроса ВЦИОМ, более активное кредитное поведение в 2023 году наблюдалось у заемщиков в возрасте от 25 до 44 лет [1].

В настоящее время заемщиков моложе 30 лет становится все больше. Согласно данным Национального Бюро Кредитных Историй, к концу 2023 года выросла доля граждан, моложе тридцати лет. Об этом свидетельствует составленный рейтинг региональной возрастной структуры заемщиков [3].

Говоря о том, какие кредитные продукты выбирает данная возрастная категория, можно обратить внимание на результаты исследований Банка России в сегменте розничного кредитования [5]. С октября по декабрь 2023 года, доля выдачи автокредитов заемщикам от 20 до 30 лет составила 13%, ипотеки – 17%, POS-кредитов – 25%, кредитов наличными – 20% и кредитных карт – 24% от общего объема выданных кредитных продуктов.

В чем причина высокого спроса на кредиты среди студентов? По нашему мнению, данная возрастная категория вступает в кредитные отношения с целью удовлетворения своих потребностей. Это может быть покупка необходимых товаров, строительство или ремонт жилья, оплата обучения, путешествия и т.д. Поскольку студенчество – это период, в котором у студентов часто нет постоянной работы, уровень их личного дохода может быть нестабильным. Отсюда следует, что низкий уровень дохода таких заемщиков является препятствием для выдачи кредита банком. Более того, представляет собой риск для всех субъектов кредитных отношений. Для заемщика это означает неспособность платить по долговым обязательствам, что может привести к ухудшению его финансового состояния и банкротству. А для кредитора этот риск влечет за собой снижение достаточности капитала.

Исходя из вышесказанного, исследовательский интерес вызывает следующая проблемная ситуация: увеличение доли молодых заемщиков приводит к риску несвоевременной уплаты или неуплаты долга. Отсюда следует проблема - как заемщику снизить риск неплатежеспособности и предотвратить неуплату кредита. Для решения данной проблемы необходимо изучить отношение студентов к кредитованию. Для этого было проведено пилотажное эмпирическое исследование. В соответствии с поставленной целью определены следующие задачи: изучить информированность студентов о кредитовании, определить уровень интереса и степень участия студентов Западного Филиала РАНХиГС и проанализировать степень необходимости в кредитовании. В качестве гипотезы выступило предположение, что:

—студенты не обладают достаточными знаниями в сфере кредитования, что может привести к ухудшению кредитной истории и снижению доступности кредитов в будущем;

—результативность повышения финансовой культуры улучшится при изменении сложившихся кредитных установок.

Теоретические методы исследования – анализ и синтез литературных источников, метод индукции и дедукции, статистический анализ.

Эмпирической базой исследования послужили материалы анкетного опроса.

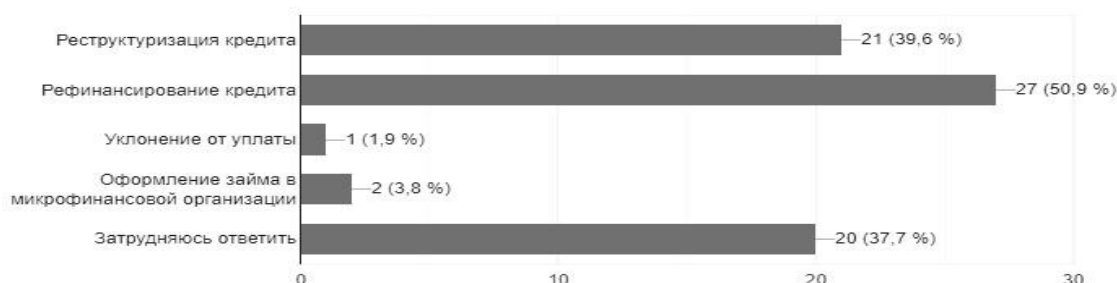
Говоря о выборочной совокупности, необходимо понимать, что выборка, включающая молодежь от 20 до 30 лет не совсем корректна. Часть выборки, а именно, население моложе 20 лет, вряд ли имеют постоянный доход. А к 30 годам люди, как правило, устраиваются на постоянную работу. Так, значительную часть молодежи, которая имеет отношение к поставленной проблеме, по нашему мнению, составляет студенческая молодежь в возрасте от 18 до 25 лет. В социологическом опросе приняли участие студенты Западного Филиала РАНХиГС. В качестве типа выборки был выбран стихийный отбор.

Анкета опроса включала в себя три части. Сначала были составлены общие вопросы о финансовой грамотности. В частности, исследующие самооценку респондентов. Так, большинство из них считают себя финансово грамотными (56,6%) и оценивают свой уровень знаний в сфере кредитования как средний (73,6%). 98,1% опрошенных считают важным вести учет доходов и расходов. 60,4% студентов предпочитают часть доходов тратить на текущие нужды, а другую часть откладывать. Вместе с тем, есть проблема траты большей части дохода на нужды (13,2%).

Первая часть включала вопросы, направленные на оценку уровня знаний

6. Что делать в случае невозможности платить за пользование кредитом?

53 ответа



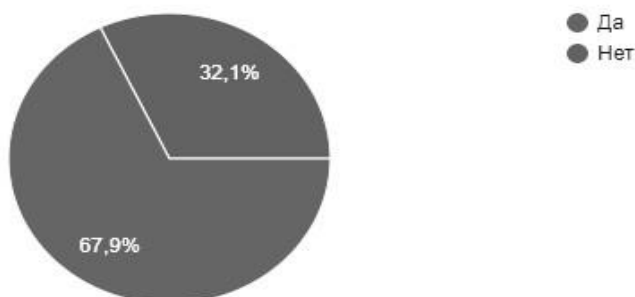
респондентов о кредитовании. Ниже приведены графики и диаграммы, которые отражают результаты опроса.

**Рисунок 1.** Распределение ответов респондентов на вопрос «Что делать в случае невозможности платить за пользование кредитом?»

Согласно рисунку 1, можно сделать вывод, что для большинства опрошенных более выгодным вариантов в случае невозможности платить за пользование кредитом является рефинансирование кредита (27 ответов). Еще одним востребованным вариантом является изменение условий кредитного договора (21 ответ).

7. Знаете ли Вы о том, что существуют разные способы расчета процентов за пользование кредитом?

53 ответа



**Рисунок 2.** Распределение ответов респондентов на вопрос «Знаете ли Вы о том, что существуют разные способы расчета процентов за пользование кредитом?»

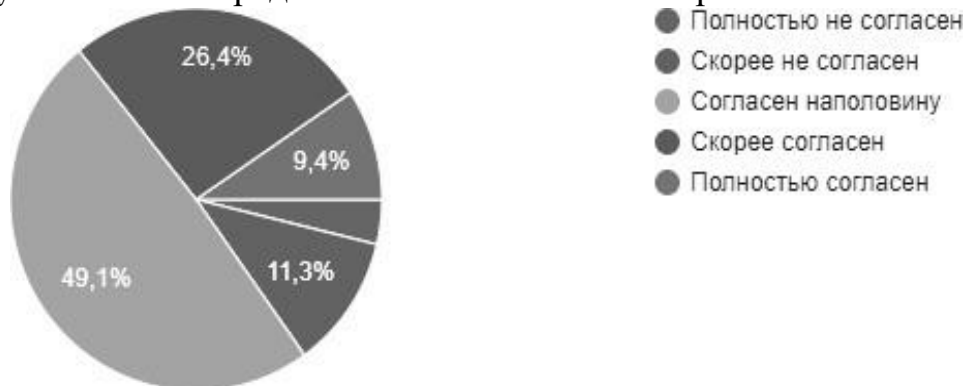
Анализируя круговую диаграмму на рисунке 2, можно сказать, что большая часть респондентов знают о том, что кредитные организации начисляют проценты разными способами (67,9%), а именно, одним из четырех. То есть по формуле простых и сложных процентов, с использованием фиксированной и плавающей процентной ставки. Выбор одного из вариантов осуществляется в соответствии с условиями кредитного договора.

Самыми надежными источниками информации для респондентов являются средства массовой информации и официальные сайты Министерства Финансов и Банка России. 77,4% опрошенных чувствуют необходимость в получении дополнительных знаний в сфере кредитования.

Второй блок вопросов был направлен на изучение отношения студентов к кредитованию. В основном респонденты относятся к кредитованию нейтрально (75,5%). А положительное и негативное отношение высказали 13,2% и 11,3% соответственно. Нейтральное отношение респондентов, по нашему мнению, может быть связано с недостаточной осведомленностью о кредитовании или безразличном отношении из-за отсутствия кредитного опыта. Негативное отношение студентов к кредитованию связано с установкой, что кредит брать не

стоит, даже если нет средств купить то, что нужно. Кредитная установка, что кредит ухудшает финансовое положение человека распространена среди 39,6% респондентов. Однако такое же количество отрицательных ответов свидетельствует о том, что люди так не считают. Безусловно, некорректно рассматривать только негативные установки, поэтому в анкету был включен вопрос, представленный на рисунке 3.

**Рисунок 3.** Распределение ответов на вопрос «Согласны ли Вы с



утверждением, что кредит позволяет людям достигнуть поставленной цели здесь и сейчас?»

Для более точной интерпретации результата ответа на данный вопрос, необходимо обратиться к таблице 1.

**Таблица 1.** Количество ответов, выражающих согласие или несогласие с утверждением «кредит позволяет людям достигнуть поставленной цели здесь и сейчас»

Утверждение	Варианты ответа				
	Полностью не согласен	Скорее не согласен	Согласен наполовину	Скорее согласен	Полностью согласен
Кредит позволяет людям достигнуть поставленной цели здесь и сейчас					
Количество ответов	2	6	26	14	5

Согласно результатам ответов, представленных в процентном соотношении на рисунке 3 и в количественном выражении в таблице 2, можно сделать вывод, что большинство респондентов (26 ответов) ответили на вопрос нейтрально. Кроме этого, даны 14 положительных ответов и 6 отрицательных. Абсолютное согласие и несогласие респондентов также отличается тем, что людей, согласных с утверждением больше, чем несогласных.

Респонденты ставят перед собой финансовые краткосрочные цели. Среди них наибольшую долю составляет покупка жилья (21 ответ), путешествия (9 ответов) и образование (8 ответов). И немногие ставят цель открыть бизнес и приобрести транспортное средство. 54,7% респондентов считают, что смогли бы погасить кредит. Это значит, что они уверены в собственной финансовой стабильности. Однако, возникает вопрос в отношении оставшихся 17% и 28,3% респондентов, которые ответили на вопрос «Нет» и «Не знаю».

Третья часть анкеты включает вопросы о кредитном опыте студентов. Только 17% из общего числа опрошенных оформляли кредит и учитывали расходы на обязательные платежи по кредиту в личном бюджете. Из них, только у 33,3% есть опыт просроченной задолженности. Ниже представлена таблица 2, отражающая результаты вопроса о важных условиях кредита.

**Таблица 2.** Количество ответов на вопрос «На какие условия кредита, по Вашему мнению, нужно обращать внимание в первую очередь?»

Вариант ответа	Количество ответов
Требования кредитора к доходу заемщика	23
Процентная ставка	45
Срок кредита	42
Необходимость залога	23
Возможность страхования кредита	16
Возможность досрочного погашения и снижения процентной ставки	35
Пролонгация кредита	12

По мнению респондентов, для оформления кредита в первую очередь нужно обращать внимание на процентную ставку, срок кредита и возможность досрочного погашения и снижения процентной ставки.

Так как исследование не было сосредоточено только на банковском кредитовании, был задан вопрос об альтернативных источниках заемных средств. Так, 9,4% опрошенных выбрали бы в качестве кредиторов микрофинансовую организацию или взяли бы в долг у знакомых.

В результате проведенного пилотажного исследования можно сделать следующие выводы, что студенты высоко оценивают свой уровень знаний в финансовой сфере, определяют финансовые цели, подходят рационально к исполнению личного бюджета. Вопрос об объективной оценке уровня знаний студентов нельзя назвать решенным в рамках данного исследования, поскольку перечень таких вопросов не полный. Исследование было пилотным. Говоря о сложившихся установках, можно утверждать, что мнение по отношению к кредитованию разделилось, то есть в ответах присутствует и положительная, и отрицательная установка.

Наиболее распространенной финансовой целью для студентов является покупка жилья. Это значит, что у них есть стремление к участию в экономических процессах. Наличие такой цели позволяет человеку учиться грамотно распоряжаться доходами и стратегически мыслить, чтобы удовлетворить потребности. Это способствует личностному развитию и улучшению качества жизни. Также выбор именно этой цели позволяет предположить востребованность в оформлении ипотечного кредита в будущем.

Степень участия студентов в кредитовании низкая, соответственно кредитный опыт есть у небольшого числа студентов. Это может быть связано с недостаточным уровнем дохода, нестабильным финансовым положением, недостаточным уровнем знаний в этой сфере или наличием отрицательной

кредитной установки.

### **Библиографический список**

1. Всероссийский центр изучения общественного мнения. Кредитная активность россиян: мониторинг. [Электронный ресурс] - URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/kreditnaja-aktivnost-gossijan-monitoring> (дата обращения: 27.04.2024)
2. Дулина Н.В., Моисеева Д.В., Ануфриева Е.В., Парамонова В. А. Кредитная культура студентов как объект социологического анализа // Logos et Praxis. 2019. Том 18№1, с. 75-90. (дата обращения: 27.04.2024).
3. Национальное Бюро Кредитных Историй. НБКИ: в прошлом году выросла доля российских заемщиков моложе 30 лет. [Электронный ресурс] - URL: <https://nbki.ru/company/news/?id=3170453> (дата обращения: 27.04.2024)
4. Сушко Е.Ю. Финансовое поведение населения и его детерминанты // Финансы и кредит. 2017. №12 (732), с. 670-681. (дата обращения: 27.04.2024).
5. Центральный Банк Российской Федерации. Анализ тенденций в сегменте розничного кредитования на основе данных бюро кредитных историй. Второе полугодие 2023г. [Электронный ресурс] - URL: <https://cbr.ru/finstab/instruments/pti/> (дата обращения: 27.04.2024)

**Власов Н.А.**

## **К ИСТОРИИ ПОНЯТИЯ ПСИХИКИ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ДОРЕВОЛЮЦИОННОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются значения понятия «психика» в дореволюционной российской психологии. В ходе исследования были применены сравнительно-исторический и библиографический методы, категориальный анализ; источниковую базу исследования составили монографии, учебники и статьи российских и советских ученых, изданные в указанный период. Показано, что представители эмпирической психологии избегали давать определение этого понятия, хотя и использовали его косвенно, например, в концепте «психические явления». Утверждается, что представители философской психологии считали, что душа (психика) представляет собой их исконный предмет исследований, а сама она, согласно С.Л. Франку, является внутренним миром человека. Затем описывается позиция представителей естественнонаучной психологии, которые рассматривали психику как субъективную сторону объективных материальных процессов, протекающих в головном мозге. В завершении работы делается вывод о том, что из всех трех направлений в отечественной дореволюционной психологии лишь в



философском ее течении (в варианте С.Л. Франка) психика, понимаемая как внутренний мир человека и называемая по традиции душой, занимает центральное место.

**Ключевые слова:** психика, история психологии, история понятий, концептуальная история психологии, российская дореволюционная психология.

**Abstract.** The article examines the meaning of the concept of "psyche" in pre-revolutionary Russian psychology. In the course of the study, comparative historical and bibliographic methods, categorical analysis were applied; the source base of the study was monographs, textbooks and articles by Russian and Soviet scientists published during the specified period. It is shown that representatives of empirical psychology avoided defining this concept, although they used it indirectly, for example, in the concept of "mental phenomena". It is argued that representatives of philosophical psychology believed that the soul (psyche) is their original subject of research, and it itself, according to S.L. Frank, is the inner world of man. Then the position of representatives of natural science psychology is described, who considered the psyche as the subjective side of objective material processes occurring in the brain. At the end of the work, it is concluded that of all three directions in Russian pre-revolutionary psychology, only in its philosophical course (in the version of S.L. Frank) the psyche, understood as the inner world of a person and traditionally called the soul, occupies a central place.

**Keywords:** psychology, history of psychology, history of concepts, conceptual history of psychology, Russian pre-revolutionary psychology.

**Введение.** Данная статья является продолжением серии работ, посвященных истории понятий психологической науки [4-6].

Любой современный психолог, получивший базовое образование в рамках этой науки в советское или постсоветское время, помнит, что предметом психологической науки является психика, понимаемая еще со времен «марксистской перестройки» как свойство высокоорганизованной материи, заключающееся в субъективном отражении объективной реальности. Психика, таким образом, понимается как центральное понятие советской (и, в значительной мере, российской) психологии. Однако так было не всегда.

Как известно, в дореволюционной психологии существовало три основных направления – философское (Л.М. Лопатин, Н.О. Лосский, С.Л. Франк и др.), эмпирическое (М.М. Троицкий, Г.И. Челпанов, А.П. Нечаев и др.) и естественнонаучное (В.М. Бехтерев, А.Ф. Лазурский, Н.Н. Ланге и др.), приверженцы каждого из которых имели свои представления о предмете и методах этой науки. Ниже мы рассмотрим ту роль, которую этот концепт играл в отечественной дореволюционной психологии. В ходе исследования были применены сравнительно-исторический и библиографический методы, категориальный анализ; источниковую базу исследования составили монографии, учебники и статьи российских и советских ученых, изданные в указанный период.

**Эмпирическое направление: психология без психики.** Начиная с конца XIX века по мере усиления влияния эмпирической (интроспективной) психологии в российской науке происходит отказ от понятия души как предмета психологии как от явно метафизического конструкта, формируется «психология без души».

Философ Л.М. Лопатин так описал этот процесс: «В сравнительно недавнее время положение дела изменилось. Этот вопрос о существовании души отступил на второй план или даже совсем был выброшен из психологии. Предметом психологических исследований были признаны явления души, помимо вопроса о том, кто и что их переживает» [8 с. 3-4]. Еще в большей степени эта идея раскрыта у философа Н.А. Васильева: «Как раз о душе в современной психологии ровно ничего не говорится и ее часто называют психологией без души. И это не потому, что психологи доказали, что души не существует, не потому, что все они убеждены, что души нет, а потому, что вопрос о душе не входит в область психологии как науки опытной, а относится к философии... психолог должен путем опыта и наблюдения описывать психические явления, сознательные процессы, совершающиеся в человеческом индивидууме и устанавливать их законы. Вопросы о душе, о ее бессмертии, об отношении между телом и душой и т.п., психология должна предоставить философии. Поэтому психология есть такая же частная наука о мире, как физика, химия, физиология» [3, с. 3].

Сторонники эмпирической психологии также отрицают значение понятия психики (души) для своей науки, считая ее предметом психические (душевные) явления. Так, крупный представитель эмпирической психологии, основатель Психологического института Г.И. Челпанов также недвусмысленно выражает эту же идею: «Философское рассмотрение души, поэтому, для психологии, как науки о душевных явлениях, оказывается совершенно излишним. Мало того, природу психических явлений можно изучать и в том случае, если мы совсем не признаем существования души. Таким образом, возникает пресловутая психология без души, то есть психология без допущения гипотезы души» [12, с. 73]. Один из создателей российской педагогической психологии А.П. Нечаев писал в 1911 году: «С этой точки зрения [эмпирической – авт.], и предметом психологии, как науки, должно служить изучение законов душевных явлений, а не решение вопроса о сущности душевного мира или внутренней природы души» [9, с. 22].

Таким образом, мы можем видеть, что представители отечественной эмпирической психологии отказались от использования понятия психики (души). Сделано это было для того, чтобы размежевать философскую психологию и эмпирическую (по предмету – природа души и душевные явления, по основному методу – умозрительный и интроспективный соответственно). Хотя сторонники данного направления и отказались от понятия психики в пользу понятия психических явлений как более научного, это вовсе не означало, что данную позицию разделяли все психологи того времени.

**Философское направление: психика как внутренний мир человека.** В течение сотен лет душа была предметом изучения философии и лишь во второй

половине XIX века ей бросили вызов интроспективная (эмпирическая) и естественнонаучная психология. Несогласие с этим наиболее ярко выразил видный представитель философской психологии С.Л. Франк: «Мы не стоим перед фактом смены одних учений о душе другими (по содержанию и характеру), а перед фактом совершенного устранения учений о душе и замены их учениями о закономерностях так называемых "душевных явлений", оторванных от их внутренней почвы и рассматриваемых как явления внешнего предметного мира. Нынешняя психология сама себя признает естествознанием. Если мы избавимся от гипноза ходячего, искаженного значения слов и вернемся к их истинному, внутреннему смыслу, то мы легко поймем, что это значит: это значит, что современная так называемая психология есть вообще не психология, а физиология. Она есть не учение о душе как сфере некоей внутренней реальности, которая – как бы ее ни понимать – непосредственно, в самом опытном своем содержании, отделяется от чувственно-предметного мира природы и противостоит ему, а именно учение о природе, о внешних, чувственно-предметных условиях и закономерностях сосуществования и смены душевных явлений. Прекрасное обозначение "психология" – учение о душе – было просто незаконно похищено и использовано, как титул для совсем иной научной области; оно похищено так основательно, что, когда теперь размышляешь о природе души, о мире внутренней реальности человеческой жизни как таковой, то занимаешься делом, которому суждено оставаться безымянным или для которого надо придумать какое-нибудь новое обозначение» [11, с. 422-423].

Что же предлагал С.Л. Франк в этой ситуации? Он предлагал восстановить в правах психологию в ее первичном значении – как науку о душе: «И под учением о душе или философской психологией – так мы можем и будем называть намечающуюся здесь науку, чтобы хоть косвенно восстановить истинное значение названия "психологии" и вернуть его законному владельцу после упомянутого его похищения, непосредственно уже неустранимого, – мы должны разуметь именно общее учение о природе душевной жизни и об отношении этой области к другим областям бытия, в отличие от так называемой "эмпирической психологии", имеющей своей задачей изучение того, что называется "закономерностью душевных явлений"» [11, с. 437].

Теперь, когда видно, что С.Л. Франк предлагал вернуть душу в качестве предмета психологии, необходимо понять, как он ее определял. Он писал: «Одно лишь несомненно: живой, целостный внутренний мир человека, человеческая личность, то, что мы вне всяких теорий называем нашей "душой", нашим "духовным миром", в них [современных психологических учениях – авт.] совершенно отсутствует» [11, с. 423]. Как можно увидеть, понятия «душа» и «внутренний мир человека» трактуются им как синонимичные. Душа (душевная жизнь, внутренний мир человека) обладает такими качествами как непротяженность (как антитеза материальным объектам, то есть не занимает какого-либо пространства), невременность (душевные переживания, субъективные по своей природе, находятся вне временных рамок, так как время является понятием объективным), единство (внутренний мир человека

отличается от мира внешнего своей целостностью, неделимостью на составляющие элементы) и неограниченность (в отличие от объектов физического мира, имеющих определенный объем, душа не может считаться имеющей границы) [10]. Как можно видеть из приведенных выше особенностей внутреннего мира человека, С.Л. Франк стремился четко развести понятие души как явления нематериального, субъективного по своей природе, и понятие материи, всего физического, того, что можно изучать объективно.

**Естественнонаучное направление: психика как субъективная сторона объективных материальных процессов.** Странники естественнонаучной психологии придерживались материалистической традиции, заложенной И.М. Сеченовым. Еще в 1904 году В.М. Бехтерев писал: «Благодаря всем вышеуказанным условиям выяснилось, что психическая деятельность всегда предполагает два порядка явлений: 1) явления собственно психические и 2) явления материальные или физические, происходящие в отдельных частях мозга» [2, с. 29].

В начавшейся издаваться тремя годами позже «Объективной психологии» он вводит понятие «невропсихика», стремясь таким образом объединить физиологические («объективные») и психологические («субъективные») явления: «Так как мы должны признать, что субъективное в нашей невропсихике совершенно неотделимо от материальных процессов, происходящих в мозгу, а представляет вместе с ними как бы две стороны одного и того же процесса» [1, с. 13].

Понимаемая таким образом психика должно было быть заменено понятием невропсихики: «Термины «психический» и «психика» до такой степени укоренились в умах людей, что, с нашей точки зрения, было бы бесплодно исключать их из области объективного знания, тем более что сущность дела заключается вовсе не в названии, а в соответственном понимании предмета. По всем вышеуказанным основаниям мы полагаем, что нет достаточного основания устранять из научного обихода термины «психический» и «психика», желательно лишь в видах ясного указания, что эти явления сопровождаются чисто материальными процессами, заменять их в объективной психологии терминами «нервно-психический» и «невропсихика» [1, с. 21].

Однако было бы неверно полагать, что подобные воззрения являлись характерными только для В.М. Бехтерева. Человек в свое время интересовавшийся поведенчеством, Л.С. Выготский, уже после революции, в работе «Психика, сознание и бессознательное» (1930) отдал дань представлениям о психике как о субъективной стороне физиологических процессов в головном мозге: «Если принять эту естественную историю психики, станет понятна и вторая мысль, заключающаяся в том, что психику следует рассматривать не как особые процессы, добавочно существующие поверх и помимо мозговых процессов, где-то над или между ними, а как субъективное выражение тех же самых процессов, как особую сторону, особую качественную характеристику высших функций мозга» [7, с. 253]. Таким образом, можно сделать вывод о том, что понятие психики как субъективной стороны объективных материальных (мозговых) процессов использовалось

отечественными психологами. Такое значение данного концепта стало возможным по причине методологического противостояния естественнонаучного и эмпирического направлений в психологии как в дореволюционный период, так и в первые годы советской власти и отражало борьбу между ними за предмет психологии (объективные проявления психического и душевные (психические) явления соответственно).

**Заключение.** Центральное для советской психологии (начиная с 1930-х годов) понятие психики в дореволюционный период имело неоднозначный статус, который зависел от методологической ориентации использующих (или не использующих) его ученых.

Представители эмпирической психологии, такие как А.П. Нечаев и Г.И. Челпанов, избегали давать определение этого понятия, хотя и использовали его косвенно, например, в концепте «психические явления». Это было связано с тем, что, стремившись дистанцироваться от философского направления в психологической науке того времени, они избегали вопросов о природе психики (души), разделяя ту точку зрения на предмет психологии, согласно которой им могут быть только явления психики, а не она сама.

Представители философской психологии считали, что душа (психика) представляет собой их исконный предмет исследований, а сама она, согласно С.Л. Франку, является внутренним миром человека. Ученый критиковал сторонников эмпирического и естественнонаучного направлений за то, что они «украли» само понятие психологии (и понятие души-психики вместе с ним), подменив изучение субъективной реальности человеческого существа изучением душевных явлений или физиологических процессов.

Представители естественнонаучной психологии, в частности В.М. Бехтерев, рассматривали психику как субъективную сторону объективных материальных процессов, протекающих в головном мозге. Чем дальше им разрабатывалась объективная психология, позже получившая именование рефлексологии, тем дальше он и его сотрудники отходили от изучения психики в ее субъективном измерении.

Таким образом, из всех трех направлений в отечественной дореволюционной психологии лишь в философском ее течении (в варианте С.Л. Франка) психика, понимаемая как внутренний мир человека и называемая по традиции душой, занимает центральное место. Пройдет несколько десятков лет, психология в СССР переживет марксистскую перестройку, философская психология будет решительно осуждена за идеализм (реакционность, мракобесие и т.п.), однако предмет ее – уже под названием «психика» и с несколько иным значением – снова займет позицию «несущей конструкции» психологической науки в нашей стране.

## **Список литературы**

1. Бехтерев В.М. Объективная психология / редкол. А. В. Брушлинский [и др.]; изд. подгот. В. А. Кольцова; отв. ред. тома Е. А. Будилова, Е. И. Степанова. М.: Наука, 1991. 475 с.
2. Бехтерев В.М. Психика и жизнь. М.: РИПОЛ классик, 2022. 390 с.
3. Васильев Н.А. Лекции по психологии, читанные на Казанских Высших Женских Курсах. Казань: Издание книжного магазина М.А. Голубева, 1914. 227 с.
4. Власов Н.А. Понятие как объект исследования истории психологии. Ананьевские чтения – 2023. Человек в современном мире: потенциалы и перспективы психологии развития. Материалы международной научной конференции 17-20 октября 2023 года, Санкт-Петербург. Н. Новгород: Союзкниг, 2023. С. 135.
5. Власов Н.А. Теоретические аспекты изучения истории понятий психологической науки // Методология современной психологии. Вып. 21 / Сб. под ред. В.В. Козлова, А.В. Карпова, В.А. Мазилова, В.Ф. Петренко. Ярославль: ЯрГУ, ЛКИИСИ РАН, МАПН, 2024. С. 39-46.
6. Власов Н.А., Мазилев В.А. История понятий как перспективное направление историко-психологических исследований // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 4 (133). С. 93-103.
7. Выготский Л.С. Психология. М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. 1008 с.
8. Лопатин Л.М. Курс психологии. Лекции, читанные на Историко-Филологическом факультете Императорского Московского Университета и на Высших Женских Курсах в 1903-1904 ак. году. М.: Типо-Литогр. Ю. Венер, 1903. 230 с.
9. Нечаев А.П. Очерки психологии для воспитателей и учителей. СПб.: Типография П.П. Сойкина, 1911. 352 с.
10. Психологическая наука в России XX столетия: проблемы теории и истории / под ред. А. В. Брушлинского. М.: Издательство «Институт психологии РАН», 1997. 576 с.
11. Франк С.Л. Предмет знания об основах и пределах отвлеченного знания; Душа человека: Опыт введения в философскую психологию. СПб.: Наука, 1995. 655 с.
12. Челпанов Г.И. Психология и школа. М.: Ленанд, 2022. 214 с.

**Глухов Л.В.**

**МЕХАНИЗМЫ, ЛЕЖАЩИЕ В ОСНОВЕ МЕТОДА ДМД, И ИХ  
ВЛИЯНИЕ НА ЛЕЧЕНИЕ ЗАВИСИМОСТЕЙ**

## **Введение**

Зависимости представляют собой сложное и многослойное явление, затрагивающее как физиологические, так и психологические аспекты человека. В настоящее время они рассматриваются как результат взаимодействия биологических, психологических и социальных факторов, что обуславливает необходимость комплексного подхода к их лечению. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), около 5,3% всех смертей в мире связаны с алкоголизмом, а количество людей, страдающих различными формами зависимости, продолжает расти. Эти данные подчеркивают необходимость разработки и внедрения новых, более эффективных терапевтических подходов, таких как метод дыхание-музыка-движение (ДМД).

Одной из актуальных проблем современной психотерапии является изучение и понимание психологических механизмов, влияющих на успешность лечения зависимостей. Как указывает А.Г. Дунаев, неудачи формирования терапевтической ремиссии при лечении хронического алкоголизма часто связаны с отсутствием системных исследований психологических особенностей больных, что приводит к недостаточной эффективности краткосрочных методов психотерапии.

Метод дыхание-музыка-движение (ДМД), разработанный Владимиром Козловым, представляет собой инновационный подход в терапии зависимостей, интегрирующий дыхательные упражнения, музыкальную терапию и телесные движения. Этот метод направлен на снижение уровня тревожности и депрессии, а также на проработку эмоциональных травм, что особенно важно для пациентов с зависимостями, у которых часто наблюдаются высокие уровни тревожности и депрессии (Koob & Volkow, 2010). Дыхательные техники, используемые в методе ДМД, оказывают положительное воздействие на нейрофизиологические процессы, снижая уровень стресса и тревожности (В.В. Козлов). Музыкальная терапия, в свою очередь, вызывает эмоциональные реакции через активацию определённых областей мозга, способствуя улучшению эмоционального состояния и снижению депрессии (Koelsch, 2010).

Цель данной статьи — изучить механизмы, лежащие в основе метода ДМД, и их влияние на лечение зависимостей. Понимание этих механизмов может помочь улучшить текущие подходы к терапии зависимостей и предложить новые пути для интеграции различных методов лечения.

## **Теоретические модели зависимости**

Современные теоретические модели зависимости включают биопсихосоциальную модель, которая рассматривает зависимость как результат взаимодействия биологических, психологических и социальных факторов. В рамках этой модели лечение зависимостей требует комплексного подхода, который учитывает все аспекты жизни пациента. Традиционные подходы к лечению зависимостей можно разделить на три большие сектора: нозологический, поведенческий и психо-духовный.

Нозологический подход основывается на медицинской модели, где зависимость рассматривается как болезнь, требующая медикаментозного

лечения. Поведенческий подход фокусируется на изменении поведения зависимого человека, используя социальные и психологические методы. Психодуховный подход направлен на восстановление высших психических функций и психологических навыков, рассматривая личность зависимого как разрушенную конструкцию, требующую восстановления.

Интегративный подход, предложенный А. Дегтяревым и В. Козловым, рассматривает зависимость как результат взаимодействия биологических, психологических и социальных факторов. Такой подход позволяет учитывать все аспекты жизни пациента и предлагать наиболее эффективные методы лечения, интегрируя различные терапевтические подходы.

### **Психологические механизмы в терапии зависимостей**

Исследования показывают, что успешное лечение зависимостей требует понимания психологических механизмов, влияющих на процесс реабилитации. К.А. Хохлова указывает, что наркозависимые, лечащиеся добровольно, отличаются более высоким уровнем нервно-психической устойчивости и поведенческой регуляции, что повышает эффективность лечения. Также важным фактором является мотивация на лечение, которая играет ключевую роль в процессе реабилитации.

### **Теоретическое обоснование метода ДМД**

Метод ДМД основан на принципах интегративной психологии и на научных исследованиях, проведенных профессором Козловым В.В. в 90-ые годы и включает интенсивное дыхание, сопровождаемое специально подобранной музыкой и телесными движениями, что позволяет достигать глубоких уровней самопознания и эмоционального освобождения.

Дыхательные техники способствуют снижению уровня тревожности и депрессии, улучшению когнитивных функций и концентрации внимания. Эти техники помогают пациентам достигать изменённых состояний сознания, позволяя глубже исследовать свои эмоции и внутренние конфликты (Brown & Gerbarg, 2005; Metcalf, 1995).

Музыкальная терапия играет важную роль в методе ДМД, создавая эмоционально поддерживающую среду, которая помогает пациентам выразить и интегрировать свои чувства. Музыка может воздействовать на нейрохимические процессы, включая высвобождение дофамина и эндорфинов, что улучшает настроение и снижает ощущения боли и дискомфорта (Koelsch, 2010).

Телесные движения способствуют улучшению телесного осознания и выражению эмоций через физические действия. Движение помогает пациентам развить более глубокое осознание своего тела и научиться замечать, и реагировать на физические сигналы, связанные с эмоциональными состояниями (Van der Kolk, 2014).

### **Психологические механизмы метода ДМД Дыхательные техники**



Дыхательные техники в методе ДМД оказывают значительное влияние на нервную систему и эмоциональное состояние пациента. Дыхание помогает активировать парасимпатическую нервную систему, что способствует снижению уровня стресса и тревожности. Изменённые состояния сознания, достигаемые с помощью дыхательных техник, позволяют высвободить подавленные эмоции и работать с глубокими психологическими травмами (Grof, 1988).

Как отмечают Козлов и Бубеев (2005), изменённые состояния сознания (ИСС), достигаемые через связанное дыхание, представляют собой мощный инструмент для мобилизации резервных возможностей психики. В таких состояниях происходит активизация различных уровней психики — персонального, интерперсонального и трансперсонального, что позволяет глубже исследовать внутренние конфликты и травмы.

Исследования показывают, что регулярная практика дыхательных упражнений улучшает качество сна, повышает чувство благополучия и уменьшает ощущение беспокойства у пациентов с алкогольной зависимостью (Nedumpillil et al., 2014). Примеры из литературы подтверждают эффективность дыхательных практик в терапии зависимостей, показывая, что они способствуют снижению уровня тревожности и депрессии у пациентов (Metcalf, 1995).

### **Музыкальная терапия**

Музыкальная терапия в методе ДМД оказывает глубокое воздействие на эмоциональное состояние и подсознание пациента. Музыка активирует лимбическую систему, включая гиппокамп и амигдалу, что способствует обработке эмоций и памяти. Музыкальная терапия создаёт безопасное пространство для выражения и интеграции подавленных эмоций, способствуя эмоциональному исцелению (Koelsch, 2010).

Как отмечается в исследованиях, музыка может воздействовать на нейрохимические процессы, вызывая высвобождение дофамина и эндорфинов, что улучшает настроение и снижает ощущения боли и дискомфорта (Koelsch, 2010). В частности, музыка может служить катализатором для переживания и осознания глубоких эмоциональных состояний, что особенно важно в процессе терапии зависимостей (Uthaug et al., 2022).

### **Двигательные практики**

Двигательные практики в методе ДМД способствуют улучшению телесного осознания и эмоциональной интеграции. Движение помогает пациентам выражать и прорабатывать эмоции через физические действия, что особенно важно для людей с зависимостями, у которых часто наблюдаются психосоматические симптомы (Van der Kolk, 2014).

Исследования демонстрируют значимость двигательной терапии в лечении зависимостей, показывая, что телесные движения могут способствовать снижению уровня тревожности и депрессии, улучшению настроения и общему повышению качества жизни пациентов (Afanasenko & Emelianenko, 2014).

Как указывают Козлов и Бубеев (2005), телесные движения играют ключевую роль в интеграции различных уровней психики, что позволяет пациентам развить осознание тела и навыки саморегуляции. Движение способствует не только снижению уровня стресса, но и улучшению координации и моторного планирования, что позитивно влияет на общую психофизиологическую устойчивость пациента.

### **Синергетический эффект**

Комбинированное использование дыхательных техник, музыкальной терапии и движенческих практик создаёт мощный синергетический эффект, который усиливает терапевтическое воздействие и способствует достижению глубокого и устойчивого исцеления. Этот подход позволяет учитывать индивидуальные потребности каждого пациента, что повышает эффективность лечения и снижает риск рецидивов.

Дополнительные исследования, такие как работа Бубеева и Козлова (2005), показывают, что использование изменённых состояний сознания в терапии позволяет достичь значительных результатов в интеграции личностных и трансперсональных аспектов психики. Интенсивные интегративные психотехнологии, такие как метод ДМД, способствуют не только лечению зависимостей, но и общей личностной трансформации и развитию.

### **Основные выводы**

1. Дыхательные техники способствуют значительному снижению уровня тревожности и депрессии у пациентов, улучшая их эмоциональное состояние и стабилизируя настроение.
2. Музыкальная терапия создаёт безопасное пространство для выражения и интеграции подавленных эмоций, способствуя эмоциональному исцелению и снижению психосоматических симптомов.
3. Движенческие практики помогают пациентам развить осознание тела и навыки саморегуляции, что способствует снижению уровня стресса и улучшению общей психофизиологической устойчивости.
4. Комбинированное использование дыхательных техник, музыкальной терапии и движенческих практик создаёт мощный синергетический эффект, который усиливает терапевтическое воздействие и способствует достижению глубокого и устойчивого исцеления.
5. Метод ДМД имеет большие перспективы в области терапии зависимостей благодаря своей универсальности и интегративному подходу. Будущие исследования должны быть направлены на изучение долгосрочных эффектов метода и разработку новых техник, которые могут дополнить и улучшить существующие практики.

### **Литература**

1. Дегтярёв А.А. Интегративная психология в реабилитации наркозависимости и людей с ВИЧ-инфекцией / Под ред. проф. В.В. Козлова. – Магнитгорск: МАПН, (2019).
2. 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.
3. Козлов, В. В. Современная личность: самоактуализация и самореализация / В. В. Козлов. – Ярославль : демидо, 2023. – 336 с. – ISBN 978-5-7312-0411-8.
4. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.
5. Козлов, В. В. Организационное поведение / В. В. Козлов, Ю. Г. Одегов, В. Н. Сидорова. – Москва : Компания КноРус, 2013. – 227 с. – ISBN 978-5-406-02467-6.
6. Козлов, В. В. Психология буддизма : монография / В. В. Козлов ; Владимир Козлов. – Москва : Ин-т консультирования и системных решений, 2011. – 187 с. – ISBN 978-5-91160-039-6.
7. Козлов, В. В. Субъектность как интегративный феномен природы и культуры в человеке / В. В. Козлов // Методология современной психологии. – Ярославль: Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, 2015. – С. 82-91.
8. Козлов, В. В. Духовное измерение самореализации в психологии / В. В. Козлов // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2019. – Т. 28. – С. 43-50. – DOI 10.26516/2304-1226.2019.28.43.
9. Козлов, В. В. Психология дзэн-буддизма / В. В. Козлов. – Ярославль : Титул, 2019. – 138 с.
10. Козлов, В. В. Психология дыхания, музыки и движения : Монография / В. В. Козлов. – Издание 3-е, дополненное и расширенное. – Ярославль : РПФ "Титул", 2019. – 196 с.
11. Козлов, В. Личность и бытие / В. Козлов. – Ярославль : РПФ "Титул", 2024. – 242 с. – ISBN 978-5-00202-447-6.
12. Brown, R. P., & Gerbarg, P. L. (2005). Sudarshan Kriya yogic breathing in the treatment of stress, anxiety, and depression: Part II—clinical applications and guidelines. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 11(4), 711-717.
13. Koob, G. F., & Volkow, N. D. (2010). Neurocircuitry of addiction. *Neuropsychopharmacology*, 35(1), 217-238.
14. Grof, S. (1988). *The adventure of self-discovery: Dimensions of consciousness and new perspectives in psychotherapy and inner exploration*. SUNY Press.
15. Koelsch, S. (2010). Towards a neural basis of music-evoked emotions. *Trends in Cognitive Sciences*, 14(3), 131-137.
16. Nedumpillil, N., Sinha, V. K., & Nagaraja, N. (2014). Effect of Sudarshan Kriya on male prisoners with nonpsychotic psychiatric disorders: A randomized control trial. *Asian Journal of Psychiatry*, 12, 50-55.

17. Metcalf, O., & Dimidjian, S. (2014). Initial psychometric properties of the brief self-control scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36(3), 482-492.

18. Uthaug, M. V., van Oorsouw, K., Kuypers, K. P., van Boxtel, M., Broers, N. J., Mason, N. L., ... & Ramaekers, J. G. (2022). Sub-acute and long-term effects of ayahuasca on affect and cognitive thinking style and their association with ego dissolution. *Psychopharmacology*, 239(5), 1511-1522.

19. Van der Kolk, B. A. (2014). The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma.

20. Afanasenko, A. E., & Emelianenko, L. E. (2014). The effectiveness of psychomotor therapy in the rehabilitation of drug addicts. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 5(4), 1000214.

Грац О. Ю.

## ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ МОДЕЛИ ЭКСПЕРТ-ОПЕРАТОРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

**Аннотация.** В статье рассматриваются потенциальные возможности и универсальность модели эксперт-операторного взаимодействия на примере тренинговой площадки. А также проанализирована связка значения эксперт-оператор в психологическом и процессуальном аспектах творческой и личностной самореализации.

**Ключевые слова:** площадка, эксперт-оператор, эксперт-операторное взаимодействие, поток, экстрасенсорный, творческие состояния сознания.

**Annotation.** The article examines the potential possibilities and versatility of the expert-operator interaction model using the example of a training platform. The author also analyzes the combination of the meaning of the expert operator in the psychological and procedural aspects of creative and personal self-realization.

**Keywords:** platform, expert operator, expert operator interaction, flow, psychic, creative states of consciousness.

Человек живет в мире энергоинформационных потоков. Информационный поток является постоянным и процессуальным по отношению к человеку. В каждый момент времени происходит информационная взаимообменность разного класса, спектра и уровня, входящего и исходящего направления, начиная с восприятия органов чувств, которое по сути является входящей информацией об окружающем мире и внутреннем мире самого индивида, и исходящего потока, который, как правило, соотнесен и выражен в каких-либо процессах жизнедеятельности человека.

Модель эксперт-операторного взаимодействия можно назвать универсальной моделью для описания и решения задач, процессов всевозможного спектра жизнедеятельности человека, включающей в себя все три основных уровня структуры личности: персону, интерперсону и трансперсону. Модель эксперт-операторного взаимодействия может быть

реализована в системе внутри личностных процессов – внутриличностной уровень персоны; или в системе отношений человек-человек, человек-социум в аспекте самореализации, что представляет собой межличностный интерперсональный уровень; а также в трансперсональном надличностном уровне: человек-природа, человек-Высшее Я, человек-Бог.

Рассмотрим подробнее процессуальность и структурность эксперт-операторной модели, через раскрытие понятий «эксперт-оператор», «эксперт-операторное взаимодействие» и «площадка».

Площадка сама по себе является уникальным пространством, имеющим определенный вектор направленности, согласно поставленным целям и задачам. Например, площадка для трансформационных игр, которая создается непосредственно для проведения трансформационной игры, или арт-терапевтическая площадка, для возможности реализации арт-терапевтического направления, будь то, арт-выставка или арт-терапевтические мастер-классы; тренинговая площадка для проведения тренинговых программ или площадка для проведения телесно-ориентированных, танцевально-двигательных практик и т. д.

Через метафорический язык описания, площадку можно представить, как холст, на котором создаются новые линии, формы, сюжеты, динамика развития или как пленка, на которой проявляется то, что было не проявлено. Говоря, к примеру, о танцевально-двигательных практиках – на площадке проявляется, вербализуется порой через движения тела тот слой внутренней жизни человека, который в силу различных обстоятельств был подавлен или вытеснен в область бессознательного.

Тренинговую площадку можно назвать трансформационным полем, в котором инициируются и разворачиваются процессы для решения поставленных задач в аспектах психокоррекционного и терапевтического направлений.

Человек или группа людей, которые выходят на тренинговую площадку являются непосредственным участником действия. Но может быть и такое, особенно в танцевально-двигательных практиках, что есть участники на площадке, а есть участники за границами пространственной площадки, которые являются свидетелями или наблюдателями какого-либо, как правило, трансформационного процесса. И тогда речь будет идти о внутренней площадке в мировосприятии каждого участника наблюдателя, на которой раскрывается весь спектр его личностных индивидуальных переживаний, эмоций, мыслей, чувств по отношению к наблюдаемым процессам. Таким образом, понятие «площадка» становится не только внешней пространственно-временной категорией, а может выступать как индивидуальное личностное внутреннее пространство человека, где актуализируются самые разнообразные психоэмоциональные процессы.

Для большего понимания внутренней психической реальности человека и глубины происходящих психоэмоциональных процессов В. В. Козлов ввел классификацию языков сознания, которые «встроены в реальное функционирование личности, они являются объектом отождествления, отношения и переживания личности» [4].

В классификации В. В. Козлова существует пять языков сознания, формирование которых происходило эволюционно по мере развития жизни человека «и в онтогенезе усваивались нами именно в этой последовательности: сначала ощущения, затем эмоции и чувства, затем образы и, наконец, символы и знаки» [5, стр. 64].

Язык ощущений – раскрывает палитру восприятия на телесном уровне через разнообразие модальности ощущений: вибрация, давление, напряжение, расслабление, движение, «чувствую каждой клеточкой» и т. д.

Язык эмоций и чувств – является эмоциональным реагированием, передает эмоциональные переживания, которые всегда индивидуальны и субъективны.

Язык образов – является основным языком, в котором отражается картина, как внутренней психической реальности человека, так и внешнего мира во всех возможных модальностях опыта [6].

Язык символов – выражается в «архетипической символике», созвучный первообразам человеческого сознания. Язык символов, как утверждал выдающийся русский психолог Л.С. Выготский, возникает уже на первом году жизни человека [6].

Язык знаков – как язык текста, самый молодой среди языков сознания в филогенезе, но при этом язык знаков является высшей формой реализации сознания – по предъявляемой сложности.

Данная классификация языков сознания: язык ощущений, эмоций и чувств, образов, символов и знаков – описывает «то сложное содержание феноменов, которое определяет индивидуальную субъективную реальность» [6].

Все, что человек воспринимает в своей индивидуальной субъективной реальности через языки сознания совсем условно можно обозначить как входящий информационный поток, который оказывает влияние на внутреннее психоэмоциональное содержание личности и как следствие на принятие решений и его последующие действия, которые также условно можно обозначить как исходящий поток. И здесь мы подходим к определению эксперт-оператора.

Впервые термины эксперт-оператор и эксперт-операторное взаимодействие были применены на семинарах Б. Е. Золотова по биоэнергетике и раскрытию творческих ресурсов человека в 90-е годы прошлого столетия, где качествами эксперта являлись способности максимально полно и ситуативно считывать, воспринимать необходимую информацию в определенно заданном контексте, т. е. эксперт – это тот, кто «серфит» входящие потоки информации. Причем акцент делался на раскрытие и развитие диапазона восприятия, который можно обозначить как выходящий за пределы привычного среднестатистического восприятия, с сторону тех качеств, которые принято называть экстрасенсорными. Или другими словами в сторону расширения сознания, утончения восприятия и наработки сверхчувствительности. Этому способствовали определенные упражнения и практики, к примеру, такие как «Информационный след», «Близнецовый режим» и многие другие. В упражнении «Информационный след» наработка качеств экспертности,

усиление восприимчивости и чувствительности происходила за счет тренировки навыка телесной чувствительности к информационному сигналу-следу, оставляемому в пространстве, когда один человек идет с закрытыми глазами за другим человеком, повторяя его траекторию, т. е. идет по его информационному следу. Практические упражнения были тем инструментарием, который помогал тренировать и нарабатывать новые способности и качества, например, чувствовать состояние другого человека на расстоянии, чувствовать его настроение, его мысли, сонастроившись с ним говорить на одном языке, читать книги с закрытыми глазами и т. д.

При всей огромной значимости развития и наработки экспертных качеств важно понимать, что для человека и его целей саморазвития и самореализации, эксперт со своими супер-способностями без целедостигающей активности оператора – не является целостным. Именно целостная дуальность структуры эксперт-оператора актуализирует его потенциальные возможности. Мало обладать талантом, важно его реализовать. Как точно отметил А.П. Чехов: «Талант – прежде всего труд» [10]. Именно оператор, в эксперт-операторной модели, отвечает за действия, ведущие к реализации целей. И это подтверждается этимологией понятия оператор. Оператор происходит от латинского слова *operator* – действующий, выполняющий работу.

Эксперт в переводе с латинского *expertus* – означает опытный, т. е. сведущий в своем деле, опирающийся на опыт. В толковом словаре Т. Ф. Ефимовой, эксперт – это специалист в какой-либо области знаний, привлекаемого для того, чтобы высказать свое мнение, дать заключение по какому-либо делу, вопросу [6]. Так, например, в психологии экспертом соответственно будет являться специалист-психолог, обладающий знаниями в области психологии и опирающийся на свой профессиональный опыт. По С. И. Ожегову, эксперт – специалист, дающий заключение при рассмотрении какого-нибудь вопроса, например, судебный эксперт [8].

В данном анализируемом контексте раскрытия смыслового значения связки эксперт-оператора, эксперт – обладает опытом, оператор действует в соответствии с опытом эксперта. И здесь речь не идет только о профессиональных качествах человека, которые он предъявляет в процессе социальной реализации, идентифицируя себя с той или иной профессией. Эксперт, как уже упоминалось ранее, может быть проявлен на всех трех уровнях личности: внутриличностном, интерперсональном и трансперсональном уровнях, одновременно являясь суммарным вектором знаний и опыта прошлого, входящих потоков информации настоящего времени, при этом удерживая фокус на перспективу будущего в русле решения поставленных задач.

Экспертно – это значит ситуативно или потоково, в соответствии с постоянно изменяющимися обстоятельствами и условиями настоящего времени. Таким образом получается, что основной навык эксперта – это навык пребывания в потоке и навык умения вычленивать из общего информационного поля – необходимую информацию, для решения конкретно заданной задачи. примерно также как в упражнении информационный след. Основной навык оператора – действовать, созидать, преобразовывать.

Целостность эксперт-операторной модели – это как монада инь и янь, женское и мужское. Если говорить про эксперт-оператора архетипическим языком К. Г. Юнга, то эксперт – это прообраз Анимы, принимающий и чувствующий, а оператор – олицетворяет собой энергию Анимуса, энергию действия, реализации и целедостижения. Анима и Анимус являются архетипическими конструктами в юнговской психологии, выражающими женское (Анима) и мужское (Анимус) начало в интерперсональном бессознательном. Антропологически женское начало соответствует пассивному принципу природы [7]. Мужское соответственно активному.

Психологическому портрету эксперта в эксперт-операторной модели взаимодействия присущи такие качества, как эмпатия, чуткость, спонтанность, интуитивность. Качествами оператора являются решительность, действие, уверенность, целедостигающая активность, Демиурговое творческое начало.

Таким образом, получается, что не только эксперту, но и оператору присущи творческие ресурсные состояния сознания – состояния потока, то, особое состояние психики, которое характеризуется согласно трансперсональной теории как вовлечение в холоддвижение, выход за рамки, за иное восприятие окружающего пространства.

С. Гроф описывает состояние потока как «...характеризующиеся особыми трансформациями сознания, связанными с изменениями во всех сферах восприятия с сильными и зачастую необычными эмоциями, а также с глубокими переменами в мыслительных процессах» [1, стр. 16].

Заглянув еще глубже в историю буддизма на 25 тысяч лет назад, можно обнаружить в буддийской философии, что понятие «поток» обозначает пробуждение сознания. В одной из старейших школ буддизма в традиции тхеравада поток – это первая стадия вхождения в нирвану [3].

В своих исследованиях потока М. Чиксентмихайи пишет: «Быть полностью вовлечённым в деятельность ради неё самой. Это отпадает. Время летит. Каждое действие, движение, мысль следует из предыдущей, словно играешь джаз. Всё твоё существо вовлечено, и ты применяешь свои умения на пределе» [9].

Находясь в состоянии потока человек полностью погружен в процессуальность действия и его осознания, что вызывает ощущения, свободы, радости, чувство полного удовлетворения и собственного мастерства.

Подытоживая краткое введение в описание модели эксперт-операторного взаимодействия можно сделать вывод о ее значительном творческом потенциале в силу того, что:

во-первых, существует развитие внутри самой модели как укрепление, усиление связи между экспертностью и операторностью, между чувствующим и действующим, воспринимающим и созидающим, между входящими и исходящими потоками энергии и информации на внутренней площадке восприятия человека;

во-вторых, эксперт-оператор реализуется в потоке, через творческие ресурсные состояния сознания, через выход за пределы своего привычного пространства в открытие новых измерений, потому что сам процесс творчества



– всегда трансцендентен, и ведет человека ко встрече с его самостью, в глубину переживания «потока», в состояния свободы, всемогущества, сопричастности с Бытийностью макро и микрокосмоса. В следствии чего, человек переживает всемогущество Творца, становится Демиургом своей реальности, реализуя вектор своих внутренних потенций;

в-третьих, еще большему раскрытию потоковости и, следовательно, повышению эффективности модели эксперт-операторного взаимодействия способствуют интегративные психотехнологии, такие как ДМД, направленные визуализации, интегративные телесно-ориентированные, танцевально-двигательные, арт-терапевтические практики. А тренинговая площадка является универсальным полигоном для использования инструментария интегративных психотехнологий в обучающих, психокоррекционных и терапевтических целях наработки новых качеств эксперт-оператора, актуализации образов Я-потенциальное и Я-творческое, а также коуч-стратегий, направленных на раскрытие и реализацию потенциала личности.

Список литературы:

1. Гроф С. За пределами мозга. Рождение, смерть и трансценденция в психотерапии. – М.: Ганга. – 2018. – 528 с. Дворкин, Ю.К. Чернышенко // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1997. – № 2. – С. 32-34.
2. Ефремова Т. Ф. Современный толковый словарь русского языка: в 3 томах: около 160 000 слов / Т. Ф. Ефремова. – Москва: АСТ, 2006
3. Козлов В. В. Интегративная психология: Пути духовного поиска, или освящение повседневности. – М.: Психотерапия, 2007. – 528 с.
4. Козлов В. В. Психотехнологии измененных состояний сознания. Личностный рост. Методы и техники. М.: Изд-во Института психотерапии, 2001 – 384 с.
5. 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.
6. Козлов В. В., Психология сознания: интегративный подход. М., Психотерапия, 2022 – 274 с.
7. Козлов В. В. Современная личность: самоактуализация и самореализация. М., Издательство ИП Петросян, 2023 – 336 с.
8. Ожегов, Сергей Иванович. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова; Рос. акад. наук, Ин-т рус. яз. им. В. В. Виноградова. – 4-е изд., доп. – Москва: ИТИ Технологии, 2006. – 941 с.
9. Чикесентмихайи М. В поисках потока: Психология включенности в повседневность. Москва. Альпина нон-фикшн, 2011.
10. Чехов А. П. [Электронный ресурс]. URL: <https://kartaslov.ru/> (дата обращения: 14.08.2024).

**Дегтярёв А.А.**

# ПРОБЛЕМА ЭФФЕКТИВНОЙ ИДЕНТИФИКАЦИИ И АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В БОЛЬШОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ГРУППЕ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ В БИЗНЕСЕ СЕРВИСНОГО СЕГМЕНТА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ.

**Аннотация.** В настоящей статье рассматривается интегративная модель управления изменениями поведения корпоративных клиентов и сотрудников компании для повышения эффективности идентификации и адаптации, как механизма повышения лояльности клиентов и сотрудников в новых социально-экономических условиях.

**Ключевые слова:** интегративная психология, управление изменениями, лояльность клиентов и сотрудников.

**Annotation.** This article discusses an integrative model for managing changes in the behavior of corporate clients and employees of the company to improve the effectiveness of identification and adaptation as a mechanism for increasing customer and employee loyalty in the new socio-economic conditions.

**Key words:** integrative psychology, change management, customer and employee loyalty.

Сегодня каждый человек использует в течение дня десятки ролевых сценариев и ролевых моделей. Способность компании создать эффективную систему быстрой идентификация актуальной ролевой интрапсихической модели личности с брендом, продукцией, коллективом является не просто конкурентным преимуществом, а необходимостью для жизни компании.

В настоящее время мы наблюдаем, как развитие средств коммуникации, глобализация экономики и её последующий распад на региональные кластеры, цифровизация нашей жизни и мгновенное распространение информации через соцсети и мессенджеры, в корне поменяла парадигму производства и продвижения продукции. Сегодня мы живем в мире потребителя, когда он выбирает что и когда купить, как и для чего использовать.

Потребность в повышении эффективности идентификации и адаптации личности в больших группах сегодня стала не только как социально-политическая, но и как бизнес-реальность. Социальные сети позволяют создавать уникальные социальные группы, видеохостинги объединяют вокруг амбассадоров миллионы и десятки миллионов. В чем этот феномен? Почему никому неизвестные люди собирают гигантские сообщества, в то время как традиционные лидеры рынка терпят крах? Ответы на эти вопросы мы разберем далее в настоящей статье.

Неудовлетворенность потребности компаний в управленческом персонале и в исполнительском звене клиентского сервиса приводит к снижению привлекательности компании как для клиентов, так и для сотрудников.

В настоящей статье мы рассматриваем проблему интеграции и адаптации человека в большие социальные группы в практической сфере бизнеса, связанного с оказанием услуг – медицина, образование, сервисные компании по

управлению жилищными комплексами, торговые сети. Эти разные по бизнес-технологиям и инструментарию сферы бизнеса объединяет фундаментальная система, направленная на решение базовых психологических потребностей всех участников процесса. В целях настоящей статьи мы выделим две из них – идентификация и адаптация в большой группе. Мы также рассмотрим способы повышения эффективности идентификации и адаптации человека в современной бизнес-среде.

На современном рынке монополистической конкуренции клиент является источником благосостояния компании. На борьбу за его внимание, благосклонность, приверженность направляются миллиарды рублей. Миллионы специалистов трудятся в этой сфере – маркетологи, дизайнеры, технологи и множество других профессий. Все они через свои профессиональные инструменты решают задачу эффективной идентификации клиента с большой социальной группой других клиентов, сотрудников и других амбассадоров компании.

При этом большинство таких специалистов не рассматривают свою деятельность через призму социальной психологии и поставленную в ее свете проблему эффективной идентификации с большой группой. Более того, они не видят, но претендуют решение сложнейшей задачи - устойчивое изменение поведения клиента в отношении продукта, услуги или клиентского сервиса.

Таким образом такая базовая проблема бизнеса, как недостаточное количество лояльных клиентов большинством руководителей и сотрудников клиентского сервиса решается без учета закономерностей социальной психологии, в частности в контексте идентификации личности с большой социальной группой.

Если мы более пристально посмотрим на предлагаемые маркетинговые модели, которые декларируют исследование потребностей клиента для их последующего удовлетворения, то мы увидим две большие группы компаний – крупные международные корпорации, которые используют в создании продуктовой линейки и своих рекламных компаниях инструменты современной социальной психологии и остальные локальные компании, которые ограничиваются методами бихевиористов начала 20 века, основанных на физиологии стимул-реакция.

Такие гиганты, как Google, Apple, Samsung, Amazon, бизнес которых основан на клиентском сервисе высокого уровня используют более современные способы управления поведением человека. Основателям и руководителям российских сервисных компаний от таких гигантов как Сбер, ВКонтакте до микро-компаний в сфере образования, красоты, здоровья, клиентского сервиса важно понимать и использовать современные актуальные модели повышения эффективной идентификации

Основатель западной научной парадигмы механизма изменения поведения Дж. Уотсон считал, что основой для изменения поведения служит формула стимул-реакция, а изменение поведения обусловлено изменениями внешней средой – звуками, пищей, образами. Нельзя не отметить, что изучение подобных механизмов также были и в русской научной сфере. И.М. Сеченов изучал

рефлексы головного мозга и пришел к выводу о наличии в головном мозге системы центрального торможения. Великий русский физиолог, лауреат Нобелевской премии И.П.Павлов вывел базовый принцип бихевиоризма классического (респондентного) обуславливания.

На базе этих принципов и опытов создавались глобальные системы обуславливания, которые были необходимы для эпохи индустриализации производства, начала 20-го века. В такой системе тотального разделения по уровню жизни не было необходимости создавать идентичность с брендом, продуктом. Классовая и расовая принадлежность была основным источником идентификации личности в западном обществе первой половины 20 века.

В Советском Союзе в этот же период появилась потребность в новой идентичности. Формировалась новая идентичность «советский человек». Повышение уровня образования населения требовало другого подхода в создании мотивации на изменение поведения. Такой психологический подход разработали советские психологи С.Л.Рубенштейн и А.Н.Леонтьев, которых мы сегодня называем отцами-основателями деятельностного подхода. В отличие от классической идеи бихевиоризма стимул-реакции, базовый принцип теории деятельности основатели сформулировали как «единство сознания и деятельности». Дальнейшие исследования и разработки теории деятельности сформулировали проблему общности строения внешней и внутренней деятельности. Внутренняя деятельность сознания «субъект» неразрывно связано с внешним миром «объектом» так, что деятельность не является совокупностью рефлекторных реакций на внешний стимул, а является осознанным набором действий по достижению целей и регулируется сознанием. Такой подход за счет осознанной идентификации создавал условия для повышения эффективности производства, науки, военных и космических технологий.

Тем не менее образ героического советского человека, создававшийся в литературе и кино для идентификации людей во время и после Великой Отечественной войны, в 70-х 80-х годах заметно потускнел. Психология высших достижений уступала место бытовой психологии комфорта. Зарождалась потребность в новой идентификации, которую, мы можем констатировать как факт, руководство страны не приняло во внимание.

На западе после ужасов второй мировой войны, с появлением в западных странах политики создания образованного среднего класса в западной психологии сформировалась новая экзистенциально-гуманистическая парадигма, которая в центр психологии поставила бытие и смыслы. С появлением этой волны психологии отношение к поведению человека в бизнес среде меняется в сторону субъектности клиента, то есть клиент становится в глазах производителя товаров и услуг более свободным в своем выборе.

Научная мысль не стоит на месте. Мы стали свидетелями создания и институализации трансперсональной психологии С.Грофа, коммуникативной парадигмы д.пс.н. В.А.Мазилова, психосемантики д.пс.н. В.Ф.Петренко. Все эти замечательные научные картины психологической реальности человека показывают, насколько многогранна личность и сознание человека и насколько

необходимо в практической психологии создание универсального инструментария психологической помощи личности.

В конце 20 века доктор психологических наук Владимир Васильевич Козлов основал интегративную психологию, как новую парадигму интеграции предыдущих психологических направлений – от биологической психологии И.А.Павлова до трансперсональной психологии С.Грофа. Интеграция самых различных направлений психологии от нейропсихологии до психологии духовности позволяет увидеть целостную, холистическую картину человека.

Ясное представление об архитектонике личности и природе сознания человека, которое предлагает интегративный подход в психологии сознания, позволяет нам сегодня высветить глубину и увидеть новую грани проблемы идентификации и адаптации человека в современных больших группах. Интегративная психология дает нам новые возможности создания современных моделей и психотехнологий повышения эффективности адаптационных возможностей клиентов и сотрудников в человеко-центричном бизнес-пространстве.

Обозначив большими штрихами развитие некоторых аспектов психологии 20 века в контексте потребности бизнеса в изменении поведения клиентов мы обнаружили динамику механизмов идентификации от рефлекторной до осознанной, наполненной смыслами, мы можем сделать вывод о том, что повышение эффективности идентификации современного человека лежит в сфере создания моделей поддержки осознанного свободного выбора.

Такой моделью мы считаем транстеоретическую модель изменения поведения (Transtheoretical Model of Behavior Change (TTM) James O. Prochaska) Дж.Прочаска.

Мы познакомились с моделью Джеймса Прочаска в 2004 году, когда развивали новое направление в медицине - прямой немедицинский сервис для людей с социально значимыми заболеваниями и хроническими патологиями (ВИЧ, гепатит, зависимости, онкология, сердечно-сосудистая патология).

Представленную транстеоретическую модель мы использовали в проектах формирования приверженности к новым формам здорового поведения пациентов с хроническими заболеваниями с 2004 по 2010 год. За это время мы провели практическое тестирование и обнаружили определенные сложности в реализации проектов.

Указанная модель была разработана и использована для оценки механизма изменения поведения людей никотиновой зависимостью. Изменения происходят по одному сценарию как в сторону изменения поведения «не курил-курит», так в обратную сторону «курил-не курит". В транстеоретической модели изменения поведения выделены 6 стадий идентификации и адаптации человека в большой группе, ведущих к изменению поведение:

1. Precontemplation – предобдумывание
2. Contemplation – созерцание
3. Preparation – подготовка, планирование
4. Action – действие
5. Maintenance – поддержание

## 6. Termination – завершение

В своих исследованиях, которые Дж.Прочаска описал в книге «Changing for Good: A Revolutionary Six-Stage Program for Overcoming Bad Habits and Moving Your Life Positively Forward» рассматривал транстеоретическую модель поведения для самопомощи при зависимости от вредных привычек, в итоге которых идентификация человека с группами здорового стиля жизни была результатом прохождения этих шести стадий. В настоящее по этой модели разработана специальная программа самопомощи SMART-Recovery для людей, стремящихся освободиться от патологических зависимостей, которая помогает найти им новую идентичность и начать таким людям новую главу здоровой жизни.

В отличие от идей самопомощи, заложенных в исследованиях и публикациях Дж.Прочаска, мы взяли эту модель за основу методических разработок для специалистов, помогающих наилучшим способом провести идентификацию с группой выздоравливающих пациентов и адаптацию к новому стилю жизни.

Используя данную модель в наших клиентских программах изменения поведения с 2004 года, за 20 лет практики и теоретического анализа мы получили практическую и научную основу для создания интегративной модели изменения поведения, адаптированную для российского сегмента бизнеса услуг премиального уровня.

На основе этой модели мы реализовали более 30 проектов и создали новые организационные системы и технологии для формирования приверженности к новому стилю жизни. В контексте медицинской проблемы приверженность мы используем как преданность своему здоровью, лечебной организации, процессу лечения. В отличие от концепции контролируемого лечения, применяемого в патерналистском подходе, мы внедрили в лечебный процесс пациент-центричный развивающий подход, который в последствии развился в интегративную модель управления изменениями поведения.

Этот подход дает нам возможность создать масштабируемый бизнес-процесс, способный в рамках единого стандартизированного пути клиента персонализировать важные аспекты помощи в соответствии с его текущими физическими потребностями, материальным положением, социальным статусом, психологическим состоянием. При этом модель работает как на группе клиентов, так и на группе сотрудников.

В процессе развития интегративной модели управления изменениями поведения мы пришли к принципу «приверженность клиента начинается с приверженности сотрудника». По какой модели происходит идентификация и адаптация сотрудника в компании, эту же модель сотрудник берет за основу интеграции и адаптации клиента. Таким образом, мы видим, что выбор руководителем модели интеграции и адаптации сотрудников напрямую влияет на модель отношений между сотрудником и клиентом.

В своих проектах мы ставили задачи разработать организационную модель и наполнить ее технологиями управления изменениями поведения пациентов. Для оценки эффективности наших изысканий мы провели лонгитюдное

исследование продолжительностью 7 лет, для группы людей из 239 пациентов с хроническими заболеваниями, которое показало устойчивую идентификацию с референтными социальными группами, с новым стилем жизни, связанную с осознанным отношением к своему здоровью.

В результате исследований и практических разработок мы получили интегративную модель управления изменениями поведения, как эффективную систему идентификации и адаптации личности с компанией, с комплексом предоставляемых услуг и продуктов для более 10 тысяч клиентов в сфере здравоохранения и проверили её эффективность и практическую значимость в различных сферах клиентских услуг – премиальные продажи и обслуживание автомобилей Mercedes, услуги нефтебазы, частный бизнес сферы красоты и здоровья, клиентский сервис управляющих компаний, клиентский сервис в сфере услуг по ремонту и отделке жилых помещений класса бизнес и премиум.

Апробация нашей модели в бизнесе клиентского сервиса с 2017 года по 2024 года показала её эффективность не только в повышении индексов удовлетворённости и лояльности клиентов NPS и CSI, но и повышение индекса лояльности сотрудников eNPS. Таким образом интегративная модель управления изменениями поведения помогает решить проблему идентификации и адаптации как клиентов, так и сотрудников с помощью организационных и психологических сценариев по следующим фазам:

Фазы интегративной модели управления изменениями поведения:

1. Фаза первая «Неведение». В начале этой фазы человек чувствует, что текущее положение дел его не устраивает, появляется устойчивое ощущение напряжения. Таким примером неведения является традиционная претензия по зарплате с последующей манифестацией «мне так мало платят, что я не обязан стремиться к лучшему качеству, и так сойдет». Происходит подмена причины и следствия. Задача, которая стоит перед специалистами компании – сделать для сотрудника или клиента явными причинно-следственные связи недовольства, убрать искажения и при необходимости развернуть на 180 градусов причинно-следственную связь. Технологический арсенал специалиста на этой фазе основан на безконфронтационной методике мотивационного интервьюирования. На этой фазе специалисты задают интенции к пониманию, с учетом того, что на следующей фазе будут естественные процессы сопротивления.

2. Фаза вторая «Сопротивление изменениям». На этой фазе человек проживает утрату психологических и социальных опор прежнего поведения. Благодаря действиям специалистам на первой фазе, неведение уходит, обнажая болезненную правду. При этом человек испытывает стресс, часто сравнимый с утратой близких людей, что соответствует 100 баллам по шкале Холмса и Рэя. Чувство утраты, проживаемое личностью после прояснения неведения связано с прояснением амбивалентности процессов, проживаемых в неведении. Появляется ощущение утраты смыслов, а также времени, сил, финансов, даром потраченных в неверном поведении. Защитный механизм на этой фазе такой же, как переживания утраты своей жизни при онкологии, описанный монографии В.В.Козлова, М.В.Кукиной «Психология смерти». Он состоит из шести этапов шок-отрицание-гнев-торг-депрессия(горевание)-принятие.

Это этап самый продолжительный по времени. В наших наблюдениях человек пребывает на этой фазе около 70% всего времени цикла изменений. Технологическое наполнение этой фазы для специалистов, управляющих изменениями, основано на методологии поддержания в процессе принятия утраты. Более детально мы наполним содержанием психологическими техниками и психотехнологиями в следующих публикациях. Сделаем лишь особую отметку о стадии горевания, как необходимой для разворота вектора сознания от утраченного прошлого к неопределенному будущему. Человек в этой стадии уже признал, что утрата безвозвратна, что невозможно «развидеть» увиденное и забыть проявленное, но впереди темный туман неопределенности. Эта стадия переходит в стадию принятия, когда первые робкие попытки представить будущее становятся более спокойными и уверенными.

3. Фаза третья «Размышление». В результате разворота вектора внимания в конце второй фазы человек включается в процесс размышлений, мечтаний и визуализации неопределенного нового будущего. Мы используем термин размышление, в отличие от термина «созерцание» в транстеоритической модели, так как задачей специалиста на третьей фазе становится помощь в осознании образов возможного будущего. Поэтому на этой фазе используем не только методы направленной визуализации, а еще помогаем развить способность к мышлению. Чтобы термин «мышление» стал функционально понятным для специалиста, управляющего изменениями, мы приняли собственную формулировку этого понятия.

Мышление – приобретенная способность создания ментальных моделей мира, людей, предметов, явлений и процессов на пяти языках сознания.

Пять языков сознания – тела, эмоций, образов, символов и знаков. Способность к внутренней коммуникации личности, а именно соединить ощущения с образом, эмоциями, символизмом и проговорить (описать) это рациональным способом с помощью слов, формул и цифр, является базовой компетенцией личности на третьей фазе. Специалист использует технологии визуализации и моделирования будущего, техники развития внутренней коммуникации, помогает расширить размерность мышления, то есть показывает способы соединения различных субмоделей в единую холистическую модель. Наилучшим способом развития этой компетенции это изучение архитектоники собственного Я на основе архетипических образов, зашитых в цивилизационную культуру.

В итоге, при переходе из третьей фазы в четвертую человек осознает архитектонику мира, себя, других, понимает множественность психических пространств, способы построения взаимосвязей между всеми элементами интрапсихической и физической реальности для принятия оптимального решения.

4. Фаза четвертая «Решение». На этой фазе специалист управления изменениями помогает сделать выбор из уже созданных на третьей фазе альтернативных моделей желаемого будущего. Специалист опирается на выработанные компетенции мышления, визуализации и внутренней коммуникации между языками сознания для получения сенсорного опыта



когерентного проживания каждой из имеющихся моделей желаемого будущего. На этой фазе происходит интрапсихическая идентификация личности с новым групповым окружением, соответствующим образу будущего. На этой фазе специалист помогает прочувствовать выбранный вариант будущего, для чего использует психотехнологии индуцирования расширенных состояний сознания, таких как ДМД – Дыхание-Музыка-Движение, глубокие медитативные путешествия, субъект-субъектные коммуникации специалиста и клиента, душевные диалоги по технике доведения до конца. Таким образом мы переформулируем выбранную модель будущего в осознанный замысел и формируем основу для следующих фаз.

5. Фаза пятая «Действие». Для клиента это героическая фаза, так как человек делает решительный шаг и действует по выбранной модели, реализует первый шаг замысла. Важным индикатором эффективности этого действия это когерентность ощущений предыдущей фазы и фактических ощущений от действия в физической реальности. Эта краткосрочная фаза. Однократное действие позволяет протестировать адекватность замысла и соответствие ожидаемых результатов фактическим. На этой фазе мы используем принципы деятельностного подхода единства сознания и деятельности, что позволяет перейти на следующую фазу.

6. Фаза шестая «Поддерживающая рефлексия». Использование теории деятельности на этой фазе позволяет специалисту провести клиента по циклу замысел-деятельность-рефлексия, до тех пор, пока новая деятельность не станет обычной, не требующей усилий сознания. Сформированная привычная деятельность на этой фазе является результатом фактической идентификации и адаптации личности к новым социальным реалиям.

7. Рецидив мы рассматриваем не как фазу, а как естественный процесс, в котором каждый человек по различным мотивам может вернуться к прежнему поведению после завершения стадии принятия второй фазы. Наши наблюдения показывают существенную разницу между торгом, как стадией «бунт на коленях», «покорность несправедливости» и фазой «Рецидив». Во второй фазе на стадии торг еще нет изменения поведения, но есть стремление вернуться к прежнему поведению. В седьмую фазу человек может соскользнуть с 3, 4, 5 и 6 фаз.

Главным ресурсом специалиста по управлению изменениями в этом случае есть удержание безоценочного отношения к рецидиву. Когда специалист не обесценивает уже пройденный путь, он помогает быстро вернуться на 3, 4, 5 или 6 фазу. Если же произойдет эмоциональная конфронтация и девальвация достигнутых перемен, то клиент может вернуться в стадию сопротивления и надолго остаться в прежнем поведении.

Рассмотренная интегративная модель управления изменениями поведения на практике реализуется различным набором инструментария. Рекламодатели федеральных каналов используют 20 секундные ролики, созданные по предлагаемому сценарию, в то время как серьезные изменения идентичности корпоративной культуры и адаптации в новых социальных группах, таких как выход на новые социальные группы клиентов, расширение продуктовой

линейки, увеличение штата и принятие новых сотрудников требуют от 6 до 12 месяцев.

В начале нашей статьи мы разделили компании на две неравноценные группы – крупные успешные и локальные компании, которые сталкиваются с дефицитом кадров и клиентов, вследствие неверно выбранной модели идентификации и адаптации как клиентов, так и сотрудников с компанией, как большой группой. В результате, у такого бизнеса слабый входящий финансовый поток, повышение давления конкурентов и разрушение.

Применяя интегративную модель управления изменениями поведения для аудита общедоступной информации о компаниях первой группы, мы можем сделать вывод, что высокая эффективность идентификации и адаптации клиентов этих компаний основана на модели осознанного отказа клиентов от прежнего поведению в пользу желаемого для компании поведения. При этом исследователи, которые не могут использовать интегративную модель, будут уверены, что речь идет об использовании базового принципа стимул-реакция.

Например, рассмотрим сервис видеохостинга Ютуб, в чем его популярность для клиентов. Классический бихевиорист скажет, что стимул просмотр видеороликов приводит к дофаминовой реакции. С точки зрения частного случая будет прав. Если мы посмотрим на вопрос популярности Ютуб с интегративной холистической позиции такая аргументация бихевиористического толкования недостаточна. Так как не проясняет, в чем преимущество сервиса Ютуб перед другими подобными сервисами видеохостинга, такими как Дзен, ВКонтакте или Рутуб. Или другой аспект – огромная популярность видеороликов неразвлекательного контента, таких как узкопрофессиональные видеоролики электриков, поваров, художников, подкасты психологов, педагогов.

Когда мы рассмотрим феномен Ютуб через призму интегративного подхода мы увидим, что его популярность результат кропотливой настройки по сценарию осознанного выбора и создания привычного поведения как среди клиентов, так и среди создателей контента.

Изменения поведения клиентов сервиса как со стороны потребителя «Не смотрел – стал смотреть Ютуб», так и со стороны создателей контента «Не создавал видео для Ютуб – стал создавать» есть результат специального сценария эффективной идентификации и интеграции в большие группы пользователей сервиса.

Сегодня мы наблюдаем процесс миграции пользователей сервиса Ютуб из-за ограничений скорости передачи пакетов. Не вдаваясь в политико-экономические причины такого технического решения властей нашей страны, а анализируя сервисы, куда переходят пользователи и создатели контента, мы отмечаем, что между российскими сервисами существует большая разница в популярности. Вышеназванные ВКонтакте, Дзен или Рутуб по-разному видят методы повышения привлекательности. Результаты идентификации и адаптации новых пользователей видеохостинга напрямую связан с глубиной понимания этих социально-психологических процессов бенефициарами и руководителями компаний.

Таким образом мы используем предлагаемую интегративную модель управления изменениями поведения как научную основу и практическую методику оценки эффективной идентификации и адаптации личности в бизнесе для аудита лидеров и аутсайдеров рынка и с целью повышения эффективности идентификации и адаптации клиентов и сотрудников к новым большим группам в условиях расширения и мультипликации бизнеса, изменения логистических схем, изменения потребностей клиентского сервиса.

Библиографический список:

1. Дегтярёв А. А. Интегративная психология в реабилитации людей с наркозависимостью и ВИЧ-инфекцией / Под ред. проф. В. В. Козлова. – Магнитогорск: МАПН, 2019. – 337с.
2. Дегтярев, А.А., Мультипрофессиональная команда как организационная технология снижения рисков передачи ВИЧ-инфекции от матери ребенку / А.А. Дегтярев А.А., Л.Ю. Дегтярева // Сборник тезисов VI международной конференции по ВИЧ/СПИДу в Восточной Европе и Центральной Азии – 2018. – С. 147-148.
3. Дегтярёв А.А., Дегтярёва Л.Ю. Роль мотивационного компонента в процессе стационарной реабилитации лиц с зависимостью от психоактивных веществ. //ЧФ: ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ – 2019. – No1(37). – С. 145-150
4. Козлов В.В., Кукина М.В. Психология смерти. М.: Институт консультирования и системных решений, 2016. – 376 с.
5. Козлов В.В. Психология кризиса. Монография – М.: Институт консультирования и системных решений, 2014 – с.527
6. Козлов В.В., Интегративная психология: пути духовного поиска или освящение повседневности. М., Психотерапия, 2007 – 528 с.
7. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.
8. Козлов, В. В. Организационное поведение / В. В. Козлов, Ю. Г. Одегов, В. Н. Сидорова. – Москва : Компания КноРус, 2013. – 227 с. – ISBN 978-5-406-02467-6.
9. Potrikeeveva, O.L., Suprun, N.G., Ispulova, S.N., (...), Slepukhin, G.V., Degtyarev, A.A// Social rehabilitation of drug addicts in Russia: Problems of organization at the current stage and prospects for further development //Man in India – 2017
10. Prochaska, J.O., Norcross, J.C. & DiClemente, C.C. (1994). Changing for Good. New York: Morrow. ISBN 0-688-11263-3

Дегтярёва Л. Ю.

**ПУТИ РАЗРЕШЕНИЯ КРИЗИСА УПРАВЛЕНИЯ ЧАСТНЫМИ  
МЕДИЦИНСКИМИ ОРГАНИЗАЦИЯМИ. ИНТЕГРАЦИЯ  
ИНСТРУМЕНТОВ ВЕРШИННОЙ ПСИХОЛОГИИ В СИСТЕМУ**

## ПОДГОТОВКИ СОВРЕМЕННОГО РУКОВОДИТЕЛЯ.

### **Аннотация**

Спрос на компетентных руководителей, опережает скорость развития отрасли частной медицины, у руководителей отсутствует управленческий опыт, уровень компетенций низкий. Программы подготовки руководителей не учитывают особенности личности и способности к управлению людьми. Статья рассматривает пути разрешения кризиса управления через интеграцию инструментов вершинной психологии в систему подготовки руководителя клиники.

**Ключевые слова:** кризис управления, частная медицина, вершинная психология.

### **Annotation**

The demand for competent managers is outpacing the speed of development of the private medicine industry, managers lack managerial experience, and the level of competence is low. Executive training programs do not take into account personality traits and the ability to manage people. The article examines the ways to resolve the management crisis through the integration of vertex psychology tools into the training system of the clinic head.

**Keywords:** management crisis, private medicine, top psychology.

Кризис управления является острой темой для многих профессиональных сфер в силу несоответствия компетенций современного руководителя скорости и многообразию вызовов существующей реальности.

Неоспоримым фактом является рост неудовлетворенности населения доступностью и качеством медицинской помощи.

Сложности с получением бесплатной медицинской помощи, сокращение доли государственной медицины и рост в ней количества платных услуг, а также рост числа мигрантов будут способствовать дальнейшему развитию негосударственного сектора, считают аналитики «РБК Исследования рынков».

[2]

По мнению издательства New Challenges for Management in Times of Uncertainty, доверие россиян к отрасли частной медицины растет, вследствие чего растет и количество пациентов частных медучреждений. В целом эксперты прогнозируют рост спроса на частную медицину.

Кризис управления частными медицинскими организациями, имеют свои причины и особенности.

Спрос в компетентных управленцах значительно опережает темпы роста частного сектора здравоохранения. Роль руководителей частной организации выполняют вчерашние врачи, у которых отсутствует опыт управления процессами и людьми, управленческие компетенции либо недостаточны, либо вовсе отсутствуют [14].

Образовательная система не справляется с количеством и качеством подготовки руководителей современных клиник. Программы подготовки врачей по специальности организатор здравоохранения, менеджер здравоохранения, не

удовлетворяют реальным запросам управления частной медицинской организации.

В частном секторе управленцы из государственной системы работать не могут в силу отсутствия специфики знаний и мышления необходимых для управления бизнес-процессами. [1]

Должности главный врач и управляющий организацией включают разный функционал, со своей зоной ответственности. Конфликт заключается в том, что главный врач, как руководитель клинического отдела, часто отстранен от финансовой аналитики, не вникает в систему бизнес-процессов, хотя от него требуется организовать реализацию дорогостоящих услуг врачами, чему не главный врач, не рядовые врачи не обучены и не хотят обучаться.

Растет понимание основателей клиник ценности репутационного капитала. Для этого необходим руководитель, нацеленный на человекоцентричный подход [11] и ценностно-ориентированную многоуровневую систему коммуникаций. [13]

Анализ успешных частных организаций в сфере здоровья показал их значимость для рынка с безусловной лидерской позицией. [3]

Здесь мы однозначно можем связывать рост и развитие медицинского бизнеса с личностью его основателя, идеолога и вдохновителя. Как развитие, так и распад организации, является результатом психосоматики его основателя и управленца, мы видим, что эти две роли часто совмещены в одном человеке. [15]

Сегодня все, без исключения, организации сталкиваются с трудностями управления, с той разницей, что одни руководители умеют с ними справляться, а другие нет.

*Цель исследования.* Данное исследование посвящено проблематике кризиса управления частными медицинскими организациями, поскольку от личностных качеств и профессиональных компетенций руководителя зависит не только рост бизнеса, но и качество медицинской помощи населению.

Можно говорить о том, что кризис управления негативно отражается, как на работе отдельно взятой медицинской организации, так и в целом на сфере здоровья нашего населения.

*Исследовательские задачи.*

Провести описательный анализ проблем, связанных с управлением частными медицинскими организациями.

Определить роль психологического компонента в системе подготовки современного руководителя клиники.

Рассмотреть гипотезу: каким образом знание и применение инструментов вершинной психологии может способствовать качеству и скорости подготовки современного руководителя.

*Методология и методы исследования.* Общенаучные методы, наблюдение, сбор данных, описание, анализ, обобщение.

*Результаты, дискуссия.*

Мы разбили проблемы управления частной медицинской организации, с которыми сталкиваются современные руководители, на две группы.

Первая группа - внешние проблемы, которые вызваны объективными факторами или условиями, на которые невозможно повлиять руководителю. К ним относятся:

1.Сложнейшая геополитическая обстановка, которая отражается на всех сферах жизни, включая экономику, социальные и кросс-культурные связи, здоровье. Эти изменения формируют новые потребности медицинского рынка, медикам приходится работать на сверхусилиях, все чаще в агрессивной среде, где руководитель должен демонстрировать выдержку и мудрое руководство, чтобы люди хотели и могли качественно выполнять свою работу.

2 Кадровый дефицит исполнителей всех уровней в организации, который ведет к вынужденным перегрузкам персонала, совмещению функций, ролей, полномочий, требует гибкого руководства, чтобы сохранить функциональность системы.

Решение кадрового дефицита в здравоохранении носит системный характер и находится на государственном уровне.

Вторая группа – это внутренние проблемы организации и личности руководителя. Поскольку предметом нашего исследования является кризис управления, то фокус нашего внимания обращен на личность и компетентностный уровень руководителя. На наш взгляд, руководитель, который не знает структуры своей личности, не сможет раскрыть и использовать на полную мощность свою потенциальность и произвести ценность для большого количества людей. В этом заключается миссия и предназначение каждого, кто вступает на путь лидера и претендует на власть и влияние в своей социальной группе.

Почему мы об этом рассуждаем и пишем? Потому что, однажды, познакомившись с концепцией психологии успеха, или вершинной психологией и ее автором, профессором Ярославского университета Владимиром Козловым, мы сами получили отправную точку самопознания структуры своей личности, осознанности, получения навыка структурирования времени, пространства для целедостигающей активности. Это приводило нас, как руководителей медицинских организаций, к безусловному успеху реализации более 20 командных проектов и таких личных проектов, как успешные отношений в семье, защита кандидатских и докторских диссертаций, достижения в собственном бизнесе.

Сегодня мы наблюдаем декларацию того, что «для ускоренной подготовки управленческих кадров для работы в особых условиях необходимо разработать специальный типовой курс повышения квалификации и реализовать их на всех кафедрах организации здравоохранения» [4].

И видим, что отчасти разрешение кризиса управления, лежит в плоскости подготовки современного руководителя клиники. Нами проведен анализ более 20 существующих предложений программ подготовки менеджеров в сфере здоровья, продолжительностью 144 часа, центральными университетами страны. В ходе анализа, мы убедились, что ни один из курсов не предлагает руководителю изучить структуру своей личности, определить свои способности и ценности, построить жизненную стратегию, изучить вопросы

самоактуализации и раскрытия своей потенциальности, научиться управлению собой и предупреждению энергетических провалов. Ведь руководитель, который находится в личном, не разрешенном кризисе, неизбежно приведет к распаду свою организацию, даже если он сверхкомпетентен в профессиональной сфере. Напротив, молодой руководитель, с горящими глазами, который не имеет основ личной психогигиены, быстро погаснет, рискуя остаться середнячком в профессиональной и управленческой сфере, про которых говорят «звезд с неба не хватает». В условиях кадрового голода важно сохранять и раскрывать ресурсы тех, кто остается и продолжает вносить посильный вклад в сферу здоровья населения.

Важно осветить еще одну грань проблемы, поскольку она также лежит в плоскости управления частной клиникой. Если для государственных клиник руководитель назначается централизованно, его биография и карьерный рост, опыт, авторитет имеют значение. В частных клиниках главный врач – это всего лишь функция, которую совмещает один из более авторитетных врачей-узких специалистов. Сама система не отпускает врача на полноценную должность и занятость руководителя, поэтому более 90% главных врачей совмещают руководство клиникой с приемом пациентов.

Еще 30–40 лет назад такая практика была реальной, потому что и врачей было больше, и ситуация со здоровьем населения была значительно легче, медицина была заточена на острые состояния. Сегодня медицина решает в основном проблемы хронических состояний, и решает плохо, по старой патерналистской модели, которая не позволяет сформировать приверженность пациента к сохранению здоровья совместно с врачами.

Пациентоцентричность остается пустой декларацией, ограничивается системой своевременного реагирования на жалобы и обращения пациентов клиник. Те руководители, которым удалось выйти за рамки шаблонов нозоцентристской медицины, кто приблизился к холистическому взгляду на лечение человека и в целом выстраивает человеко-центричный бизнес, сегодня являются наиболее успешными, развиваются в сети и корпорации.

Зачастую все красивые, четко выстроенные процессы, даже в дорогой клинике носят объект-объектный характер как по отношению к клиентам, так и по отношению к сотрудникам клиники. Проблема на рабочем месте за функциями не видеть личности, с ее замыслами, предпочтениями, мнением и желаниями, остается. Мало кто из руководителей задумывается над этими вопросами, а ведь это элементарные и необходимые знания социальной психологии, которые влияют на эффективность руководителя.

Есть и другие психологические аспекты трудности исполнения роли руководителя частной клиники.

Один из аспектов - низкая мотивация быть руководителем несмотря на то, что это определенный статус и карьерный рост, но вместе с тем и высокая степень ответственности за сотрудников и пациентов, к которой начинающий руководитель, вчерашний врач, морально не готов. Зато он хорошо понимает, что врачи все чаще сталкиваются с работой в агрессивной среде. С, другой стороны, это высокая степень обусловленности законодательной базой,

требования которой сложно выполнимы. И по закону всегда перевесит чаша с правами пациента против обязанностей врача.

Демотиватором исполнения обязанностей руководителя является то, что роль и статус «руководитель клиники» часто воспринимается не как отдельно взятая профессия, а приложение к врачебной специальности. В силу того, что врачу необходимо систематически подтверждать свою специализацию, он вынужден поддерживать профессиональные навыки и вести врачебную практику, в которой видит надежный и стабильный источник дохода, в отличие от должности руководителя, который не сильно больше зарабатывает, но и тащит ответственность и риски за весь коллектив.

Проще быть для своих коллег руководителем, когда ты с ними в «одном окопе», больше уважения и авторитета, но страдает качество управленца. Отсутствие четкого внутреннего позиционирования руководителя и панибратство приводят к низкой дисциплине, манипулятивным отношениям в коллективе.

На какого руководителя сегодня запрос у медицинского бизнеса? Современный руководитель должен соответствовать ряду критериев:

осознавать себя неотрывной частью успешной реализации идеи собственника и стратегической цели бизнеса;

должен осознавать собственную мотивацию, соотносить ценности компании с тем, что ценно и важно для него самого;

ощущать себя субъектом, а не человеком-функцией, который закрывает проблемы, выполняет поручения собственника бизнеса и преданно ему служит;

способен наполнить роль руководителя клиники смыслами и содержанием аутентичными своей личности.

«Сильный управленец — менеджер, сумевший выстроить работу бизнес-системы так, чтобы со стороны можно было назвать такую организацию саморазвивающейся. А для собственника клиники бизнес дает видимый долгосрочный рост результатов в виде хороших дивидендов и увеличения доли рынка». [12]

В чем проявляется кризис управления клиникой, связанный с таким субъективным фактором, как низкая компетентность руководителя.

Очертим круг основных трудностей, которые испытывает современный руководитель клиники при управлении людьми, в силу своей некомпетентности.

1) Отсутствие ясной стратегической цели организации и неспособность декомпозировать ее по процессам, ролям, функциям, исполнителям.

2) Малый горизонт видения и планирования.

3) Неспособность структурировать время и пространство исполнителей для извлечения максимальной прибыли бизнеса.

4) Отсутствие ясности понимания личных целей и разделение их с целями организации.

5) Неспособность распознать собственные ценности и быть аутентичным в роли руководителя.



6) Неспособность распознавать ценности людей, что ведет к неэффективному управлению.

7) Неспособность создать и поддерживать функциональную систему, в которой действия исполнителей процессов структурированы, согласованы, слажены, взаимодополняют работу каждого.

8) Узкое сознание и ограниченность видения проблем и их решения.

9) Неспособность поддерживать интерес людей к работе, создавая эргономику пространства, которая обеспечивает вовлеченность в работу не менее 80% рабочего времени.

10) Неспособность применять нематериальные способы мотивации сотрудников для их эффективности.

11) Неспособность мыслить системно, а фокусироваться на частных вещах, не значимых для реализации стратегической цели организации.

12) Неспособность мыслить и работать перспективно, выбирая стратегию решения проблем по мере их возникновения, или «тушения пожара», или «латания дыр».

13) Неспособность действовать в условиях неопределенности, готовить запасные планы А,Б,С.

14) Неспособность принимать нестандартные решения в нестандартных ситуациях

К чему ведет неграмотная и незрелая позиция руководителя частной медицинской организации.

1) Существует мнение экспертов, что почти 90% клиник работает как арендная самозанятость, без соответствующей системы процессов и контроля качества оказания медицинской помощи. Собрание из индивидуальных предпринимателей, где каждый действует из своих интересов, сложно назвать организацией, со своей концепцией и целями. Таким бизнесом управляют врачи, поддерживая кадровую зависимость у его основателя и руководителя. Такая ситуация так же обусловлена управленческой некомпетентностью.

2) «Люди не хотят работать» - сегодня это самая частая проблема, о которой заявляют руководители клиник. И при этом они не могут ответить себе на вопросы: «почему люди не хотят работать?» и «что с этим делать?» Как известно, неуверенный в себе, незрелый руководитель никогда не ищет причин в себе, ему проще обвинять людей, систему, государство, законы. Неспособность разрешать проблему с метапозиции, не делая частных выводов, не дает возможности руководителю увидеть, что настроения коллектива, результаты его работы, есть отражение его психосоматики.

Люди не поменялись, система не поменялась, но фактор неопределенности привел к тому, что поменялся сам руководитель. Находясь в состоянии дистресса, тревоги, страха, руководитель бессознательно транслирует это своим сотрудникам. Руководитель попадает в собственную ловушку мышления, он видит, бессмысленность своих усилий, сталкивается с непониманием и отсутствием поддержки со стороны коллег, с потерей смысла своей работы, которую выполняет механически, без желания и, соответственно, подобную отдачу получает от сотрудников.

В этой ситуации руководитель уже не является твердой опорой для людей, они быстро считают растерянность руководителя, он теряет авторитет в их глазах, люди перестают стараться и начинают искать другую работу с более надежным и уверенным в себе руководителем.

3) Преподаватели, которые готовят руководителей, замечают, что на образовательные программы приходит 90% усталых управленцев бизнеса, с огромным энергетическим провалом внутри.

Они приходят за ответами на самые острые вопросы по управлению людьми, но нуждаются совсем в другом. Прежде всего в восстановлении жизненной энергии и навыках управления своими состояниями.

4) Самым очевидным результатом управления организацией некомпетентным руководителем, является остановка роста и развития бизнеса. Если спросить любого руководителя какой ресурс для него сегодня самый важный и дорогой он ответит «время». Руководителю не хватает времени детально разобрать ситуацию, не хватает внимания на принятие качественных решений, если он не знает на чем фокусировать свое внимание, не знает ключевых факторов, на которые надо воздействовать. Именно поэтому для руководителя навык структурировать собственное время и пространство является сверхспособностью, которая дает уверенность и право управлять временем и пространством сотрудников.

Мы соотнесли компоненты и инструменты вершинной психологии с существующими пробелами в компетенциях руководителей клиник, и получили следующие закономерности:

1) большинство проблем, связанных с некомпетентным управлением, носят интрапсихический характер, четко прослеживается взаимосвязь роста и развития организации с интегративным статусом и личностью руководителя, его психологической зрелостью;

2) для успешной реализации интегративного статуса «руководитель клиники» недостаточно только объективного компонента: построить клинику, назваться ее владельцем или руководителем, наделить себя полномочиями, функциональными обязанностями, соблюдать предписанные законодательством нормы для медицинской сферы;

3) чтобы люди доверяли клинике, гордо называли ее: «моя клиника», необходимо постоянно создавать ценности для своих сотрудников и клиентов, давать лучшее решение для удовлетворения запроса рынка, потому что только рынок определяет лидерскую позицию организации;

Почему современному руководителю сегодня необходимы знания и навыки применения инструментов психологии успеха или вершинной психологии. Потому что именно через психологию возможен интенсивный путь к карьере современного руководителя.

Эти знания позволят молодому руководителю опираться не на управленческий опыт, на который сегодня просто недостаточно времени, а найти внутренние опоры своей личности, быстро и аутентично реализоваться в роли управленца.

Рассмотрим компетенции, необходимые современному руководителю с позиции психологии успеха.

[Цит. по: Козлов, 2019, с. 97-98]. Как отмечает в своей монографии «Психология успеха. Жизнь с вершины» В.В. Козлов, для успешной социальной интеграции личности необходимо три компонента: полное соответствие социальному порядку, ожиданию социального окружения, который носит социально-психологический характер и системообразующий фактор «социального Эго», который включает представление личности о себе, понимание собственной «Я-концепции». [10]

На наш взгляд социальная интеграция именно второго и третьего компонента могут стать факторами, определяющими успешность выполнения роли руководителя.

Знание и применение инструментов вершинной психологии, следует включить в программу подготовки современных руководителей частных медицинских организаций. На наш взгляд, это будет способствовать росту социального и эмоционального интеллекта руководителя, что безусловно положительно отразится на его статусе, функциональности и эффективности для людей и организации.

Таким образом, обучение управлению людьми в сфере здоровья должно начинаться с получения знаний и навыков управления собой. Для успешной реализации роли руководителя, у него должно появиться ясное понимание структуры своей личности, и набора компетенций, внутренних опор, которые приведут к реализации целей бизнеса и личных целей.

Лучшее проявление управленца в сфере здоровья - это ролевой образец воплощения оптимизма, прагматики, жизнестойкости, ментального, психического и физического здоровья.

На наш взгляд психологические категории, которые включает в себя вершинная психология: человеческий потенциал, самореализация и целедостигающая активность, как нельзя лучше помогут руководителю решать любые задачи управления людьми.

Статус руководителя клиники является, определенной вершиной в профессиональной иерархии. Но сегодня этот интегративный статус утратил свою ценность для тех, кто руководит и для тех, кем управляют. Чтобы вернуть влияние статусу руководителя в частной клинике, важно понимать, что оно приходит через личность, сильную, вовлеченную, ответственную, идейно заряженную.

Как сделать так чтобы как можно больше руководителей являлись для своих коллективов ролевыми образцами и мотиваторами? Ответ заключен в знаниях основ вершинной психологии или психологии успеха каждым, кто хочет прожить статус руководителя как высшее достижение усилий своей личности.

*Выводы.* В результате проведенной исследовательской и аналитической работы можно заключить следующее:

Перечисленные и описанные выше инструменты психологии успеха, будут способствовать, повышению качества подготовки руководителей частных клиник, а следовательно, разрешению кризиса управления.

Психологический трансформационный компонент обучения поможет многим руководителям клиник более быстро и безболезненно пройти кризис управления в своей организации, не зависимо от управленческого стажа и опыта.

#### Библиографический список:

1. Александрова О.А., Комолова О.А. Реформа здравоохранения: руководители медучреждений на острие проблем(часть вторая)// Народонаселение.— 2019.— Т. 22— № 1.— С. 79-91
2. Аналитическое исследование. Рынок коммерческой медицины в России (2021) <https://docs.yandex.ru/docs/view?tmmeditsiny.pdf&lr>
3. Байгулова А.А., Довлетов А.Б. — Эффективность частных медицинских организаций в системе здравоохранения России // Теоретическая и прикладная экономика. – 2023. – № 1. DOI: 10.25136/2409- 8647.2023.1.37514 EDN:TQSCDF URL: [https://nbpublish.com/library\\_read\\_article.php?id=37514](https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=37514)
4. Здравоохранение России 2022–2023 гг.: неотложные меры в условиях особого положения в экономике и социальной сфере. Проблемы и предложения. Версия от 08.04.2022 // ОРГЗДРАВ: новости, мнения, обучение. Вестник ВШОУЗ. 2022. Т. 8, № 2. С. 22–47. DOI: <https://doi.org/10.33029/2411-8621-2022-8-2-4-21>
5. Козлов В.В. Личность и бытие. Ярославль, МАПН, РПФ «Титул», 2024 – 280 с.
6. Козлов В.В. Психология кризиса / В.В. Козлов. Саратов: Вузовское образование, 2014. – 386 с.
7. Козлов В.В. Современная личность: Самоактуализация и самореализация. М., Издательство ИП Петросян, 2023 – 336с.
8. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.
9. Козлов В.В. Социальный контекст бытия человека / В.В. Козлов // Человеческий фактор: Социальный психолог. – 2023. - №3 (47). – С. 189-199.
10. Козлов, В. Психология успеха: жизнь с вершины: практическое руководство / Владимир Козлов, Ирина Донченко. – Запорожье: СТАТУС, 2019. – 39-40
11. Колпачников, В. В. Тишова А.Н. (2016). Человекоцентрированный подход в организациях: утопия или стратегический потенциал?. Организационная психология. 2016. Т. 6. № 3. С. 38—49.
12. Кузнецова, Ю. . Стратегическое управление частной медицинской клиникой в регионе (на примере Нижегородской области) / Ю. Кузнецова, Д. Вагапов. - (Стратегическое управление). - Текст : непосредственный // Проблемы теории и практики управления. - 2016. - № 1. - С. 89-96. - Библиогр.: с. 95-96 (10 назв.). - ISSN 0234-4505.
13. Навыки эффективных бизнес-коммуникаций. Путь к успеху / Михаил Дегтярев. – 3-е изд. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2023. – С 88-120

14. Улумбекова Г.Э. Здоровоохранение России: 2018–2024 гг. Что надо делать?// ОРГЗДРАВ: новости, мнения, обучение. Вестник ВШОУЗ.— 2018.— № 1

15. Цветова Г.В., Плотникова Е.К. Тенденции развития Российского рынка медицинских услуг // Власть и управление на Востоке России. 2020. №3 (92) С120-125

Дроздецкая К.В., Ганиева Г.Х.

## РАЗВОД: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАСТОРЖЕНИЯ БРАЧНО-СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

**Аннотация.** Расторжение брака одна из актуальных проблем современного общества. Нарушение системы супружеских отношений обусловлено не только социальными и экономическими аспектами семейной жизни, но и психологическими мотивами каждого из супругов. Зачастую, в сфере отношений, не удовлетворяющих психологические потребности супругов, сосредоточены основные причины разводов. В статье рассматриваются психологические аспекты, приводящие к прекращению брачно-семейных отношений. Их понимание может в дальнейшем позволить разработать эффективные методы поддержки пар, переживающих этот трудный период в своей жизни.

**Ключевые слова:** семья, брачно-семейные отношения, расторжение брака, конфликт, ненормативный кризис.

**Abstract.** The dissolution of marriage is one of the urgent problems of modern society. The violation of the system of marital relations is caused not only by the social and economic aspects of family life, but also by the psychological motives of each of the spouses. Often, the main causes of divorce are concentrated in the sphere of relationships that do not satisfy the psychological needs of spouses. The article examines the psychological aspects leading to the termination of marital and family relations. Their understanding may further allow us to develop effective methods of supporting couples going through this difficult period in their lives.

**Keywords:** family, marital and family relations, divorce, conflict, non-normative crisis.

Семья традиционно была основной единицей общества, выполняющей хозяйственно-экономические (бытовые), воспитательные и защитные функции. Выступая связующим звеном между поколениями, семья является основой стабильности, благополучия, поддержкой и опорой каждого члена семейной общины. Если рассматривать семью как группу, которая имеет свою историю возникновения, функционирования и распада, то можно заметить, что её формы и функции зависят как от духовно-нравственных ценностей общества в целом, так и от уровня социально-культурного развития каждого члена семьи.

Самой первой формой моногамного союза была патриархальная семья. Со временем общество менялось, вследствие чего изменениям подвергался и тип семейных отношений. Ослабление системы поведенческих норм относительно брака, семьи и содержания семейных ролей привело к формированию ценности индивидуализма. Традиционная семья уходит на второй план, а на смену приходят новые типы семейных отношений, в которых ценности индивидуализма приобретают все большее значение.

На протяжении истории и такие понятия как «брак» и «развод» претерпевали значительные изменения. Брачные союзы в прошлом, зачастую, организовывались родителями посредством сватовства. Во многих культурах браки заключались с целью укрепления социальных связей, увеличения богатства или укрепления политических альянсов.

Развод, хотя и существовал, но был менее распространённым явлением, чем сегодня, и часто сопровождался социальным осуждением. В некоторых культурах развод был практически невозможен, особенно для женщин, а если и был допустим, то сопровождался строгими правилами и условиями. Со временем эти понятия эволюционировали и сегодня они могут значительно отличаться в зависимости от культурных, религиозных и личных убеждений.

В современном обществе большая часть людей изменила своё отношение к разводу, считая, что это единственный способ решения серьёзных конфликтов между супругами. В следствии чего, развод является одной из социальных проблем, и эта проблема возникает в результате различных кризисов на разных этапах семейной жизни.

В связи с этим, анализ условий, способствующих разрушению брачно-семейных отношений, позволяет понять сложность и многообразие психологических аспектов, влияющих на формирование в семье кризисной ситуации, которая может привести к бракоразводному процессу.

Исследуя парадигму кризиса семьи как сложной системы, отметим, что согласно Н.И. Олифирович, Т.А. Зинкевич-Куземкиной и Т.Ф. Велента, семейный кризис — состояние семейной системы, характеризующееся нарушением гомеостатических процессов, приводящих к фрустрации привычных способов функционирования семьи и невозможности справиться с новой ситуацией, используя старые модели поведения [5].

Ситуация развода, представляет собой ненормативный кризис и воспринимается супругами как одно из сложных и болезненных событий в их жизни. Сходной оценки придерживаются Г.Н. Малюченко, И.Ю. Малюченко, Е.В. Пятницкая, давая определение, что ненормативный семейный кризис — это кризис, возникновение которого всегда в той или иной мере неожиданно, но потенциально возможно на любом этапе жизненного цикла семьи и связано с переживанием негативных жизненных событий, которые можно определить, как кризисные [4].

Проблемы семьи выступают специфическим фокусом преломления всех социальных проблем общества. Погоня за экономическим ростом и потреблением подрывает семейные ценности. Семьи вынуждены уделять приоритетное внимание материальным благам, что приводит к уменьшению

времени, проводимого вместе. На сегодняшний день существует множество проблем, которые охватывают разные семейные аспекты. Одной из таких проблем является проблема разводов [3].

Важным аспектом, который оказывает влияние на формирование деструктивных семейных сценариев, является потребительское отношение в целом в мире, которое определяют логику построения связей между людьми. По мнению израильского социолога Е. Иллуз, современный экономический режим слабой социальной защиты, коротких трудовых контрактов и низких зарплат следует называть эмоциональным капитализмом. Капиталистическое общество не только сосредоточилось на экономическом процветании человека, но и сделало поиск эмоциональной самореализации главной целью жизни, где реклама заряжает энергией потребителей и создает множество шаблонных образов того, какими должны быть семейные и другие отношения [8]. Новый капитализм, как бы мы его не называли использует в качестве своего стратегического ресурса эмоции, делая их объектами рациональной калькуляции, отчуждения и деперсонификации [1].

В таком режиме, семья постепенно перестает быть долгосрочным институтом, требующим постоянных экономических, психологических и сексуальных инвестиций. А чувственное самовыражение становится событийным, люди предпочитают кратковременные или ни к чему не обязывающие отношения. В связи с этим, изучение причин разводов является важной задачей для современной психологии.

К.Витакер, известный семейный терапевт, подчеркивал, что одним из ключевых факторов, способствующих разводам, является недостаточная зрелость и чувство независимости личности до вступления в брак. Однако помимо этого существуют и другие многочисленные причины, психологические и не только, которые могут привести к распаду брака [2].

Развод - это ненормативный кризис семьи, который характеризуется нарушением гармонии и дисбалансом внутрисемейной системы. Это состояние требует перестройки семьи как целостной системы, чтобы восстановить постоянство её внутреннего состояния.

Развод не происходит внезапно. Ему, как правило, предшествует период напряженных или конфликтных отношений в семье. Различие между ожиданиями в браке и реальностью часто становится причиной разводов из-за того, что партнеры разочаровываются в том, как сложилась их семейная жизнь по сравнению с тем, что они ожидали. Разочарование, в конечном итоге, может привести к недопониманию между партнерами и повлечь за собой развод, что обусловлено определенными социально-психологическими аспектами:

### **1. Неудовлетворённые потребности**

Удовлетворение материальных и духовных потребностей личности является необходимым условием ее нормального функционирования, условием трудовой и другой активности. В случае, если те или иные потребности личности не удовлетворяются или удовлетворяются в минимальной степени, могут происходить различные нарушения в системе жизнедеятельности личности. Социально-экономические, психологические и физиологические последствия

хронического неудовлетворения потребностей могут существенно повлиять на устойчивость брака. Когда мы говорим об устойчивости брака, мы выделяем две основные системы факторов, ее определяющих. Первая - система социально-экономических факторов (жилье, материальное положение, бюджет времени, условия труда и т.п.), которая является ведущей. Вторая - система социально-психологических факторов, которая определяет степень успешности выполнения супружеской парой всех многообразных семейных функций, степень, успешности семейного сотрудничества и кооперации, степень удовлетворенности семейной жизнью. Устойчивость брака зависит от взаимосвязанных действий факторов обоих порядков [7].

## **2. Чувство собственного достоинства**

Потребность в сохранении и поддержании чувства собственного достоинства тесно связана с такими понятиями, как гордость, тщеславие, самолюбие и затрагивает глубинные слои психики. Анализ человеческих взаимоотношений показывает, что в структуре личности самым болезненным и уязвимым является именно чувство собственного достоинства. Можно предполагать, что устойчивость брака и удовлетворенность семейной жизнью зависят от того, как супруги относятся друг к другу, как поддерживается и сохраняется чувство собственного достоинства. В этом отношении любовь, дружба, теплота, внимание со стороны другого человека являются крайне важным психологическим обстоятельством, подтверждающим ценность и значимость нашего собственного «Я». Человек нуждается в положительном, эмоционально-теплом отношении к своей собственной персоне. Быть любимым и почитаемым близкими людьми - есть весьма сильная гарантия от опасности одиночества, отчуждения, изоляции.

Как правило, люди ищут признания ценности своей личности прежде всего у близких, родных, а также в кругу друзей. Именно в таких группах дружеского общения человек желает получить знаки внимания, уважения, подтверждение своей значимости. В тех семьях, где супруги относятся друг к другу пренебрежительно, презрительно, унижая чувства другого, появляются вражда, ненависть, отчуждение [7, с. 52].

## **3. Эгоцентричное поведение**

Эгоистические черты характеров супругов, концентрация на своем "Я" - факторы дестабилизации брачной жизни. Эгоизм и эгоцентризм супругов приводят к крушению брачного корабля [7, с.78]. Парадоксальность ситуации заключается в том, что супруги, как правило, видят эгоизм своего партнера, но не видят собственный. "Борьба" с другими вытекает из ложной жизненной позиции, из ложного противопоставления "Я" и "Они", из ложного понимания нравственных отношений с другими людьми [6]. Эгоистическая личность требует для себя от других по максимуму, а отдает другим по минимуму. Между тем семейная жизнь всегда требует учета интереса других членов семьи и проявления о них заботы. Однако эгоцентризм одного или обоих супругов исключает такой учет интересов и тем более настоящую заботу о других близких людях



На супружеские отношения во многом влияет моральный, культурный, духовный и психологический аспект, на основании которого сформировалось восприятие функционального строения семьи как системы у каждого из партнеров в отдельности.

#### **4. Супружеские измены и сексуальная жизнь**

По мнению В.А. Сысенко, верность - это система обязательств перед брачным партнером, которые регулируются моральными нормами и стандартами. Верность взятым на себя обязательствам всегда была цементирующим и связывающим узлом любого дружеского союза, любой большой или малой социальной группы. Верность родине, верность воинскому долгу, верность и преданность каким-то идеалам всегда культивировались общественным мнением [7, с.81]. Антиподом верности выступает измена.

Измена - одна из наименее изученных проблем, возникающих в браке. Сам факт наличия измены в супружестве свидетельствует о наличии различных противоречий и конфликтов между супругами. Неверность зачастую выступает разрушающим фактором в семейных отношениях.

Феномен готовности к супружеской измене необходимо рассмотреть с прогностической точки зрения. А. В. Качалова и И. А. Твелова, ссылаясь на мнение А. Я. Перехова и В. Н. Думбая, отмечают, что «готовность к измене — это уже сформировавшаяся предрасположенность одного из супругов к измене, как бы ее предвосхищение. Набор определенных личностных качеств, переживаний, чувств и эмоций у супругов могут служить провокатором возможности возникновения измены [6, с.22]. Немаловажной стороной отношений между партнёрами является сексуальная близость. Однако, рассматривать возникновение потребности в сексе важно с учётом того, в каких условиях она зародилась и развивается, учитывая эмоционально-психологическое состояние каждого партнера и его социально-культурное развитие. Желание любви по своему психологическому, этическому и культурному содержанию настолько богато, глубоко, разнообразно и многомерно, что его невозможно отделить от сексуального желания, если брать его в чисто физиологической форме. Но в силу особенностей культуры некоторых людей, желание любви может быть заменено одним лишь сексуальным влечением. Такая "любовь" достаточно прагматична и эгоистична. Причины, по которым возникает сексуальное желание, определяются степенью развития личности, моральными ценностями и воспитанием. Поэтому очень важно рассматривать отношения в супружеской паре на микроуровне, чтобы определить характер нарушений, который привел к измене и обнаружить негативные паттерны взаимодействия брачных партнеров.

Отношения между супругами в браке специфичны и очень индивидуальны, при том, что являются социально значимыми. На сегодняшний день развод продолжает быть актуальной проблемой семьи на разных этапах семейной жизни, как ненормативный кризис семьи. Учитывая тот факт, что базовые ценности закладываются в родительском доме, и эти ценности воспитываются в школах и высших учебных заведениях, то родителям и образовательным учреждениям необходимо прививать семейные ценности с детства.

Так как долгосрочные браки строятся на умении обоих партнеров выражать свои чувства, умении управлять конфликтами, искать компромиссы и поддерживать доверие, понимание и улучшение этих психологических аспектов брачно-семейных отношений могут помочь предотвратить разводы и улучшить качество внутрисемейных отношений.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Бариле, Н. Брендинг «я» в эпоху эмоционального капитализма. Эксплуатация «просьюмеров» от риторики double-bind к гегемонии исповеди. / Логос –2015. Т. 25, № 3 (105). – С. 138-161.
2. Витакер, К. Танцы с семьей / Витакер, К. Бамберри В. Семейная терапия: символический подход, основанный на личностном опыте Перевод с английского А.З. Шапиро СПб.: Питер, 2019. — 224 с.
3. Гуляк, О.А Развод как ненормативный кризис семьи: причины, последствия, тенденции /Электронный научный журнал «APRIORI» – 2018.
4. Малюченко, Г.Н. Комплексная поддержка кризисных семей: принципы и технологии: Учеб. Пособие. - Саратов: Изд-во "Саратовский источник", 2017.- 126 с.
5. Олифирович, Н. И., Психология семейных кризисов / Олифирович, Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. — СПб.: Речь, 2006. — 360 с.
6. Перехов, А. Я., Думбай, В. Н. Семейно-сексуальные гармонии и дисгармонии. Ростов-н/Д.: Феникс. 2007. - 142 с.
7. Сысенко, В. А. Супружеские конфликты. Москва: Мысль, 1989. – 173 с.
8. Plouz, E. Coldintimacies: themaking of emotional capitalism / Cambridge, UK; Malden, MA: Polity Press, 2007.

**Калино Е.Д.**

## **ЦИФРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ: ВЛИЯНИЕ НА ПСИХИКУ И ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА, ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ РЕШЕНИЕ**

**Аннотация:** в настоящей статье рассматривается явление цифровой зависимости и его влияние на жизнь человека. Анализируются признаки и стадии зависимости – выясняется, что цифровая зависимость также опасна, как и более серьезные зависимости. Описывается влияние на психику, когнитивные способности и социальную жизнь человека. В итоге приводится кейс из практики, на основе которого можно составить собственный план работы с зависимым.

**Ключевые слова:** цифровая зависимость, интернет, социальные сети, дофамин, терапия, социальная жизнь

**Abstract:** this article examines the phenomenon of digital addiction and its impact on human life. The signs and stages of addiction are analyzed - it turns out that digital addiction is as dangerous as more serious addictions. The effect on the psyche, cognitive abilities and social life of a person is described. As a result, a case study is

provided, on the basis of which you can create your own plan for working with an addict.

**Keywords:** digital addiction, Internet, social networks, dopamine, therapy, social life

## **Введение**

Современный мир целиком и полностью зависит от технологий: на них основаны не только жизни отдельных людей, но и целые города, цивилизации. Они несут огромную пользу, но известно, что и вреда они причиняют немало. Мы не говорим о возможной утрате человеком контроля над этими технологиями – опасность такого исхода очевидна для всех. Мы говорим о влиянии технологий на жизнь людей, отдельной личности.

У каждого из нас есть телефон, ноутбук; у многих – всё из этого. Однако телефон, к примеру, не только даёт нам возможность звонить и переписываться с важными людьми – он служит неким отвлекающим человека от нормальной жизни. Помимо важных вещей цифровые технологии предоставляют человеку доступ к тысячам игр и лишь поверхностно полезных приложений, миллионам смешных картинок и «интересных» видео. Это источник быстрого удовольствия, быстрого и очень краткосрочного по длительности дофамина. Однако даже этого хватает, чтобы сформировать настоящую зависимость [Атанов, Орлова, 2023, с. 524].

По возникновению зависимости человека больше не интересуют дела и задачи, которые приносят долгосрочный дофамин: это карьерные цели и цели по саморазвитию, цели в отношениях и жизни в целом. Всё это становится менее интересным для человека, ведь это долго и сложно. Это большая проблема.

Разумеется, более всего зависимости от цифрового мира подвержены дети: они не знают, что такое долгосрочный дофамин, а быстрый доступен им в нажатие нескольких кнопок на экране их телефона.

Нами предлагается обсудить проблему цифровой зависимости – зависимости человека от быстрого дофамина, который он получает посредством цифровых ресурсов. Естественно, будет обсуждаться и её решение.

**Актуальность** проблемы очевидна: мы видим, насколько часто человек держит в руках телефон, сидит в интернете через ноутбук без надобности. Наблюдение подтверждается цифрами: средний россиянин тратит на просмотр различных устройств почти 8 часов (7 часов 57 минут). Конкретно в телефоне среднестатистический россиянин проводит около 4 часов (3 часа 40 минут) в день. Это ужасные цифры: иначе говоря, обычный житель нашей страны тратит 56 часов в день на цифровые устройства – это больше двух чистых дней [Новая Хакасия, 2024].

**Цель** исследования – описать аспекты современной цифровой зависимости и предположить, как проблему зависимости может решить терапия.

Поставленная цель предполагает выполнение следующих **задач**:

1. описать цифровую зависимость и её влияние на психику человека;
2. описать терапевтические аспекты работы с цифровой зависимостью;
3. разработать пример-схему работы с клиентом с цифровой зависимостью на примере кейса из терапевтической практики.

**Методология и методы исследования.** Исследование производится путем анализа научной литературы, синтеза, сравнения, выдвижения гипотез и анализа терапевтического кейса. Теоретическая ценность работы заключается в систематизации сведений о явлении цифровой зависимости и аспектах её влияния на психику. Практическая ценность работы заключается в создании пример-схемы работы с клиентами с цифровой зависимостью на примере кейса из терапевтической практики.

**Результаты.** В первую очередь необходимо описать само явление цифровой зависимости.

Цифровая зависимость – это навязчивая потребность человека в использовании цифровых технологий и устройств, таких как смартфоны, компьютеры и интернет. Она характеризуется чрезмерным использованием этих ресурсов, приводящим к значительным нарушениям в повседневной жизни. На современном этапе развития общества цифровая зависимость стала одной из актуальнейших проблем, оказывая влияние не только на психологическое состояние индивида, но и на его социальные связи и физическое здоровье [Смирнов, 2019].

Основные признаки цифровой зависимости включают постоянное желание оставаться онлайн, не контролируемое время, проведенное за гаджетами, пренебрежение другими важными аспектами жизни, такими как работа, учёба, личные отношения и отдых. У зависимого человека часто наблюдается эмоциональная нестабильность, раздражительность и тревожность при невозможности доступа к устройствам [Атанов, Орлова, 2023, с. 524]. Дофаминовый эффект от взаимодействия с цифровыми ресурсами формирует устойчивую привычку, которую сложно преодолеть без профессиональной помощи. Постоянное взаимодействие с цифровыми устройствами также негативно сказывается на когнитивных способностях, снижая концентрацию внимания и ухудшая память.

Цифровая зависимость проходит несколько стадий развития, каждая из которых имеет свои специфические проявления и требует определённого подхода в терапии. Научная база в своей совокупности позволяет выделить следующие стадии цифровой зависимости:

1. начальная стадия: на этом этапе человек начинает всё чаще использовать цифровые устройства в повседневной жизни, не осознавая, что это может стать проблемой. Внимание концентрируется на гаджетах, появляется интерес к новым приложениям и платформам, но ещё сохраняется контроль над временем, проведённым онлайн [Шенгелая, 2021, с. 204]..

2. стадия усиленного использования: человек начинает тратить всё больше времени на цифровые устройства, предпочитая их другим видам активности. На этом этапе начинают проявляться первые признаки зависимости: ухудшение продуктивности в учёбе или на работе, снижение интереса к социальным взаимодействиям в реальном мире. Индивид может начать оправдывать своё поведение, убеждая себя и других в необходимости использования гаджетов.

3. критическая стадия: зависимость становится очевидной как для самого человека, так и для окружающих. Потеря контроля над временем, проводимым

за устройствами, сопровождается значительными изменениями в поведении и эмоциональном состоянии. Индивид может испытывать раздражение и тревогу в ситуациях, когда доступ к гаджетам ограничен. В этот период часто происходят конфликты в семье и на работе, так как зависимый предпочитает цифровую активность любым другим занятиям.

4. стадия признания и поиска помощи: на этом этапе человек осознает наличие проблемы и необходимость изменений. Появляется желание восстановить контроль над своей жизнью и избавиться от зависимости. Это критический момент, когда важна поддержка близких и профессиональная помощь. Терапия может включать в себя когнитивно-поведенческие техники, обучение самоконтролю и развитие навыков управления временем.

Выясняется, что цифровая зависимость сродни любой зависимости (алкогольная, наркотическая, игровая и т.д.) имеет свои признаки и стадии, главной чертой которой является зависимое состояние человека. Значит, цифровая зависимость имеет негативное влияние на человека и на его психику. Предлагается описать это воздействие.

Цифровая зависимость оказывает значительное влияние на психологическое состояние человека, затрагивая как эмоциональную сферу, так и когнитивные функции. Она изменяет способ взаимодействия человека с окружающим миром и людьми, что отражается на его социальном поведении и взаимоотношениях.

Влияние на эмоциональное состояние. На эмоциональное состояние цифровая зависимость оказывает комплексное влияние, вызывая широкий спектр негативных эмоций и психологических состояний. Одним из наиболее распространённых проявлений является хронический стресс. Пользователи, проводящие много времени в интернете, часто сталкиваются с избытком информации и давлением, связанным с необходимостью постоянно оставаться в курсе событий, поддерживать активность в социальных сетях и отвечать на многочисленные уведомления. Это создает постоянное чувство перегруженности, которое ведет к стрессу и эмоциональному выгоранию [Атанов, Орлова, 2023, с. 524-525].

Тревожность – ещё один частый спутник цифровой зависимости. Ощущение, что человек может что-то пропустить или упустить важные события в интернете, приводит к состоянию постоянного беспокойства, известного как FOMO (БПИ) (Fear of Missing Out – страх пропустить интересное). Это состояние часто проявляется у подростков и молодых людей, для которых социальное одобрение и участие в жизни виртуального сообщества являются значимыми факторами. Например, школьник, чья самооценка во многом зависит от лайков и комментариев в социальных сетях, может испытывать тревогу из-за недостатка реакции на свои посты [Gupta, Sharma, 2021].

Другим важным аспектом является депрессия. Постоянное сравнение своей жизни с идеально выстроенными образами в социальных сетях может приводить к снижению самооценки и развитию депрессивных состояний. Люди часто чувствуют, что их реальная жизнь не соответствует высоким стандартам, демонстрируемым в интернете, что вызывает чувство неудовлетворенности и

безысходности. Например, молодой человек, наблюдая за жизнью блогеров, может испытывать чувство собственной несостоятельности, так как его жизнь не столь яркая и насыщенная [Шакирова, 2020].

Психологическое состояние людей, подверженных цифровой зависимости, часто характеризуется эмоциональной нестабильностью. Быстрая смена эмоциональных состояний – от эйфории при получении нового лайка или комментария до глубокого разочарования при отсутствии внимания – становится обычным явлением. Это эмоциональное "американские горки" приводят к истощению и нарушению способности испытывать долгосрочные положительные эмоции.

Влияние на когнитивные функции. Одним из наиболее заметных эффектов является снижение концентрации внимания. Постоянное использование цифровых устройств, сопровождаемое множеством уведомлений и переключением между задачами, приводит к развитию привычки к мультизадачности. В результате пользователь теряет способность сосредотачиваться на одной задаче в течение продолжительного времени, что снижает его продуктивность и эффективность. Например, студент, который постоянно отвлекается на социальные сети и мессенджеры во время учёбы, может испытывать трудности с пониманием и запоминанием учебного материала.

Память также страдает под воздействием цифровой зависимости. Постоянный поток информации в интернете снижает потребность в запоминании фактов, так как большинство данных всегда доступны онлайн. Это приводит к ухудшению как краткосрочной, так и долгосрочной памяти. Люди начинают забывать важные события, даты или даже обещания, так как они привыкли полагаться на напоминания и заметки в своих устройствах. Например, офисный работник может часто забывать о встречах и задачах, полагаясь на электронные календари и напоминания вместо собственной памяти [Суходолова, 2022].

Из-за цифровой зависимости ухудшается способность анализировать, то есть ухудшаются аналитические способности. Быстрый доступ к информации и готовым решениям в интернете снижает необходимость в развитии навыков критического мышления и решения проблем. Люди привыкают к мгновенному получению ответов, что может препятствовать их способности самостоятельно анализировать ситуацию и выработать собственные решения. Например, школьник, который часто пользуется готовыми ответами из интернета для выполнения домашних заданий, может испытывать трудности с самостоятельным выполнением задач, требующих глубокой проработки и анализа.

Эти изменения в когнитивных функциях оказывают влияние на общую производительность и качество жизни человека. Зависимость от цифровых устройств не только снижает когнитивные способности, но и ведет к ощущению перегруженности и усталости из-за постоянной необходимости перерабатывать и фильтровать огромное количество информации.

Влияние на социальные отношения. Несмотря на кажущуюся легкость общения в цифровом мире, чрезмерное использование гаджетов часто приводит к ухудшению навыков межличностного взаимодействия в реальной жизни.

Одним из главных эффектов цифровой зависимости является снижение эмпатии и способности к эффективному слушанию. Постоянное использование смартфонов и социальных сетей приводит к тому, что люди привыкают к поверхностному общению и утрачивают способность к глубоким эмоциональным контактам. Например, человек может уделять больше времени переписке в мессенджерах, чем личным встречам, что ведет к недостатку эмоциональной близости и взаимопонимания в отношениях с близкими и друзьями.

Ещё одно распространённое последствие цифровой зависимости – риск социальной изоляции. Люди, проводящие много времени в виртуальном пространстве, часто предпочитают общение в интернете реальным встречам и событиям. Это может привести к уменьшению количества и качества социальных контактов, что в свою очередь вызывает чувство одиночества и изолированности. Например, подросток, который проводит вечера за видеоиграми или в социальных сетях, может постепенно отдаляться от друзей и семьи, теряя возможность развивать навыки реального общения и участия в общественной жизни [Шенгелая, 2021, с. 204].

Если человек переживает цифровую зависимость непосредственно во время встречи с другим человеком, то это может спровоцировать недовольство второго, даже конфликт, и причина понятна – разделение внимания человека в, казалось бы, очевидной ситуации. Является называется фоббинг, на данный момент его эффект знаком каждому человеку. Использование гаджетов в присутствии других людей, например, во время семейных ужинов или встреч с друзьями, может вызывать раздражение и обиду у окружающих. Люди чувствуют, что их игнорируют, что ведет к недовольству и конфликтам. Например, супруги, постоянно отвлекающиеся на свои телефоны во время совместного отдыха, могут испытывать трудности в общении и взаимопонимании, что ослабляет их отношения [Митрофанова, Максина, 2018, 106].

Цифровая зависимость также влияет на способность людей решать конфликты и управлять эмоциями в реальном общении. Частое использование мессенджеров и социальных сетей для обсуждения сложных тем и разрешения конфликтных ситуаций снижает навыки открытого диалога и эмоциональной регуляции. Например, коллеги, которые предпочитают обсуждать рабочие вопросы по электронной почте или в чатах, могут сталкиваться с трудностями в проведении конструктивных переговоров лицом к лицу. Таким образом, цифровая зависимость представляет собой серьёзную угрозу для психологического здоровья и социального благополучия человека. Она требует внимания со стороны психологов и терапевтов, чтобы помочь людям восстановить баланс между цифровой и реальной жизнью, поддерживая их эмоциональное и когнитивное здоровье. Важным аспектом терапии является обучение человека управлению временем, проведённым за цифровыми

устройствами, и восстановление навыков эффективного межличностного общения.

**Дискуссия.** Цифровая зависимость, как и любая другая зависимость, нуждается в терапии. Терапия цифровой зависимости требует комплексного и индивидуального подхода, учитывающего как психологические, так и поведенческие аспекты проблемы. Важно не только сократить время, проводимое за гаджетами, но и научить клиента эффективно управлять своей жизнью, восстанавливая баланс между цифровым и реальным мирами.

1. Оценка степени зависимости. Первый шаг в терапии – оценка степени цифровой зависимости клиента. Терапевт проводит диагностику, используя опросники (Тест CIAS (Шкала интернет-зависимости Чена); тест диагностика мотивов аффилиации А. Мехрабиан; методика на исследование волевой саморегуляции А. В. Зверькова, Е.В. Эйдмана; Методика «Экспресс-диагностика уровня социальной изолированности личности» Д. Рассела и М. Фергюссона) и интервью, чтобы определить, насколько сильно цифровая зависимость влияет на повседневную жизнь клиента. Действия позволяют выявить основные проблемы и определить цели терапии. Отсюда формируется и запрос клиента [Шенгелая, 2021, с. 200-201].

2. Разработка индивидуального плана терапии. Основываясь на результатах диагностики, терапевт разрабатывает индивидуальный план лечения, который учитывает личностные особенности клиента и его образ жизни. Важно установить конкретные и реалистичные цели, например, сокращение времени, проводимого за гаджетами, улучшение навыков межличностного общения или повышение концентрации внимания.

3. Использование интегративного подхода. Определение и признаки цифровой зависимости примерно похожи, однако клиенты – разные, это известно каждому терапевту. Ввиду этого нами предлагается не приводить какой-либо конкретный метод, а использовать в работы с клиентом с цифровой зависимостью интегративный подход – это будет максимально отвечать предыдущему пункту, созданию индивидуального плана терапии. В арсенале терапевта множество подходов:

- когнитивно-поведенческая терапия: изменение неадаптивных мыслей и поведенческих паттернов;
- гештальт-терапия: развитие осознанности и понимания себя в моменте;
- арт-терапия: использование творческих процессов для выражения и осознания эмоций;
- телесно-ориентированная терапия: работа с телесными ощущениями и напряжением для достижения эмоциональной стабильности;
- психодинамическая терапия: исследование бессознательных процессов и их влияния на поведение клиента.

Выбор методики зависит только от индивидуальных особенностей клиента.

4. Развитие навыков самоконтроля. Терапия направлена на развитие навыков самоконтроля, позволяющих клиенту самостоятельно регулировать время, проводимое за цифровыми устройствами. Это может включать в себя обучение техникам тайм-менеджмента, планированию дня и созданию четких



границ между работой и отдыхом. Важным элементом является установление ограничений на использование гаджетов и разработка альтернативных способов проведения свободного времени, таких как спорт, хобби или личные встречи.

5. Эмоциональная поддержка и работа с мотивацией. Терапевт оказывает эмоциональную поддержку, помогая клиенту преодолеть тревожность и стресс, связанные с изменением привычного образа жизни. Важным аспектом является работа с мотивацией клиента, чтобы поддержать его в стремлении к изменениям. Это может включать в себя обсуждение целей и ценностей, которые клиент хочет достичь вне цифрового мира.

6. Работа с семьёй и близкими. Цифровая зависимость часто затрагивает не только самого клиента, но и его близкое окружение. Поэтому работа с семьёй и близкими является важной частью терапии. Терапевт может проводить семейные консультации, чтобы помочь всем участникам понять природу зависимости и выработать стратегии поддержки клиента в его усилиях по изменению образа жизни. Разумеется, обращение к этому шагу так же строго индивидуально.

7. Поддержка и профилактика рецидивов. После завершения основной терапии важно обеспечить поддержку клиента и предотвратить возможные рецидивы. Это может включать в себя регулярные контрольные встречи с терапевтом, участие в группах поддержки или использование самопомощи и техник осознанности. Постепенное внедрение новых привычек и навыков в повседневную жизнь поможет клиенту устойчиво поддерживать изменения.

Опираясь на эти аспекты, нами предлагается представить кейс из терапевтической практики, на основании которого можно разработать план работы с клиентом с цифровой зависимостью в личной практике:

Клиент: Сергей, 21 год.

Проблемы: Сергей сталкивается с ухудшением успеваемости в университете и находится под угрозой отчисления. Он испытывает трудности в отношениях с семьёй, которая обеспокоена его будущим и образом жизни. Основная причина проблем – цифровая зависимость. Сергей проводит много времени за компьютером и в социальных сетях, что негативно влияет на его учебу и социальную жизнь.

Запрос: Сергей хочет восстановить контроль над своей жизнью, улучшить успеваемость в университете и наладить отношения с семьёй. Он осознает, что цифровая зависимость препятствует его личному и профессиональному развитию, и готов работать над изменениями.

План:

Сессия 1-2: Оценка и установление раппорта, осознание проблемы

Оценка степени зависимости

- **Ход продвижения:** Проведение диагностики с использованием опросников и интервью для определения степени зависимости. Обсуждение ежедневных привычек и их влияния на жизнь Сергея.

- **Инсайты клиента:** Сергей осознает, как много времени он тратит на цифровые устройства и как это влияет на его успеваемость и отношения. Появляется понимание связи между его зависимостью и проблемами в учебе.

Осознание проблемы

- Ход продвижения: Анализ конкретных ситуаций, в которых цифровая зависимость мешает выполнению учебных заданий и взаимодействию с семьей. Выявление основных проблем и установление мотивации к изменениям.

- Инсайты клиента: Сергей начинает осознавать, что его зависимость от гаджетов не только мешает учебе, но и приводит к конфликтам с семьей. Понимание необходимости изменений для улучшения жизни и отношений.

Сессия 3-4: Разработка плана терапии, внедрение практик осознанности  
Разработка индивидуального плана

- Ход продвижения: Создание детального плана терапии с установлением конкретных целей, временных ограничений и альтернативных занятий. Определение действий, направленных на снижение времени за гаджетами.

- Инсайты клиента: Сергей осознает, что структурированный план поможет ему лучше организовать время и снизить зависимость. Понимание важности баланса между виртуальной и реальной жизнью.

Внедрение практик осознанности

- Ход продвижения: Обучение техникам медитации и осознанности, практика упражнений для повышения самоосознания и управления эмоциями.

- Инсайты клиента: Сергей отмечает улучшение в способности управлять стрессом и тревожностью. Начинает чувствовать себя более спокойным и сосредоточенным благодаря медитации.

Сессия 5-6: Развитие навыков самоконтроля, работа с убеждениями  
Развитие навыков самоконтроля

- Ход продвижения: Введение в техники тайм-менеджмента, составление расписания, установка ограничений на использование цифровых устройств.

- Инсайты клиента: Сергей замечает, что четкое планирование и установка границ помогает ему более эффективно управлять временем и выполнять учебные задания.

Работа с убеждениями

- Ход продвижения: Исследование и изменение неадаптивных мыслей и убеждений, связанных с использованием цифровых устройств.

- Инсайты клиента: Сергей осознает, что многие его мысли о необходимости постоянного онлайн-присутствия являются необоснованными и мешают ему сосредоточиться на более важных аспектах жизни.

Сессия 7-8: Укрепление навыков общения, эмоциональная регуляция  
Укрепление навыков общения

- Ход продвижения: Практика активного слушания и эффективного общения, разработка методов улучшения взаимодействия с другими людьми.

- Инсайты клиента: Сергей начинает лучше понимать своих близких и друзей, что способствует улучшению отношений и уменьшению конфликтов.

Эмоциональная регуляция

- Ход продвижения: Продолжение практики осознанности, использование техник для управления эмоциями и снижения уровня стресса.

- Инсайты клиента: Сергей замечает улучшение в своем эмоциональном состоянии и становится более устойчивым к стрессовым ситуациям, связанным с учебой и семейными конфликтами.

## Сессия 9-10: Работа с семьей, поддержка академической успешности

### Работа с семьей

- Ход продвижения: Проведение семейных консультаций для обсуждения проблемы и разработки совместных стратегий поддержки Сергея.

- Инсайты клиента: Сергей понимает, что открытое обсуждение своих проблем с семьей помогает улучшить отношения и снизить уровень напряженности в доме.

### Поддержка академической успешности

- Ход продвижения: Разработка стратегий для улучшения учебной успеваемости, включая методы подготовки к экзаменам и управления учебным временем.

- Инсайты клиента: Сергей начинает видеть положительные результаты своих усилий в учебе, что усиливает его мотивацию и уверенность в себе.

## Сессия 11-12: Внедрение альтернативных активностей, оценка прогресса

### Внедрение альтернативных активностей

- Ход продвижения: Поощрение участия в новых занятиях, таких как спорт и хобби, которые помогают заменить время, проводимое за цифровыми устройствами.

- Инсайты клиента: Сергей замечает, что новые активности не только отвлекают его от гаджетов, но и приносят радость и удовлетворение, улучшая его общее состояние.

### Оценка прогресса

- Ход продвижения: Проведение промежуточной оценки достижений, обсуждение успехов и проблем, корректировка плана терапии при необходимости.

- Инсайты клиента: Сергей осознает, какие изменения оказали наибольшее влияние на его жизнь и что еще нужно улучшить для достижения полного восстановления.

## Сессия 13-14: Работа над предотвращением рецидивов, поддержка личностного роста

### Работа над предотвращением рецидивов

- Ход продвижения: Разработка стратегий предотвращения рецидивов, обсуждение возможных трудностей и способов их преодоления.

- Инсайты клиента: Сергей понимает, какие факторы могут привести к возврату старых привычек и разрабатывает план действий для их предотвращения.

### Поддержка личностного роста

- Ход продвижения: Поддержка Сергея в установлении новых целей и ценностей, обсуждение планов на будущее и саморазвитие.

- Инсайты клиента: Сергей начинает видеть перспективы своего развития вне цифрового мира и определяет для себя новые цели и направления.

## Сессия 15: Заключение и подведение итогов

- Ход продвижения: Подведение итогов терапии, обсуждение достигнутых результатов, дальнейшие шаги для поддержания изменений.

- Инсайты клиента: Сергей осознает, как изменился его образ жизни, и отмечает достижения в учебе и отношениях. Устанавливает планы по поддержанию достигнутого прогресса.

#### Контрольные встречи

- Ход продвижения: Обсуждение возможности периодических контрольных встреч для оценки прогресса и поддержания достигнутых результатов.

- Инсайты клиента: Сергей понимает, что регулярная поддержка может помочь сохранить достижения и продолжить развитие.

Терапия для Сергея оказалась успешной в преодолении цифровой зависимости и улучшении его жизни:

- снижение цифровой зависимости: Сергей значительно сократил время, проводимое за гаджетами, благодаря установленным ограничениям и внедрению альтернативных активностей. Это помогло ему восстановить баланс между виртуальной и реальной жизнью.

- улучшение академической успеваемости: применение стратегий тайм-менеджмента и учебной поддержки привело к повышению успеваемости и снижению угрозы отчисления из университета.

- налаживание семейных отношений: с помощью семейных консультаций и улучшения навыков общения Сергей смог улучшить отношения с семьей, снизив количество конфликтов и повысив взаимопонимание;

- развитие эмоциональных и личностных навыков: техники осознанности и управления эмоциями помогли Сергею лучше справляться со стрессом и тревожностью, что способствовало его личностному росту и удовлетворению;

- достижение новых целей: определение новых целей и интересов вне цифрового мира дало Сергею ощущение удовлетворения и мотивацию для дальнейшего развития.

Терапия позволила Сергею добиться значительных изменений в жизни, улучшив успеваемость, семейные отношения и общее эмоциональное состояние.

#### **Выводы.**

Цифровая зависимость является сложным и многогранным явлением, требующим комплексного подхода как в исследовании, так и в терапии. Для успешного преодоления зависимости важно учитывать индивидуальные особенности личности и окружающую среду, разрабатывать персонализированные стратегии вмешательства и поддержки. В данном исследовании осветили суть, признаки и влияние цифровой зависимости на жизнь человека и его психику. По итогу работы мы предоставили терапевтический кейс, на основе которого практикующие специалисты смогут составить собственный план работы с клиентом с цифровой зависимостью.

#### **Библиографический список**

1. Атанов В.Д, Орлова Е.Ю. Цифровая зависимость: как современные технологии влияют на наше здоровье / В.Д. Атанов, Е.Ю. Орлова // Вестник науки. – 2023. - №10. – с. 522-526.

2. Грязнов С.А. Влияние интернет-зависимости на жизненные приоритеты / С.А. Грязнов // Столыпинский вестник. – 2020. - №3. – 9 с.

3. Митрофанова О.Н., Максина В.А. Гаджет-зависимость как риск-фактор жизнедеятельности человека / О.Н. Митрофанова, В.А. Максина // Безопасность жизнедеятельности: современные вызовы, наука, образование, практика: Материалы IX Межрегиональной научно-практической конференции с международным участием, Южно-Сахалинск, 03-04 декабря 2018 года. Южно-Сахалинск: Сахалинский государственный университет. 2019. С. 105-107.
4. Смирнов В.В. Феномен цифровой зависимости в условиях информационного общества (социально-психологический аспект)
5. Суходолова Е.А. Актуальные тенденции исследования различных видов цифровой зависимости / Е.А. Суходолова // Скиф. – 2022. - №12. – с. 17-23.
6. Ученые подсчитали, сколько время проводят за экранами гаджетов жители разных стран [Электронный ресурс] / Новая Хакасия. – URL: <https://newkhakasiya.online/news/2024-05-30/uchenye-podschitali-skolko-vremya-provodyat-za-ekranami-gadzhetrov-zhiteli-raznyh-stran-5096566> (Дата обращения: 10.08.2024). – Режим доступа: свободный.
7. Шакирова, Г.Ф. Психологические особенности гаджет-зависимости учащихся / Г. Ф. Шакирова // Казанский педагогический журнал. - 2020. - № 1. - С. 217-224.
8. Шенгелая С.А. Влияние интернет-зависимости на физическое и психическое развитие студентов / С.А. Шенгелая // Гуманитарные и социальные науки. – 2021. - №5. – с. 199-206.
9. Gupta M., Sharma A. Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health / World J Clin Cases. 2021 Jul 6; 9(19): 4881–4889.

**Карпов А.А., Спицына К.Р.**

## **ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ СХЕМЫ ВИРТУАЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТРУДА**

*Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 21-18-00039, <https://rscf.ru/project/24-18-00675/>*

**Аннотация.** Представлены возможности исследования трудовой деятельности человека в условиях виртуальной (сетевой) организации. Разработаны пространственно-временные схемы виртуальной организации труда на различных уровнях субъекта труда: на уровне основного трудового коллектива, временных рабочих групп, работника, индивидуума. Предложен принцип спецификации работников виртуальной организации в рамках общего субъектно-информационного класса деятельности.

**Ключевые слова:** виртуальная организация, виртуальная работа, субъектно-информационный класс деятельности

**Annotation.** The possibilities of studying human labor activity in conditions of

virtual (network) organization are presented. Spatial-temporal schemes for the virtual organization of a working activity have been developed at various levels of subject: at the level of main work collective, temporary work groups, an employee, an individual. The principle of specification of a virtual organization employees within the framework of the general subject-information class of activity is proposed.

**Keywords:** virtual organization, virtual work, virtual team, subject-information class of activity

## **Введение**

Интенсивное развитие сложных информационно-телекоммуникационных систем с привело к возникновению глобальной самоорганизующейся среды, в которой реализуется большинство сфер жизнедеятельности человека, в частности, трудовая деятельность. Фундаментальные исследования в области инженерной психологии, эргономики и киберпсихологии сфокусированы на решении задач повышения эффективности сложных эргатических систем сетевых коммуникаций [Сергеев, 2022] и разработке методологических принципов исследования субъектно-информационного класса деятельности [Карпов, 2021], ассоциируемых с использованием информационных технологий.

Информационные технологии являются фактором размывания совместных целей и средств деятельности «деловой сети» [Журавлёв, Нестик, 2010, с. 96], характеризуется «неопределенностью, сложностью и постоянным изменением» состава вовлечённых участников и решаемых задач, размытием физических и временных границ деятельности, переходом от управления организациями («organization») к управлению организыванием («organizing») [Журавлёв, Нестик, 2010, с. 11]. Ведущей формой организации и управления современных сетевых предприятий является «виртуальная организация» («virtual organization») [Mowshowitz, 2002, с. 54; Катаев, 2009].

Виртуальная организация (ВО) определяется признаком виртуальной (сетевой) коммуникации и взаимодействия, границы виртуальной организации являются «не физическими, а отношенческими» [Журавлёв, Нестик, 2010, с. 95], характеризуется высоким уровнем автоматизации и стандартизации инструментов, продуктов и процессов, структура ВО является неопределённой. Учёные выделяют три основных направления исследований виртуальных форм организации труда: работа с использованием телекоммуникаций (или «дистанционная работа», «telework», «telecommuting»), работа в виртуальных (или географически распределённых) командах («virtual teams», «distributed teams») и компьютеризированная работа («computer-mediated work») [Raghuram S. et al., 2019]. Уровень анализа аспектов работы в условиях ВО (так называемой «виртуальной работы») может производиться на индивидуальном, групповом или на уровне предприятия [Журавлёв, Нестик, 2010; Baptista, J. et al., 2020; Raghuram S. et al., 2019], что в совокупности представляет научный интерес авторов в русле исследований состояния функционального комфорта работников различных типов и видов виртуальной организации труда.

## **Цель и исследовательские задачи**

Ранее авторами были произведён краткий анализ возникновения и эволюции виртуальной работы, рассмотрены существующие определения понятия «виртуальная организация» [Карпов, Спицына, 2023], типы и виды виртуальной организации рассматриваются авторами как объект исследования в киберпсихологии.

Цель представленной статьи – показать возможности изучения процессов и свойств в различных типах виртуальной организации труда.

### **Методологические и методические основы исследования**

Изучение виртуальной организации возможно на основе положений сетевого подхода к управлению совместной деятельностью [Журавлёв, Нестик, 2010]. Виртуальная организация понимается как социальный институт, функциональная целостность которого базируется на человеческих ресурсах (работники, партнёры, клиенты, заинтересованные стороны задачи), постоянно или временно объединённых средой виртуальных (сетевых) коммуникаций.

Типы виртуальной организации выделялись на основании «масштаба» производственной единицы [Катаев, 2009]: на уровне производственных групп (основной трудовой коллектив, временные рабочие группы) и на уровне отдельного работника (работник, индивидуум). В осмыслении пространственно-временной схемы ВО принимались во внимание концептуальные модели совместной компьютеризированной работы: техно-центричная («Computer Supported Cooperative Work Matrix») [Johansen, 1991] и социо-центричная («Model of Coordinated Action») [Lee, Paine, 2015].

Для иллюстрации пространственно-временной схемы ВО авторы обратились к идеям психологии восприятия и психологии групп, предложенными в «Теории поля» Курта Левина (1947) [Зейгарник, 1981; Левин, 2000; Lewin, 1947]. Согласно К. Левину, «психологическое пространство» индивидуума определяется границей «жизненного пространства» [Левин, 2000, с.77] и «временной перспективой» [там же, с.95]. «Временная перспектива» определяет «совокупность взглядов индивида на его психологическое прошлое и психологическое будущее» [Левин, 2000, с.95]. «Жизненное пространство» [там же, с.77] является посперцептивным и доповеденческим, ось «временной перспективы» пересекает «психологическое поле», «феноменологический мир» [Зейгарник, 1981, с.32] индивидуума в настоящем времени.

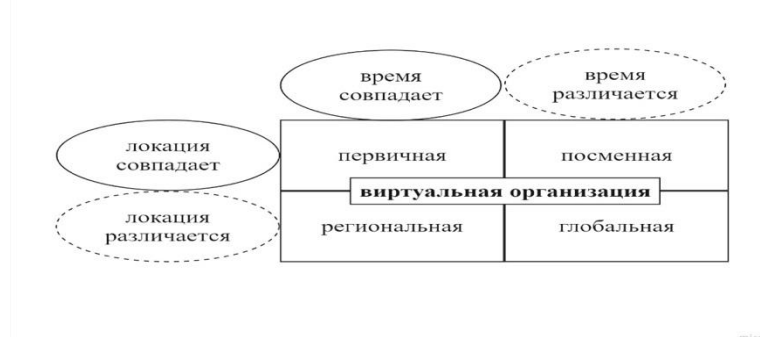
Стоит отметить, что в своих работах К. Левин подчёркивал, что предложенная им теория выступает, прежде всего, методом «анализирования причинных связей и построения научных конструктов» [Левин, 2000, с.66], позволяющим наиболее точно отобразить субъективный характер объективной реальности. Несмотря на то, что концепция «психологического пространства» К.Левина рассматривает процессы и свойства объективной реальности, по нашему мнению, принципы иллюстрации «психологического пространства» могут быть применены в обобщённом представлении пространственно-временных схем ВО труда.

### **Результаты**

Авторами предложены четыре пространственно-временные схемы ВО (на уровне основного коллектива, на уровне временных групп, на уровне работника,

индивидуума), их признаки и особенности в обобщённом виде раскрываются далее (п.п. I – IV).

I. На уровне основного трудового коллектива пространственно-временная схема ВО сформулирована, главным образом, по принципу географического расположения основного трудового коллектива, где непосредственно осуществляется деятельность. Обобщённо выделены типы ВО, в которых пространственно-временные условия ВО («локация» рабочего места и локальное «время») могут совпадать, различаться или комбинироваться (Рисунок 1).



**Рисунок 1. – Пространственно-временная схема виртуальной организации на уровне основного трудового коллектива (R. Johansen в адаптации К.Р. Спицыной)**

Как видно на схеме, основной трудовой коллектив ВО может как совпадать, так и различаться по месту пребывания и времени осуществления совместной трудовой задачи. Таким образом условно авторами выделены четыре типа ВО, определены как «первичная», «посменная», «региональная», «глобальная» ВО.

(а) «первичная» ВО определяется, главным образом, единой физической (основной, исходной, реальной/не виртуальной) локацией трудового коллектива в пределах одного помещения, при этом отсутствует временной сдвиг между сменами рабочих групп или географическими часовыми поясами, в которых они находятся. Работники «первичной» ВО являются работниками малых, средних и крупных компаний традиционного офиса (не дистанционного), представители профессий интеллектуального труда субъектно-информационного класса деятельности, работающие в фиксированное время дня с помощью компьютера и сети Интернет: коллеги одного отдела, департамента, подразделения. Работники «первичной» ВО знакомы и непосредственно взаимодействуют друг с другом, имеют возможность общаться на очной встрече в пределах одного помещения. Организация трудового процесса в условиях «первичной» ВО поддерживается стандартным программным обеспечением для совместной работы.

(б) «посменная» ВО представлена единой локацией основного трудового коллектива в пределах здания, производства, территории цеха, однако, имеет временной сдвиг между сменами рабочих групп (что и обусловило название описываемого типа ВО). Работники «посменного» типа ВО могут быть работниками средних и крупных сервисных компаний, в которых имеет значение круглосуточное функционирование: работники приложений службы такси, доставки интернет-заказов, онлайн поддержка клиентов, техническое сопровождение продуктов, операторы call-центров и сервисов экстренной



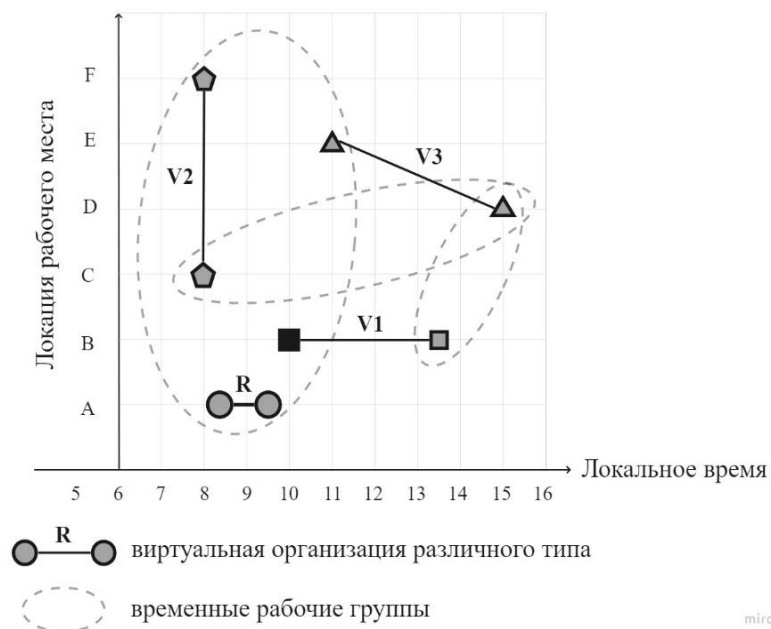
помощи др.. Работники «посменного» типа ВО взаимодействуют друг с другом и клиентами в соответствии с производственным протоколом, деятельность высоко алгоритмизирована. Организация трудового процесса в условиях «посменной» ВО осуществляется посредством специализированного программного обеспечения совместной работы в рамках цифровой инфраструктуры конкретного бизнеса, производства.

(в) «региональная» ВО характеризуется различной локацией трудового коллектива, работники географически распределены внутри области, в пределах одной страны (то есть регионально), отсутствует или минимален временной сдвиг (в пределах одной смены) между рабочими группами или её членами. Примерами «региональной» ВО являются средние и крупные компании, бизнес-процессы которой организованы с привлечением высоко квалифицированных работников, работников с узкопрофильной специализацией или, например, работников из регионов с меньшими требованиями к уровню заработной платы. Работники взаимодействуют друг с другом опосредованно с помощью Интернет, коммуникация осуществляется на одном языке. Организация трудового процесса в условиях «региональной» ВО осуществляется комплексом доступных и востребованных инструментов управления совместной работы виртуальных команд.

(г) «глобальная» ВО, так же как и «региональная» ВО, характеризуется различной локацией трудового коллектива: работники географически распределены по странам, континентам (то есть глобально), имеется существенный временной сдвиг (за пределами одной смены) между рабочими группами или отдельными её членами. Компании «глобальной» ВО как правило, это крупные международные компании или компании-гиганты, которые используют трудовые ресурсы с навыками международного уровня. Взаимодействие работников «глобальной» ВО осуществляются только онлайн, на различных языках, регулируются высокими корпоративными стандартами и международными правилами. Функционирование «глобальной» ВО обеспечивается уникальными цифровыми системами управления бизнес-процессами.

Стоит отметить, что в соответствии с представленной пространственно-временной схемой ВО на уровне основного трудового коллектива определение типа ВО («первичная», «посменная», «региональная», «глобальная») может меняться на уровне временных рабочих групп, объединённых на конкретный период общей трудовой задачей (в рамках одного проекта, заказа, сервисной услуги, производственного задания и т.п.). Целесообразно рассмотреть пространственно-временную схему различных типов ВО «в масштабе» временных рабочих групп (Рисунок 2).

**Пространственно-временная характеристика виртуальной организации  
на уровне рабочих групп**



**Рисунок 2. – Пространственно-временная схема виртуальной организации на уровне временных рабочих групп (составлено К.Р. Спицыной)**

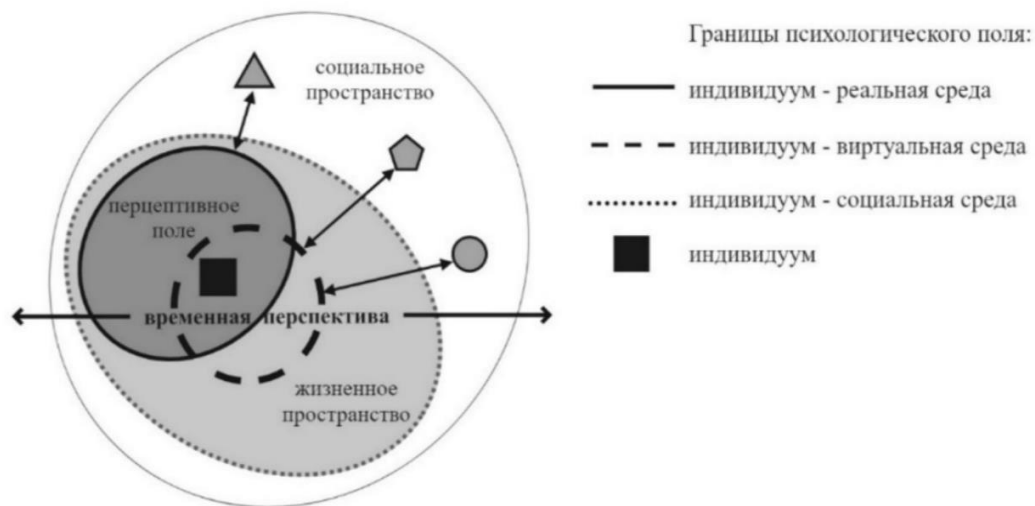
II. Пространственно-временная схема ВО на уровне временных рабочих групп (Рисунок 2) показывает, что рабочие группы различных типов ВО (на схеме показаны R – «первичная», V1 – «посменная», V2 – «региональная», V3 – «глобальная» ВО) или отдельные её члены (на схеме показаны различными фигурами) в течение одной смены могут оказываться в уникальной системе производственных отношений и взаимодействий с членами других рабочих групп (на схеме показано пунктиром). Так, например, работник «первичной» ВО (на схеме «R»), находясь на своём компьютеризированном рабочем месте в едином физическом пространстве со своими коллегами, одновременно является членом временных рабочих групп других типов ВО (на схеме «V1», «V2», «V3»). Отдельный работник любого типа ВО может одновременно относиться к рабочим группам двух, трёх, четырёх типов ВО в зависимости от структуры временной рабочей группы и способа взаимодействия в процессе выполнения трудового задания. Очевидно, что условия, средства труда, качество и каналы опосредованной коммуникации будут различаться. Таким образом, в пространственно-временной схеме ВО на уровне временных рабочих групп имеет значение структура коммуникации, взаимодействий и взаимоориентации между ними. В таком случае изучение процессов и свойств различных типов ВО с учётом пространственно-временных отношений временных рабочих групп предполагается необходимым на таком основании, в которой «точкой отсчёта» выступает конкретный работник ВО, что было рассмотрено далее (Рисунок 3).



**Рисунок 3. – Пространственно-временная схема виртуальной организации на уровне работника (составлено К.Р. Спицыной)**

III. Пространственно-временная схема ВО на уровне работника (Рисунок 3) показывает, что конкретный работник ВО, или «пользователь» (на схеме: «П») находится одновременно в физическом рабочем пространстве и одновременно в виртуальном рабочем пространстве других членов временной рабочей группы (на схеме: «П1, П2, П3, П4»). Виртуальное пространство условно измеряется территориальной разницей во времени между другими членами временной рабочей группы (на схеме показано тонкими линиями: одна линия равна одному часу). Наличие территориальной разницы во времени между работниками ВО предъявляет повышенные требования к эффективной организации трудового процесса временной рабочей группы. Временная рабочая группа работников, находящаяся в условиях ВО, может быть определена как «виртуальная команда» без отношения к какому-либо выделенному типу ВО. Рабочее пространство работника ВО (как физическое, так и виртуальное) определяется индивидуальным выбором «пользователя». Таким образом, изучение процессов и свойств ВО с учётом пространственно-временных взаимодействий может определяться субъективным отношением к физической (объективной, реальной), виртуальной (цифровой) и социальной среде.

IV. Опираясь на концептуальное содержание конструкта «психологическое поле» индивидуума и метод наглядного отображения субъективного характера объективной реальности К. Левина, авторами составлена пространственно-временная схема ВО на уровне индивидуума (Рисунок 4).



**Рисунок 4. – Пространственно-временная схема виртуальной организации на уровне индивидуума (составлено К.Р. Спицыной)**

Предложенная пространственно-временная схема ВО на уровне «индивидуума» (на схеме: чёрный квадрат) дополнена авторами «виртуальным пространством» и обозначена границей «индивидуум – виртуальная среда» (широкий пунктир). Граница «индивидуум – виртуальная среда» выходит за пределы перцептивного поля «индивидуум – реальная среда» (на схеме: сплошная жирная линия). Данные о событиях в «виртуальном пространстве» поступают опосредованно компьютерными технологиями, задаётся различными каналами коммуникации (текстовая, аудио-, видео- связь и др.), имеет отличия в полноте информации о коллегах и их действиях (например: статус работника в сети/не в сети, время последнего изменения документа). Процесс на границе «индивидуум – социальная среда» (на схеме: мелкий пунктир) «жизненного пространства» определяет социально-психологическую среду человека: его потребности, мотивации, настроение, цели и определяет границу взаимодействий с другими людьми (фигуры на схеме: треугольник, пятиугольник, круг), находящимися в социальном пространстве «индивидуума». Таким образом, граница «индивидуум – виртуальная среда» пересекает и расширяет границу перцептивного поля «индивидуум – реальная среда», создаёт вторую границу между «жизненным» и «социальным» пространствами. Внутреннее и внешнее (относительно индивидуума) субъективное отражение событий реального физического (не виртуального) мира искажается, снижается полнота проявления реальной (не виртуальной) среды в «жизненном пространстве» индивидуума, «в обе стороны» трансформируется качество коммуникации. В изучении процессов и свойств ВО представляются существенными фактор когнитивно-перцептивных свойств работника и фактор коммуникации в физической и виртуальной среде (сетевых коммуникаций).

### **Выводы**

Предложенные авторами пространственно-временные схемы ВО в обобщённом виде отражают возможности изучения процессов и свойств ВО на различном уровне производственной единицы: на уровне основного трудового коллектива, временных рабочих групп, отдельного работника, индивидуума.

Во-первых, определение типа ВО не является фиксированным, постоянно меняется на уровне отдельного работника ВО в конкретный период выполнения трудовой задачи самостоятельно или в составе группы, что порождает проблему дифференциации групп испытуемых работников ВО в исследованиях.

Обобщая вышесказанное, авторы предлагают следующий принцип спецификации работников различных ВО в рамках общего субъектно-информационного класса деятельности:

(а) по типу деятельности – по параметру взаимодействия работника с работодателем (опосредованное или не опосредованное), соответственно: «традиционная» и «виртуальная организация».

(б) по виду деятельности – «внутри» виртуальной организации: в условиях опосредованного взаимодействия по параметру самостоятельной организации работником ВО рабочего места («основное рабочее место», «альтернативное рабочее место»).

Рассматривая ВО в «масштабе» производственных групп (пространственно-временные схемы ВО на уровне основного трудового коллектива и временных рабочих групп) к «традиционной организации» может быть отнесена «первичная» ВО, а к «виртуальной организации» – «посменная», «региональная» и «глобальная» ВО.

Рассматривая ВО, в которой «точкой отсчёта» выступает конкретный работник ВО («пользователь») (пространственно-временные схемы ВО на уровне работника и индивидуума), спецификация работников ВО может быть определена на основании вида рабочего места, а именно:

«Основное рабочее место» предполагает, что работник ВО выполняет трудовую функцию по «сети» в пределах основного помещения работодателя.

«Альтернативное рабочее место» подразумевает такие средовые и организационные условия труда, в которых работник ВО выполняет трудовую функцию по «сети» вне основного помещения работодателя. Возможность работать «удалённо» может быть ситуативной (в короткий промежуток времени, связанный с ситуацией действия, например: в лифте, в транспорте, «перед работой» и т.п.), временной (в определенный период, заданный внешними причинами: нетрудоспособность, сезонная миграция) или перманентной (работа выполняется из другого города, страны).

Во-вторых, изучение процессов и свойств в различных типах ВО невозможно без учёта субъективных, индивидуально-личностных, когнитивно-перцептивных факторов работника ВО. Одновременно с этим представляются значимыми внешние объективные факторы, такие как: контекст выполнения трудового задания (состав и структура рабочей группы, интенсивность сетевых коммуникаций), параметры рабочего пространства (физическая и виртуальная среда), потребности «пользователя» и возможность их реализации на рабочем месте работником ВО.

В-третьих, характерное свойство высокой организационной гибкости ВО не позволяет изучать ВО как стабильную систему в координатах физической и виртуальной (сетевой, цифровой) инфраструктуры на производстве (условно говоря, рабочее пространство одновременно существует «по ту» и «эту сторону

экрана»). Изучение современных типов и видов ВО требуют комплексного подхода. Представляется возможным исследование ВО на стыке трёх активно развивающихся направлений современной психологии труда: киберпсихология, информационная парадигма филогенеза деятельности (субъектно-информационный класс деятельности) и парадигма сетевой организации деятельности. Синтез результатов, полученных в рамках перечисленных дисциплин, позволит разрабатывать системы управления кадровыми ресурсами и оптимизации деятельности виртуальных (сетевых) организаций.

### **Дискуссия**

Представленные авторами пространственно-временные схемы ВО наглядно отражают свойство высокой организационной гибкости, присущее современным виртуальным (сетевым) организациям трудовой деятельности.

Сформулированные пространственно-временные схемы ВО имеют теоретико-методологическую значимость в определении объекта и предмета исследований в области психологии виртуальной организации. Предложенный авторами принцип спецификации работников ВО по типу и виду деятельности может быть использован в исследовании аспектов деятельности профессий субъектно-информационного класса в киберпсихологии.

Стоит отметить, что развёрнутая формулировка концепции виртуальной (сетевой) организации трудовой деятельности требует включения положений, в которых раскрывается особенности коммуникации, взаимодействия и взаимоориентации между реальными людьми (членами виртуальных команд) и виртуальными ассистентами (например, голосовой помощник на основе искусственного интеллекта), что отмечается в фундаментальных исследованиях А.Л.Журавлёва, А.В.Карпова, С.Ф.Сергеева.

В настоящей статье были обозначены некоторые проблемы, которые, на наш взгляд, определяют направление дальнейшей научной дискуссии по теме виртуальной (сетевой) организации труда. По мнению авторов, психологический конструкт, который позволяет изучать аспекты виртуальной (сетевой) организации труда на стыке технологий и «пользователя», является функциональный комфорт работника ВО: интегральный критерий, который отражает оптимальность/неоптимальность информационной системы, в центре которой находится человек.

Возможным практико-ориентированным продолжением представленного исследования может стать разработка психодиагностической программы и технологических решений с целью обеспечения функционального комфорта работников различных типов и видов виртуальной организации.

### **Библиографический список**

1. Журавлёв, А.Л., Нестик, Т.А. Социально-психологические последствия внедрения новых технологий: перспективные направления исследований // Психологический журнал. 2019. Т. 40, № 5. С. 35–47.

2. Журавлев, А.Л., Нестик, Т.А. Психология управления совместной деятельностью: Новые направления исследований. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. 248 с.

3. Зейгарник, Б.Ф. Теория поля Курта Левина. М. : Издательство Московского университета. 1981.

4. Карпов, А.А. К проблеме изучения индивидуально-личностных свойств работника виртуальной организации // Методология современной психологии. 2023. № 20. С. 92–102.

5. Карпов, А.В. Методологические основы психологического анализа информационной деятельности: монография // Ярославль: Филигрань, 2021. 616 с.

6. Катаев, А.В. Виртуальные бизнес-организации // Спб.: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», 2009. 120 с.

7. Левин, К. Теория поля в социальных науках. Мастерская психологии и психотерапии: Пер. с англ. СПб. : «Сенсор», 2000. 368 с.

8. Сергеев, С.Ф. Перспективы сетевого подхода в психологии // Психологический журнал, 2023. Т. 44, № 1. С. 133–136.

9. Baptista, J. et al. Digital work and organizational transformation: Emergent Digital work configurations in modern organizations / J. Baptista, M.K. Steinb, S. Kleinc, M.B. Watson-Manheimd, J. Le. Human // The Journal of Strategic Information Systems, 2020. Т. 29. №. 2. Pp. 101618.

10. Johansen, R. Groupware: Future directions and wild cards. Journal of Organizational Computing, 1991. 1(2), Pp. 219–227.

11. Lee, C.P., Paine, D. From The matrix to a model of coordinated action (MoCA) A conceptual framework of and for CSCW // Proceedings of the 18th ACM conference on computer supported cooperative work & social computing. 2015. Pp. 179–194.

12. Lewin, K. "Frontiers of Group Dynamics: Concept, method and reality in social science, social equilibria, and social change". Human Relations, 1947. 1 : Pp.5–41.

13. Mowshowitz A. Virtual organization: Toward a theory of societal transformation stimulated by information technology. Greenwood Publishing Group, 2002. 280 p.

14. Raghuram S. et al. Virtual work: Bridging research clusters // Academy of Management Annals. 2019. Т. 13. №. 1. Pp. 308–341.

**Карпов А.В.**

## **О ПОНЯТИИ МЕХАНИЗМА В ПСИХОЛОГИИ**

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 21-18-00039, <https://rscf.ru/project/24-18-00675/>

Аннотация

Представлены результаты теоретико-методологического анализа одного из базовых понятий психологии – понятия механизма. Выявлены и проинтерпретированы основные характеристики данного понятия, а также

традиции его использования в психологии. Показана роль понятия механизма в реализации наиболее важной процедуры, занимающей центральное место в структуре психологического исследования – в интерпретации результатов, а также в их концептуализации.

Ключевые слова: психологический механизм, интерпретация, причинность, объяснение, редукционизм.

Abstract. The article presents the results of a theoretical and methodological analysis of one of the basic concepts of psychology – the concept of mechanism. The main characteristics of this concept, as well as the traditions of its use in psychology, are identified and interpreted. The role of the concept of mechanism in the implementation of the most important procedure, which occupies a central place in the structure of psychological research – in the interpretation of results, as well as in their conceptualization, is shown.

Key words: psychological mechanism, interpretation, causality, explanation, reductionism.

Главная задача научного познания в целом и психологического, в частности, заключается, как известно, в раскрытии и объяснении сущности изучаемых явлений. Собственно говоря, переход от уровня явлений к уровню сущности во многом и составляет и процесс научного познания, и его конечную цель, и его сущность. Одним направлением такого, которое особенно характерно для дисциплин, базирующихся на эмпирическом пути развития, выступает и стремление к установлению и последующему объяснению того, что обычно обозначается понятием *механизмов* изучаемых явлений. Вместе с тем, понятие механизмов – даже несмотря на его традиционность и широту использования, остается достаточно неоднозначным и не вполне концептуализированным именно в его гносеологической коннотации<sup>1</sup>. Более того, его неоднозначность и даже неопределенность существенно возрастает именно по отношению к собственно психологическому познанию. Вообще говоря, в качестве одной из причин сохраняющейся неопределенности понятия механизма в психологии выступает то что, что оно «перешло» в нее из других наук (прежде всего из технических дисциплин), что и вносит неоднозначность в его понимание. Как отмечает И.Е. Коптелова, «Придя в психологию из других наук, механизм позднее стал толковаться как то, что определяет внутреннюю связь и взаимозависимость элементов любой движущейся системы, независимо от того,

---

<sup>1</sup> Вообще говоря, понятие механизма является весьма полисемичным, что и обуславливает не только широту его использования, но и его концептуальную размытость [9]. Так, в частности, оно имеет следующие значения: совокупность подвижно соединенных частей, совершающих под действием приложенных сил заданные движения; от новолат. *mechanismus*, от греч. *mechane* машина: устройство машины, прибора, снаряда; совокупность подвижно соединенных частей, совершающих под действием приложенных сил заданные движения; устройство машины, прибора, аппарата и т. п., приводящее их в действие. внутреннее устройство машины или прибора, приводящее машину, прибор в действие. Используется также в качестве обозначения некоторых уловок, способов выхода из трудных ситуаций и положений. Понятие может также обозначать как объект, так и доктрину (например, механистическая картина мира в противовес виталистической). Механизм – это также и система тел, предназначенная для преобразования движения одного или нескольких тел в требуемые движения др. твердых тел. Если в преобразовании движения участвуют жидкие или газообразные тела, то механизм называется гидравлическим. В политологии понятие механизма используется как средство описания, например, устройства власти, государства, общественных институтов.



создана ли она руками человека или возникла в естественном развитии природы» [6]. В психологии мышления данный термин стал давно традиционным. В частности, А. Бине принадлежит работа под названием «Механизм мышления» [2]. Наибольшее распространение понятие механизма получило, разумеется, в психоанализе, в котором оно конкретизировано до понятия защитных механизмов личности [15]. В.Н. Пушкин рассматривает вопрос «о механизмах оперативного мышления» или о «психологических механизмах процесса решения задач», не касаясь при этом физиологической деятельности мозга [11]. Значимый вклад в разработку проблемы психологических механизмов внесли труды М.С. Роговина [12].

Действительно, в общем плане под механизмом в его гносеологическом плане, то есть в отношении использования как средства раскрытия особенностей и средств, лежащих в основе изучаемых явлений, понимается ряд взаимосвязанных и взаимообусловленных психических операций. Они и предназначены для получения определенного результата [10]. Психический механизм может включать как исключительно внутриспихические составляющие (например, операции), так и внешнепсихические составляющие - речевые акты и жесты [10]. В психологии термином «механизм» обозначается и система различных психологических факторов, средств, обеспечивающих тот или иной процесс проявления психических свойств, различные психические изменения и т.д. Психологический механизм рассматривается и как постоянно действующая или ситуативно возникающая целостная психологическая система средств, которая обеспечивает выполнение тех или иных регулятивных функций и включает в себя основные подсистемы регуляции.

Кроме того, в наиболее общем плане понятие механизма неразрывно сопряжено с фундаментальной проблемой объяснения как таковой и ее сердцевиной – проблемой редукционизма. При этом оно выступает в качестве той интерпретационной основы, на базе которой и осуществляется само объяснение. Сам редукционизм во многом просто тождественен попыткам найти нечто такое, что позволило бы свести объясняемое, то есть неизвестное, к известному, а механизм здесь и выступает как эквивалент второго – как нечто уже понтное и понятное. Например, в этой связи В.Г. Агеев отмечает: «Идея механизма, то есть некоторого более элементарного уровня анализа, к которому не сводима специфика более высокого уровня, но который способен выполнять здесь функцию средства, всегда была заманчива для психологического исследования. Шла ли речь о наследственных, инстинктивных механизмах человеческого поведения или же о психофизиологических механизмах сенсорных процессов, самая возможность объяснить не что сложное, неуловимое, ускользающее через нечто более простое, понятное, позволяющее себя зафиксировать, классифицировать, «квантифицировать» и т.д., естественно, казалась в высшей степени привлекательной и разумной. Можно приводить бесчисленное множество примеров подобного объяснения сложного через простое. Простое при этом чаще всего обозначалось термином «механизм», а

сложное тем содержательным феноменом, который получает объяснение, когда понятное действие механизма, лежащего в его основе» [1].

В этой же связи показательно, что, например, Б.М. Теплов, характеризуя требования объективного метода в психологии, отмечает, «для научного объяснения психических процессов необходимо изучать нервные механизмы процесса отражения» [14]. На важность физиологических механизмов психической деятельности указывал и С.Л. Рубинштейн. «Можно сколько угодно рассуждать о психических процессах, называть их различными именами и абстрактно соотносить с различными внешними и внутренними условиями, с социальной средой, с употреблением знаков и т.д. Но подлинно научное исследование и объяснение их невозможно без раскрытия их механизмов, без систематического изучения их закономерной связи с материальным субстратом» [13]. Е.И. Бойко выделяет следующие показатели, по которым можно определить является ли данное психическое образование механизмом. Во-первых, тот или иной механизм всегда связан с тем или иным процессом. Во-вторых, изучение механизмов каких-либо явлений, по всеобщему признанию, связано с научным объяснением этих явлений [3].

Таким образом, механизм выступает как важнейшее интерпретационное средство; как то, что призвано показать, объяснить и понять как явления «устроены на самом деле», каково их истинное содержание и как они должны быть поняты. При этом обычно такого рода объяснение осуществляется за счет привлечения знаний, которые соотносятся с менее сложноорганизованными аспектами изучаемых явлений и зачастую локализованных на менее сложных уровнях их общей организации. Типичными иллюстрациями этого являются многочисленные попытки привлечения средств и процессов физиологического уровня для объяснения собственно психических явлений. В этом плане, как известно, используется и термин сведения как указание на то, что для объяснения более сложного его необходимо свести – редуцировать до более простого. Данное обстоятельство является весьма принципиальным, в связи с чем его необходимо подчеркнуть специально, а в дальнейшем – реализовать в качестве одного из основных методологических императивов. Дело еще и в том, что оно неразрывно сопряжено с основными положениями уровневого подхода как общенаучного принципа исследования. Действительно, то, что выступает объясняемым – своего рода феноменом, локализованным на том или ином уровне, для своего объяснения должно быть сведено – редуцировано до некоторого объясняющего. Оно локализовано, однако, уже на ином – более глубоком уровне, то есть уровне сущности. Оно само, в свою очередь, но на другом – более продвинутом этапе познания может и должно быть подвергнуто аналогичной процедуре, что требует перехода на еще более глубокий уровень и т.д. Это обозначается в гносеологии как «движение от явления к сущности», а затем – переход от сущности первого порядка к сущности второго порядка и пр. В наиболее общем случае все это выступает и как важная экспликация общенаучного принципа относительности – в данном случае относительности феномена и его детерминант, явления и сущности, а также относительности самого понятия механизма. Он, выступая на одном уровне анализа в качестве

объяснительного средства – в модусе объясняющего, на ином уровне (и этапе) вступает в качестве того, что само подлежит объяснению – в модусе объясняемого. Констатируя это, подчеркнем, что мы вполне сознаем истинную сложность проблемы редукционизма, органично сопряженную с понятием механизмов, и не ставим цель провести ее самостоятельное рассмотрение. Однако и не отметить ее как следствие (и причину) использования данного понятия также нельзя, а данные, полученные при ее разработке, обязательно должны быть привлечены и по отношению к рассматриваемым здесь вопросам.

Следует иметь в виду, что в общем – философском плане понятие механизма используется не только в качестве так сказать апостериорного – послеопытного средства познания, то есть того, которое привлекается к интерпретационным процедурам уже после получения исходных эмпирических данных, но и в качестве априорного средства познания. Так, И. Кант отмечал, что «не положив в основу *механизм* природы в качестве гипотезы исследования, нельзя получить никакого настоящего познания природы, даже вообще никакой строго точной науки» [4].

Все эти положения общего плана, разумеется, необходимо учитывать и по отношению к психологическому познанию. Однако – именно «в общем», предметно неспецифицированном и потому недостаточно релевантном ему отношении. Другими словами, такое понимание необходимо, но недостаточно для него. Дело в том, что по отношению к психологической проблематике оно обретает весьма выраженную специфичность, обусловленную столь же явным своеобразием самого предмета исследования – психики в целом и ее отдельных составляющих, в частности. В связи с этим, используя в ходе психологического исследования весь объяснительный потенциал понятия механизма в его общегносеологическом плане, тем не менее, необходимо определить и впоследствии учитывать те – специфические его особенности, которые обусловлены своеобразием предметов психологического изучения.

В этом плане следует, по нашему мнению, дифференцировать ряд основных направлений и особенностей такой спецификации – как более общего, так и более частного характера. Причем, именно в общем, точнее – в наиболее общем или даже всеобщем плане все эти особенности органично сопряжены с целым рядом гносеологических и конкретно-научных дихотомий – оппозиционных понятий, которые очень характерны и важны именно для психологического исследования.

Так, в психологии понятие механизма объективно сопряжено с базовой для нее дихотомией двух сторон психических явлений – *процессуальной* и *результативной*, с понятиями процесса и результата, взятыми в их полноте и сложности. При этом само понятие механизма обычно и трактуется как то, что образует первую из них – процессуальную сторону, точнее – является ей, а комплекс механизмов как раз и понимается в качестве ее содержания. Он же, но в его итоговом проявлении выступает уже носителем и атрибутом собственно результативных параметров того или иного явления, образования, феномена и пр. Поэтому и понятие механизма выступает в качестве связующего звена между

двумя уровнями психологического исследования – процессуальным и результативным, что опять-таки зафиксировано в методологическом плане в принципе единства процессуального и результативного уровней исследования.

Далее, столь же органична связь понятия механизма с еще одной базовой гносеологической дихотомией – причем, даже более общего плана, нежели первая, конкретизирующей соотношения понятий явления и сущности – с категориями *феномена* и *ноумена*. Механизм – это и есть то, что составляет «истинную природу» вещей, то есть выступает как цель и итог познания; что лежит за феноменом и базируется в его основании, обеспечивая его организацию и функционирование. В этом плане понятие механизма во многом тождественно совокупности тех объяснительных средств, которые выступают итогом познания, а оно считается удачным, если такие механизмы оказываются эксплицированными и проинтерпретированными. При этом, разумеется, следует учитывать и многозначность самого понятия ноумена, поскольку оно может – в разных коннотациях фиксировать не только то, что хотя и скрыто от феноменологического анализа, но все же принципиально раскрываемо, но и то, что столь же принципиально закрыто для познания.

Следует подчеркнуть, что по отношению к предметам психологического исследования, равно как и к психике в целом, отношения понятий феномена и ноумена обретают очень выраженную специфичность, существенно осложняющую само их исследование. Дело в том, что само содержание психического – как, хотя и специфическая, но все же – реальность (субъективная) дана самому субъекту именно как феноменология – как то, что принципиально осознаваемо и презентуемо в качестве определенного содержания. Тем самым феноменология психического, фактически, если не идентифицируется, то в очень существенной мере сближается с его онтологией, феноменология психического – это и есть его онтология. Кстати говоря, именно это обстоятельство является основным положением, на котором базируется философия экзистенциализма, а в более общем плане философия феноменологизма. И хотя данное положение нередко подвергается критике – в том числе и небезосновательной, его все же не только нельзя игнорировать, но, напротив, – сделать одним из основных в плане раскрытия специфики отношений этих понятий в психологических исследованиях. Дело еще и в том, что оно сопряжено и с одним из основных принципов организации и функционирования психического, сущность состоит в следующем. Субъективно – на уровне сознания репрезентации подлежит только результативная сторона функционирования психического, а те средства и механизмы, то есть его собственно процессуальное содержание столь принципиально не даны субъективно, они носят неосознаваемый характер. Следовательно, дихотомия феномена и ноумена здесь представлена как принципиальная оппозиционность двух уровней функционирования психического – процессуального и результативного, неосознаваемого и осознаваемого.

Еще более общий характер носит дихотомия понятий, точнее – категорий *объективного* и *субъективного* в ее отношении к понятию психологического механизма. Оставляя без специального анализа сложнейшие содержательные и

семантические вопросы, связанные с определением и даже пониманием этих категорий, подчеркнем здесь лишь один – весьма важный и достаточно очевидный их аспект, непосредственно связанный с понятием механизма. Он состоит в том, что обычно – согласно традиции, понятие механизма связывается именно с тем, что носит объективный характер, а точнее – с тем, что имеет несубъективный, то есть не подверженный субъектному контролю и потому аналогичным – также субъективным абберациям характер. При этом следует дифференцировать два нюанса такого понимания. Субъективность может пониматься именно как отклонение от объективных, то есть истинных закономерностей и потому являющаяся своего рода их нарушением. Однако субъективность может пониматься и как проявление субъектности в смысле управляемости чем-либо самим субъектом – подверженности его произвольному контролю. В этом плане понятие механизма, напротив, обычно связывается именно с объективностью – и как подчиненностью объективным закономерностям, и как развертыванию вне специального субъективного контроля.

С этим связана и еще она весьма специфическая для психологии дихотомия важнейших понятий – *сознательного* и *бессознательного*, осознаваемого и неосознаваемого. Не приходится подробно аргументировать тот предельно явный, но и столь же важный факт, что понятие механизма как раз и является наиболее типичным «носителем» бессознательных, неосознаваемых средств организации и функционирования психического. Механизмы часто трактуются именно как то, что во многом образует содержание бессознательного. С этой дихотомией органично сопряжена и дифференциация психического на сферу *произвольного* и *автоматизированного*, а сама автоматизация вообще рассматривается в качестве базового и наиболее явного представителя психических механизмов как таковых. Поэтому он рассматривается как такой механизм, который и наиболее традиционен, и наиболее очевиден именно в качестве механизмов как таковых, не вызывая в свой адрес, как правило, никаких возражений. Более того, он лежит в основе многих иных механизмов, носящих столь же явный, но более сложный характер – механизмов психологических защит, механизмов научения и обучения, механизмов адаптации и пр.

В этом плане показательна и несколько менее очевидная, но важная сопряженность понятия механизма с еще одной специфической для психики дихотомией – с понятиями *продуктивного* и *репродуктивного*. Действительно, именно механизмы – это то, что, являясь атрибутивно предназначенными для получения некоторого результата, всегда носят продуктивный характер; они являются носителем продуктивного в психике. Однако, с другой стороны, фиксируясь и закрепляясь – генерализируясь и оформляясь структурно, сами механизмы во многом образуют содержание прошлого опыта как в его содержательном, так и операционном смысле. Тем самым они выступают как носители репродуктивных компонентов психического. Можно видеть, что понятие механизма вновь эксплицируется как связующее, синтезирующее два противоположных принципа организации психики – продуктивный и репродуктивный.

Кроме того, необходимо отметить и некоторые иные коннотации данного понятия, имеющие несколько менее строгий в концептуальном отношении характер. Так, нередко данное понятие используется в качестве обозначения или даже синонима чего-либо уже известного, уже понятого и потому – понятного, то есть того, на чем можно основываться для понимания еще непонятого и пока непонятого. Причем, нередко само ощущение понятности того, на чем базируется понимание нового, является весьма аморфным или даже ошибочным или неполным, но, тем не менее, оно выполняет роль своеобразного квазиобъяснительного средства. С этим значением понятия механизма связано и достаточно стойкое убеждение, согласно которому он должен быть заведомо более *простым*, нежели то, на объяснение чего он направлен и для исследования чего он используется в качестве интерпретационного средства. При этом, разумеется, встает очень важный и весьма трудный вопрос относительно трактовки самих понятий простоты и сложности и возможности применения по отношению к ним оценочных категорий вообще. Данное обстоятельство тем более важно, что, как показывает исследовательская практика, нередко видимая простота каких-либо явлений оборачивается на деле их очень высокой или даже предельной сложностью; и наоборот, то, что представлялось относительно наиболее сложным, в действительности, эксплицирует ее относительно меньшую выраженность. Наконец, отметим и такой аспект данного понятия, который связан с еще одной важной дихотомией – *имплицитного* и *эксплицитного*. Механизмы при этом понимаются не только как сопряженные с первым из них, но и как составляющим его содержание, а потому выступающие в качестве цели познания, которое, в свою очередь, базируется на втором из отмеченных понятий. Переход же от эксплицитного к имплицитному – это и есть не только основное направление для выявления механизмов, но и содержание познания в целом.

Наряду с сопряженностью понятия механизма с указанными дихотомиями, следует подчеркнуть и то, что оно имеет столь же выраженную связь еще с тремя важнейшими психологическими закономерностями. Во-первых, это, разумеется, уже частично отмеченное явление автоматизации и его эффекторное следствие – понятие операций, точнее феномен операций, взятый в его истинном, а не упрощенном, как это часто происходит, содержании. Дело в том, что даже интуитивно – как нечто «само собой разумеющееся» механизмы психического ассоциируются именно с операциями, с уровнем операций, то есть с таким, на котором реализуются неосознаваемые средства, составляющими суть операций. Вообще говоря, традиционно механизмы – это нечто так сказать именно операционное, технологичное, обеспечивающее, лежащее в основе и т.п. Но именно потому механизмы – это и нечто такое, что может реализовываться «само по себе» – автоматически, а для этого должно быть обязательно хорошо организованным, отработанным, отшлифованным. Однако, за счет этого на проблему психологических механизмов переносится вся грандиозная сложность фундаментальной психологической проблемы соотношения сознательного и бессознательного, а сами операции как основа для механизмов выступают и как носители бессознательного, точнее – во многом составляют его. Поэтому и

понятие механизма выступает как средство разработки этой краеугольной проблемы психологии.

Во-вторых, понятие механизма столь же органично связано и с другой – пожалуй, еще более трудной проблемой психологии, а одновременно – и важнейшей, атрибутивной особенностью организации самой психики. Она состоит в том, что интроспективной данностью – осознанностью в ней обладает только то, что является следствием – итогом и результатом действия определенных механизмов и процессов, но не сами они. Механизмы – так сказать «кухня психического» принципиально не дана сознанию, а психическое в его операционных основах по выражению Дж. Миллера, Ю. Галантера и К. Прибрама «трагически невидимо» [8]. Конечно, при этом необходимо учитывать наличие механизмов разного уровня интегрированности и доступности произвольному контролю; однако никуда не уйти от того факта, что базовые и потому важнейшие механизмы психического именно таковы – они принципиально не субъективируемы. Данный факт следует констатировать как несомненную и важную особенность организации психики, имеющую непосредственное отношение к понятию психологических механизмов. Она, в свою очередь, означает, что исследование механизмов – это во многом и есть попытка раскрытия *основной* особенности и даже загадки психики – ее не полной данности и потому непроницаемости для любого, в том числе даже феноменологического анализа.

В-третьих, следует упитывать и то, что именно в психологическом познании возникает такая гносеологическая ситуация, которая не характерна для всех иных наук и которая состоит в следующем. И это познание в целом, и его ключевое звено – объяснение лежащих в основе организации психики механизмов осуществляется на базе и за счет реализации их же самих средств когнитивного плана, которые уже представлены в психике. Тем самым, механизмы эксплицируются не только как то, *что* познается, но и как то, *чем* познается. Здесь возникает любопытное и показательное удвоение понятие механизма. Действительно, как указывалось, оно само происходит от греческого слова *mēchanē*, что означает не только «машина», но и «орудие». Иными словами, в этом плане механизм выступает как орудийное средство не только познания, но и самопознания, а орудийность эксплицируется не только как инструментальное средство (оператор), но и как предмет приложения этого средства (операнд). Кроме того, с этих позиций выявляется необходимость реализации по отношению к раскрытию данного понятия всех тех данных, которые получены и осмыслены в плане раскрытия орудийной природы психики, включая важную роль в ее организации сходственно знаковых и символических, а шире – семантических средств как производных от феномена орудийности. При этом возникает целый ряд головоломно сложных вопросов, главный из которых состоит в том, достаточны ли вообще представленные в психике механизмы и иные средства когнитивного плана для познания их же самих. Он – правда, по отношению к исследованию процесса мышления, как известно, был сформулирован достаточно давно и является предметом не только психологического, но и философского анализа. Напомним также, что он имеет

целый ряд формулировок, а одна из них, предложенная представителями Вюрцбургской школы состоит в следующем: достаточно ли средств мышления для познания его самого?

Наконец, возвращаясь вновь к общегносеологическим аспектам понятия механизма, следует подчеркнуть еще одно обстоятельство, которое также следует учитывать при раскрытии его природы в целом, равно как и психологической специфики, в частности. Это – принципиальная *относительность* данного понятия, подчиненность его общенаучному принципу относительности – в данном случае процедур и результатов познания. Дело в том, что установление тех механизмов, которые лежат в основе какого-либо явления и которые в принципе могут быть доставочными для его понимания, как правило, не является окончательной – терминальной гносеологической процедурой. Ее результаты – установленные механизмы, объясняя исходное явление, как правило, сами впоследствии требуют своего более глубокого анализа и выяснения тех детерминант и закономерностей, которые лежат в их основе – так сказать «механизмов самих механизмов». Более того, это – хорошо и давно известное в гносеологии положение о сущностях первого, второго и т.д. порядка. Оно же зафиксировано и в положении о «лестнице» качественных определенностей. В общем плане все это означает, что установление механизмов какого-либо явления выступает как переход от уровня явления к уровню сущности, которая, однако, затем сама выступает как явление, но для более глубокого анализа. При этом такая «лестница» фактически приводит к установлению целого ряда взаимоуглубляющих друг друга качественных определенностей, каждая из которых сопрягается с тем или иным уровнем проникновения в сущность явления. Однако тем самым эксплицируется важнейшее гносеологическое положение, согласно которому движение вглубь – от явления к сущности первого порядка, затем к сущности второго порядка и т.д. – это не только установление все более глубоких и имплицитных механизмов. Это и движение от одного *уровня* познания к другому и, соответственно, от одного уровня организации самого предмета исследования к другому. Тем самым можно видеть, что с одной стороны, выявление все более интимных и скрытых механизмов – это движение вглубь предмета, а с другой – именно поэтому же и реализация уровневой парадигмы исследования как таковой. Понятия механизма и уровня оказываются не только органично связанными, но и взаимопологаемыми, а также соотносительными, что отмечалось выше. Раскрытие все более глубоких механизмов означает и переход к все более базовым уровням организации объекта, а сами уровни фиксируют качественно разные механизмы, лежащие в основе объектов. В связи с этим необходимо отметить и еще один аспект понятия механизма, который, с одной стороны, ограничивает сферу его действия, а с другой – придает ему должную определенность. Дело в том, что именно в связи с этим понятием равно как с его ролью в организации психического, возникает весьма неудобный вопрос. Это – известный вопрос о том, следует ли «без необходимости умножать сущности» и вводить какое-либо новое понятие, которое может быть сведено к уже существующим (так называемая «бритва Оккама»). Кроме того, именно здесь



заложена опасность известной ошибки фетишизации и неоправданной гиперболизации того или иного предмета исследования или же понятия – в данном случае, разумеется, понятии механизма. В этой связи можно, например, привести следующее известное положение. «Это старая история. Сначала создают абстракции, отвлекая их от чувственных вещей, а затем желают познавать эти абстракции чувственно, желают видеть время и обонять пространство» [15]. В действительности, однако, истинная роль данного понятия как раз и состоит в том, что оно эксплицирует магистральный вектор логики научного познания – движение от явления к сущности и далее от сущности первого порядка к сущности второго порядка, а затем и к сущностям иных порядков. В этом отнесении очень уместно вспомнить и еще одно известное положение, согласно которому «вопросы такого уровня сложности могут решаться не путем изобретения пары фокуснических фраз, а длительной историей развития научных представлений» [15].

Отвечая на этот вопрос, следует подчеркнуть, что именно в данном случае, то есть в отношении понятия психологических механизмов ситуация является принципиально иной: Дело в том, что речь идет вовсе не о введении какого-то нового понятия, а о том, что новым содержанием наполняется именно «старое» понятие. Более того, не просто «старое», но и такое, которое имеет определяющее значение для психологического познания в целом и, более того, рассматривается в ряде случаев как эквивалент его результатов и целей, а иногда – и идеала, как синоним объяснения.

Вообще говоря, в данном плане возможны четыре варианта соотношений «старых» понятий и новых данных. Первый – старые понятия наполняются старым (известным) содержанием; это свидетельство отсутствия прогресса как такового. Второй – новые понятия наполнятся старым содержанием – это случай, запрещаемый «бритвой Оккама». Третий – новые понятия наполняются новым содержанием, точнее они и возникают вследствие установления этого нового содержания: это наиболее традиционный и относительно наиболее очевидный и потому – вполне естественный и понятный путь расширения понятийного и концептуального арсенала теоретических представлений. Он, однако, имеет характер, в основном, экстенсивного развития – именно расширения круга существующих представлений, их динамики и обогащения так сказать «вширь». Четвертый – старые понятия наполняются новым материалом – это, хотя и значительно более сложный в гносеологическом плане, но также – фундаментальный по значимости сценарий развития научного знания в целом, его поступательного и главное – содержательного, обоснованного развития. При этом он в отличие от третьего варианта, имеет уже принципиально иной характер – развитие преимущественно не «вширь», а «вглубь», то есть принадлежит не к экстенсивному, а к интенсивному типу развития теоретических представлений. И именно он позволяет переходить от исходно устанавливаемых и фиксируемых в понятиях эмпирических фактов к лежащей в их основе сущности, а затем – от самой сущности, но первого порядка к сущности второго и иных порядков, то есть означает движение именно «вглубь» предмета исследования, в его сущностные основы.

## Литература

1. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие: социально-психологические проблемы. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990. 240 с
2. Бине А. Механизм мышления. Одесса, Тип. Исаковича, 1894. 32 с.
3. Бойко Е.И. Механизмы умственной деятельности // Динамические временные связи. – М.: Педагогика, 1976. 274 с.
4. Кант И. Собрание сочинений. Т. 6. – Москва: Наука, 1994. 612 с
5. Карпов А.В. Психика и время. Москва: РАО, 2023. Т.1. 610 с.
6. Коптелова И.Е. Теоретический анализ изучения психологических механизмов. В сб. Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2010. С.10-12..
7. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. М., 1972. – 573 с.
8. Миллер Дж., Галантер Ю., Прибрам К. Планы и структура поведения. – Москва: Прогресс, 1965. 192 с
9. Ожегов С.И. Словарь русского языка. Москва. 1989. 573 с.
10. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Основы теоретической психологии. Москва, 1998. 528 с.
11. Пушкин В.Н. Оперативное мышление в больших системах . Ин-т психологии АПН РСФСР. Москва; Ленинград: Энергия, 1965. -375 с.
12. Роговин М. С. Введение в психологию : пособие для студентов, специализирующихся в области психологии / М. С. Роговин. - Москва : Высш. школа, 1969. - 381 с.
13. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб: Издательство «Питер», 2000. – 712 с.: ил.
14. Теплов Б.М. Простейшие способы факторного анализа // В кн.: Типологические особенности высшей нервной деятельности человека. Т. 5. М.: Просвещение, 1967. – 328 с.
15. Фрейд З. Психология "Я" и защитные механизмы. М., 1993.
16. Энгельс Ф. Диалектика природы. Москва: Госполитиздат, 1955. - 328 с.

**Кашапов М.М.**

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КОНСТРУКТИВНОЙ КОНФЛИКТНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ**

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда (проект № 24-28-00518), <https://rscf.ru/project/24-28-00518/>

Аннотация. В статье теоретически обоснованы базисные понятия: «компетентность», «конфликтологическая компетентность», «конфликтная компетентность», «конструктивная конфликтная компетентность», «конфликтологическая культура» и «конфликтоустойчивость», а также их взаимосвязи. Конструктивность выхода из конфликта заключается не в том, чтобы игнорировать, устранить или предотвратить его, а в том, чтобы найти способ сделать его продуктивным.

Ключевые слова: конфликт, конфликтная компетентность, конструктивная конфликтная компетентность

Annotation. The article theoretically substantiates the basic concepts: "competence", "conflictological competence", "conflict competence", "constructive conflict competence", "conflictological culture" and "conflict resistance", as well as their interrelations. Constructiveness of a conflict is not to ignore, eliminate, or prevent it, but to find a way to make it productive.

Keywords: conflict, conflict competence, constructive conflict competence

Понятийный аппарат феномена «конфликтная компетентность» начинал складываться относительно недавно, лишь во второй половине XX века. При этом речь о необходимости исследования конфликтологических проблем шла значительно раньше при разработке методологических основ конфликтологии и психологии конфликтов.

Изменение представлений о конфликтах выразилось, утверждает Н.В. Гришина, в появлении понятия «конструктивный конфликт», которое является развитием теоретических идей относительно созидательного потенциала конфликта и его позитивных функций и имеет статус теоретического конструкта (Гришина, 2013). В то же время высокий уровень конфликтогенности профессиональной среды современных организаций, наличие большого числа объективных и субъективных причин возникновения конфликтов обуславливают необходимость формирования и развития у руководителей конфликтной компетентности (Бабинцева, 2022; Блажилина, Махновец, 2021; Дубовицкая, Щербакова, 2008; Зинова, Краснова, 2022; Лукина, 2019; Метакогнитивные основы конфликтной..., 2012; Нижегородцева, 2022; Софьина и др., 2018; Филиппова, 2022). При этом конфликтная компетентность представляется одним из важнейших качеств личности профессионала.

Особенности развития данной компетентности личности в процессе ее профессионализации исследованы в современной психологической науке в рамках различных научных школ. Существенный вклад в понимание закономерности возникновения межличностных, в том числе и производственных, конфликтов сделан Н. В. Гришиной. Разработанный ею ситуационный подход к разрешению конфликтов способствовал созданию психологической теории конфликтов. Рассмотрение конфликтов в современном мире для автора является не самоцелью, а средством глубокого понимания человека как субъекта жизни и конструктивной конфликтности личности (Гришина, 2016). Н.В. Гришиной и С.Н. Костроминой в рамках процессуального подхода в качестве основания целостности личности рассмотрены ее устойчивость и изменчивость (Гришина, Костромина, 2021).

В отечественную психологическую литературу прочно вошло понятие конфликтной компетентности, в разработке которого немалая роль принадлежит Л.А. Петровской. При этом конструктивный потенциал конфликта проявляется не только в эффективном взаимодействии его участников, но и в возможности конфликта способствовать их личностному развитию (Петровская, 1997).

В.С. Мерлин указывает, что исследование психологических конфликтов приобретает существенное значение для понимания особенностей формирования структуры личности. По мнению исследователя, это обусловлено тем, что развитие и разрешение конфликта представляет собой острую форму развития личности. Значение психологических конфликтов в жизни человека определяется тем, что в психологическом конфликте изменяются прежние и формируются новые отношения личности; изменяется самая структура личности (Мерлин, 1970).

В разрешении конфликта особую роль играет сформировавшийся образ, ибо человек реагирует не на реальную ситуацию, а на свое представление о ней и о способах ее изменения. Образ разрешения конфликта руководителем в организации, по мнению Н.И. Леонова, является организованной репрезентацией разрешения существующего конфликта, которая представлена в двух аспектах: структурном и динамическом. Структурными компонентами образа разрешения конфликта в организации являются представления руководителя о самом себе, других членах организации (коллегах) и концептуальности ситуации. Динамический аспект характеризуется такими дихотомическими феноменами, как целостность — незавершенность, взаимосвязанность — автономность, статичность — динамичность, типичность — индивидуальность (Леонов, 2014, 2018, 2019).

В рамках теоретического направления в психологии труда и организационной конфликтологии исследуются содержание и структура конфликтов, источники и причины их возникновения, динамика и этапы протекания, психологические характеристики конфликтных личностей, психологические особенности конфликтного противоборства, методы разрешения и предупреждения конфликтов, их профилактика (Анцупов, Прошанов, 2021; Гришина 2008; Ерина, 2000; Калинин, 2003; Козлов, 2010; Леонов 2018, 2019; Лукина А.С. 2019; Нижегородцева, 2022; Пазухина, 2017; Серафимович, 2017; Филатова, Кашапов, 2015; Филатова, 2018; Щербакова, 2019 и многие другие).

Начало пересмотра сугубо деструктивной функции конфликта и, следовательно, обнаружение потребности в рассмотрении этого явления в позитивном психологическом ракурсе связано с работами М. Фоллет (1942). В начале XX века М. Фоллет предполагала, что достижение конструктивного разрешения конфликта возможно на основе выявления реальных причин конфликта, на которые часто накладывается субъективная интерпретация его участников, а также путем рассмотрения требований обеих сторон и вычленения их главных составных частей. Она обратила внимание на то, что наличие конфликтов в отдельном трудовом сообществе следует связывать с позитивным прогрессивным развитием организации, а их содержание рассматривать как возможный критерий оценки протекания функциональных процессов внутри неё. По сути, к решению проблемы конфликта стал применяться интегративный подход.

В современной конфликтологии, по-прежнему, остается актуальным вопрос: что и как нужно сделать, чтобы разрешение базового конфликта пошло по конструктивному руслу?

Конфликты "здесь-и-теперь", которые локализованы в терминах отдельных, ограниченных действий и их последствий, легче разрешаются, по мнению М. Deutch, 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 (Deutch, 1985).

М. Deutch в исследованиях на школьниках установил, что во-первых, установка на взаимодействие порождает сотрудничество, которое способствует конструктивному решению конфликта, тогда как установка на соревновательность делает конфликт разрушительным, и, во-вторых, деструктивное действие одного участника порождает деструктивный выбор у партнера по общению, что в свою очередь детерминирует выбор еще большего деструктива у первого (спиральное нарушение межличностных отношений в конфликте). Из этих данных следует, как минимум, два вывода, первый о том, что в конструктивной конфликтности первостепенное место принадлежит позитивной установке на возможный успешный уход в решении конфликта, и второй – конструктивной конфликтности можно обучиться на практике при наличии конструктивного оппонента.

Работы М. Deutch 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 автором 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. (Deutch, 1985).

Поскольку внутри каждого этапа конфликт может развиваться как в конструктивном, так и в деструктивном направлении, то D. Var-Tal предлагает так называемые «симптомы» деструктивной конфликтности: быстрое принятие внушаемых решений; отказ участников от анализа противоречивых аспектов проблемы; «выпадение» участников из взаимодействия; незначительный обмен информацией; умолкание ранее активных участников; не предлагаются планы для реализации выбранного решения. Другим деструктивным явлением становится вхождение конфликта в фазу эскалации. Симптомами эскалации являются более длительное, чем предполагалось, обсуждение проблемы; повторение одних и тех же аргументов в поддержку своей позиции; чрезмерное подчеркивание последствий недостижения согласия; использование угроз для защиты своей позиции; возрастание напряжения и враждебности в группе; отсутствие эффективных решений, хотя группа кажется активно работающей; использование аргументов против личности; создание коалиций. Оптимальным

для разрешения конфронтации является доминирование среди его участников ориентации на взаимодействие, кооперацию, в результате чего вероятность конструктивного решения повышается (Bar-Tal, 2000).

Так, R.E. Walton выделяя две фазы конфликта, которые последовательно могут сменять друг друга, говорит, что это и будет конструктивной конфликтностью, т.е. конструктивность рассматривается как возможность реализации конфликтных отношений во всей целостности и полноте, от начала до логического (устраивающего обе стороны) завершения (Walton, 1987). При этом конструктивная конфликтность может реализоваться, по его мнению, только при потере смысла эскалации (которая должна наступить в фазе дифференциации, когда конфликт приобретает открытую форму, и разногласия между сторонами усиливаются) и приобретении нового смысла развития конфликтных отношений (это означает наступление новой фазы – интеграции, когда участники стремятся к некоторому соглашению, приемлемому для обеих сторон). Если по каким-либо причинам интеграция не оказывается полностью успешной, то начинается новая фаза дифференциации. Таким образом, у Walton конструктивность достигается за счет «проживания» конфликта, опробования различных способов открытого конфликта и неконструктивного взаимодействия, и в ходе практической деятельности приобретения нового смысла конфликтных отношений» и уже потом, конструктивной направленности на его решение (Walton, 1987).

Такие авторы как M. Deutch M., J.P. Folger, M.S. Poole конструктивную конфликтность рассматривают как возможность на каждом этапе конфликта переориентироваться в позитивное русло, т.е. конструктивная конфликтность это не только интеллектуальный процесс, но и процесс, содержащий, прежде всего, мотивационную направленность на позитивное решение (Deutch, 1985; Folger, Poole, 1984). Причем если у R.E. Waltona (Walton, 1987) переориентация осуществляется после максимальной конфронтации, то указанные авторы говорят о противоположном явлении, а именно о том, что отклонение в сторону эскалации или избегания обычно свидетельствует о наличии деструктивных процессов, и после усугубления конфликтных отношений к достижению конструктивности будет придти не так-то легко.

A.W. Kruglanski, вводя понятие конфликтной личности, фактически, выделяет два вида конфликтности: это повышенная склонность к восприятию ситуаций как конфликтных (и в случае творческой, надситуативной направленности и восприятию конфликта как возможности позитивной самореализации это и будет конструктивная конфликтность) и склонность к конфликтному реагированию на те или другие обстоятельства. Кроме того, конфликт рассматривается не просто как свойство ситуации, но, скорее, как выводы, делаемые на ее основе (Kruglanski, 1988; 2004).

Д.Г. Скотт предлагает конструктивность рассматривать как полезность того или иного типа поведения, причем конструктивная конфликтность достигается, во-первых, посредством осознанного выбора определенного стиля и реагирования на конфликтные ситуации; во-вторых, благодаря управлению эмоциями; в-третьих, за счет постоянного освоения новых стилей общения (или

расширения диапазона вариаций внутри разных стилей). В рационально-интуитивной модели овладения конфликтной ситуацией, разработанной Дж. Грехем Скотт, предложены способы развития конструктивной конфликтности через анализ внутренних ощущений, осознание внутренних чувств и эмоций, рефлексии причин конфликта и имеющихся способов поведения, принятие ответственности и итоговый выбор оптимального для данной ситуации стиля. Выбор одного из стилей (каждый стиль эффективен только в определенных условиях, и ни один из них не может быть выделен как самый лучший), предполагает учет своего собственного стиля, стиль других вовлеченных в конфликт людей и природу самого конфликта (Скотт, 1991).

Анализ некоторых зарубежных подходов к конструктивной конфликтности позволяет отметить, во-первых, что конструктивная конфликтность, это нахождение нового смысла в конфликтной ситуации; во-вторых, это умение анализировать мысли и чувства, делать оперативный выбор и подбор оптимального стиля для каждой ситуации с учетом психологических особенностей участников конфликта; в – третьих, это позитивный настрой на успешное разрешение конфликта и мотивация на освоение новых способов реагирования в сходных ситуациях конфликта.

В отечественной психологии существенный посыл к разработке и углублению представлений о конфликте произошел благодаря проведению в 1990 году в Красноярске первой в нашей стране научно-практической конференции, посвященной актуальным проблемам в области конфликтологии. Название конференции «Конфликт в конструктивной психологии» прямо указывает на нарастающую тенденцию воспринимать конфликт в качестве положительного явления. С 1991 года начал издаваться Бюллетень клуба конфликтологов. Традиционными стали прикладные международные конференции по разрешению конфликтов, которые с того времени начали ежегодно проводится в Санкт-Петербурге. С 1994 года в Калужском институте социологии при поддержке Национального фонда подготовки финансовых и управленческих кадров издается научно-практический журнал «Социальный конфликт». По инициативе Л.Н. Цой в 1997 г. при Институте социологии РАН организуется Московская школа конфликтологии, где начинает работать междисциплинарная группа по исследованию и урегулированию конфликтов. Разрабатываются технологии согласования интересов конфликтующих сторон, реализуется практика принятия социально значимых управленческих решений. Эффективному сотрудничеству российских конфликтологов с зарубежными коллегами, а также выстраиванию профессионального взаимодействия со специалистами внутри страны, способствовала образованная в конце 1998 года Международная ассоциация конфликтологов. Значимым событием для психологической общественности стал проведенный в 2000 году в Казани первый Международный конгресс конфликтологов. В его работе приняли участие эксперты и ученые из Германии, Болгарии, Белоруссии и ряда других стран. Приоритетными научными направлениями стали разработка стратегии и методов конфликтологического анализа и прогнозирования, решение проблемы эффективного урегулирования конфликтов в различных социальных сферах

современного общества, традиции и инновации конфликтологического образования и просвещения.

В это время начали выходить учебные пособия по конфликтологии, консолидирующие обзоры западных теорий и практик, материалы исследований отечественных ученых, а также анализ практики разрешения конфликтов в современной российской действительности (Анцупов, Прошанов, 2004; Банькина, 2012; Гришина, 2008; Ерина, 2000; Калинин, 2008; Кашапов, 2017; Корнелиус, Фэйр, 1992; Хасан, Сергоманов, 2004 и др.).

Первый отечественный учебник, в котором предпринята попытка обобщения и систематизации научных знаний о конфликтах, был издан в 2000 году. Его авторами являются ведущие ученые в области конфликтологии - А.Я. Анцупов и А.И. Шипилов (Анцупов, Шипилов, 2004). С позиций междисциплинарного подхода они изложили основы отечественной конфликтологии, охарактеризовали историю развития ее отраслей, предложили универсальную схему описания конфликтов. Ими были рассмотрены методологические принципы конфликтологии, методы и методики изучения конфликтов, условия и способы их предупреждения и конструктивного регулирования.

С 2000 года российскими учеными (Башкин, Кашапов, 2017; Гришина, 2008; Дубовицкая, Щербакова, 2008; Емельянов, 2024; Журавлев, 2005; Кашапов 2003, 2023; Леонов, 2000, 2008; Степанов, 2008; Хасан, 2021 и др.) проделана существенная работа по изучению феномена «конфликт», исследованию конфликтной компетентности у руководителей и работников организаций, созданию научной культуры восприятия конфликта, формулированию стратегий и тактик поведения, а также возможностей управления конфликтными ситуациями. В научных исследованиях делался упор на необходимость формирования осознанного отношения общества к содержанию процессов, происходящих в ходе конфликтного взаимодействия.

Анализ работ, посвященных проблемам педагогической конфликтологии, позволил определить актуальные векторы исследований в этой области. Отечественными учеными разрабатывались вопросы, связанные с определением конструктивного отношения к конфликту в педагогическом процессе (Гришина 2008; Рыбакова, 1996; Хасан, Сергоманов, 2004; Щербакова 2019); формированием конфликтологической компетентности старшеклассников (Банькина, 1997; Степанов, 2008); профессиональной подготовкой педагогов к эффективному разрешению конфликта в воспитательном процессе (Анцупов 2004), а также с дидактическими условиями подготовки студентов к решению профессиональных конфликтных задач (Щербакова, 2019).

Основной акцент в данных работах делался на анализе определения и содержания конфликта в педагогическом процессе, а также на создание действенных психолого-педагогических технологий конфликтологической подготовки учителей, преподавателей и обучающихся, разработке процедур конструктивного разрешения конфликтных ситуаций в процессе обучения.

В последние десять лет существенное развитие получили работы по применению игромоделирования и психологических тренингов, направленных



на приобретение навыков и умений управления конфликтами, их разрешения, эффективного ведения переговоров, влияния на оппонентов (Васильев, 2006; Кашапов, 2012; Козлов, 2004, 2023; Клейберг, Козлов, 2024 и др.).

Следует отметить, что потребность в научном исследовании конфликтов становится все более актуальной, поскольку этап негативного отношения к конфликту сменился этапом его признания как естественного и во многом желательного явления, способствующего конструктивному взаимодействию субъектов труда (Гришина, 2008, 2013; Кашапов, 2005; Леонов, 2008, Хасан, 2021).

Тем не менее, по-прежнему открытым остается вопрос теоретического обоснования базисных понятий: «компетентность», «конфликтологическая компетентность» и «конфликтная компетентность», «конфликтологическая культура» и «конфликтоустойчивость», а также их взаимосвязи. Существуют различные точки зрения на трактовку этих понятий. Важно отметить, что данные понятия не являются тождественными.

Так, феномен конфликтной компетентности активно рассматривается и обсуждается представителями как отечественной (А.Я. Анцупов, М.В. Башкин, Е.В. Билык, Н.В. Гришина, С.И. Ерина, А.Л. Журавлев, М.М. Кашапов, В.А. Кондратенко, Н.И. Леонов, М.М. Рыбакова, Е.В. Рыбина, И.В. Серафимович, П.А. Сергоманов, Б.И. Хасан, В.А. Хащенко, А.И. Шипилов), так и западной психологической науки (М. Альберт, М. Дойч, С. Зонненберг, Л. Коузер, С. Лазар, Л. Ланг, Дж. Ниренберг, К. Томас, Р. Урсано, Л. Фестингер, К. Финк, Р. Фишер, Ф. Хедоури, К. Хорни).

С точки зрения Б.И. Хасана и П.А. Сергоманова конфликтная компетентность личности является частью общей коммуникативной компетентности и характеризует, прежде всего, уровень развития осведомленности о возможных стратегиях поведения в конфликте и умение удерживать противоречие в продуктивной конфликтной форме, предполагающей его дальнейшее разрешение (Хасана, Сергоманов, 2004). Опираясь на традиционный в отечественной психологии подход к рассмотрению проблем деятельности и общения, который предписывает выделение трех равноправных компонентов в структуре отношений: когнитивный, аффективный и действенный, в структуре конфликтной компетентности целесообразно выделять мотивационный, когнитивный и регулятивный компоненты. Поскольку конфликтная компетентность определяет характер межличностного взаимодействия, то представляется целесообразным внести в рассматриваемую структуру определенные уточнения и дополнения. Эти изменения связаны с тем, что коммуникативная деятельность интегративно характеризуется процессами: познавательными, волевыми, мотивационными и эмоциональными. Тем самым, конфликтная компетентность предстает как вид коммуникативной компетентности и образуется взаимосвязью когнитивного, мотивационного, эмоционального и волевого компонентов (Кашапов, Башкин, 2017).

Структура конфликтной компетентности позволяет раскрыть ряд ее функций, проявляющихся в межличностном взаимодействии. Это превентивная функция, направленная на реализацию профилактических мер для

предупреждения возникновения конфликтных ситуаций. Прогностическая функция предусматривает способность личности прогнозировать течение конфликта и способность планировать свои действия. Конструктивная функция направлена выбор и реализацию оптимального решения в конфликтной ситуации. Рефлексивная функция характеризует готовность и умение личности реконструировать в позитивном ключе компоненты психологического облика себя, своих партнеров и ситуаций, вызывающих конфликт. Возможность личности вносить конструктивные изменения в свое поведение в конфликтной ситуации определяет коррекционную функцию (Башкин, 2022).

Далее, чтобы понять механизмы формирования конфликтной компетентности, необходимо уточнить какое место занимает данная категория в системе управления конфликтами и какова роль руководителя в управлении конфликтами. Результаты деятельности организации в целом зависят от эффективности управления конфликтами. Тем самым, сформированная конфликтная компетентность как элемент управленческой культуры руководителя является необходимым условием системы управления конфликтами и стрессами в организации. Система управления конфликтами включает деятельность по прогнозированию и оценке функциональной направленности, профилактике, предупреждению, стимулированию, регулированию и разрешению конфликтов.

Закономерностями становления конфликтной компетентности являются сложные интегрированные образования, находящиеся в иерархической связи и определяющиеся как уровни становления конфликтной компетентности. К ним относится инструментальный компонент конфликтной компетентности (уровень психологической грамотности проявляется в психологических знаниях и опыте человека), (уровень психологической умелости – это процессуально-деятельностный уровень, определяющий способы взаимодействия человека с другими людьми и самим собой, осознанную саморегуляцию, представленный в приемах творческого разрешения конфликтных проблем), (уровень психологической готовности, желание проявлять конфликтную компетентность. Этот уровень связывает все компоненты в единую систему).

Между компонентами конфликтной компетентности существуют сложные вариативные и инвариантные связи. Возможна и гетерохронная связь, когда ранее сложившиеся компоненты выполняют функцию предрасполагающих факторов развертывания последующих компонентов. В качестве критерия и показателя конфликтной компетентности рассматривается отношение, которое определяется духовно-нравственной ценностно-смысловой ориентацией человека.

К основным функциям конфликтной компетентности относятся познавательная (когнитивная), регулятивная, преобразовательная (творческая) и порождающая. Все функции взаимосвязаны и дополняют друг друга. Конфликтная компетентность является условием обретения субъектом позиции человека в процессе духовно-нравственного саморазвития и формирует гуманистические установки взаимодействия человека с другими людьми. Инновационная функция – конструктивное разрешение конфликта.

Как показывают результаты исследований, проведенные Н.И. Леоновым, формирование конфликтной компетентности субъекта труда должно быть направлено на раскрытие сущности конфликтной компетентности с позиций анализа ее структурного состава и характеристик, на выбор способов действий, ориентированных на развитие конфликтной компетентности, на сверку ожидаемых результатов действий и прогнозируемый итог. Достижению прогнозируемого итога способствует психологическое сопровождение, включающее консультирование, решение комплекса ситуативных задач, а также создание условий для эффективного протекания процессов формирования конфликтной компетентности субъекта труда (Леонов, 2019).

Таким образом, в заключении проведенного теоретического анализа можно отметить, что конфликтная компетентность является интегративным качеством личности, характеризующимся 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).

В целом, конфликтная компетентность связывается как с результатом деятельности, так и с содержанием конкретной деятельности – решением конфликтных проблем. Компетентность при этом определяется как результативность сформулированных и решенных субъектом проблемных задач в определенной сфере деятельности (в поле его компетентности). Результативность решения проблемных задач может быть измерена. Основным её показателем служит качество и количество решенных субъектом проблемных задач (Кашапов, Серафимович, 2024).

Конфликтная компетентность характеризуется выбором стратегии поведения в конфликте. Выход из конфликта заключается не в том, чтобы игнорировать, устранить или предотвратить его, а в том, чтобы найти способ сделать его продуктивным.

#### **Библиографический список**

1. Анцупов А.Я., Прошанов С.Л. Российская конфликтология. Аналитический обзор 607 диссертаций. XXвек. М.: "Юнити-Дана", 2004. 704 с.
2. Анцупов А.Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе: учебное пособие. М.: ВЛАДОС, 2004. 207 с.
3. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология: учебник. М.: ЮНИТИ, 2004. 591 с.

4. Анцупов А.Я., Прошанов С.Л. История отечественной конфликтологии. Указатель 1892 диссертаций. 2-е изд., испр. и перераб. Москва : Проспект, 2021. 352 с.
5. Бабинцева Л.Н. Изучение стиля поведения в конфликте у педагогов ДОО // Обзор педагогических исследований. 2022. Т. 4. № 1. С. 236-239.
6. Баныкина С.В. Конфликтологическая служба школы: статус и содержание деятельности: дисс. на соиск. уч. ст. канд. пед. наук. М., 1997.
7. Баныкина С.В. Конфликтологическая компетентность руководителя. М.: Сентябрь, 2012. 192 с.
8. Башкин М.В. Конфликтная компетентность личности. Дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2009. 242 с.
9. Башкин М.В. Когнитивные аспекты поведения в межличностном конфликте студентов с высоким уровнем выраженности внутриличностной конфликтности. В сборнике: Общение в эпоху конвергенции технологий. Москва, 2022. С. 303-305.
10. Блажилина А.С., Махновец С.Н. Надситуативность мышления как фактор развития конфликтной компетентности педагога. В сборнике: Традиции и новации в профессиональной подготовке и деятельности педагога. Сборник научных трудов III Международной научно-практической конференции. Под редакцией И.Д. Лельчицкого. Тверь, 2021. С. 140-145.
11. Васильев Н.Н. Тренинг преодоления конфликтов. СПб: Речь, 2006.
12. Гришина Н.В. Психология конфликта. Хрестоматия. — Санкт-Петербург: Питер, 2008.
13. Гришина Н.В. Изменения в научном дискурсе конфликта: к понятию конструктивной конфликтности // Психология конструктивной конфликтности личности. Монография / Под ред. проф. А.В. Карпова, проф. М.М. Кашапова. Ярославль: ИПК «Индиго», 2013. С. 11-26.
14. Гришина Н.В. Ситуационный подход: исследовательские задачи и практические возможности // Вестник СПбГУ. Серия 16. Психология. Педагогика. 2016. № 1. С. 58-68.
15. Гришина Н.В., Костромина С.Н. Процессуальный подход: устойчивость и изменчивость как основания целостности личности // Психологический журнал. 2021. Т. 42, № 3. С. 39–51. DOI: 10.31857/S020595920014166-8
16. Дубовицкая Т.Д., Щербакова О.И. От конфликтологической компетентности к конфликтологической культуре личности // Социальный мир человека – Вып.2: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции «Человек и мир: социальные миры изменяющейся России», 25-26 июня 2008 г. / Под ред. Н.И. Леонова. Ижевск: ERGO, 2008. С. 269-270.
17. Журавлев А.Л. Психология совместной деятельности. М.: 2005. 628 с.
18. Емельянов, С. М. Конфликтология : учебник и практикум для вузов. 6-е изд., перераб. и доп. Москва : Издательство Юрайт, 2024. 317 с.
19. Ерина С.И. Ролевой конфликт и его диагностика в деятельности руководителя. Ярославль, 2000. 288 с.

20. Зинова И.М., Краснова С.Н. К вопросу о конфликтологической компетентности социальных работников // Социально-гуманитарные знания. 2022. № 4. С. 88-103.

21. Калинин И.В. Психология внутреннего конфликта человека. Ульяновск: УИПКПРО, 2003. 164 с.

22. Кашапов А.С. Акмеологические основы управления конфликтом: учебно-методическое пособие. Яросл. гос. ун-т им. П. Г. Демидова. Ярославль: ЯрГУ, 2016. 83 с.

23. Кашапов М.М. Консультационная работа психолога. Учебное пособие. Ярославль, 2005.

24. Кашапов М.М. Акмеология. Учебное пособие / Ярославль, 2011.

25. Кашапов М.М. Метакогнитивные основы конфликтной компетентности / под науч. ред. проф. М.М. Кашапова; ЯрГУ. – Ярославль, 2012. – 428 с.

26. Кашапов М.М. Теория и практика решения конфликтных ситуаций. Учебное пособие. М.-Ярославль: Ремдер, 2003. 183 с.

27. Кашапов М.М. Психология конфликта. Учебник и практикум / Сер. 58 Бакалавр. Академический курс. (2-е изд., испр. и доп) Москва, 2016.

28. Кашапов М.М., Башкин М.В. Психология конфликтной компетентности. Учебное пособие / Сер. 63 Бакалавр. Академический курс. Модуль. (2-е изд., испр. и доп) Москва, 2017.

29. Кашапов М.М. Специфика метакогнитивного подхода к пониманию конфликтной компетентности. В книге: Метакогнитивные основы конфликтной компетентности. Панов В.И., Кашапов М.М., Чумаков М.В., Коршунов Н.И., Яльцева Н.В., Смирнов А.А., Пошихонова 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. Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова. Ярославль, 2012. С. 13-104.

30. Кашапов М.М. Учёт в медиации специфики типов реагирования на конфликт // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. 2012. № 3. С. 31-41.

31. Кашапов М.М., Филатова Ю.С., Кашапов А.С. Когнитивные компоненты творческого процесса в конфликте. Ярославль, 2018.

32. Кашапов М.М., Кашапов А.С. Формирование профессионального творческого мышления. Учебное пособие / Сер. 76 Высшее образование. (2-е изд., пер. и доп) Москва, 2020.

33. Кашапов, М. М. Психология конфликта: учебник и практикум для вузов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2023. 206 с.

34. Кашапов М.М., Серафимович И.В. Психология ресурсности мышления (Ярославская область - пространство профессиональных возможностей). Ярославль, 2024.

35. Клейберг Ю.А., Козлов В.В. Коммуникативное поведение личности. Учебно-практическое пособие / Москва, 2024.

36. Козлов В.В. Современная личность: самоактуализация и самореализация. Москва, 2023.

37. Козлов В.В. Психологическая компетентность: структура, функции, уровни реализации // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2023. № 4 (48). С. 20-26.
38. Козлов В.В. Личность, проблема определения и целей развития // Методология современной психологии. 2023. № 20. С. 134-142.
39. Козлов В.В. К проблеме экспансивной тенденции личности и групп // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2024. № 1 (49). С. 33-44.
40. Козлов В.В. Принцип потенциальности в интегративной психологии // Методология современной психологии. 2024. № 22. С. 171-181.
41. Козлов В.В. Управление конфликтом. М.: Экзамен, 2004. 224 с.
42. Корнелиус Х.: Фэйр Ш. Выиграть может каждый. Как разрешать конфликты. М.: Спрингер. 1992. 215 с.
43. Леонов Н.И. Основы конфликтологии. Учебное пособие. Ижевск: «Удмуртский университет», 2000. 122 с.
44. Леонов Н.И. Формирование конфликтной компетентности субъектов образовательного процесса // Конфликтология XXI века. Пути и средства укрепления мира: Материалы II Санкт-Петербургского международного конгресса конфликтологов, Санкт-Петербург 3-4 октября 2014 г. С. 44-47.
45. Леонов, Н.И. Развиваясь, взаимодействуем и создаем. В сборнике: Социальный мир человека. Материалы VII Международной научно-практической конференции "Человек и мир: мирозидание, конфликт и медиация". Сер. "Язык социального" Под редакцией Н.И. Леонова. 2018. С. 7-10.
46. Леонов Н.И. Понятие «конфликт» в российской психологии конфликта. В сборнике: Социальный мир человека. Материалы VII Международной научно-практической конференции "Человек и мир: мирозидание, конфликт и медиация". Сер. "Язык социального" Под редакцией Н.И. Леонова. 2018. С. 23-26.
47. Леонов Н.И. Конфликтология: общая и прикладная: учебник и практикум для бакалавриата, специалитета и магистратуры / - 4-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2019. 395 с.
48. Лозанцева В.Н. Роль учителя в преодолении конфликтов между подростками-одноклассниками // Вопросы психологии, 1986. № 1. С. 79-87
49. Лукина А.С. Структурно-уровневая организация конфликтной компетентности в профессиональной деятельности // Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. 2019. № 4 (50). С. 89-92.
50. Нижегородцева Н.В. Формирование конфликтной компетентности педагогов в профессиональном и профессионально-педагогическом образовании. В сборнике: Инновации в профессиональном и профессионально-педагогическом образовании. Материалы 27-й Международной научно-практической конференции. Екатеринбург, 2022. С. 89-92.
51. Мерлин В. С. Проблемы экспериментальной психологии личности / Под ред. проф. В. С. Мерлина. Пермь: 1970. 294 с.

52. Пазухина С.В. Психология делового общения руководителя образовательной организации: курс лекций; практикум: учебное пособие. М.-Берлин: Директ-Медиа, 2017. 173 с.

53. 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.

54. Петровская Л.А. К вопросу о природе конфликтной компетентности // Вестн. МГУ. Сер. 14. Психология. М., 1997. № 4. С. 41-45.

55. Рыбакова М.М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе : Кн. для учителя. Москва : Просвещение, 1991. 127 с.

56. Серафимович И.В. Метакогнитивность надситуативного мышления и стратегии поведения в конфликтных и стрессовых ситуациях // Вестник КГУ. Серия Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. № 2. С. 75-81.

57. Скотт Д.Г. Конфликты, пути их преодоления. Киев : Внешторгиздат : Киев. отд-ние, 1991. 189 с.

58. Софьина В.Н., Габова М.П., Галченков А.С., Катушонок И.Ю. Психолого-акмеологические технологии личностно-профессионального развития студентов и руководителей // Научное мнение. 2018, № 12. С. 48-53.

59. Степанов Е.И. Современная конфликтология: общие подходы к моделированию, мониторингу и менеджменту социальных конфликтов. Учебное пособие. М.: Изд-во ЛКИ, 2008. 176 с.

60. Филатова Ю.С., Кашапов М.М. Проявление конфликтной компетентности врачей в зависимости от стажа и квалификационной категории. В сборнике: От истоков к современности. 130 лет организации психологического общества при Московском университете: сборник материалов юбилейной конференции в 5 томах. Ответственный редактор: Богоявленская Д.Б., 2015. С. 387-390.

61. Филатова Ю.С. Взаимосвязь стажа врача с коммуникативной и конфликтной компетентностью. В сборнике: Социальный мир человека. Материалы VII Международной научно-практической конференции "Человек и мир: мирозидание, конфликт и медиация". Сер. "Язык социального" Под редакцией Н.И. Леонова. 2018. С. 232-235.

62. Филиппова О.В. Конфликтологическая компетентность личности нотариуса, практическое обоснование необходимости организации конфликтологической службы как социально-коммуникативной технологии управления конфликтами и противоречиями в нотариальной деятельности // Нотариальный вестник. 2022. № 7. С. 49-62.

63. Хасан Б.И., Сергоманов П.А. Психология конфликта и переговоры: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Academia, 2004. 192 с.

64. Хасан Б.И. Конфликт поколений: вчера, сейчас и всегда! // Практики развития: образовательные парадигмы и практики в ситуации смены технологического уклада: материалы 27-й научно-практической конференции. Красноярск, ноябрь 2020 г. / отв. за вып. Е.А. Келлер. Красноярск, 2021. С. 5-14.

65. Щербакова О.И. Психотехнологии в процессе обучения конфликтологии. В книге: Конфликтология XXI века. Пути и средства укрепления мира. Материалы Третьего Санкт-Петербургского международного конгресса конфликтологов. 2019. С. 406-408.

66. Bar-Tal D. From Intractable Conflict Through Conflict Resolution to Reconciliation: Psychological Analysis // Political Psychology, Vol. 21, No. 2, 2000. P. 351 – 365

67. Deutch M. Distributive justice. A Social-psychological Perspective. New Haven and London, Yale univ. press, 1985.

68. Folger J.P., Poole M.S. Working through conflict. Glenview (Ill): Scott, Foresman a, co, 1984.

69. Kruglanski, A. (1988). Psychological Constructivism in therapy and counseling: Some unresolved issues. Counseling Psychologist, 16, 245-248.

70. Kruglanski, A.W. (2004). The quest for the gist: On challenges of going abstract in social personality psychology. Personality and Social Psychology Review, 8, 156-163.

71. Walton R.E. Managing Conflict. N.Y.: Addison-Wesley Publishing Company, 1987.

**Кашапов А.С., Колмогорова М.В., Кашапов М.М.**

**ТЕОРИЯ МНОЖЕСТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК  
КОНСТРУКТИВНО-РЕСУРСНАЯ ОСНОВА САМООПРЕДЕЛЕНИЯ**

*Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда (проект № 24-28-00518), <https://rscf.ru/project/24-28-00518/>*

**Аннотация:** В статье представлен теоретический анализ теории самоопределения Ричарда Райана и Эдварда Децки. Особое внимание обращено на соотношение теории самоопределения с теорией множественного интеллекта Говарда Гарднера, которая рассматривается в качестве конструктивно-ресурсной основы самоопределения. Обоснованы результаты исследования связи типов интеллекта и академической успешности у старших подростков. Описаны конструктивные и ресурсные компоненты самоопределения.

**Ключевые слова:** множественный интеллект, ресурс, личностное самоопределение, образование, обучение, конструктивная конфликтность

**Abstract:** The article presents a theoretical analysis of the theory of self-determination by Richard Ryan and Edward Deci. Particular attention is paid to the relationship between the theory of self-determination and the theory of multiple intelligences by Howard Gardner, which is considered as a constructive-resource basis for self-determination. The results of the study of the relationship between types of intelligence and academic success in older adolescents are substantiated. The constructive and resource components of self-determination are described.



Keywords: multiple intelligence, resource, personal self-determination, education, training, constructive conflict

## **Введение**

Эффективность жизнедеятельности в существенной мере обусловлена степенью адекватности самоопределения как профессионального, так и личностного. Анализ проблем адаптации индивида в окружающем социуме и духовного самоопределения, позволяют сделать вывод о важной роли личностного потенциала. Молодые специалисты, выпускники колледжей и вузов испытывают трудности социально-психологической адаптации в период окончания учебного заведения, связанные с неопределенностью будущего профессионального самоопределения и возрастающими требованиями со стороны общества. Процесс адаптации выступает как многоуровневый, ибо человеку необходимо быть готовым к перестройке как на социальном, так и на психологическом уровне [Кашапов, 2005, 2009, 2011; Кашапов, Огородова, 2017; Кашапов, Филатова, Кашапов, 2018; Кашапов, Скакунова, 2019; Серафимович, 2002, 2021, 2022, 2023].

Затруднения, возникающие в процессе самоопределения, психологическими корнями уходят в детство. Наиболее яркое выражение личностных затруднений самоопределения характерно для подросткового возраста. Именно в этом возрасте предъявляются высокие требования к личности как высшей ценности в педагогическом взаимодействии, как субъекту жизни, способной к культурному самоопределению и духовному самоизменению. Именно педагог как посредник между человеком и культурой, способен ввести подростка в мир культуры и оказать ему необходимую помощь и поддержку в индивидуальном самоопределении в мире отношений, ценностей и деятельности [Кашапов, Перевозкина, Перевозкин, Кашапов, 2020].

Надситуативность педагогического видения проблемных ситуаций, возникающих в общении с подростком, является когнитивным звеном самоопределения личности. Если педагог способен «подняться над ситуацией», посмотреть на себя со стороны и находить общий язык в межличностном взаимодействии, то вероятность возникновения протестного подросткового потенциала резко уменьшается, ибо большинство конфликтов возникает по причине непонимания людьми друг друга [Кашапов, 2012; Кашапов, Филатова, 2024; Метакогнитивные основы конфликтной..., 2012; Филатова, 2018, 2019, 2020; Филатова, Золотова, 2024; Filatova, 2019].

Адекватное познание и конструктивное преобразование проблемных коммуникативных ситуаций является сложным интеллектуальным процессом. Человек способен что-то делать в пределах того, что знает. Поэтому знание современных теорий интеллекта способствует повышению психологической готовности к разрешению затруднений, возникающих в процессе самоопределения [Кашапов, Сурина, Кашапов, 2022].

Теория самоопределения Ричарда Райана и Эдварда Деси (Self-Determination Theory, SDT) разработана в контексте теории множественного интеллекта Говарда Гарднера. Понятие самоопределения рассмотрено, согласно

теории SDT, как процесс, в результате которого человек определяет свои собственные цели, осознает свои потребности и желания, и принимает собственные решения, основанные на своих внутренних убеждениях и ценностях. Согласно теории о множественном интеллекте Говарда Гарднера, существует 8 видов интеллектов. На основе анализа теории множественного интеллекта, делается вывод, что для удовлетворения трёх фундаментальных потребностей, необходимых для самоопределения, а именно для удовлетворения потребности в компетентности, удовлетворения потребности в принадлежности и удовлетворения потребности в автономии, человек должен иметь развитыми два специфических интеллекта (эмоциональный и социальный) и хотя бы один, необязательно отличный от первых двух, интеллект (например, интеллект, который наиболее развит у человека).

В качестве такого интеллекта рассмотрен межличностный (социальный) интеллект: способность к пониманию других людей, эмпатии и социальной коммуникации. Именно данный вид интеллекта обоснован нами в ходе проведенного исследования в качестве конструктивно-ресурсной основы личностного самоопределения. Экспликация ресурсов выражается в нахождении духовной опоры в трудном процессе самоопределения [Кашапов, 2021]. Человек в состоянии самоопределения, находясь в точке бифуркации, тогда выбирает конструктивный путь своего развития, когда ставит перед собой твердые, четкие цели [Кашапов, 1989,; 1992; Кашапов, Кашапов, 2020; Кашапов, 2021; Кашапов, Кукушкина, Пенькова, 2022; Кукушкина, Кашапов, 2021; Пенькова, Кашапов, 2021].

### **Теория Ричарда Райана и Эдварда Децки**

Целью теории самоопределения (Self-Determination Theory, SDT) Ричарда Райана и Эдварда Децки [Ryan&Deci, 2000] является описание основных факторов, определяющих самоопределение и мотивацию человека. Согласно данной теории, самоопределение — это процесс, в результате которого человек определяет свои собственные цели, осознает свои потребности и желания, и принимает самостоятельные решения, основанные на своих убеждениях и ценностях, а не на внешнем давлении или манипуляции. В рамках теории SDT, самоопределение рассматривается как ключевой компонент психологического благополучия и личностного роста. Оно включает в себя три основные потребности:

#### **1. Потребность в компетенции (Competence).**

Этот фактор относится к ощущению своей эффективности при выполнении задач и при достижении целей. Когда люди чувствуют себя компетентными, они становятся более мотивированными и уверенными в своих действиях. Это может включать в себя как физическую, так и умственную компетенцию.

#### **2. Потребность в принадлежности (Relatedness)**

Этот фактор описывает человеческую потребность в социальных связях, взаимодействиях и принадлежности. Когда у людей есть качественные отношения с другими людьми, они чувствуют себя удовлетворенными и

счастливыми. Это может включать в себя близкие дружеские отношения, семейные связи и принадлежность к сообществу.

### 3. Потребность в автономии (Autonomy)

Этот фактор относится к осознанию собственной независимости, свободы выбора и контроля над собственной жизнью. Когда люди чувствуют себя автономными, они имеют возможность принимать решения в соответствии со своими ценностями и убеждениями, что способствует их самореализации и благополучию.

Согласно теории SDT эти три основы взаимодействуют между собой и влияют на формирование самоопределения и мотивации человека. Важно, чтобы каждый из этих факторов был удовлетворён, чтобы человек мог чувствовать себя счастливым, мотивированным и удовлетворенным своей жизнью.

### **Теория множественного интеллекта Говарда Гарднера**

Среди специалистов в области когнитивного обучения наиболее известно имя Говарда Гарднера не только в США, но и далеко за их пределами. Занимаясь в течение длительного времени изучением познавательных характеристик мозга у вундеркиндов, одаренных людей, пациентов с травмами мозга, ученых, детей с условной нормой, взрослых с условной нормой, специалистов в определенных областях и представителей различных культур, Гарднер пришел к созданию теории множественного интеллекта, которая повлияла на представление об интеллекте как об определяющим врожденные способности и навыки.

В основу своей теории Гарднер положил два основных постулата:

1) все люди обладают всеми видами интеллекта (всего он выделяет 8 видов интеллекта);

2) так как все люди обладают разной внешностью, неповторимыми особенностями темперамента и личности, также они обладают и различными интеллектуальными профилями [Дорохова, 2014].

Говард Гарднер утверждает, что интеллект не ограничивается одним общим понятием, а, скорее всего, представляет собой комплекс из различных видов интеллектов. Согласно концепции множественного интеллекта, существует несколько видов интеллекта:

1. Лингвистический интеллект - способность к освоению языка, изучению новых слова и коммуникации.

2. Логико-математический интеллект - способность к логическому мышлению, решению логических задач, математическим операциям.

3. Музыкальный интеллект - способность к музыке, мелодиям, ритму и другому звуковому восприятию.

4. Пространственный интеллект - способность к восприятию пространственных форм и образов.

5. Физический (кинестетический) интеллект - способность к физической активности, координации движений и манипуляции физическими объектами.

6. Внутренний интеллект (интроспективный, эмоциональный) - способность к саморефлексии, пониманию собственных чувств и мыслей.

7. Межличностный (социальный) интеллект: способность к пониманию других людей, эмпатии и социальной коммуникации.

8. Естественно-научный интеллект: способность к пониманию природы, феноменов окружающего мира и научной логике.

Эти виды интеллекта, согласно Гарднеру, могут проявляться в различной степени у разных людей, и каждый человек обладает уникальной комбинацией этих способностей.

Целью данной теории является развитие понимания, что у людей есть различные способности и таланты, которые могут проявляться в разных областях жизни, при этом интеллект нельзя измерять и оценивать только с помощью стандартных тестов на IQ или по результатам академической успеваемости. Признание различных видов интеллекта помогает людям осознавать и развивать свои сильные стороны и повышению самооценки.

Если академические психологи настороженно отнеслись к появлению этой теории, их обеспокоил отход Гарднера от широко распространенных в США тестов интеллекта, измерявших IQ и принятие набора критериев, менее доступных численному выражению, то в образовании теорию множественного интеллекта восприняли с энтузиазмом. Это во многом подтолкнуло самого Гарднера к активному участию в образовательных исследованиях и практике. Это участие, по словам самого Гарднера, было простимулировано, во-первых, выходом его книги «Структура разума» (1983 г.), а, во-вторых, публикацией известного федерального образовательного отчета «Нация в опасности» (Nation at Risk), подготовленного в 1983 г. по поручению Рональда Рейгана [Gardner, 1993]. По утверждению авторов доклада, школьное образование в США находилось в кризисе и необходимы были сильные перемены, чтобы улучшить его качество. Основная цель состояла в том, чтобы определить проблемы, стоящие перед американским образованием и предоставить пути их решения [CSRQ, 2006].

Свою задачу Гарднер видел в том, чтобы не только описать применение теории множественного интеллекта в школе, но использовать в учебной практике и другие результаты, полученные им при изучении психологии развития и когнитивной психологии. В попытках улучшить возможности образования он объединился с учителями и администрацией нескольких школ разных возрастных уровней на северо-востоке США. Увлеченность изучением образовательного процесса способствовала тому, что Гарднер принял участие сразу в двух педагогических проектах: проект Спектрум и проект ATLAS.

Проект Спектрум начался в 1984 г. как проект для разработки методов, с помощью которых можно оценить интеллектуальный профиль младших школьников. В нем Гарднер сотрудничал с Дэвидом Фельдманом, Марой Кречевски, Джанет Сторк и др.

В ходе исследования они установили, что даже 4-летние дети обладают определенным видом интеллекта. Так, одни воспринимают мир через символическую систему языка, другие больше проявляют пространственный или визуальный способ восприятия, третьи воспринимают мир через взаимоотношения с другими людьми.

Вывод, к которому пришел Гарднер, состоял в том, что период развития ребенка от 2 до 6–7 лет является одним из наиболее важных в развитии человека,

ибо в нем содержится больше секретов и возможностей человеческого развития, чем в любой другой период. Именно в это время ребенок пытается создать всеобъемлющее представление о мире, интегрируя, по мнению Гарднера, волны, потоки и каналы своих видов интеллекта в понятную версию человеческой жизни, которая включает в себя поведение объектов, взаимоотношения между людьми и зарождающийся свой собственный взгляд [CSRQ, 2006].

В ходе работы с маленькими детьми - участниками проекта был разработан новый образовательный подход. Суть его состояла в том, что учебное пространство было разделено на тематические зоны: живой уголок, литературный кружок, строительный уголок и др. Находясь в учебных комнатах проекта Спектрум, дети были окружены большим количеством разнообразного материала, способного пробуждать использование различных видов интеллекта.

Особенностью данного проекта было то, что в нем педагоги не пытались целенаправленно стимулировать проявление определенного вида интеллекта у детей, например, пространственного или логико-математического. Их задачей было использование материалов, которые реализуют ценные социальные роли или подчеркивающие окончательные условия для соответствующих комбинаций интеллектов. Так, например, в живом уголке, где были представлены различные биологические образцы, а учащиеся изучали их и сравнивали с другими материалами, развивались способности к чувствам и анализу; в литературном кружке, где учащиеся придумывали истории, используя различную бутафорию, развивались лингвистические, драматические способности и способность к воображению; в строительном уголке, где учащиеся конструировали модель их классной комнаты, развивались пространственный, телесный и личностный интеллекты [CSRQ, 2006].

Погружая детей в ту или иную тематическую зону, педагоги наблюдали, кто из детей в какой из площадок лучше проявляет себя, а, соответственно, можно было сделать вывод о том, какой вид интеллекта больше присущ тому или иному ребенку.

К концу года информация, полученная про каждого ребенка, обобщалась исследовательской командой в кратком эссе, которое называлось "Отчет Спектрум". Этот документ описывал личные характеристики сильных и слабых сторон ребенка и предлагал специальные рекомендации о том, что можно сделать дома и в школе, основываясь на сильных сторонах и в то же время, поддерживая относительно слабые стороны. Такие неформальные рекомендации являлись очень важными, они должны были помочь учащимся и их родителям сделать окончательный выбор о будущем учебном курсе, основываясь на исследованиях их способностей и возможностей.

Обучение в тематических зонах было построено так, что младшие учащиеся практически всегда сотрудничали во время своей деятельности с более старшими и преподавателями. В результате этого у детей появлялась возможность очень быстро понимать назначение различных предметов и овладевать соответствующими навыками. В этом смысле, отмечает Гарднер, вот эта среда «начинающего уровня» является устойчивой и самостоятельной средой для развития когнитивных способностей и персонального роста [CSRQ, 2006].

Проект Спектрум применялся к детям в возрасте от 4 до 8 лет с целями диагностики, классификации и обучения. Он использовался среди средних учащихся, одаренных детей, учащихся, имеющих физические и умственные проблемы, и учащихся, находящихся в зоне потенциальных проблем при обучении в школе.

Большое преимущество Проект показал в определении способностей и склонностей учащихся, которые обычно упускают из вида в обычной общеобразовательной школе. Его по достоинству оценили сами учащиеся, родители и учителя.

Проект позволяет определить различные когнитивные профили даже среди маленьких детей. Его основные материалы и концепции могут быть использованы в большом количестве способов обучения и у разных категорий учащихся. Тем не менее, как отмечал сам Гарднер, проект Спектрум это, скорее, развивающийся подход к раннему образованию, чем законченная программа, так как мы не знаем, ни насколько успешным он может быть в качестве всеобщего подхода к раннему образованию, ни до какого уровня он может быть продолжен в старших классах начальной школы [Дорохова, 2014].

Несмотря на то, что идентичную образовательную педагогическую практику в истории педагогики можно найти в программах прогрессивного образования (учебные классы Монтессори, другие программы на основе подходов Пиаже и Дьюи и их предшественников Фредерика Фробела и Джона Песталоцци), можно выделить ряд отличительных черт проекта Спектрум, основанных на теоретических выводах: анализ склонностей учащихся; согласованная попытка соотнести эти склонности со значимыми ролями во взрослой жизни; создание учебных планов, обучающих центров; развитие процедуры оценивания, которая обеспечивает достоверной информацией о способностях и достижениях учащихся; портфолио учащегося, отражающие его способность в данный момент его развития. Эти отличительные черты, по мнению Гарднера, не только обеспечивают процесс раннего обучения своим отличительным методом, но и также позволяют опробовать детские интуитивные теории в комфортной окружающей обстановке, что обеспечивает плавный переход к введению основных навыков и обучению основам грамотности в начальной школе [Дорохова, 2014.].

Другим проектом, в котором Говард Гарднер принял самое активное участие, стал проект ATLAS (подлинное преподавание, обучение и оценивание для всех студентов). Этот проект был од ним из 11 проектов школьной реформы США, выбранный в августе 1992 года и распространивший опыт комплексного улучшения состояния общеобразовательных школ больше, чем на 150 школ в стране. Проект был основан Говардом Гарднером совместно с такими известными педагогами, как Теодор Сайзер из Объединения начальных школ, Дженет Витлой из Центра развития образования и Джеймс Комер из Программы школьного образования в Йельском университете.

Цель программы ATLAS заключалась в предоставлении каждому молодому человеку возможности для полной реализации его учебного потенциала при помощи создания академически строгих требований, но в то же

время с внимательным отношением к каждому учащемуся школ, которые гарантируют, что ни один ученик не будет оставлен без должного внимания.

Основанный на научно-исследовательской базе и практическом опыте четырех основателей, ATLAS предложил такую модель системных изменений, которая приводит к постоянному совершенствованию образовательного процесса за счет изменения привычных способов мышления и работы, как учителей, так и администрации школ. Комплексный подход при этом формируется через принятие пяти ключевых элементов: преподавание и обучение; оценка; профессиональное развитие; управление и принятие решений; семья и обучающая среда [Coursera [Электронный ресурс]. URL: <https://www.coursera.org/> (дата обращения: 04.05.2022)].

Такой комплексный подход в дальнейшем реализуется через школьную концепцию «Путь» проекта ATLAS, которая отслеживает развитие ребенка при помощи единой программы K-12, при переходе его из класса в класс и от предмета к предмету.

ATLAS признает, что процесс улучшения школьного образования не может быть единым для всех школ, поэтому им были разработаны альтернативные методы для различных районов страны.

В 2005 году ATLAS начал предлагать свою школьную концепцию учителям, директорам и районным администраторам. Она предлагалась как в качестве отдельных методов, так и в качестве комплексного подхода. В соответствии со стандартами Центра по реформе качества общеобразовательной школы (CSRQ), были определены следующие основные компоненты обучающего объединения ATLAS: организация и управление; профессиональное развитие; техническая помощь; инструктирование; планирование учебного времени; оценивание учащихся; принятие решений на основе данных компьютерных исследований, а также привлечение к процессу обучения родителей, семьи, и общества [Coursera]. Эти основные компоненты считаются необходимыми для успешной реализации данной модели.

Ученые, входящие в сообщество ATLAS, стремятся к тому, чтобы обеспечить возможность для учащихся стать полноценно интегрированными членами глобального образовательного пространства. Гарднер также выделяет специфический социальный интеллект, который связан с умением понимать других людей, эмпатией и способностью взаимодействовать социально. Этот интеллект не одинаково развит у разных людей, однако для удовлетворения потребности в принадлежности имеет ключевое значение. Действительно, согласно теории самоопределения (SDT) потребность в принадлежности относится к желанию человека чувствовать себя связанным с другими людьми, иметь близкие отношения и социальную поддержку.

Таким образом, именно социальный интеллект дает возможность человеку встраиваться в социальные структуры и удовлетворять свою потребность в принадлежности. Стоит отметить, что в отличие от потребности в компетенции, для развития потребности в принадлежности необходимо развитие именно специфического интеллекта, т.е. развитие которого может потребовать от

человека значительных усилий (если этот вид интеллекта у него развит менее остальных).

Таким образом, в теоретической части статьи, рассмотрены следующие вопросы: 1) Как знания о своих интеллектах могут помочь в самоопределении человека? 2) Можно ли выделить определенные виды интеллекта, которые играют ключевую роль в самоопределении человека? Следует отметить, что формирование внутреннего интеллекта, как правило, происходит благодаря социальному взаимодействию, во время которого развиваются такие качества, как эмпатия, понимание чувств, мотивов и мыслей других людей.

### **Организация и проведение эмпирического исследования типов интеллекта. Обсуждение результатов.**

Исследование связи типа интеллекта и академической успешности у старших подростков проводилось в муниципальном общеобразовательном учреждении «Средняя школа № 80 с углублённым изучением английского языка» г. Ярославль [Кукушкина, Кашапов, 2021]. В ходе данного исследования было опрошено 50 семей: 52 подростка (9 классы), из них мальчиков 18, девочек 34. Учащимся был предложен онлайн тест: Тест-опросник для определения типа интеллекта "Типы интеллекта", автор Г. Гарднер.

На первом этапе исследования была проведена беседа с родителями. Наблюдение за учащимися велось согласно установленному расписанию в школе и нагрузке педагога (5 академических часов в неделю), диагностика детей подросткового возраста и их родителей по подобранным методикам проводилась как очно, так и дистанционном формате. На втором этапе исследования был проведен анализ полученных эмпирических данных с использованием методов математической статистики.

По результатам проведенного исследования были полученные следующие результаты (табл.1). Установлено, что большинство ребят обладают Визуально-пространственным типом интеллекта (80,77%) на высоком уровне, при этом, меньше всего высокий балл отмечен у Межличностного типа интеллекта (48,08%). Высокие результаты по Визуально-пространственному типу интеллект могут быть следствием активного использования дополнительных средств и способов визуализации информации.

Таблица 1.

Распределение показателей типа интеллекта в процентах

		Лингвистический тип интеллекта	Математико-логический тип интеллекта	Визуально-пространственный тип интеллекта	Музыкальный тип интеллекта	Межличностный тип интеллекта	Внутриличностный тип интеллекта	Кинестетический тип интеллекта (p)
Выборка	высокие	63,46%	50,00%	80,77%	55,77%	48,08%	63,46%	59,62%



	низкие	36,54%	50,00%	19,23%	44,23%	51,92%	36,54%	40,38%
девушки	высокие	67,65%	50,00%	76,47%	55,88%	44,12%	67,65%	50,00%
	низкие	32,35%	50,00%	23,53%	44,12%	55,88%	32,35%	50,00%
юноши	высокие	55,56%	50,00%	88,89%	55,56%	55,56%	55,56%	77,78%
	низкие	44,44%	50,00%	11,11%	44,44%	44,44%	44,44%	22,22%

Учащиеся ежедневно используют мобильные (по наблюдению) устройства и средства связи. При этом, большая часть коммуникации так же переведена в мессенджеры, что дает ограниченный поток информации и может уменьшить развитие Межличностного интеллекта как способность понимать и эффективно взаимодействовать с другими людьми, включая эффективные вербальные и невербальные коммуникации, и возможность быстро замечать различия между людьми.

В результате исследования установлено, что большинство учащихся обладают Визуально-пространственным типом интеллекта на высоком уровне, при этом, меньше всего высокий балл отмечен у Межличностного типа интеллекта. Лингвистический и Математико-логический типы интеллекта показывают прямую зависимость среднего значения балла в группах по уровням данных типов интеллекта, как в общей выборке, так и отдельно по группам мальчиков и девочек.

При анализе академической успешности по типам интеллекта были получены следующие результаты (см. табл. 2):

Таблица 2.

Максимальные и минимальные значения академической успешности по типам интеллекта

		Лингвистический тип интеллекта	Математико-логический тип интеллекта	Визуально-пространственный тип интеллекта	Музыкальный тип интеллекта	Межличностный тип интеллекта	Внутриличностный тип интеллекта	Кинестетический тип интеллекта
все	Мах	(3) 79.11	(4) 82.2	(1) 80.00	(2) 79.58	(0) 82.00	(1) 82.67	(0) 83.00

	Мі n	(1) 69.86	(1) 72.80	(2) 74.56	(1) 72.60	(1) 74.00	(2) 73.94	(1) 64.67
деву шки	М ах	(4) 82.22	(4) 82.00	(1) 80.00	(2) 82.75	(3) 84.13	(3) 82.50	(3) 84.00
	Мі n	(1) 73.00	(0) 78.5	(2) 74.29	(1) 74.00	(1) 76.75	(2) 73.88	(1) 64.67
юно ши	М ах	(2) 74.60	(4) 80.00	(2) 75.50	(2) 73.67	(3) 73.60	(2) 74.00	(3) 73.73
	Мі n	(1) 65.67	(0) 66.00	(4) 71.91	(1) 70.50	(1) 71.25	(3) 68.33	(1) 70.75

Наибольший средний балл среди учащихся установлен по Кинетическому типу интеллекта (83 балла). Не смотря на популярность и активность в целом по выборке развитость данного типа интеллекта установлена следующая зависимость: средние показатели соотносятся со средними показателями академической успешности. Нулевые показатели соотносятся с наибольшими результатами по среднему баллу успеваемости. Это может быть связано в данной возрастной группе с тем, что учащиеся данной категории больше времени тратят на учебу и на занятия, чем на физическую активность, и возможно, пока не осознают важность развития данного направления интеллектуальной деятельности. С низкими показателями по данному типу интеллекта соотносится более высокий средний балл по оценкам.

При анализе связи академической успешности (баллы) и результатами наблюдению было получены следующие результаты (см. табл. 3):

Таблица 3.

Коэффициент корреляции среднего балла и показатель по наблюдению

	Вовлеченно сть (Внимание)	Работа на уроке	Способность повторить по шаблону	Способность предлагать идеи/ мысли	Подготовка домашних работ
средний балл	0,68***	0,69***	0,73***	0,76***	0,70***

Средний балл коррелирует с такими показателями как «Способность повторить по шаблону» (0,73\*\*\*), «Способность предлагать идеи/ мысли» (0,76\*\*\*), «Подготовка домашних работ» (0,70\*\*\*) (См. таб. 3).

Данный результат свидетельствует о том, что средний бал связан с межпредметными универсальными навыками и формами поведения учащегося, то есть с тем, как выстроена образовательная траектория, и как учащийся по ней следует. Чем активнее ученик работает на уроке и соблюдает требования учителя, чем чаще выполняет домашние задания, тем средний балл выше. В этом случае, возможно, отражается личностное отношение педагога к ученику («прилежный» ученик, выполняющий требования и рекомендации), так и действительно влияние исполнения требований на знания и способности учащегося [Кашапов, Кашапов, 2020]. Установлена корреляция между двумя

показателями. Из чего можно сделать вывод, что школьная оценка — это отражение поведенческого академического типа учащегося и сформированности универсальных учебных действий, условно обозначенных «Способность повторить по шаблону» и «Способность предлагать идеи/ мысли».

Проведенный анализ полученных результатах позволяет сделать следующие выводы:

Существуют устойчивые взаимосвязи между показателями успеваемости и общего интеллекта в целом по выборке и в большинстве подгрупп, сформированных из представителей различных типов, выявленных по Гарднеру. Отсутствие данной взаимосвязи во всех группах (типах) определяет необходимость раскрытия не исследованных в данной работе механизмов взаимодействия интеллекта и успеваемости с точки зрения влияния личностных особенностей.

Так как не удалось собрать репрезентативные данные по всем подгруппам типов интеллекта, то можно предположить, что расширение выборки откроет новые смыслы в понимании, как обучаются и используют свои компетенции для достижения успеха в деятельности представители различных типов интеллекта.

Многообразие корреляций в общей группе испытуемых обусловлено суммарным эффектом проявления особенностей функционирования когнитивно-личностных механизмов, свойственных разным типам.

Каждый тип интеллекта характеризуется индивидуальным, но не уникальным набором когнитивных особенностей, которые детерминируют достижение успеха в обучении, что важно учитывать при организации образовательного процесса. При этом отмечено, что большинство испытуемых одновременно относятся к различным типам интеллекта. У ряда испытуемых выявлены все типы интеллекта (в разной мере). Задачей обучения в школе должно стать развитие всех типов интеллекта.

Для прояснения конкретных механизмов решения интеллектуальных задач представителями различных типов интеллекта необходимо расширение выборки исследования и последовательное сравнение всех категорий испытуемых.

Школьная оценка по предмету связана с такими показателями как «Способность повторить по шаблону», «Способность предлагать идеи/ мысли», «Подготовка домашних работ», что говорит о связи академической успешности с поведенческого-академическим типом учащегося и сформированностью универсальных учебных действий. Развитие всех типов интеллекта, формирование академической ответственности и этики способствуют общей академической успешности.

Для академической успешности подростка необходимо развитие всех типов интеллекта. Было установлено, что показатели академического типа интеллекта имеют прямые положительные связи между собой. Академическая успешность по предметам имеет наибольшее количество связей с показателем академического интеллекта "Способность предлагать идеи/мысли". При этом академический интеллект связан с развитостью определенных типов интеллекта: "Лингвистический интеллект" имеет достоверную прямую связь с показателем академического интеллекта "Вовлеченность" ( $r_s=0,42$ ;  $p<0,01$ ) и с

"Добросовестностью" ( $rS=0,41$ ;  $p<0,01$ ). У мальчиков эти коэффициенты выше: "Вовлеченностью" ученика  $rS=0,51$  ( $p<0,01$ ), "Добросовестность"  $rS=0,52$ ;  $p<0,01$ ). У девочек данные связи ниже: "Вовлеченностью" ученика  $rS=0,36$  ( $p<0,05$ ), "Добросовестность"  $rS=0,35$  ( $p<0,05$ ). "Лингвистический интеллект" имеет прямую связь с показателем академического интеллекта "Работа на уроке" в общей выборке.

Академическая успешность не связана с работой ведущих полушарий и других показателей латерального профиля подростка на значимом уровне. Подростки на одинаковом уровне успешности способны справляться с задачами разного типа. Согласно проведенному исследованию установлено, что латеральный профиль не связан с академической успешностью у подростков на значимом уровне. Ученики среднего звена очной формы обучения успешнее справляются с информацией в вербальной форме, в связи с преобладанием задач данного типа в образовательной программе

В дистанционном обучении академическая успешность юношей выше, чем у девушек. Юноши лучше справляются с контрольными работами, чем девушки. Для успешного прохождения учебных программ для юношей особенно важно успешно справляться с заданиями на занятиях и успешно выполнять задания дома. Показатели академической успешности "Решаемость контрольных работ" и "Решаемость домашних работ" имеют прямую связь с показателем "Решаемостью задач на уроке" у девочек ( $rS=0,19$ ;  $p<0,01$ ) и у мальчиков ( $rS=0,24$ ;  $p<0,01$ ), при этом у юношей коэффициент почти в 2 раза выше, чем по общей выборке для "Решаемость домашних работ" ( $rS=0,66$ ;  $p<0,001$ ), у девушек чуть ниже, чем у юношей ( $rS=0,62$ ;  $p<0,001$ ). При этом остается актуальным и важным непосредственное участие/присутствие подростков на занятии (показатели "Посещением видео", "Решаемостью задач на уроке"). Для юношей этот показатель так же выше, чем у девушек. В целом, полученные результаты дают достоверное подтверждение актуальности исследования типов интеллекта и их функционирования с позиций рассмотрения интеллекта и ментальной сферы как неотъемлемой части индивидуальности и построения образовательной траектории. Обобщение эмпирических данных позволяет сформулировать перспективы дальнейших исследований и определить актуальные проблемы научного поиска в междисциплинарной области, связанной с адаптацией человека к различными видам деятельности с учетом его индивидуальных особенностей, построением прогноза его развития в данной сфере, выявления зон риска его профессионального и личностного развития, построению образовательных траекторий и "точек роста".

### **Вывод.**

Таким образом, применение теории множественного интеллекта можно рассматривать в качестве конструктивно-ресурсной не только в контексте связи типов интеллекта с академической успеваемостью, но и как основу личностного самоопределения.

Во-первых, конструктивность в подходе Гарднера заключается в том, что применение разработанного им теста позволяет определить уровни развития каждого типа интеллекта в определенном возрасте. Так, в подростковом возрасте

доминирующей социальной потребностью является потребность в общении. А согласно установленным данным «Межличностный тип» интеллекта является наименее развитым. Следовательно, в данном возрасте ярко проявляется личностный кризис, выражающийся в противоречии между высоким уровнем потребности в общении и низким уровнем «Межличностного типа» интеллекта. Поэтому подростки часто испытывают коммуникативные затруднения, с которыми порой трудно совладать [Кашапов, Иванова, 2017].

Во-вторых, одним из путей преодоления таких переживаний служит усиление духовных ресурсов, обеспечивающих интенсивный рост личности. Поэтому поиск таких ресурсов является, по мнению В.В. Козлова, важной целью трансперсональной психологии. «Главная цель холотропной терапии состоит в том, чтобы активировать бессознательное, освободить энергию, содержащуюся в эмоциональных и психосоматических симптомах, и трансформировать эти симптомы в поток переживания. Роль терапевта, или фасилитатора, в холотропной терапии состоит в том, чтобы поддерживать процесс переживания с полной верой в него и без попыток управлять им или изменять его» [Козлов, 2021, с. 7]. Автор уделяет особое внимание исследованию проблемы творческого мышления именно в условиях неопределённости среды [Клейберг, Козлов, 2024; Козлов, 2015; 2017; 2023; 2024;].

В-третьих, ресурсная составляющая подхода Гарднера заключается в осознании уровня развития типов интеллекта, что позволяет субъекту в случае возникновения затруднения опираться, прежде всего, на самый сильный тип интеллекта. А в процессе личностного самоопределения и развития стремиться сбалансировать уровни типов интеллекта посредством реализации психологического механизма компенсации.

### **Библиографический список**

1. Дорохова О.А. Первые педагогические проекты реализации на практике теории множественного интеллекта Говарда Гарднера // *Агроинженерия*. 2014. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pervye-pedagogicheskie-proekty-realizatsii-na-praktike-teorii-mnozhestvennogo-intellekta-govarda-gardnera> (дата обращения: 17.05.2022).
2. Кашапов А.С., Кукушкина Т.А., Пенькова Г.А. Сравнительный анализ платформ для организации дистанционного обучения // *Методология современной психологии*. 2022. № 15. С. 134-152.
3. Кашапов М.М. Особенности мышления преподавателя в процессе решения педагогической проблемной ситуации. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Санкт-Петербургский государственный университет. Ленинград, 1989.
4. Кашапов М.М. Психологические основы решения педагогической ситуации. Учебное пособие / Ярославль, 1992.
5. Кашапов М.М. Консультационная работа психолога. Учебное пособие / Ярославль, 2005.
6. 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.

7. Кашапов М.М. Особенности сопровождения творческого мышления психолога (на довузовском, вузовском и послевузовском этапах) // Сибирский психологический журнал. 2005. № 22. С. 135-140.

8. Кашапов М.М. Специфика творческого мышления субъекта. В сборнике: Субъектный подход в психологии. Сер. "Интеграция академической и университетской психологии" Ответственные редакторы: Журавлев А.Л., Знаков В.В., Рябикина З.И., Сергиенко Е.А., Москва, 2009. С. 599-611.

9. Кашапов М.М. Акмеология. учебное пособие / Ярославль, 2011.

10. Кашапов М.М. Учёт в медиации специфики типов реагирования на конфликт // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика. 2012. № 3. С. 31-41.

11. 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.

12. Кашапов М.М., Иванова Ю.О. Взаимосвязь психологического благополучия и копинг-поведения в процессе профессионализации педагогов // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. 2017. № 2 (40). С. 89-94.

13. Кашапов М.М., Филатова Ю.С., Кашапов А.С. Событийно-когнитивные компоненты профессионализации субъекта. Ярославль, 2018.

14. Кашапов М.М., Скакунова О.А. Креативность как когнитивный ресурс в лечебной деятельности начинающих врачей // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2019. Т. 27. С. 16-31.

15. Кашапов М.М., Перевозкина Ю.М., Перевозкин С.Б., Кашапов А.С. Специфика развития ролевых ожиданий в процессе формирования личности // Сибирский педагогический журнал. 2020. № 2. С. 127-140.

16. Кашапов М.М., Кашапов А.С. Формирование профессионального творческого мышления. Учебное пособие / Сер. 76 Высшее образование. (2-е изд., пер. и доп) Москва, 2020.

17. 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.

18. Кашапов М.М. Ресурсные основы профессионализации мышления субъекта // Методология современной психологии. 2021. № 14. С. 35-46.

19. Кашапов М.М., Сурина Н.В., Кашапов А.С. Ресурсность мышления как ключевая компетентность педагога в условиях цифровизации образовательной среды // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2022. Т. 40. С. 18-30.

20. Кашапов М.М., Филатова Ю.С. Психология конфликта. Учебник и практикум / Сер. 76 Высшее образование. (3-е изд., пер. и доп) Москва, 2024.

21. Кашапов М.М., Филатова Ю.С. Особенности формирования конфликтной компетентности. В книге: Актуальные проблемы совершенствования высшего образования. Тезисы докладов XVI

Всероссийской научно-методической конференции. Ярославль, 2024. С. 222-225.

22. Клейберг Ю.А., Козлов В.В. Коммуникативное поведение личности. Учебно-практическое пособие / Москва, 2024.

23. Козлов В.В. Современная личность: самоактуализация и самореализация. Москва, 2023.

24. Козлов В.В. Личность, проблема определения и целей развития // Методология современной психологии. 2023. № 20. С. 134-142.

25. Козлов В.В. Психологическая компетентность: структура, функции, уровни реализации // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2023. № 4 (48). С. 20-26.

26. Козлов В.В. К проблеме экспансивной тенденции личности и групп // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2024. № 1 (49). С. 33-44.

27. Козлов В.В. Принцип потенциальности в интегративной психологии // Методология современной психологии. 2024. № 22. С. 171-181.

28. Козлов В.В. Управление конфликтом. М.: Экзамен, 2004. 224 с.

29. Кукушкина Т.А., Кашапов А.С. Связь типа интеллекта с академической успешностью у старших подростков // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2021. № 2 (42). С. 193-202.

30. Кукушкина Т.А., Пенькова Г.А., Кашапов А.С. Связи типа интеллекта старших подростков с академической успешностью и особенностями детско-родительских отношений // Ярославский психологический вестник. Выпуск 1 (52) 2022. С. 107-114.

31. Метакогнитивные основы конфликтной компетентности. 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. Ярославль, 2012.

32. Пенькова Г.А., Кашапов А.С. Соотношение словесно-логического мышления, коммуникативных умений и связной речи у дошкольников с общим недоразвитием речи // Ярославский психологический вестник. 2021. № 3 (51). С. 85-90.

33. Серафимович И. В. Особенности прогнозирования в структуре профессионального педагогического мышления: дисс. ... канд. психолог. наук. Ярославль, 2002. 252 с.

34. Серафимович И.В. Многоуровневые факторы среды и особенности профессионального мышления специалистов социэкономической группы профессий. В сборнике: Дифференциальная психология и психофизиология сегодня: способности, образование, профессионализм. 2021. С. 154-159.

35. Серафимович И.В. Ресурсность профессионального мышления у студентов гностического и преобразующего типов профессий. В книге: Актуальные проблемы совершенствования высшего образования. Тезисы докладов XV Всероссийской научно-методической конференции. Ярославль, 2022. С. 309-312.

36. Серафимович И.В. Ресурсность и особенности структурно-уровневой организации профессионального педагогического мышления // Научно-педагогическое обозрение. 2023. № 4 (50). С. 120-130.

37. Филатова Ю.С. Взаимосвязь стажа врача с коммуникативной и конфликтной компетентностью // Социальный мир человека. — Вып. 8. Материалы VII Международной научно-практической конференции «Человек и мир: мирозидание, конфликт и медиация», 5–7 апреля 2018 года, г. Ижевск / под ред. Н.И. Леонова. — Ижевск: ERGO, 2018. С. 232 – 235. (440 с.) (Серия «Язык социального»).

38. Филатова Ю.С. Выбор стратегии конфликтного поведения как фактор формирования клинического мышления на ранних этапах профессионализации // «Молодежь и будущее: профессиональная и личностная самореализация»: материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции по психологии с международным участием / Под общ. ред. Е.В. Прониной; Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. Владимир. Изд-во Транзит-ИКС, 2019. С. 347-350.

39. Филатова Ю.С. Влияние личностных характеристик на профессионализацию клинического мышления терапевтов // Методология современной психологии. 2019, № 9. С 300-307.

40. Filatova Yu.S. Роль коммуникативной и конфликтной компетентности в формировании клинического мышления. CZŁOWIEK W ŚRODOWISKU EDUKACYJNYM pod redakcją Eleny Asmakovetsi Sławomira Kozieja. Kielce 2019, С. 126-130.

41. Филатова Ю.С. Ситуационный анализ как средство профессионализации клинического мышления студентов. В книге: Актуальные проблемы совершенствования высшего образования. Тезисы докладов XIV всероссийской научно-методической конференции. Ярославль, 2020. С. 315-317.

42. Филатова Ю.С., Кашапов А.С. Ресурсные основы профессионализации мышления субъекта // Методология современной психологии. 2020. № 11. С. 385-404.

43. Филатова Ю.С., Золотова И.А. Формирование профессиональных коммуникативных умений врача на разных этапах профессионализации // Актуальные вопросы медицинской науки. 2024. № 1 (2). С. 32-37.

44. Coursera [Электронный ресурс]. URL: <https://www.coursera.org/> (дата обращения: 04.05.2022.).

45. CSRQ Center Report on Elementary School Comprehensive School Reform Models. — Washington, 2006. — 112 p.

46. Gardner, Howard E. Frames of mind: The theory of multiple intelligences. Basic books, 2011.

47. Gardner, Howard E. The unschooled mind: How children think and how schools should teach. Basic books, 2011.

48. Gardner, H., & Hatch, T. Educational Implications of the Theory of Multiple Intelligences. Educational Researcher, 1989. 18(8), 4-10.

49. Gardner H. Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences. — New York: Basic Book, 1993. — 440 p.



50. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being //American psychologist. – 2000. – Т. 55. – №. 1. – С. 68.

51. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. – Guilford publications, 2017.

**Китаева М.П.**

## **МЕДИТАЦИЯ КАК СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОТЧУЖДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА**

Аннотация. В статье рассмотрены возможности применения медитативных практик в целях преодоления психологического отчуждения от себя, других людей и мира в целом. Приведены группы психических и соматических отклонений здоровья человека, при которых медитации способны оказать как профилактическое, так и терапевтическое действие. Обозначены физиологические и биохимические механизмы указанного действия на человека. Подробно описаны классификации медитаций, их возможные формы в разных культурах и народах. Рассмотрены медитативные практики в традиционных и современных культурах, на Востоке и Западе. Приведены данные исследований, отражающих положение понятия “медитация” в мировоззрении современного россиянина, а также особенности российских граждан, практикующих медитации и причины, по которым они проявили интерес к данным техникам работы с собой.

Ключевые слова: медитация, психологическое отчуждение, отчуждение от себя, отчуждение от других, отчуждение от мира.

Annotation. The article examines the possibilities of using meditative practices in order to overcome psychological alienation from oneself, other people and the world as a whole. The groups of mental and somatic abnormalities of human health are given, in which meditations can have both preventive and therapeutic effects. The physiological and biochemical mechanisms of this effect on humans are indicated. The classifications of meditations and their possible forms in different cultures and peoples are described in detail. Meditation practices in traditional and modern cultures, in the East and West are considered. The article presents research data reflecting the position of the concept of “meditation” in the worldview of a modern Russian, as well as the characteristics of Russian citizens practicing meditation and the reasons why they showed interest in these techniques of working with themselves.

Keywords: meditation, psychological alienation, alienation from oneself, alienation from others, alienation from the world.

Психологическое отчуждение человека - одна из проблем современности. Человек отчуждается от себя, своих норм, ценностей, своих потребностей. Он не понимает, что он хочет. Он не знает себя. Человек отчуждается от других людей.

Не допускает близости. Не воспринимает другого человека как ценность. Воспринимает другого человека, как средство достижения определенных целей, как функциональную единицу системы. Человек отчуждается от мира. Он может просто оставаться в стороне, считая, что мир и он - это совершенно не связанные между собой единицы. Или, в крайнем случае, он может противопоставлять себя миру. Это мировоззрение может привести к совершению девиантных поступков, преступлений. Любая форма психологического отчуждения (от себя, от других, от мира) является условием неблагополучия человека, что проявляется в психологических и соматических отклонениях.

Психологическое отчуждение преодолевается различными психологическими методами (арт-терапия, телесно-ориентированная терапия, психотерапия и др.). При проведении классической психотерапии клиент должен быть в контакте с психотерапевтом. Именно психотерапевт, как профессионал, выводит его из состояния психологического отчуждения. В ряде психотерапевтических подходов допустимо применение самопсихотерапии. Например, представительница современного психоанализа, неопрейдистка Карен Хорни предлагает своим клиентам после получения базовой психотерапии продолжать самопсихотерапию самостоятельно. Она называет этот метод работы с собой “самоанализом”.

Есть методы, идущие из глубины веков, которые человечество использует для решения своих психологических и соматических проблем уже многие тысячелетия. Это медитативные практики.

Цель нашего исследования - изучить возможность использования медитации как практики, позволяющей человеку самостоятельно преодолеть психологическое отчуждение.

Задачи исследования: 1) провести анализ научной литературы по теме, опубликованной в России с 2013 до 2023 года; 2) описать возможности применения медитации для преодоления психологического отчуждения; 3) описать возможности применения медитации для профилактики психологических и соматических проблем; 4) описать возможности применения медитации для терапии психологических и соматических проблем человека.

Материалы исследования - научные публикации, изданные в России с 2013 по 2023 год и опубликованные в Elibrary.

Методы исследования - общенаучные: анализ (выделение и изучение отдельных частей объектов исследования), синтез (объединение разрозненных понятий в целое), дедукция (умозаключение на основе правил логики), индукция (умозаключение от более общего знания к менее общему).

Понятие “медитативные практики” пришло с Востока и “представляет собой путь постижения себя и Вселенной, достижения целостности личности и единения со всем сущим” [Козлов, 2023, с. 17].

В психологии понятие “медитация” часто понимается как размышление, самоуглубление, самонаблюдение, созерцание. Медитация может помочь человеку в осознании собственных проекций (аналитическая психология К. Юнга), в достижении интеграции личности (интегративная психология В.В. Козлова), в фундаментальной трансформации личности (квантовая теория Д.

Диспенза). Медитативные практики объединяют различные области психического человека (биогенетическую, социогенетическую, персоногенетическую, интерперсональную и трансперсональную) в целостные смысловые пространства, снижая уровень психического напряжения между фрагментами, уровнями психики, позволяя осознать и принять то, что ранее отвергалось [Козлов, 2023].

М.И. Фаерман рассматривает медитацию как естественное развитие рефлексивных способностей психики, которое позволяет выйти за границы собственного субъективного мира [Фаерман, 2020], как инструмент саморазвития, способ тренировки осознанности [Фаерман, 2019].

В основе механизма работы медитативных практик лежит личностный ресурсный потенциал каждого человека. На физическом и психофизическом уровнях медитация позволяет снять соматические факторы стрессов, на психологическом уровне - разрешить внутриличностные проблемы, осуществить личностную трансформацию, достичь интеграции личности в единое целое, расширить личностную свободу, открыть внутренние интеллектуальные и эмоциональные ресурсы, найти глубинную мотивацию, приобрести право на реализацию своей индивидуальности, на социально-психологическом уровне - преодолеть проблемы коммуникации, повысить социальную адаптивность, позитивную проявленность человека в общественных отношениях, на духовном уровне - найти ответы на вопросы человеческого бытия, реализовать свое психодуховное развитие через переживания, имеющие надличностный и сакральный характер, находящиеся за пределами повседневного состояния сознания, при столкновении с Духовным Я [Козлов, 2023].

Выделяют два основных направления осуществления медитативных практик: концентрирующие медитации (медитации сосредоточения), при которых внимание человека направлено вовнутрь, и раскрывающие медитации (медитации раскрытия), когда внимание человека направлено вовне. Первая группа медитаций осуществляется посредством концентрации внимания на каком-либо объекте (внутреннем или внешнем) или процессе (внутреннем или внешнем). Таким образом достигается сенсорная депривация (сужение поля восприятия). Во второй группе медитаций внимание сосредотачивается на всех ощущениях сразу. Раскрывающие медитации направлены на достижение определенных состояний сознания. В большинстве школ медитаций для самопознания используются обе указанные группы медитативных практик [Козлов, 2023].

Согласно данным исследования россиян, проведенном в 2019 году Д.В. Карзановым, в менталитете жителей нашей страны исторически заложено стремление к раскрытию и расслаблению (медитация раскрытия), а сосредоточение и повышенная концентрация наоборот отторгаются сознанием (медитация сосредоточения) [Карзанов, 2020].

В психотерапии используются три основных формы буддистских медитаций: сосредоточенности осознанности и сопереживания. Медитация «Сосредоточение» («Концентрация внимания») предусматривает необходимость как можно дольше сохранять внимание на ритме собственного

дыхания (соотношение вдохов и выдохов). Когда у медитирующего ускользает внимание, то его нужно восстановить. В момент осознания отвлечения наблюдается повышенная активность передней части островка и передней цингулярной коры. При переориентации внимания активируются дорзолатеральная префронтальная кора и нижняя теменная доля. Медитация «Осознание» («Свободного восприятия») предполагает, что в ее процессе медитирующий подвергается воздействию различных раздражителей, но не позволяет им овладеть его разумом. Присутствует активность участков, связанных с определенными раздражающими факторами, а также происходит снижение активности островка и миндалина, сопровождающееся снижением тревоги. Медитация «Сопереживание» («Милосердие») предполагает выработку чувства доброжелательности по отношению к другим людям и существам, несмотря на то, враждебно или дружелюбно они относятся друг к другу. При длительной практике происходит усиление активности височно-теменного узла и вентромедиальных участков, а также появляется способность представлять себя на месте другого, эмпатия и легкое усвоение опыта других [Королев, 2020].

Медитация может быть безъобъектной или объектной, динамической (объектом медитации является движение - во время ходьбы, плавания, бега, танца) и статической (осуществляется из определенной позы) [Козлов, 2023].

По предмету концентрации внимания медитативные практики можно разделить на четыре типа: 1) мантра (набор определенных звуков или слов, каждый из которых имеет свое особое значение); 2) визуализация (представление какого-либо предмета или объекта); 3) траатака («неподвижный взгляд», «пристальный взгляд» - концентрация внимания на определенном объекте); 4) телесно-ориентированные медитации (внимательное наблюдение процесса вдыхания и выдыхания воздуха) [Лемешевская, 2015].

Процесс медитации по В.В. Козлову включает три стадии: 1) расслабление, снятие мышечного напряжения в теле; 2) сосредоточение на объекте медитации; 3) достижение измененного состояния сознания [Козлов, 2023].

Медитация по М.Б. Михеевой включает три процесса: расфокусировку внимания, концентрацию и «открытие тела» [Михеева, 2023].

Примерами индийских медитативных практик являются: нада-йога (концентрация на звуке), пранаяма (концентрация на собственном дыхании), тантра (использование визуализации), траатака (концентрация на образе свечи), крийя-йога (работа с энергетическими центрами, чакрами и собственным дыханием) кундалини (высвобождение внутренней энергии через движение и дыхание), чакра-медитация (раскрытие чакр), трансценденция (достижение связи с Высшим «Я»), пение мантр (ритмичное монотонное пение) [Козлов, 2023; Малыхин, 2023].

Примерами буддийских медитативных практик являются: випассана (развитие способности управлять умственными процессами), практика осознанности дыхания (концентрация на собственном дыхании), саматха (сочетание концентрации на дыхании и визуализации), медитация четырех драгоценных состояний сознания (развитие четырех качеств - «любящей доброты», сострадания, радости и равновесности), дзадзен (концентрация на

дыхании для полного отвлечения от внешних факторов), практика “собираения и отдачи” (“собираение” всего негатива мира в себе и “отдача” в мир позитивных энергий); тукдам (медитация в процессе “умирания”) [Гокхале, 2018; Канунников, 2020; Козлов, 2023; Малыхин, 2023; Янгутов, 2019].

Даосская медитативная практика (даосская йога, цигун) основана на работе с энергией “ци” на трех уровнях: первопричины развития Вселенной, психического центра личности, жизненной энергии человека. В даосской йоге используются дыхательные упражнения, статические и динамические медитации, целью которых является накопление и правильное распределение энергии “ци” в организме. Даосская йога является путем достижения контакта сознания человека с собственным Дао (единственным правильным способом развития этого конкретного человека) [Козлов, 2023; Янгутов, 2019].

В Греции практиковали сосредоточение на музыке (для общего оздоровления), агаме (для настройки атлета на состязание), приемы вхождения в глубокое трансное состояние (жречеством для получения провидческой информации). В христианстве медитативными практиками являлись молитвы, которые могли длиться по несколько часов.

Медитативные практики используются в учениях Г. Гурджиева (“четвертого пути” - синтетического пути самоусовершенствования и миропознания), Шри Ауробиндо (интегральная йога), Махариши, О. Айхванхова и Дж. Кришнамурти, Ошо, Е.И. Рерих, Е.П. Блаватской, А. Бейли, К. Кастанеды.

“Четвертый путь” Г. Гурджиева включает нейтрализацию блоков отрицательных эмоций и «ложной» личности, преодоление эгоизма, устойчивое самовоспоминание, высокую степень концентрации внимания. Он предполагает практики физической релаксации и сознания ощущений состояния физического тела, медитации достижения «пустого ума», свободного от мыслей и медитацию на истинное «Я» (размышление над вопросом «Кто я?»), а также динамические медитативные техники для достижения целостной работы интеллектуальной и эмоциональной сферы.

Интегральная йога Шри Ауробиндо Гхошем направлена на полное раскрытие человеческого «Я» в процессе активного преобразования внутреннего и внешнего мира посредством самоуглубления и сосредоточения на внутреннем Безмолвии [Козлов, 2023].

В России было проведено исследование восприятия понятия “медитация”. Испытуемые должны были выбрать одно из шести описаний термина “медитация”, сформированных на основе концепций философов и психологов, как наиболее отражающее их представление о том, что это. Были получены интересные результаты. С точки зрения россиянина, медитация - это: 1) состояние, в котором теряешь границы собственного «Я», сливаешься с «вне-Я» (Вселенским (Мировым) Духом, Разумом, Богом) (буддийская традиция, даосизм) - 47 %; 2) состояние неожиданной рассредоточенности мыслей (Л.П. Гримак) - 23,5 %; 3) безоценочное наблюдение, результатом которого становится прекращение мыслей (Ошо) - 9 %; 4) повышенная концентрация внимания на определенном предмете или явлении (Л.П. Гримак) - 6,6 %; 5) чувственное восприятие действительности, созерцание (буддийская традиция) - 6,2 %; 6)

размышление - 4 %; 7) свой вариант ответа - 3,7 % [Загирова, 2017]. Исследование показывает, что у современного российского человека есть большая потребность в выходе за свои границы, в единении с миром, в трансценденции, то есть в преодолении психологического отчуждения от мира.

Еще одно российское исследование показало, почему люди занимаются медитациями. Респонденты указали следующие причины: возможность разобраться в себе (71 %), уменьшить стресс (57 %), улучшить самочувствие (44 %), повысить продуктивность (43 %). Опрошенные предпочитают медитацию осознанности, включающую медитацию на дыхании и медитацию релаксации (58 %). 80 % респондентов имеют высшее образование, 60 % состоят в браке или в отношениях, у 34 % есть дети, 25 % являются руководителями, 38 % работают в формате 5/2, 44 % работают по свободному графику. Больше всего среди опрошенных медитирующих программистов, предпринимателей, дизайнеров, менеджеров, консультантов и психологов [Чернышова, 2020]. В данном исследовании мы видим, насколько для современного россиянина важно понять самого себя, свои потребности и ценности, то есть преодолеть самоотчуждение, отчуждение от себя.

Нейробиолог Джо Диспенза один из первых начал исследовать влияние сознания на реальность с научной точки зрения на основе биохимии, нейрофизиологии, энергетических аспектов реальности и квантовой физики. Его теория основана на силе сознания, способной к концентрации и созданию устойчивых нейронных сетей как для старых автоматических реакций и условных рефлексов, так и для новых форм мышления, поведения и состояний [Козлов, 2023].

На основе результатов исследований медитативных процессов открыты следующие факты в области нейрофизиологии и биохимии человека. Посредством медитации можно контролировать частоту сердечных сокращений (Р.К. Уоллас, Г. Бенсон, Т. Броссе, Бенъсэнь, Travis, Pearson, Raietal), ритм дыхания (Т. Броссе, Бенъсэнь, Travis, Pearson, Raietal), снизить давление (Raietal), снизить электрическую активность кожи (Т. Броссе, Travis, Pearson, Raietal), повысить сопротивляемость кожи (Р.К. Уоллас, Г. Бенсон), снизить степень мышечного напряжения (Л. Д. Цайковский, Р. А. Фи, Бенъсэнь), снизить количество потребляемого кислорода (Р.К. Уоллас, Г. Бенсон, Бенъсэнь), снизить волновую активность мозга (Р.К. Уоллас, Г. Бенсон), снизить выработку крови и углекислого газа (Р.К. Уоллас, Г. Бенсон), усилить приток крови к конечностям (Р.К. Уоллас, Г. Бенсон), ослабить давление крови (Бенъсэнь), повысить величину тока крови в неподвижных мышцах предплечий (Бенъсэнь), вызвать образование медленных альфа-волн в коре головного мозга (Р.К. Уоллас, Г. Бенсон, Бенъсэнь), понизить деятельность симпатической нервной системы (Бенъсэнь), уравновесить активность правого и левого полушария головного мозга (Д. Эберт), сократить период угашения реакции на простые звуковые стимулы (Gaylordetal), уменьшить содержание молочной кислоты в крови артерий (Бенъсэнь), снизить концентрацию гомованилиновой уксусной кислоты в моче (Chughetal), снизить общие концентрации норадреналина, адреналина и

молочной кислоты в крови (Infanteetal, Chughetal), усилить выработку дофамина, бета-эндорфинов (Mishraetal).

Длительные занятия медитацией цигун, дзен и йогой приводят к увеличению тета- и альфа-мощности (Kubotaetal), трансцендентальной медитацией – тета-, альфа- и бета-мощности (Любимов) наряду с усилением альфа- и бета-когерентности билатерально в переднезаднем направлении (Travis, Wallace).

Медитирующие характеризуются увеличением активности областей коры и подкорковых образований, участвующих в механизмах внимания и эмоциональной регуляции – дорзолатеральной префронтальной, теменной коры, передней части поясной извилины (Newbergetal).

Медитация увеличивает толщину префронтальной коры и островка Рейля, участвующих в процессе внимания, памяти и сенсорной обработки информации, за счет разрастания кровеносных сосудов, глиальных клеток, астроцитов (Массачусетский госпиталь) [Кокоулина, 2022; Козлов, 2023].

Медитация позволяет ослабить зависимость от психоактивных веществ (Шапиро, Жибер, Hackl), помогает устранить пищевые расстройства (Katterman) [Виноградов, 2018; Козлов, 2023]. Помимо этого, медитация позволяет справиться с созависимостью [Лыткин, 2023].

Медитативные практики позволяют ослабить симптомы соматических болезней, на 45-50 %, снижают количество и продолжительность судорожных приступов у пациентов больных эпилепсией (Yardietal), сокращают количества острых приступов и улучшают функций легочной вентиляции у больных бронхиальной астмой (Manochaetal), снижают давление крови у больных с артериальной гипертензией [Капров, 2016б; Козлов, 2023], снижают боль и воспалительные процессы [Чернышева, 2020]. Медитации укрепляют иммунитет (Davidson), снижают проявленность симптомов психосоматических заболеваний, увеличивают устойчивость к стрессу (Лазар, Полякова, Anuj, Bansal, Davidson, Friese) [Виноградов, 2018; Головин, 2018; Локтев, 2015; Лыткин, 2023; Полякова, 2020; Чернышова, 2020]. Обнаружено положительное влияние медитации на вегетативную нервную систему, позволяющее ее сбалансировать [Капров, 2016а].

Обнаружены эффекты медитации в области эмоциональной сферы человека: снижение уровня личностной тревожности и нейротизма (Manochaetal), расширение спектра положительных эмоциональных переживаний (Manochaetal, Cransonetal), повышение общего качества жизни (Reibeletal), снижение уровня стресса (Kabat-Zinn, Beauchamp-Turner), депрессии (Morganetal, Levinson, Teasdale, Piet, Hougaard), повышение психоэмоциональной стабильности (Friese), способности к идентификации и выражению эмоций (Cransonetal), снижение в два раза количества рецидивов у депрессивных пациентов (Гоулман, Лазар, Vyas) [Виноградов, 2018; Кокоулина, 2022; Козлов, 2023; Лыткин, 2023; Чернышова, 2020]. Медитации снижают выраженность эмоционального выгорания [Полякова, 2020; Серегина, 2022].

Медитация способствует установлению внутреннего локуса контроля, повышению общей саморегуляции, настойчивости и самообладания,

повышению осмысленности жизни, удовлетворенности, эмоциональной насыщенности жизни, самореализации, самоактуализацию, повышению эмоционального интеллекта, самопринятия и самоуважения, контактности, креативности, позитивному восприятию себя и других людей, открытость к жизни, готовности учиться и самосовершенствоваться [Головин, 2018; Кокоулина, 2022; Манукян, 2020; Наркевич, 2020; Полякова, 2020; Фаерман, 2020; Чернышов, 2022; Чернышева, 2020, 2022].

Смысловая направленность медитирующих характеризуется большей выраженностью экзистенциальных, когнитивных, семейных смыслов [Манукян, 2020].

В теории универсального эгоизма медитативные техники используют для достижения благополучия посредством осознания своего эгоизма и эгоизма других людей [Левит, 2019].

Обнаружены особенности социальности медитирующих людей: они открыты общению, активно взаимодействуют с другими людьми, заранее позитивно оценивают предстоящий социальный контакт, стремятся помочь собеседнику, менее склонны избегать конфликтных ситуаций, чем немедитирующие [Ушаков, 2021].

В указанных исследованиях показана эффективность медитативных практик для преодоления отчуждения от себя и других людей.

Медитативные практики широко используются для снятия психоэмоционального напряжения, более эффективных методов тренировки и психофизиологической подготовки спортсменов [Абовян, 2000; Гаген, 2022; Састамойен, 2004] и представителей силовых структур [Крашенинникова, 2001; Нохрин, 2014].

Обнаружено, что состояние медитации у монахов, практикующих медитации, связано с формированием достаточно сильной доминанты, то есть устойчивого очага повышенной возбудимости в мозге, направленного на реализацию актуального в данный момент времени поведения. При этом все другие сигналы, приходящие в мозг, служат усилению возбуждения в очаге [Бойцова, 2021]. В результате медитация способствует наиболее адекватному поведению человека в конкретной жизненной ситуации.

На основе проведенного анализа научной литературы по теме исследования, мы видим, что различные формы медитации способны помочь человеку в преодолении психологического отчуждения от себя, других людей и мира. При этом регулярно практикуемые медитации являются не только средством профилактики заболеваний, но и в ряде ситуаций способны помочь человеку справиться с соматическими и психическими заболеваниями.

### **Список литературы:**

1. Абовян, Т.Ж. Методика предсоревновательной подготовки в ушу на основе использования дозированных физических и гипоксических нагрузок: дис.... канд. пед. наук, 13.00.04, – СПб, 2000, – 134 с.
2. Бойцова Ю.А., Кокурина Е.В., Бубеев Ю.А., Медведев С.В. Подходы к объективной оценке успешности медитации во время ЭЭГ исследований / Ю.А.



Бойцова, Е.В. Кокурина, Ю.А. Бубеев, С.В. Медведев // Труды Института востоковедения РАН. - 2021. - № 31. - С. 40-51.

3. Виноградов Ю.В. Обзор нейрофизиологических исследований медитации / Ю.В. Виноградов // Буддизм Ваджраяны в России: На перекрестке культур. Коллективная монография по материалам V Международной научно-практической конференции. Составитель В.М. Дронова. - 2018. - С. 326-331.

4. Гаген В.И. Медитация в рамках спортивных программ / В.И. Гаген // Образование от "А" до "Я". - 2022. - № 4. - С. 20-22.

5. Гокхале П.П. Буддизм и феноменология: сопоставление в контексте медитации осознанности / П.П. Гокхале // HORIZON. - 2018. - № 7 (2). - С. 452-471.

6. Головин А.А. Влияние арт-терапевтических техник и медитации на обретение самости / А.А. Головин // Территория науки. - 2018. - № 1. - С. 50-55.

7. Загирова А.А. Понятие медитации в российской ментальности / А.А. Загирова // Психологические и психоаналитические исследования. Ежегодник 2017. Москва, 2017. - С. 439-443.

8. Кануников И.Е., Куперин Ю.А., Черных Г.А. Медитация и нейропластичность. Результаты исследования дзадзен медитации с помощью рекуррентной энтропии ЭЭГ / И.Е. Кануников, Ю.А. Куперин, Г.А. Черных // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. - 2020. - № 10. - С. 22-27.

9. Капров О.В., Пучкова Г.В. Влияние медитации на состояние вегетативной нервной системы человека / О.В. Капров, Г.В. Пучкова // Перспективы науки - 2016. материалы IV международного заочного конкурса научно-исследовательских работ. Научно-образовательный центр "Знание". - 2016а. - С. 47-51.

10. Капров О.В., Пучкова Г.В. Влияние медитации на состояние физического здоровья человека / О.В. Капров, Г.В. Пучкова // Современные проблемы социально-гуманитарных наук. - 2016б. - № 5 (7). - С. 50-53.

11. Карзанов Д.В. Семантический анализ установок в различных видах медитативных техник / Д.В. Карзанов // Фундаментальные и прикладные проблемы педагогики и психологии в образовательном и социальном контексте. Материалы международной конференции. Московский педагогический государственный университет. - Москва, 2020. - С. 525-528.

12. Козлов В.В., Наркевич А.В. Влияние медитативных практик на социально-психологические свойства личности. Монография. М.: Издательство ИИ Петросян, 2023. - 328 с.

13. Козлов, В. Личность и бытие / В. Козлов. – Ярославль : РПФ "Титул", 2024. – 242 с. – ISBN 978-5-00202-447-6.

14. Кокоулина О.П., Ахметова Б.А., Ахметова Д.А. Медитация и ее влияние на психическое здоровье человека / О.П. Кокоулина, Б.А. Ахметова, Д.А. Ахметова // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов. Материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с

международным участием. Под научной редакцией Л.Б. Андрющенко, С.И. Филимоновой. Москва, 2022. - С. 819-824.

15. Королев Е.И. Использование техник медитации в психотерапии / Е.И. Королев // Концепции современного образования: время перемен. Сборник научных трудов. Казань, 2020. - С. 166-170.

16. Крашенинникова Е.А. Постбоевая психологическая помощь участникам боевых действий в «горячих точках»: дис. ... канд. псих. наук : 19.00.03. – Тверь, 2001. – 116 с.

17. Левит Л.З. Осознанность и самоосознанность: рациональное применение / Л.З. Левит // Вестник Омского университета. Серия “Психология”. - 2019. - № 1. - С. 68-73.

18. Лемешевская М.Н. Медитация как психолого-акмеологическая практика саморазвития личности / М.Н. Лемешевская // Акмеология. - 2015. - № 3(55). - С. 104-106.

19. Локтев К.В. Анализ психофизиологических особенностей индивидов с прессорным и депрессорным типами динамики артериального давления в состоянии контролируемого покоя: дис.... канд. биол. наук : 19.00.02. – Новосибирск: 2015, – 119 с.

20. Лыткин В.В., Комарова А.В. Место медитации в современных культурах человечества: возникновение и функции / В.В. Лыткин, А.В. Комарова // Наука. Искусство. Культура. - 2023. - № 2 (38). - С. 205-215.

21. Малыхин А.В., Бекбергенова А.А. Основы методики регуляции эмоционального состояния человека (студента): аутотренинг, медитация, релаксация / А.В. Малыхин, А.А. Бекбергенова // Молодежный вестник ИрГТУ. - 2023. - Т. 13. - № 3. - С. 515-519.

22. Манукян В.Р., Ермилова А.И. Особенности психоэмоционального благополучия и и жизненных смыслов у взрослых, практикующих медитацию / В.Р. Манукян, А.И. Ермилова // Петербургский психологический журнал - 2020. - № 30. - С. 53-76.

23. Михеева М.Б. Базовая структура современной медитации / М.Б. Михеева // Человеческий фактор: Социальный психолог. - 2023. - № 1(45). - С. 313-318.

24. Наркевич А.В., Козлов В.В. Исследования социально-психологических свойств личности лиц, занимающихся медитативными практиками / А.В. Наркевич, В.В. Козлов // Вестник Ярославского государственного университета. Серия гуманитарные науки. - 2020. - № 2. - С. 94-99.

25. Нохрин, М. Ю. Повышение специальной физической подготовленности курсантов вузов ФСИН России для действий в экстремальных условиях: дис.... канд. педаг. наук : 13.00.04, Набережные Челны, 2014, –167 с.

26. Полякова Н.Н., Мамонова Е.Б. Личностные особенности человека, практикующего медитации, в период средней взрослости / Н.Н. Полякова, Е.Б. Мамонова // Нижегородский психологический альманах. 2020. Т. 1. № 2. С. 68-77.

27. Састамойнен, Т.В. Восточные оздоровительные системы психофизической рекреации: дис... канд. пед. наук : 13.00.04, – СПб, 2004. –282 с.

28. Серегина А.Д., Дворцова Е.В. Влияние медитации на эмоциональное выгорание студентов-психологов / А.Д. Серегина, Е.В. Дворцова // Инновационные научные исследования. - 2022. - № 12-3 (24). - С. 157-166.

29. Ушаков В.Р., Стурова Е.В. Особенности межличностного взаимодействия людей, практикующих медитацию / В.Р. Ушаков, Е.В. Стурова // Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2021. - № 24 (4). - С. 57-67.

30. Фаерман М.И. Медитация как инструмент психологического консультирования в аспекте экзистенциального, метасистемного, интегративного подходов в психологии / М.И. Фаерман // Ярославский психологический вестник. - 2020. - № 3 (48). - С. 123-128.

31. Фаерман М.И., Куклинов Н.А. Психология феномена медитации в аспекте экзистенциального, метасистемного и интегративного подходов / М.И. Фаерман, Н.А. Куклинов // Человеческий фактор: Социальный психолог. - 2019. - № 2 (38). - С. 65-77.

32. Чернышов А.В., Фролов С.Ю. Влияние медитации на осознанную саморегуляцию у людей с разным уровнем рефлексии / А.В. Чернышев, С.Ю. Фролов // Человеческий фактор: Социальный психолог. - 2022. - № 2(44). - С. 460-468.

33. Чернышова А.А. Польза, методы, исследование влияния медитации на современного человека / А.А. Чернышева // Человеческий фактор: Социальный психолог. - 2020. - № 2(44). - С. 468-472.

34. Чернышова А.А., Мармыш Т.А. Современная медитация как способ раскрытия творческого потенциала человека / А.А. Чернышева, Т.А. Мармыш // Методология современной психологии. - 2022. - № 16. - С. 416-423.

35. Янгутов Л.Е. Философия и медитация в китайском буддизме / Л.Е. Янгутов // Вестник бурятского научного центра сибирского отделения РАН. - 2019. - № 3(35). - С. 200-209.

**Козлов В.В.**

## **ФИЛОСОФИЯ ПСИХОЛОГИИ: ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ РАССУЖДЕНИЯ**

### **Аннотация**

В статье сделана попытка анализа философии психологии как междисциплинарного поля, объединяющего теоретические аспекты психологии с философскими вопросами и методами. Философия психологии занимается анализом полученных знаний в рамках психологии, проверяет психологические теории на предмет их научности и достоверности, исследует природу устанавливаемых ими психологических законов, семиотически анализирует положения теорий.

## **Ключевые слова**

Философия психологии, сознание, эмоции, поведение, метод, методология, интеграция, этика

## **Annotation**

The article attempts to analyze the philosophy of psychology as an interdisciplinary field combining theoretical aspects of psychology with philosophical questions and methods. The philosophy of psychology analyzes the knowledge gained within the framework of psychology, checks psychological theories for their scientific validity and reliability, explores the nature of the psychological laws they establish, semiotically analyzes the positions of theories.

## **Keywords**

Philosophy of psychology, consciousness, emotions, behavior, method, methodology, integration, ethics

Как известно, в своей «Метафизике» Аристотель писал о философии, что «все другие науки более необходимы, чем она, но лучше нет ни одной». Это выражение показывает, что он вне сомнения любил философию. В логике его рассуждений, психология как отдельная научная дисциплина более необходима. Что касается философии психологии, этот кентавр обладает качеством «но лучше нет ни одной» в соответствии характеристикой Аристотеля и одновременно «более необходимой».

Философия психологии представляет собой междисциплинарное поле, объединяющее теоретические аспекты психологии с философскими вопросами и методами. Эта область исследует фундаментальные проблемы, касающиеся природы разума, сознания, эмоций и поведения, а также методологические и этические вопросы в психологии.

Философия психологии имеет глубокие исторические корни, восходящие к древнегреческим философам, таким как Платон и Аристотель, которые рассматривали вопросы о природе души и разума. У истоков европейской науки стоит античная философия VII-IV веков до н.э. Фалес из Милета впервые попытался осмыслить физическое начало мира, не обращаясь к мифологическим объяснениям, с философских позиций подойти к вопросу происхождения сущего, первоосновы мира; Пифагор способствовал развитию точного рационального мышления, осмыслению роли числа в философском понимании; Парменид обосновал фундаментальное положение о предметной отнесенности мысли; Эмпедокл, развивая идеи Парменида, в своей трактовке бытия утверждал, что все сущее как-то, из чего-то, во что-то организовывалось; Анаксагор в качестве такой организующей силы, движущей Вселенной, положил Разум; Демокрит разработал начала научного метода познания, основанного на опыте, наблюдении и теоретическом обобщении эмпирического материала; Сократ довел практику диалога до метода нахождения истины, поставил в центр философии человека, его сущность, духовный мир как самостоятельную реальность, «провозгласив ее как нечто не менее достоверное, чем бытие воспринимаемого мира», выступил как один из родоначальников диалектики;

Платон разработал представление о двойственности мира: видимых изменчивых предметов и невидимого мира вечных идей, которым свойственна регулятивная и формообразующая сила. С понятием идей в философию вошло понятие “идеального”, произошло удвоение бытия, чувственный мир отделился от самосущего мира идей. Платон существенно продвинул диалектику понятий, разработал систему основополагающих категорий. Аристотель завершил создание грандиозной системы конкретно-научного и философского знания, заложил основы логики (формы мышления, суждения, умозаключения и т.д.). Признавая объективное существование материи, он вводит понятие смыслового начала всего сущего, принцип развития сущего, разработал иерархическую систему категорий. Первопричину благоустройства Космоса Аристотель видел в Божестве как общемировой сверхчувственной субстанции.

В Новое время философы, такие как Рене Декарт и Джон Локк, внесли значительный вклад в развитие философии психологии как научной дисциплины, обсуждая дуализм и эмпиризм.

Философия психологии в России имеет уникальную историю и развитие. В конце XIX и начале XX века, выдающиеся российские ученые, такие как Л.С. Выготский и А.Н. Леонтьев, заложили основы культурно-исторической психологии, подчеркивающей важность социального и культурного контекста в развитии сознания и мышления. Эта традиция оказала значительное влияние на мировую психологическую науку.

В советский период развитие философии психологии было тесно связано с марксистско-ленинской идеологией. Психологические исследования часто фокусировались на практических задачах, таких как образование и труд. Однако, несмотря на идеологические ограничения, такие ученые, как С.Л. Рубинштейн и А.Р. Лурия, внесли значительный вклад в понимание психических процессов и их нейрофизиологических основ.

Современное состояние философии психологии в России характеризуется интеграцией западных, восточных и отечественных традиций [4, 5]. Российские ученые активно участвуют в международных конференциях, публикуют свои исследования в ведущих журналах и сотрудничают с зарубежными коллегами. Темы, такие как методология психологии, когнитивная наука, нейропсихология и феноменология, получают все большее внимание в российской академической среде [8].

### **Основные проблемы философии психологии:**

**1. Проблема сознания и тела:** Одной из центральных проблем философии психологии является проблема сознания и тела. Эта проблема касается вопроса, как сознание (ментальные состояния) соотносится с физическим телом и мозгом. Дуализм Декарта, который утверждал, что разум и тело являются двумя различными субстанциями, и монизм, который рассматривает сознание и тело как аспекты одной субстанции, являются двумя основными подходами к этой проблеме [10].

**2. Проблема сознания:** Вопрос о том, что такое сознание и как оно возникает, является одной из самых сложных и спорных тем в современной философии психологии. Как можно объяснить субъективный опыт и феноменальное сознание. Эти вопросы остаются центральными в дебатах [1].

**3. Свобода воли:** Вопрос о том, обладают ли люди истинной свободой воли или все наши действия детерминированы биологическими и внешними факторами, является важной темой. Это включает обсуждения детерминизма, индетерминизма и компатибилизма [3].

**4. Натурализм и редукционизм:** Натуралистический подход стремится объяснить психические явления через природные науки, такие как биология и нейронауки. Редукционизм пытается свести сложные психические процессы к более простым биологическим процессам. Однако существуют дебаты о том, насколько это возможно и целесообразно.

**5. Методологические вопросы:** Каким образом психологические исследования могут быть научно обоснованы? Какие методы являются наиболее адекватными для изучения разума и поведения? Эти вопросы касаются эмпирических методов, количественных и качественных исследований, а также их философских оснований [4, 14].

Перечень основных вопросов можно продолжить, так как они зависят от представлений о предмете психологии, парадигмальной ангажированности философии психологии, социокультурной принадлежности и др. Мы уже не раз писали о том, что существуют базовые схемы объяснения, зависимые от парадигмы исследователя и его представлений о предмете психологии. Выделив пять основных парадигм в понимании, представлении и объяснении предметной области психологии (физиологическую, психоаналитическую, бихевиористическую, экзистенциально-гуманистическую, трансперсональную), мы показали их историческую преемственность и содержащуюся в них стратегию расширения толкования самой психической реальности [3, 4, 5, 8, 10].

В философии психологии объяснения психического нами понимается как способы моделирования, конструирования самой психологии как теории и как метода исследования и воздействия. Одновременно они являются универсальными способами *проблематизации* предмета психологии в профессиональном сознании психолога, способом втягивания в мир своеобразия представлений о психическом на индивидуально-психологическом профессиональном уровне мышления и корпоративной договоренности парадигм и школ психологии [7, 10, 11].

Этот процесс понимания предмета психологии создает также предпосылку для порождения сложнейших теоретических построений как в области знания, а также для попыток рефлексии некоторой территории психического как разумно мыслимой во вновь созданной категориальной системе новой парадигмы психологии.

В философском осмыслении все парадигмы притязали на целостность и универсальность в понимании психического и, наверно, таковыми и являлись на каких-то этапах процесса развития психологической науки. Более того,

такowymi они и являются в мышлении и понимании представителей этих парадигм на сегодняшний день, обладая определенной мерой достаточности в объяснении, исследовании и практике.

Теоретические представления, которые формировались на различных стадиях развития психологии, возникают вместе с возникновением самих представителей этих парадигм и обусловлены множеством факторов, в том числе тем, как они объясняли реальность, их мировоззрением, доминирующими философскими и научными представлениями эпохи, духом времени [4, 10].

В современной философии психологии все пять парадигм определены реальным бытием людей, которые их в конечном итоге содержательно оформляли. И они ими разумелись как истина, и притом как вся, как полная правда и красота. Объяснительные модели, которые рождались и формировались внутри парадигм, переживались в профессиональном мышлении психологов как чрезвычайные открытия – творческие продукты их индивидуального сознания не меньшей интенсивности и полноты, чем мистические откровения в духовных традициях о божественном.

Коммуникативная методология (В.А. Мазилев) предполагает кооперативное взаимодействие наук, школ и направлений в решении конкретных вопросов психологии, психотерапии и других гуманитарных наук. В этом контексте абсолютно справедливо замечание В.А. Мазилева, что сегодня необходимо направить усилия на разработку научного аппарата, позволяющего реально соотносить различные концепции и, тем самым, способствовать установлению взаимопонимания в рамках научной психотерапии [13]. Конкретная задача, которую предстоит решить в первую очередь, состоит в разработке модели методологии психологической науки, ориентированной на коммуникацию, т.е. предполагающей улучшение реального взаимопонимания:

- между различными направлениями в рамках научной психотерапии;
- между академической, научной психотерапией и практико-ориентированными концепциями;
- между научной психотерапией и теми ветвями психотерапии, которые не относятся к традиционной академической науке (трансперсональная, религиозная, мистическая, эзотерическая и т.п.);
- между научной психотерапией и искусством, философией, религией;
- между психотерапиями, которые опредмечивают различные уровни психической организации – персону, интерперсональное и трансперсональное.

**Онтология философии психологии** - это область исследования, которая рассматривает природу и структуру психических явлений, их существование и отношение к физическим процессам. Эта дисциплина находится на пересечении философии, психологии и когнитивных наук и включает в себя множество вопросов о том, что такое сознание, каковы его основные свойства, и каким образом психические состояния соотносятся с физическими состояниями мозга.

Чрезвычайно важными в философии психологии являются вопросы онтологии, среди которых мы можем обозначить конспективно следующие:

**1. Природа сознания:** Один из центральных вопросов онтологии сознания - это природа субъективного опыта, которая относится к личным, субъективным переживаниям. Их субъективность ставит проблему о том, как субъективные состояния могут быть объяснены в рамках объективной науки.

### **2. Психофизическая проблема:**

- **Дуализм:** Точка зрения, согласно которой психическое и физическое — это два различных вида сущностей. Например, классический дуализм Декарта утверждает, что разум и тело — это отдельные субстанции.
- **Физикализм:** Противоположная точка зрения, утверждающая, что все психические явления можно объяснить через физические процессы в мозге.
- **Панпсихизм:** Идея о том, что сознание является фундаментальной и вездесущей чертой реальности.

### **3. Идентичность и редукция:**

- **Теория тождества:** Теория, утверждающая, что психические состояния идентичны физическим состояниям мозга.
- **Функционализм:** В этой теории психические состояния определяются их функциональной ролью, а не конкретной физической реализацией.
- **Эмерджентность:** Концепция, предполагающая, что психические свойства возникают из физической основы, но не могут быть полностью к ней сведены.

**4. Ментальные причинности:** вопрос о том, как ментальные состояния могут оказывать причинное воздействие на физические состояния и поведение.

**5. Интенциональность:** свойство сознания быть направленным на что-то, иметь содержание или быть "о чем-то". Это феномен, когда ментальные состояния имеют предмет, к которому они относятся, любой рефлексивный акт объективирован.

В **онтологическом** измерении философии психологии идут современные дебаты редукционизм против анти-редукционизма - споры между теми, кто верит, что все ментальные феномены можно свести к физическим объяснениям (редукционисты), и теми, кто считает, что ментальные феномены обладают уникальными свойствами, которые не могут быть полностью объяснены физическими процессами (анти-редукционисты). Особенно актуальны обсуждения сознания и искусственного интеллект, дискуссии о том, может ли искусственный интеллект обладать сознанием, и если да, то каким образом это может быть реализовано. Эволюция сознания тоже является весьма насущной, особенно исследование того, как сознание могло возникнуть в ходе



эволюционного процесса, и какие формы сознания могут существовать у других видов.

Онтология философии психологии - это динамичная и многогранная область, которая продолжает развиваться, интегрируя достижения в нейронауках, методологии психологии, когнитивной науке, психологической практике и философии.

Гносеология, или теория познания, является важной областью философии, исследующей природу, источники и границы человеческого знания. В контексте философии психологии, **гносеологические вопросы** касаются методов и принципов, с помощью которых мы понимаем психические процессы и сознание. В данной статье рассматриваются гносеологические подходы к философии психологии в России и за рубежом, выявляются их сходства и различия, а также анализируется влияние культурных и научных традиций на развитие этой дисциплины.

В России философия психологии начала активно развиваться в конце XIX - начале XX века, в период, когда философы и психологи стремились соединить философские концепции с эмпирическими исследованиями. Важные фигуры этого периода включают Николая Лосского и Густава Шпета. Лосский развивал интуитивистскую теорию познания, где акцентировалась роль непосредственного, интуитивного восприятия в процессе познания. Шпет, в свою очередь, стремился интегрировать феноменологию в русскую философию и психологию.

За рубежом, особенно в Западной Европе и США, гносеология философии психологии также прошла через важные этапы развития. Влияние эмпиризма и рационализма, а также последующий подъем феноменологии и аналитической философии, сформировали многообразие подходов к изучению сознания и психики. Значительные фигуры включают Вильгельма Вундта, основателя экспериментальной психологии, и Уильяма Джеймса, чьи работы по функционализму оказали глубокое влияние на последующие исследования.

И в России, и за рубежом стремятся объединить философские теории с эмпирическими исследованиями психологии. В обоих контекстах уделяется внимание субъективному опыту и его анализу как ключевому элементу познания психических процессов [8].

Гносеология философии психологии представляет собой богатую и многослойную область, где пересекаются различные философские и научные традиции. В России и за рубежом гносеологические подходы к изучению психических процессов и сознания развивались под влиянием уникальных исторических, культурных и научных контекстов. Несмотря на различия, общая

цель этих исследований заключается в углублении понимания природы человеческого знания и сознания.

Философия психологии также затрагивает этические вопросы, связанные с психологическими исследованиями и практикой. Это включает в себя проблемы конфиденциальности, информированного согласия, использования психотерапевтических методов и вмешательств, а также моральные импликации исследований в области искусственного интеллекта и нейроэтики.

## **Заключение**

Философия психологии представляет собой богатую и многогранную область, которая стремится объединить эмпирические исследования и философские размышления, конкретизируясь в исследовании и изучении методологии и оснований психологии. Философия психологии занимается анализом полученных знаний в рамках психологии, проверяет психологические теории на предмет их научности и достоверности, исследует природу устанавливаемых ими психологических законов, семиотически анализирует положения теорий.

Она играет важную роль в углублении нашего понимания разума, сознания и поведения, а также в разработке методологических и этических основ психологической практики. В будущем интеграция философских и психологических знаний может привести к новым открытиям и более интегративному пониманию человеческой природы.

## **Список литературы**

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.
2. Козлов, В. В. Психология успеха: жизнь с вершины / В. В. Козлов, И. Донченко. – Запорожье : Статус, 2019. – 144 с. – (Психология для жизни). – ISBN 978-617-7759-17-0.
3. Козлов, В. В. Современная личность: самоактуализация и самореализация / В. В. Козлов. – Ярославль : демидо, 2023. – 336 с. – ISBN 978-5-7312-0411-8.
4. 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
5. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.

6. Козлов, В. В. Организационное поведение / В. В. Козлов, Ю. Г. Одегов, В. Н. Сидорова. – Москва : Компания КноРус, 2013. – 227 с. – ISBN 978-5-406-02467-6.
7. Козлов, В. В. Психология буддизма : монография / В. В. Козлов ; Владимир Козлов. – Москва : Ин-т консультирования и системных решений, 2011. – 187 с. – ISBN 978-5-91160-039-6.
8. Козлов, В. В. Субъектность как интегративный феномен природы и культуры в человеке / В. В. Козлов // Методология современной психологии. – Ярославль: Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, 2015. – С. 82-91.
9. Козлов, В. В. Духовное измерение самореализации в психологии / В. В. Козлов // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2019. – Т. 28. – С. 43-50. – DOI 10.26516/2304-1226.2019.28.43.
10. Козлов, В. Личность и бытие / В. Козлов. – Ярославль : РПФ "Титул", 2024. – 242 с. – ISBN 978-5-00202-447-6. – EDN GUESMH.
11. Козлов, В. В. Психология дзэн-буддизма / В. В. Козлов. – Ярославль : Титул, 2019. – 138 с.
12. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – 2-е изд. – М., 1977. – 304 с.
13. Мазилев В.А. Коммуникативно-интегративный подход в психологической науке // Научные подходы в современной отечественной психологии. Москва, 2023. С. 273-289.
14. Мазилев В.А. Методологические вопросы психологии. Ярославль: МАПН, 2005. 166 с.
15. Мазилев В.А. Биосоциальная проблема в контексте методологии психологической науки // Психологический журнал, том 41, № 3, 2020, С.122-130
16. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Изд-во Питер. – 2003. – 560 с.
17. Сапогова Е. Е. Жизненный и экзистенциальный опыт в автобиографических нарративах личности / Е. Е. Сапогова // Вопросы психологии. – 2014. – № 1. – С. 68-79.
18. 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 HYPQJ.
19. Труды Ярославского методологического семинара, Ярославль, 15–17 апреля 2004 года. Том 2. – Ярославль: Общество с ограниченной

- ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2004. – 336 с.
20. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер; 3-е изд. – СПб.: Питер, – 2008. – 607 с.
21. Шадриков В. Д. Внутренний мир человека. Москва : Логос, 2006. 386 с.

**Костригин А.А., Клещенко А.Д.**

**СРАВНИТЕЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЭКСПЕРИМЕНТЫ Н.Ю.  
ВОЙТОНИСА ПО ИЗУЧЕНИЮ ПОТРЕБНОСТИ В ПИЩЕ КАК  
МОТИВА ВЫРАБОТКИ НАВЫКА**

**Аннотация.** В статье авторы обращаются к психологическим идеям специалиста в области сравнительной психологии и зоопсихологии Н.Ю. Войтониса (1887-1946). На основе его экспериментальных исследований животных анализируются вопросы мотивации выработки навыка. Делается вывод о значении научного творчества Н.Ю. Войтониса для разработки проблем мотивации и формирования навыка в отечественной зоопсихологии и сравнительной психологии.

**Ключевые слова:** история психологии, советская психология, Н.Ю. Войтонис, мотивация, мотив, навыки, сравнительная психология, зоопсихология.

**Abstract.** In the article the authors turn to the psychological ideas of N.Y. Voytonis (1887-1946), a specialist in the field of comparative psychology and zoopsychology. On the basis of his experimental studies of animals the questions of motivation of skill production are analysed. The conclusion is made about the importance of scientific creativity of N.Y. Voytonis for the development of problems of motivation and skill formation in Russian zoopsychology and comparative psychology.

**Keywords:** history of psychology, Soviet psychology, N.Y. Voytonis, motivation, motive, skills, comparative psychology, zoopsychology.

В современных историко-психологических исследованиях авторы часто обращаются к изучению проблематики, которая востребована профессиональным сообществом в наибольшей степени: это история крупных отраслей – общей, социальной, детской и педагогической психологии, психологии личности, труда и др. [История отечественной..., 2023]. При этом

меньше внимания уделяется более специализированным научным направлениям, среди которых можно выделить *зоопсихологию* и *сравнительную психологию* [Артемьева, Щелокова, 2017; Гороховская, 2022; Зорина, 2008; Костригин, Цой, 2023; Курбатова, 2016; Люк, Волкова, 2011; Мироненко, 2009; Михель, 2007; Помелов, 2022; Рафикова, 2023; Россиянов, 2015; Трошихина, 2022; Хватов, 2011].

Эти отрасли психологии являются важными для истории развития российской психологической науки в целом, так как результаты проводившихся исследований легли в основу разработки проблем других научных областей [Карпов, 2020]: изучение познавательных процессов животных способствовало становлению общей и детской психологии [Обухова, 1995], рассмотрение их поведения использовалось в построении деятельностного подхода [Леонтьев, 2003], анализ групповых феноменов в животном мире позволяет использовать эти знания в социальной психологии [Махмутова, 2021] и др. В этот ряд можно добавить также элементы психологии личности [Козлов, 2011]: например, проводятся параллели между личностными свойствами человека и животного [Никольская, Костригин, 2019], сопоставляются особенности мотивации их поведения [Карпов, 2018] и др.

Последний вопрос о *психологии мотивации* имеет историко-психологическое значение [Иванников, 2015; Карабанова, Китченко, 2018; Ключевская, Железнов, 2014; Леонтьев, 2002]: одним из источников развития этого направления были именно зоопсихологические и сравнительно-психологические исследования [Мешков, Мешков, 2015; Фабри, 1999; Якобсон, 1969], в рамках которых изучались факторы поведения животных – инстинктивные, потребностные, средовые и др.

Проблемой мотивации у животных в 1920-1930-е гг. в СССР занимались В.М. Боровский, В.А. Вагнер, Н.Ю. Войтонис, В.Л. Дуров, А.Н. Леонтьев, К.Э. Фабри и др. Среди этих ученых мы обратим внимание на исследования *Николая Юльевича Войтониса* (1887-1946), известного отечественного зоопсихолога и сравнительного психолога, чьи биография и научное творчество требуют углубленного анализа (Грушецкая, 2018; Ладыгина-Котс, 1949; Помелов, 2022; Ширшова, Шитова, 2019; и др.). В работах Н.Ю. Войтониса специально обсуждался вопрос *мотивации поведения животных* [Войтонис, 1929, 1930, 1935]. В прошлой нашей статье были рассмотрены представления ученого о мотивации и описаны возможности ее экспериментального изучения [Войтонис, 1929, 1930; Костригин, Клещенко, 2024]. В данной статье будет рассмотрено исследование Н.Ю. Войтониса, в котором на примере голода он подробно проанализировал роль различных его степеней в функционировании мотивации поведения животных.

Целью эксперимента Н.Ю. Войтониса было изучение роли интенсивности мотива в выработке двигательного навыка, что являлось актуальной проблематикой ввиду отсутствия подобных исследований на людях. При этом экспериментирование на животных соответствовало поставленным задачам. Исходя из положения о том, что эффективность мотива складывается не только из его интенсивности, но и степени сложности задачи, в качестве аппарата для

исследования были выбраны лабиринты разной сложности; подопытными были белые крысы [Войтонис, 1935, с. 84].

Степень голода определялась периодом голодания, степень «устремления к пище» – количеством случаев, когда крыса, дойдя до кормушки, не употребляла пищу. За контрольный показатель и показатель здоровья животного был взят его вес. В течение наблюдения фиксировалось время пробега, а также полные ошибки, когда крыса зашла в тупик, и неполные, когда крыса заглянула в тупик или зашла в него больше или меньше чем наполовину, но не полностью [Войтонис, 1935, с. 86]. По мере развития навыка неправильное действие, затухая, последовательно переходит с «уровня господства» на «уровень угнетения». И поскольку процесс выработки навыка необходимо поддерживать на уровне, наиболее подходящем для этих целей – самом верхнем, отличающимся скоростью, был сделан «методический вывод: в лабиринте выгоднее всего судить о выработке навыков по одним полным ошибкам» [Войтонис, 1935, с. 89]. Вместе с тем, сокращению полных ошибок сопутствовало относительное увеличение количества неполных, в чем Н.Ю. Войтонис видел «указание на ускорение процесса выработки навыка, – другую сторону того же явления, о котором говорит сокращение числа полных ошибок», а не следствие изменения эмоционального состояния животного, как считал Толмен<sup>2</sup>[Войтонис, 1935, с. 93].

Эксперимент позволил получить результаты как имевшие непосредственное отношение к поставленной задаче, так и важные в контексте проблемы выработки навыка в целом. Полученные результаты свидетельствовали о развитии «общей сноровки». В каждом лабиринте крыса следовала по четырем разным путям, каждый из которых она должна была усвоить в один день в течение 10 пробегов. В следующий раз, через день, предьявлялась новый путь, и таким образом между усвоением одной задачи и повторной встречей с ней проходило 8 дней, когда путь приходилось усваивать вновь. Однако среднее число ошибок за урок уменьшалось с течением времени, что, как указывал Н.Ю. Войтонис, нельзя объяснить привыканием к аппарату, поскольку крысы предварительно приучались к нему же, но с открытыми проходами [Войтонис, 1935, с. 87]. В то же время нельзя сказать, что крысами были заучены четыре отдельные задачи, поскольку предварительная тренировка в лабиринте той или иной сложности приводила к снижению ошибок в лабиринте другой сложности: после легкого лабиринта в трудном допускалось меньше ошибок, и наоборот. Результаты также не объяснялись свойствами животных. Н.Ю. Войтонис сделал следующий вывод: «упражнение вырабатывает общую сноровку», однако в пределах одного лабиринта, поскольку эффект менее заметен при предшествующей тренировке в иначе сконструированном аппарате [Войтонис, 1935, с. 87, 88]. Тем не менее, данные результаты опровергали имевшееся в науке представление об отсутствии переноса навыков у крыс, тогда

---

<sup>2</sup>Толмен Эдвард Чейс (1886-1959) – американский психолог, представитель необихевиоризма, автор концепции «когнитивных карт».

как развитие общей сноровки в целом отмечалось у других животных [Войтонис, 1935, с. 88].

Что касается основной проблематики исследования, при изучении сравнительной эффективности различных степеней голода в процессе выработка навыка были получены следующие результаты. Период голодания в восемь часов являлся слабой, но достаточной основой для формирования навыка. Период голодания в 24 часа в значительной степени способствовал усвоению навыка: количество ошибок, как и затраченное на пробег время, снижалось. Ощутимых перемен при периодах голодания в 32 и 48 часов не наступало. Было выдвинуто предположение, что с биологической точки зрения за пределами 24-часового периода голодание несет угрозу жизни и благополучию организма, обуславливающую «максимальную деятельность по разыскиванию пищи». Возможно, в это время степень интенсивности голода достигает значений, близких к пиковым, и сохраняется в течение последующего периода голодания [Войтонис, 1935, с. 92]. С изменением сложности лабиринта эффективность степени голода не изменяется, поскольку «оптимальная обучаемость держится довольно долго при широкой амплитуде колебания интенсивности голода», а однотипные лабиринты разной степени сложности задают качественно однородные задачи [Войтонис, 1935, с. 94].

Как считал Н.Ю. Войтонис, причина, по которой период голодания с 8 до 24 часов является наиболее оптимальным, также может быть обусловлена самим механизмом *мотива*. По мнению ученого, мотив предполагает определенный набор раздражителей, к которым организм становится наиболее чувствительным при мотивационной активации мотива, а определенная его интенсивность позволяет вытеснить прочие раздражители. Если интенсивность мотива не достигла такой силы, прочие раздражители, привлекая внимание, будут вызывать ошибочные по отношению к основному мотиву реакции. Чем выше интенсивность голода, тем быстрее активизируется механизм [Войтонис, 1935, с. 95].

В лабиринте как в искусственной среде круг побочных раздражителей узок, что делает возможным улучшение процесса выработки навыка за счет достижения такой степени интенсивности голода, которая обеспечивает выпадение реагирования на прочие раздражители. В таком случае, после 24 часов удлинение периода голодания не обогащает процесс и потому значительного влияния на выработку навыка не оказывает, однако с увеличением многообразия раздражителей картина может измениться: вытеснение может происходить группами по мере увеличения интенсивности голода, стимулируя улучшение, что, однако, необходимо экспериментально подтвердить [Войтонис, 1935, с. 95].

Обобщая результаты, сделанные на основе наблюдений за изменением поведения крыс при разных периодах голодания, Н.Ю. Войтонис писал следующее: «... повышение интенсивности импульса приводит к качественной перестройке поведения» [Войтонис, 1935, с. 96].

Однако выработку навыка демонстрировали не только голодные, но и сытые крысы, которые, пробегая лабиринт, в определенной степени усваивали

его. Для объяснения этого явления было выдвинуто несколько предположений, хотя стимулировавший выработку навыка импульс был не до конца понятен. Потребность в движении не могла в полной мере претендовать на соответствующую роль, иначе каждый тупик представлял бы для крысы определенный интерес. Поскольку эксперимент проводился не только на приученных к лабиринту крысах, но и на менее освоившихся, была показана несостоятельность стремления к освобождению из лабиринта как импульса. У сытых крыс также не было устремления к корму, что отвергало задействие условных связей, сформированных на основе импульса голода. Н.Ю. Войтонис писал: «Мы склонны объяснить все явление рождением нового импульса, связанного с привычкой пробегать лабиринт, с укоренившимся навыком как таковым» [Войтонис, 1935, с. 98]. В таком случае навыки стимулировали возникновение новых импульсов, что также нуждалось в экспериментальном изучении [Войтонис, 1935, с. 99].

Проведенное исследование было частью экспериментального изучения Н.Ю. Войтонисом *генетически первичных форм мотивации поведения*, обнаруживаемых у животных [Костригин, Клещенко, 2024]. Полученные результаты, по нашему мнению, были оригинальными в советской психологии середины 1930-х гг.: тематика мотивации Н.Ю. Войтонисом разрабатывалась на примере выработки навыка, в то время как другие авторы описывали механизмы формирования навыков без элемента мотива. Например, В.М. Боровский трактовал данный феномен через лабильность поведения (в противовес шаблонности, надежно закрепленной активности) и писал так: «У высших животных имеется наибольшая лабильность поведения, наибольшие возможности для выработки новых навыков. Если в новой ситуации ни один из готовых навыков не ведет к полезному результату, то животное опять будет переходить с одной реакции на другую (производить “пробы и ошибки”), пока не достигнет оптимальной в новых условиях корреляции, если, конечно, оно достаточно хорошо приспособлено» [Боровский, 1936, с. 190]. По мнению ученого готовность животного к изменению позволяет сформировать новое поведение. Однако такая трактовка, по нашему мнению, являлась более «биологизированной», в то время как Н.Ю. Войтонис «психологизировал» интерпретацию выработки нового навыка. Таким образом, помимо готовности к изменениям необходимо еще некоторое психологическое стимулирование к нему – мотивация.

Изучение мотивации на примере животных отвечало ставившимся в рассматриваемый период задачам зоопсихологии – быть частью общей психологии и способствовать пониманию поведения человека через сравнение с другими организмами. Д.Н. Кашкаров писал об этом так: «Зоопсихолог является прежде всего психологом. Он должен оперировать такими психологическими понятиями, как ощущение, представление, ум, чувство, сознание, идеи и т.д. Строить сравнительную психологию, идя от низших животных к человеку, невозможно. Что мы можем сказать о психических процессах у животного, наблюдая его действия? Ничего, ибо их мы не наблюдаем, а можем лишь судить о них, интерпретируя их поведение на основе того, что мы знаем о психических



процессах в себе самих и о корреляции психики и поведения» [Кашкаров, 1928, с. 61]. Таким образом, перенос психологических данных с животного на человека позволяло развивать психологическую науку в целом, в том числе разработку проблемы мотивации. Решению этой задачи способствовали важные исследования Н.Ю. Войтониса.

### 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. Боровский В.М. Психическая деятельность животных. М.-Л.: Биомедгиз, 1936.
3. Войтонис Н.Ю. Проблема мотивов поведения и ее изучение // Психология. 1929. Т. 2. Вып. 2. С. 227-253.
4. Войтонис Н.Ю. Мотивация поведения в сравнительно-психологическом освещении и экспериментальном изучении // Психоневрологические науки в СССР / Отв. ред. А.Б. Залкинд. М.; Л.: Госмедиздат, 1930. С. 123-127.
5. Войтонис Н.Ю. Экспериментальное изучение генетически первичных форм мотивации поведения // Психологические исследования. Т. 1. Инстинкты, навыки / Отв. ред. В. Боровский. М.: Гос. соц.-эк. изд-во, 1935. С. 77-99.
6. Гороховская Е.А. История зоопсихологии в дореволюционной России // Вопросы истории естествознания и техники. 2022. Т. 43. № 4. С. 697-727.
7. Грушецкая В.А. Войтонис Николай Юрьевич // Профессора Крымского федерального университета им. В.И. Вернадского: В 3-х тт. Т. 1 / Ред.-сост. А.А. Непомнящий, Д.А. Ломакин, В.А. Грушецкая и др. Белгород: КОНСТАНТА, 2018. С. 187-188.
8. Зорина З.А. У истоков сравнительной психологии и этологии человека: труды Н.Н. Ладыгиной-Котс // Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: Психология. 2008. Т. 2. №2. С. 10-27.
9. Иванников В.А. Порождение деятельности и проблема мотивации // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2015. № 2. С. 15-22.
10. История отечественной и мировой психологической мысли: знать прошлое, анализировать настоящее, прогнозировать будущее: Материалы международной конференции по истории психологии «VII Московские встречи», 01 июня – 03 июня 2021 г. / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Ю.В. Ковалева, Ю.Н. Олейник. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2023.
11. Карабанова О.Р., Китченко С.В. Историография феномена теорий мотивации в психологии // Военный научно-практический вестник. 2018. Т. 1. № 1-1. С. 60-63.
12. Карпов А.А. Сравнительно-психологический анализ сложных форм мотивации поведения животных и человека // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». 2018. Т. 28. № 4. С. 397-402.
13. Карпов А.А. Перспективы междисциплинарной интеграции зоопсихологии, сравнительной психологии, эволюционной психологии и других

смежных отраслей // Методология современной психологии. 2020. № 11. С. 82-91.

14. Кашкаров Д.Н. Современные успехи зоопсихологии. М.: Гос. изд-во, 1928.

15. Ключевская И.С., Железнов И.А. Проблема мотивации труда в отечественной и зарубежной науке // Научный вестник МГИИТ. 2014. № 6. С. 55-60.

16. Козлов В.В. Личность, субъектность, индивидуальность // Методология современной психологии. 2011. № 2. С. 4-15.

17. Костригин А.А., Клещенко А.Д. Мотивы поведения в сравнительно-психологических исследованиях Н.Ю. Войтониса // Методология современной психологии. 2024. № 22. С. 216-224.

18. Костригин А.А., Цой А.А. Сравнительная психология осьминогов в работах М.И. Гольдсмит // Методология современной психологии. 2023. № 19. С. 119-128.

19. Курбатова М.В. К проблеме детерминации развития зоопсихологии в России // Проблемы теории и практики современной психологии: Материалы XV ежегодной Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции, Иркутск, 21–22 апреля 2016 года. Иркутск: Иркутский государственный университет, 2016. С. 20-22.

20. Ладыгина-Котс Н.Н. Биографическая справка // Войтонис Н.Ю. Предыстория интеллекта. М.: Изд-во АН СССР, 1949. С. 5-7.

21. Леонтьев А.Н. Образ мира // Мир психологии. 2003. № 4(36). С. 10-18.

22. Леонтьев Д.А. От инстинктов – к выбору, смыслу и саморегуляции: психологии мотивации вчера, сегодня, завтра // Современная психология мотивации / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 4-12.

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

24. Махмутова Е.Н. Социально-психологические проекции зоопсихологии: к проблеме междисциплинарного взаимодействия // Эволюционная и сравнительная психология в России: современные исследования / Отв. ред. И.А. Хватов, А.Н. Харитонов, В.В. Гаврилов. М.: Когито-Центр, 2021. С. 200-205.

25. Мешков Н.И., Мешков Д.Н. Мотивация личности как ключевая проблема психологии // Интеграция образования. 2015. Т. 19. № 1 (78). С. 37-43.

26. Мироненко И.А. Об истории и перспективах российской сравнительной психологии // История отечественной и мировой психологической мысли: ценить прошлое, любить настоящее, верить в будущее: Материалы международной конференции по истории психологии «V Московские встречи», 30 июня – 03 июля 2009 г. / Отв. ред. А.Л. Журавлев, В.А. Кольцова, Ю.Н. Олейник. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. С. 356-366.

27. Михель Д.В. Обезьяны, ученые и империя: к социальной истории исследований приматов в Советском Союзе // Вестник Евразии. 2007. № 4. С. 115-139.

28. Никольская А.В., Костригин А.А. Применимость категории «субъект» по отношению к высшим животным // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. Т. 8. № 2 (27). С. 360-364.
29. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. М.: Тривола, 1995.
30. Помелов В.Б. Зоопсихологи на Вятке (В.А. Вагнер, Н.Ю. Войтонис, К.З. Лоренц) // Медицинское образование сегодня. 2022. № 3 (19). С. 57-64.
31. Рафикова В.А. История приматологии и феминистская оптика: перспективы библиографического анализа репрезентации женщин-приматологов в русскоязычных источниках // Век психологии в Ярославле: сборник научных материалов всероссийской конференции, Ярославль, 20–24 ноября 2023 года. Ярославль: ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2023. С. 297-303.
32. Россиянов К.О. Эволюционно-психологические исследования Н.Н. Ладыгиной-Котс и проблема этического отношения к животным // Институт истории естествознания и техники им. С.И. Вавилова. Годичная научная конференция (2015). Т. 1: Общие проблемы развития науки и техники. М.: ЛЕНАНД, 2015. С. 307-311.
33. Трошихина Е.Г. Научный и жизненный путь выдающегося сравнительного психолога Н.А. Тих // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2022. Т. 12. № 1. С. 71-82.
34. Фабри К.Э. Основы зоопсихологии. М., 1999.
35. Хватов И.А. Концепция происхождения психики А.Н. Леонтьева на современном этапе развития науки // Психологические исследования. 2011. № 1(15). С. 1.
36. Ширшова И.А., Шитова И.Ю. История становления и развития кафедры педагогики Крымского федерального университета имени В.И. Вернадского // Духовно-нравственное развитие личности / Под общ. ред. Н.В. Якса. Симферополь: ИТ «Ариал», 2019. С. 8-42.
37. Якобсон П.М. Психологические проблемы мотивации поведения человека. М.: Просвещение, 1969.

**Кричевцев С.А.**

## **ГРАНИЦЫ ВООБРАЖЕНИЯ**

### **Аннотация**

Нашей целью было описать представления о воображении на стыке психологии, современной русской философии и нейробиологии в связи с творческим потенциалом человека.

Исследовать границы воображения и дать рекомендации по развитию воображения с целью улучшения качества творческих процессов в жизни, творчестве и бизнес карьере.

### **Ключевые слова**

Воображение, творческий процесс, творчество, развитие воображения.

### **Annotation**

Our goal was to describe ideas about imagination at the intersection of psychology, modern Russian philosophy and neurobiology in connection with human creative potential.

To explore the boundaries of imagination and give recommendations for the development of imagination in order to improve the quality of creative processes in life, creativity and business career.

### **Keywords**

Imagination, creative process, creativity, development of imagination.

Исследуя тему границ воображения, обратимся последовательно к определениям воображения в психологии, философии и нейрофизиологии.

Так, в современных словарях, мы найдем такие определения воображения:

«Воображение (фантазия) - психический процесс, заключающийся в создании новых образов (представлений) путем переработки материала восприятия и представлений, полученных в предшествующем опыте» (Психологический словарь, 1983, с. 54);

Воображение – способность создавать новые чувственные, или мыслительные образы в человеческом сознании на основе преобразования полученных от действительности впечатлений» (Философский словарь, 1980, с. 57);

Воображение – психический познавательный процесс, заключающийся в преобразовании представлений, отражающих реальную действительность, и создании на этой основе новых представлений («Человек.», 2007, с. 97)». [3]

Важно отметить, что еще в начале XX в. Пэрки провела эксперимент, вызывая у испытуемых образы произнесением определенных слов. Оказалось, что одни образы вещей были легко распознаваемыми, определенными, фигурирующими в определенном пространственном контексте, в определенных обстоятельствах и связаны с конкретным лицом. Другие, возникавшие у испытуемых образы вещей, были не распознаваемы как какой-то конкретный предмет.

Первые образы автор отнесла к «воображению памяти», а вторые к «воображению воображения». С тех пор и до наших дней в одном случае за воображение принимается актуализация представлений (образов памяти, т. е. представлений), в другом – создание из них нового.

С общепсихологических позиций считается, что с помощью воображения строится образ средств и конечного результата деятельности, это создает возможность представить результат труда до его начала. Воображение помогает создать программу поведения в неопределенной проблемной ситуации.

Также воображение имеет способность продуцировать образы, которые заменяют деятельность, создаются образы, соответствующие описанию объекта (например, в литературном произведении), видоизменяется предназначение ряда предметов, что характерно для маленьких детей, где палка служит «лошадкой».

Говоря о воображении как о способности комбинировать то, что логически не пришло бы в голову, сочетать не сочетаемое, приведем слова английского ученого Дж. Пристли [3]: «Изобретателями являются только те, которые дают

полный простор своему воображению и отыскивают связь с самыми отдаленными понятиями. Даже тогда, когда эти сопоставления грубы и химеричны, они могут доставить счастливый случай для великих и важных открытий. До таких открытий никогда не додумался бы рассудительный, медлительный и трусливый ум».

Выделяют пассивное (непроизвольное) и активное (произвольное) воображение. Пассивное преднамеренное воображение (грезы) создает образы, не связанные с волей, с попыткой воплотить их в жизнь. Активное воображение – это намеренный, волевой процесс, при котором образы сознательно формируются и преобразуются в соответствии с целями, которые ставит себе человек.

Как мы уже отмечали ранее, активное (произвольное) воображение делят на воспроизводящее (воссоздающее) и творческое (преобразующее).

С. Л. Рубинштейн [3] размышляя о воображении, отмечал, что сколько имеется специфических, своеобразных видов человеческой деятельности, – конструктивное, техническое, научное, художественное, живописное, музыкальное, для каждого свой вид воображения. Все эти виды воображения, формирующиеся и проявляющиеся в различных видах творческой деятельности, составляют разновидность высшего уровня – творческого воображения.

Познавательное воображение позволяет творчески овладевать схемами и смыслами человеческих действий, отталкиваясь от отдельных впечатлений действительности, строить целостный образ какого-либо события или явления, достраивая их. Это особая форма репрезентативного мышления, позволяющая предвосхищать изменения действительности.

Аффективное воображение используется в ситуациях противоречия, когда создание воображаемой ситуации снимает фрустрацию. Оно проявляется при проигрывании человеком своего переживания (например, переживание страха при воображении ситуации угрозы).

Интересно мнение Л. М. Веккера [3], который к аффективному (эмоциональному) воображению относит чувство близости решения, эмоциональные эвристики в ходе мыслительной деятельности, эмоциональный прогноз следующих фаз решения мыслительной задачи.

Задаваясь вопросом, является ли мечта видом воображения, психологи говорят о мечтании как разновидности процесса воображения.

Мечтание – это психическое действие, которое обозначается словами «размечтался», «люблю помечтать». Мечта – это скорее желание, цель. Мечта – это мотивационный феномен, отражающий отложенное на какое-то время желание человека, т. е. являющийся мотивационной установкой, в форме мечта - план.

Выделяя приемы воображения, мы говорим о комбинировании как способности сочетать уже полученные в опыте образы, их элементы в новых, необычных комбинациях. Комбинирование – это не случайный набор, а подбор определенных образов, их элементов в соответствии с идеей творца и их перемещение, и перегруппировка, в том числе, способность к агглютинации (склеиванию), т. е. соединение несоединимых в реальности качеств, свойств,

частей объектов. Примером этого являются аллегорические фигуры: кентавр, сфинкс и другие фантастические персонажи.

Акцентуирование (заострение) как один из приемов воображения – способность к подчеркиванию черт. Часто оно достигается путем изменения пропорций, что используется в карикатуре.

Изменение (увеличение или уменьшение) размеров, используется прием гиперболизации (например, герой современного фильма Халк).

Типизация – выделение существенного, повторяющегося в однородных явлениях и придание конкретному образу специфического обобщенного значения. Одни несущественные черты опускаются, другие упрощаются, и в результате получается что-то общее, как, например, изображаются пришельцы из других миров – гуманоиды.

Схематизация – сглаживание различий предметов и выявление черт сходства между ними.

Одухотворение – «оживление» образов и явлений природы.

Инверсия – перевоплощение в противоположность.

Сгущение – концентрация образов.

Задаваясь вопросом, доступно ли воображение как психический произвольный процесс творчества абсолютному большинству людей, процитируем слова болгарского ученого, фолклориста, историка литературы Михаила Арнаудова [1] «Когда мы говорим о воображении поэта, мы должны прежде всего забыть вредное заблуждение, что здесь речь идет о какой-то специфической энергии, присущей только гениальному творцу. Насколько некоторые поэты и эстетика, привыкшие понимать вдохновение в античном смысле, были склонны вуалировать тайну творчества и отрицать всякое внутреннее родство между избранником и толпой, настолько очевиднее становится в свете точного психологического исследования, что даже самые смелые интуиции, самые невероятные образы, или самые оригинальные идеи коренятся в элементарных душевных процессах, в том, что является восприятием, наблюдением и обыкновением законом мысли».

Рассмотрим понятие воображения в философии.

Налимов В.В. [8], советский математик и философ, отводит воображению важную роль – возможность запечатлеть и создавать представление о мире. «Только через человека — через его способность к воображению — схватывает философ картину бытия... через способность к воображению раскрывается природа человека и его способность взаимодействовать с текстами, в том числе и с текстами самого бытия, через которые приоткрывается реальность Мира».

Говоря о «восхитительно таинственной Природе Воображения», ученый утверждает, что это лучшая возможность понять сознание, чем сотни нейрофизиологических исследований.

Карл Ясперс [8], немецкий философ и психолог так высказывается о воображении: «...слово «экзистенция» стало характерным термином. Оно придало особое значение задаче философии, почти забытой на время: увидеть реальность в ее истоках и схватить ее таким же образом, как я мысленно взаимодействую с самим собой — через внутреннее действие (с. 3).

Существование истины мы принимаем как нечто самоочевидное. Мы слышим и говорим истины о вещах, событиях и реальности, которые для нас неоспоримы. Мы уверены даже, что истина, в конце концов, восторжествует в мире (с. 33).

Должно быть что-то, что произрастает в свете истины: вопрос о реальности остается предельным вопросом философии (с. 65).

Только язык воображения - так это нам представляется - соприкасается с реальностью, которая ускользает от всех объективных исследований (с. 83)».

Тем самым Ясперс подчеркивает большую целостность возможности построения картины мира благодаря воображению нежели «объективных исследований».

В нашем исследовании границ воображения мы представим взгляд психофизиологов на воображение.

Внутренняя модель внешнего мира, человек встречаясь с объектом, или явлением воспринимает его всеми органами чувств, мозг обрабатывает информацию и создает информационную ячейку, далее, встречаясь второй раз с подобным объектом этой же группы, мозг достраивает представление и воображение - это способность взаимодействовать с объектами внутренней модели. Воображение - это способность к мысленному воспроизведению сенсорных характеристик объектов в различных комбинациях. [10]

Спектр способности к воображению: 2% людей с афантазией, на другом краю гиперфантазия (высокая точность «до пикселей»), большинство людей посередине, несмотря на то, что способность как будто относиться больше к визуальной репрезентативной системе, тактильные, обонятельные и аудиальные образы – впечатления составляют общую картину воображения.

Модель воображения включает в себя префронтальную кору, при произвольном воображении, когда мы сознательно хотим вызвать образ, активируется рабочая память и начинается активный динамический процесс, создания образа, далее деятельность перемещается к гиппокампу, где могут быть активированы необходимые детали образа из долгосрочной памяти, далее информация направляется в сенсорные отделы. Перцепция работает в обратную сторону.

Стефен Косслин и Джоел Пирсон [11] отмечают, что образ является мультисенсорным и мозг кодирует впечатления как набор сенсорных характеристик: визуальный образ как картинка, аудиальный как определенная частота и тд. Соответственно, в процессе воображения детали образа собираются из необходимых сенсорных составляющих - впечатлений.

Феномен воображения в том, что активация процессов происходит без источника. Как например, представляя лимон, большинство увидит мысленным взором пупырчатую поверхность светло желтого цвета овальной формы, запах лимона и почувствует выделение слюны на воображаемую кислоту сока лимона.

Способность к воображению с точки зрения нейрофизиологии – это развитие и увеличение нейронных связей через разные опыты – запечатления. Чем богаче модель внутреннего мира, тем большее количество конфигураций можно создавать в воображении.

Мозг обладает свойством реконструкции реальности. Происходит процесс воссоздания новых объектов внутри головы. Реконструкция реальности - это то, что мы называем воображением.

Если у человека есть мечта, она возбуждает определенные группы нейронов, он знает и видит траекторию куда двигаться. Чувствительность восприятия повышается, выслеживая те элементы, которые будут приближать его к мечте.

В префронтальной коре образ - это уже субъективно окрашенное впечатление.

Конечно, описанные выше процессы наводят нас на мысли о постановке и реализации целей человека с использованием таких состояний. Метод проецирования целей, как образов и смыслов будущих достижений, при условии творческого, креативного подхода к решению этих задач, дает возможность видения нелогичных путей и вариантов решений и нахождения их в более широком поле вариантов. В современном мире такие возможности могут обуславливать успешность реализации проектов в бизнесе, давать значимое преимущество в конкурентной борьбе, а так же в создании и использовании инноваций в бизнесе.

Мощность мозга такова, что он в силах построить динамическую ментальную модель внешнего физического мира. Динамическая ментальная модель несет в себе знание всех «формул» объектов физического мира, эта модель не говорит с нами на вербальном языке, который мы используем для общения друг с другом, продукты этой модели – интуиция, озарение – это подсказки этой модели. Эта динамическая модель – наш психический мир и он цельный. [4]

Каплан также отмечает, что образ объекта, который еще несколько минут назад был в поле зрения человека во внешней реальности, становится плодом воображения, уже через несколько минут, когда мы не видим объекта и наша память воссоздает образ во внутренней реальности. То есть, воображение, это одно из видов представления.

Углубляясь в нейробиологию воображения в разных источниках, мы находим сведения об особой частоте волны мозговой деятельности, на которой возникают образы.

Обычно выделяют основные типы мозговых волн в приблизительных границах: медленные дельта - волны (0,5–4 Гц), – которые обычно связывают со сном, подсознанием, синтезом, интересом; тета - волны (4–8 Гц) – они связаны с чувствами, резкой эмоциональной реакцией, спутанными состояниями сознания; альфа - волны (8–13 Гц) – сейчас их связывают с воображением, состоянием телесного покоя и т.д.; бета - волны (14–35 Гц иногда 15–40 Гц), связанные с активным внешним вниманием, выделением из целого, словесным мышлением, активностью; гамма - волны (гамма - ритм 30 –70 Гц и выше) – их иногда упрощенно связывают со страстями и неконтролируемой активностью.

Иногда выделяется отдельно еще переходный сенсомоторный ритм (12–14 Гц), в котором телу свойственно состояние покоя, а внимание уже направлено вовне. Имеется и мю - ритм – ритм, наблюдаемый в сенсомоторной области коры



головного мозга, сходный по частотным характеристикам с альфа - ритмом, только в передних отделах коры больших полушарий.

О роли стадии альфа - ритма в творческом процессе воображения пишет Гераимчук И.М. [2]: «Альфа-стадия нужна и по другому поводу. Дело не только в том, что большинство художников вынашивают картины в уме. «Я пишу в уме по три картины в день, – писал Модильяни, – но зачем портить холсты, которые никто не купит». Дело в том, что если отсутствует альфа - стадия, то полученный синтез почти невозможно сразу развернуть в форму. Он так и останется бесформенным чувством. Синтез не будет спонтанно детализирован».

Таким образом, одна из функций альфа - ритма, упорядочить «назвать, выразить» сенсорное переживание в форму.

Исследуя способы развития воображения, опираясь на вводные о частоте ритмов мозговой деятельности, мы можем смело рекомендовать практики ресурсных состояний сознания, такие как медитация.

Вот что об индукции альфа – ритмом пишет исследователь творческих состояний сознания профессор Козлов В.В. [5]: «Альфа - ритм частотой в 10,5 Гц вызывает состояние глубокой релаксации... После цикла исследований медитации дзенских монахов было установлено, что в состоянии «дза - дзен» резко возрастает интенсивность альфа - ритма и происходит синхронизация частот биоритмов мозга обоих полушарий (обычно эти частоты несколько различны)».

Также С. Гиллиген [9] в статье «Терапевтические трансы» описывает одну из особенностей трансового состояния как возможность расширения границ воображения; в трансовом состоянии: «повышается способность непосредственно ощущать «вещи как они есть» и обычно почти не возникает потребность логически осмыслять или концептуально анализировать свои ощущения.

Мыслительные процессы, как правило, становятся менее критичными, менее оценочными, менее словесными и менее абстрактными; в то же время они становятся более описательными и образными, более сенсорными и более конкретными. Такой чувственный способ переработки информации позволяет устанавливать более глубокие связи с собственными ресурсами и с текущей реальностью. Собственно, именно эта особенность транса полезна в творческом процессе, позволяя по-новому увидеть реальность, опираясь на глубинные структуры сознания.

Само достижение транса возможно различными способами, творческий человек в процессе сосредоточения на теме в состоянии достичь необходимого погружения. Творческому состоянию соответствует активация альфа - и тета - ритмов.

Альфа - ритм соответствует релаксации, а тета - ритм соответствует глубокой медитации и согласованной работе всех мозговых структур. Интегрируется работа правого и левого полушарий затылочной и лобной долей. При постоянной работе с медитацией возникает такой эффект когерентности, который сохраняется и при повседневной работе. [5]

Возвращаясь к словам Налимова о связности Сознания и Воображения, говоря о творческой потенциальности человека, процитируем Козлова В. В. [7]: «В информационных матрицах (биджу) интенционально заложена как тенденция (от лат. *tendo* — направляю, стремлюсь) остаточное впечатление, привычка, склонность к определенному поведению, эмоциональному реагированию, способу мышления внутри определенной модели мира, категориальной системы – как возможная реакция на стимульное поле ситуации. Таким образом, индивидуальное свободное сознание содержит не только информационные матрицы как потенциальное содержание реакции, но и тенденцию, напряжение (васану в буддийской психологии) к проецированию их вовне и силу (энергию), обеспечивающую возможность «распаковки».

Таким образом, самосознание личности всегда интенционально предопределено информационными матрицами индивидуального свободного сознания, их направлением и энергией к опредмечиванию и конструированию мира в желании им обладать и наслаждаться, быть и чувствовать. А значит, сознание человека содержит в себе всю потенциальность бытия и является носителем и причиной его мыслей, чувств, желаний».

Исследуя границы воображения мы приходим к нескольким выводам.

Впечатления всех сенсорных систем, которые человек собирает в процессе всей своей жизни составляют внутреннюю модель мира, который является «материалом» для творческого процесса. Чем объемнее и разнообразнее опыт, полученный человеком, тем потенциально богаче «библиотека» образов.

Также мы предполагаем, что на качество воображения влияет богатство языка как способа осмыслить и назвать переживаемые впечатления.

Николай Кузанский, немецкий философ, связывал человека с бесконечным единством. Говоря о человеке как о «малом космосе», обладающим силой развертывать из себя всё в круге своей области, всё производить из потенции своего центра. [6]

Многим ученым, философам принадлежат слова о природности творческого потенциала человека. В связи с этим, мы убеждены, что развитию воображения способствует слушание музыки, созерцание природы, осязание и обоняние прекрасных текстур и ароматов, окружающего мира. И конечно, вовлеченность в творческий процесс, деятельность, позволяет актуализировать все «базы данных», накопленные человеком в процессе жизни.

### **Литература:**

1. Арнаудов М. П. Психология литературного творчества, Прогресс; Москва; 1969. - 486 с.
2. Гераимчук И.М. Философия творчества: Монография / И.М. Гераимчук – К.: ЭКМО, 2006. – 120 с.
3. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности.: Питер; СПб.; 2009. – 434 с.
4. Каплан А. Мозг. Магия воображения., видео-лекция [https://elementy.ru/video/785/Mozg\\_magiya\\_voobrazheniya?from=bxblock](https://elementy.ru/video/785/Mozg_magiya_voobrazheniya?from=bxblock)
5. Козлов В.В. Интегративная психология. – М., МАПН, – 2023. – 748 с.

6. Козлов В.В. Психология творчества. – М.: Институт консультирования и системных решений, 2017. -184 с.

7. Козлов В.В. Сознание: интегративная интерпретация., журнал Методология современной психологии, выпуск 15, 2022.

8. Налимов В. В. Спонтанность сознания: Вероятностная теория смыслов и смысловая архитектура личности. М.: Изд-во «Прометей» МГПИ им. Ленина, 1989. – 182 с.

9. Штейнбах Х. Э. Психология творчества: учебное пособие / Х. Э Штейнбах. – СПб.: Петербургский государственный университет путей сообщения, 2011. – 211 с.

10. Яковлев Л. Мир фантазии. Как работает воображение., видео-лекция [https://elementy.ru/video/767/Mir\\_fantaziy\\_Kak\\_rabotaet\\_voobrazhenie?ysclid=lzr67nw6na721612393](https://elementy.ru/video/767/Mir_fantaziy_Kak_rabotaet_voobrazhenie?ysclid=lzr67nw6na721612393)

11. Joel Pearson, Stephen M Kosslyn. The heterogeneity of mental representation: Ending the imagery debate., Joel Pearson et. Al Proc Nati Sci USA. 2015

Лучистая Р.С.

## СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА: КОУЧИНГОВЫЙ АСПЕКТ

### Аннотация

В работе представлены смысложизненные ориентации человека через призму коучинговой оптики: как вопрос, ответ на который человек может найти самостоятельно, обращаясь к ресурсам, которыми уже обладает. Понимание смысла жизни как индивидуального пути, который каждому человеку предстоит обнаружить и пройти самостоятельно, снимает напряжение в связи с “поиском формулы смысла жизни” как высшей идеи и сверхценности, а также стимулирует движение и развитие отдельного человека. Автор полагает, что смысл жизни человека может заключаться в его саморазвитии, а также – что саморазвитие способно принести человеку чувство осмысленности жизни.

**Ключевые слова:** смысл жизни, смысложизненные ориентации, коучинг, саморазвитие, самореализация, самоактуализация

### Summary

The article presents a person's life-meaning orientations through the prism of coaching optics: as a question, the answer to which a person can find on his own, using the resources that he already owns. Understanding the meaning of life as an individual path that each person needs to discover and go through independently, relieves anxiety in connection with the “search for the formula for the meaning of life” as the highest idea and super value, and also stimulates the movement and development of the individual. The author believes that the meaning of a human being's life may lie in its

self-development, and also that self-development can bring a person a sense of meaningfulness in life.

**Keywords:** meaning of life, meaning in life orientations, coaching, self-development, self-realization, self-actualization

Проблема смысла жизни и осмысленности деятельности человека не имеет выраженной социальной актуальности; она не связана очевидным образом с событиями в мире, с социально-политической ситуацией и другими факторами, под влиянием которых актуализируются проблемы, рассматриваемые в поле социально-гуманитарных наук. Актуальность смысложизненных проблем связана с индивидуально-личностными аспектами, – событиями, происходящими в жизни конкретного человека, его возрастными этапами, кризисными состояниями. Проблема смысла жизни бывает, таким образом, более или менее актуальной для одного человека на разных этапах его жизни.

Смысл жизни отдельного человека – категория флюидная; он зависит от того, чем живет человек в данный период своей жизни, от возраста и этапа личностного становления, от рода занятий (профессия как смысл жизни), от семейного положения и семейной ситуации (так, многие родители видят смысл жизни в детях и их успехах), веры и религиозных воззрений, и т.д.

Можно сказать, что поиск смысла жизни для отдельного человека не прекращается с возрастом; более того, для людей старших возрастов, когда многое из того, что составляло смысл жизни ранее, перестало быть актуальным (наступил пенсионный возраст и закончилось развитие в профессии, дети выросли), и даже более того – осталось в прошлом, – будущее больше пугает, чем вдохновляет. Таким образом, проблема смысла жизни, которая изначально развивалась в поле философии, является глубоко психологической проблемой, экзистенциальной. “Формула смысла жизни”, поиском которой занимались философы, и которая, в теории, может быть применима для разных людей, независимо от эпохи, рода занятий и т.д., – менее актуальна для отдельного человека, чем поиск собственного пути и собственного смысла жизни, который, как нам видится, осуществляет каждый человек, в той или иной форме.

Как специалисты в практической психологии (“помогающей практике”), мы сопровождаем поиск человеком его собственного жизненного пути, и рассматриваем этот путь, в первую очередь, как путь развития, самоактуализации, самореализации. В работе, посвященной поиску смысла жизни и самореализации человека [4], авторы рассматривают смысл жизни как путь самореализации человека и подчеркивают, что заявленная проблема не имеет окончательного решения, готовой формулы, которую отдельный человек мог бы с успехом применить в собственной жизни и освободиться, тем самым, от необходимости самостоятельного поиска смысла своего бытия.

Мы, в свою очередь, хотим заметить, что понимание смысла жизни в качестве индивидуального пути, который каждому человеку предстоит обнаружить и пройти самостоятельно, – снимает напряжение в связи с “поиском

формулы смысла жизни” как некоторой высшей идеи и сверхценности, а также стимулирует движение и развитие отдельного человека. В.Е.Кулешов и Э.В.Кочеткова говорят не о формуле смысла, а о пути “максимальной реализации заложенного в индивиде потенциала всех возможностей (в том числе интеллектуальных) в нравственном русле на каждом жизненном этапе. Результативность такого движения и дает ощущение ценности жизни, ее смысла” [4].

Нам близка точка зрения на смысл жизни как на поиск пути максимальной реализации заложенного в человеке; подобную точку зрения можно назвать “коучинговой”. Стоит заметить также, что не только “максимальная реализация заложенного в человеке потенциала” может быть смысложизненной, но и путь поиска смысла жизни может быть развивающим. Так или иначе, развитие может принести человеку чувство наполненности, осмысленности жизни.

Фундаментальный принцип коучинговой оптики, сформулированный Милтоном Эриксоном, состоит в том, что человек уже обладает всеми необходимыми внутренними ресурсами для решения своих задач и развития, а задача коуча – помочь найти эти ресурсы и раскрыть внутренний потенциал, стимулировать развивающую деятельность.

Потребность, побуждающая человека к деятельности, – то есть, мотив его деятельности, – может относиться к разным сферам его бытия. Так, широко известно разделение потребностей по А.Маслоу на витальные и надвитальные; мы, в свою очередь, можем предложить структуру потребностей, опираясь на представления интегративной психологии (В.В.Козлов) [2]: “Интегративная методология исходит из постулата, что человек – существо целостное, т.е. самостоятельное, способное к саморегуляции и развитию. Но человек – не единственная целостная сущность в мире. Все в природе обладает целостностью, сама природа целостна и представляет собой иерархию, в которой каждый элемент является “целым” по отношению к своим частям и “частью” по отношению к большему целому. Оба эти аспекта существования: и часть, и целое должны быть выражены полноценно для осуществления потенций любого существа. Отсюда понятна тяга человека выйти за свои пределы, трансцендировать, быть, чувствовать, осознавать себя частью мироздания”.

При этом, в представлениях интегративной психологии, человек представляет собой единство четырех значимых сфер его бытия: телесной, эмоциональной, когнитивной, духовной. Разделение эмоциональной, когнитивной и духовной сфер – достаточно новая идея для философии и (сформировавшейся на ее основе) психологии, в которой противопоставлялись и разделялись “протяженная” и “мыслящая” действительности: “В эзотерике всегда понималось четкое отличие психики и сознания человека, души и духа, в отличие от научной психотерапии, которая пыталась идти своим путем, расколотым по большей части на две линии: материалистическую и идеалистическую (что дало неплохие результаты исследования разных сторон психики, ее объективную детерминацию и субъективную сущность)” [2]. Таким образом, в поле интегративной психологии объединяются два человеческих начала: материальное (физическое) и идеальное (аспекты сознания,

эмоциональной и духовной сфер). В.В.Козлов пишет о соматопсихическом единстве человека, опираясь на теорию интегральной индивидуальности В.С.Мерлина: “В российской психотерапии учение об интегральной индивидуальности В.С.Мерлина, обосновавшее соматопсихическое единство человека при его подразделенности по определенным иерархическим уровням, и психологическая антропология Б.Г.Ананьева, перекинув мостик от психологии человека к его психофизиологии и биологии, послужили мощным стимулом для возникновения интегративной психологии” [3]. При этом, в теории интегральной индивидуальности В.С.Мерлина человек рассматривается в качестве системы, которая состоит из относительно автономно сосуществующих подсистем разного уровня, иерархически устроенных, “много-многозначно (полиморфно) связанных между собой” [1, С. 152].

Мы, выделяя, вслед за В.В.Козловым, духовный аспект бытия человека отдельно от эмоционального и когнитивного, заметим, что именно сфера “души” или “духа” интерпретируется нами в качестве сферы терминального целеполагания и определения смысложизненных ориентиров, сюда же можно отнести индивидуальную аксиосферу – ценностно-смысловую сферу отдельного человека. Говоря об осмысленности жизни и деятельности человека, мы говорим, таким образом, о духовной сфере его бытия, понятой не только и не столько как сфера религиозных верований, сколько как ценностно-смысловая сфера. Иначе говоря, сфера смысложизненных ориентиров может быть определена, в рамках четырехкомпонентной парадигмы сфер бытия человека (физическая или телесная, эмоциональная, когнитивная, духовная), – как духовная, даже если актуальные потребности человека, соответствующие той или иной ценности, относятся к сфере физического, эмоционального или духовного.

Что касается коучингового подхода в работе с осмысленностью жизни и деятельности человека, мы исходим из фундаментального представления о том, что все необходимое для ответа на стоящие перед ним вопросы, в том числе – и на вопрос о смысле жизни, – человек уже имеет “внутри себя”, и задача коучинга – помочь человеку найти ответы, которые уже у него имеются. Это представление похоже на майевтику Сократа, “повивальное искусство” в аспекте мысли, где философ, подобно повитухе, только помогает человеку, при помощи ряда наводящих вопросов, найти (уже имеющиеся, но до сих пор скрытые от сознания) ответы на важные для него, смысложизненные вопросы. При этом, целесообразной нам видится коучинговая работа, затрагивающая не только эмоциональный, когнитивный или духовный уровень бытия человека, но и физический, телесный уровень его бытия, который, на первый взгляд, не связан с вопросами самоактуализации и областью человеческой психики. Это соответствует принципу целостности, подразумевающему, с точки зрения интегративной психологии, понимание психики как сложной, открытой, самоорганизующейся системы, которая не ограничивается собственно сферой психического. Здесь можно процитировать В.В.Козлова: “Цель достигается тогда, когда оказывается построенным совершенное симметричное целое” [2].



С точки зрения коучинга, представление интегративной психологии о человеке, который является “живой, открытой, сложной, многоуровневой самоорганизующейся системой, обладающей способностью поддерживать себя в состоянии динамического равновесия и генерировать новые структуры и новые формы организации”, также чрезвычайно важно, поскольку указывает не только на многоуровневость человека, но и на его способность к самоорганизации и саморазвитию.

С точки зрения коучинга, построенного на принципах интегративной психологии, развитие человека зависит от удовлетворенности потребностей всех четырех аспектов бытия – телесного, эмоционального, когнитивного, духовного. Возникновение и удовлетворение потребностей организовано иерархически: при удовлетворении физической потребности в еде, человек задумывается о ее количестве, затем ее качестве, изысканности, подаче и сервировке; можно сказать, что, в некотором смысле, еда становится зрелищем, и служит удовлетворению не только витальных, но и надвитальных потребностей (куда можно отнести эстетические потребности). Многообразие надвитальных потребностей и их соотношение с потребностями витальными образно представлено Е.Д.Лучезарновой [5] (по материалам курсов: “Ничего случайного не бывает”; “Обо мне заботятся”; “Сам творю”): для разумного человека превалирующим является не желудок как часть его организма; питания требуют душа и сердце (у сердца два желудочка), а также мозг (где расположены четыре желудочка, и, соответственно, питание мозга должно быть еще более избирательным, чем питание “сердца” и тела); от качества и количества подобного “питания” зависит характер эмоциональной, когнитивной, духовной сфер бытия человека.

Эмоциональная удовлетворенность человека зависит от специфики деятельности, которой он занят, и в особенности – от коммуникативной деятельности и ее характеристик (отдельно можно упомянуть о любви как деятельности, в этом контексте ее изучал, в частности, Э.Фромм [6]).

Что касается когнитивной удовлетворенности, – поскольку мозг является центром управления организмом человека и его мышлением, – наполненность жизни при качественном “питании мозга” (когнитивном развитии), в целом, задает вектор развития жизни человека в целом. Это, на наш взгляд, самый ответственный момент с точки зрения формирования осмысленности жизни человека и того, какую (не только по качеству, но и по продолжительности) жизнь он проживет.

Возникновение запроса и определение проблемы в коучинговой сфере, а также последующая работа по решению этой проблемы, ассоциированы, в нашем опыте, с развитием как таковым, что неизбежно влечет за собой актуализацию других запросов и решение других проблем человека (коучи). В нашей коучинговой практике неоднократно поднимались вопросы в одной сфере, – например, при запросе о выходе из абьюзивных отношений, – но, решая эту проблему, клиенты актуализировали запросы и решали задачи, относящиеся к другим сферам. Так, клиенты с запросом на свободу от абьюзивных отношений обретали также свободу в других аспектах бытия: физическую, социальную,

творческую, финансовую. В процессе и результате работы с клиентами, приходившими с запросами на свободу в супружеских отношениях, раскрывались творческие проявления их талантов (одна из клиенток стала художником интерьеров, плодотворно создавая востребованные клиентурой картины), успешно решали свои финансовые вопросы (при этом обеспечивая и своих детей, и пожилых родителей, хотя последние никогда до того не рассматривали этого клиента как свою опору в старости). Таким образом, в нашем опыте коучинговая практика в связи с вопросом о свободе в одном аспекте жизни, способствовала не только проявлению свободы в других жизненных сферах, но и появлению смысла жизни клиентов, новому её наполнению, определению высоких, порой весьма амбициозных целей, запроса на которые ранее не было, потому что фокус клиента ограничивался масштабной, значимой для него в тот момент проблемой, которая “закрывала” от него горизонты его развития и возможность определения смысложизненных ориентиров.

С точки зрения помогающей практики, смысл жизни действительно может заключаться в развитии и становлении человека, что предполагает не только универсализацию “формулы смысла”, но и ее индивидуализацию: речь идет о том, что внутренний потенциал (склонности, способности, таланты, навыки и т.д.) у каждого человека разный. Таким образом, процесс коучинговой работы (и сопутствующее индивидуально-личностное развитие) может также сопровождаться рядом изменений, которые можно назвать смысложизненными, и, в частности, – определением смысложизненных ориентиров.

Поэтому у наших клиентов, которые изначально приходили с коучинговым запросом, касающимся конкретной жизненной ситуации, происходили коренные изменения в смысложизненной сфере. Индивидуально-личностное развитие, сопровождающее поиск путей решения конкретной задачи, стоящей перед клиентом, и проистекающее из принципа “клиент уже имеет все ресурсы для решения своей задачи”, способствует формированию новых смысложизненных ориентаций клиента. Формирование смысложизненных ориентаций в нашей практике приводило также к существенным положительным переменам в жизни клиента, о которых не было прямого запроса: становлению в новой профессии, в новом счастливом семейном статусе, в обретении материнства или отцовства и т.д.

Подводя итог, можем сделать следующие выводы:

1. Актуальность смысложизненных проблем всегда определена для конкретного человека, а не человечества в целом, поскольку связана с индивидуально-личностными аспектами (событиями в жизни человека, его возрастными этапами, кризисными состояниями и т.д.).

2. Проблема смысла жизни бывает более или менее актуальной для одного человека на разных этапах его жизни, она может определяться и уточняться, изменяться.

3. Смысл жизни отдельного человека – категория флюидная; он зависит от ряда факторов, среди которых возраст, увлечения, принадлежность к социальной группе, этап личностного становления, род занятий, семейное положение и семейная ситуация, вера и религиозные воззрения, и т.д.



4. Поиск смысла жизни и смысложизненных ориентиров сопровождает человека в течение всей жизни и не прекращается с возрастом.

5. Как специалисты в практической психологии (коучинге), мы сопровождаем поиск человеком его собственного жизненного пути, и рассматриваем этот путь как индивидуальный путь развития, самоактуализации, самореализации.

6. Понимание смысла жизни в качестве индивидуального пути, который каждому человеку предстоит обнаружить и пройти самостоятельно, снимает напряжение в связи с “поиском формулы смысла жизни” как некоторой высшей идеи и сверхценности, а также стимулирует движение и развитие отдельного человека.

7. Нам близка точка зрения на смысл жизни как на поиск пути максимальной реализации заложенного в человеке; подобную точку зрения можно назвать “коучинговой”.

8. Не только “максимальная реализация заложенного в человеке потенциала” может быть смысложизненной, но и сам путь поиска смысла жизни может быть развивающим; развитие может принести человеку чувство наполненности, осмысленности жизни.

9. Мы исходим из представления интегративной психологии о многоаспектности бытия человека, где ключевыми являются аспекты тела, эмоций, разума и духа. Мы определяем проблему смысложизненных ориентиров как относящуюся к духовному аспекту бытия человека.

### **Литература**

1. Вяткин Б.А., Дорфман Л.Я. Теория интегральной индивидуальности В. С. Мерлина: история и современность // Образование и наука. – 2017. – Вып. 19, №. 2. – С.145-160.

2. 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.

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

4. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.

5. Козлов, В. В. Организационное поведение / В. В. Козлов, Ю. Г. Одегов, В. Н. Сидорова. – Москва : Компания КноРус, 2013. – 227 с. – ISBN 978-5-406-02467-6.

6. Козлов, В. В. Психология буддизма : монография / В. В. Козлов ; Владимир Козлов. – Москва : Ин-т консультирования и системных решений, 2011. – 187 с. – ISBN 978-5-91160-039-6.

7. Козлов, В. В. Субъектность как интегративный феномен природы и культуры в человеке / В. В. Козлов // Методология современной психологии. – Ярославль: Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, 2015. – С. 82-91.

8. Козлов, В. В. Духовное измерение самореализации в психологии / В. В. Козлов // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2019. – Т. 28. – С. 43-50. – DOI 10.26516/2304-1226.2019.28.43.
9. Козлов, В. В. Психология дзэн-буддизма / В. В. Козлов. – Ярославль : Титул, 2019. – 138 с.
10. Козлов, В. Личность и бытие / В. Козлов. – Ярославль : РПФ "Титул", 2024. – 242 с. – ISBN 978-5-00202-447-6.
11. Кулешов В.Е., Кочеткова Э.В. Смысл жизни как путь самореализации человека // Международный научно-исследовательский журнал. – 2017. – №12 (66) . – [Электронный документ]. – Режим доступа: <https://research-journal.org/archive/12-66-2017-december/smysl-zhizni-kak-put-samorealizacii-cheloveka> (дата обращения: 27.06.2024)
12. Лучезарнова Е.Д. Ритмология для начинающих. – М, 2005-2007. – 100 с.
13. Фромм Э. Искусство любить. – АСТ, 2022. – 224 с.

**Мазилев В.А.**

### **С.Л.РУБИНШТЕЙН: ФИЛОСОФ, СПАСШИЙ И СОХРАНИВШИЙ ПСИХОЛОГИЮ (1930-Е ГГ.)**

«Мало кому ранее известный и уже не очень молодой одесский профессор Сергей Леонидович Рубинштейн в середине 1930-х годов могучим броском вышел на передний край психологической науки и остался там до последних минут своей жизни»

*К.К.Платонов*

**Аннотация.** Статья приурочена к 135-летию со дня рождения выдающегося отечественного ученого, философа и психолога С.Л.Рубинштейна. В статье подвергается анализу деятельность ученого в 1930-е гг., делается вывод, что работу ученого можно квалифицировать как разработку философии психологии. В статье показаны некоторые черты научного стиля ученого, позволившие ему добиться масштабных результатов в реализации своих проектов. Утверждается, что философские исследования С.Л.Рубинштейна в первой половине 30-х гг. позволили создать методологическую основу марксистской психологии, в результате чего была создана советская психология (Основы психологии, 1935). Во второй половине 30-х гг. ученый приступил на основе созданной методологии к реформированию мировой психологической науки. Первый вариант реализации проекта мировой психологии представлен в 1940 г. в «Основах общей психологии».

**Ключевые слова:** С.Л.Рубинштейн, философия, психология, история психологии, философия психологии

**Abstract.** The article is dedicated to the 135th anniversary of the birth of the outstanding Russian scientist, philosopher and psychologist S.L. Rubinstein. The article analyzes the scientist's activities in the 1930s, and concludes that the scientist's work can be classified as the development of the philosophy of psychology. The article shows some features of the scientist's scientific style, which allowed him to achieve large-scale results in the implementation of his projects. It is shown that S.L. Rubinstein's philosophical research in the first half of the 1930s allowed him to create a methodological basis for Marxist psychology, as a result of which Soviet psychology was created (Fundamentals of Psychology, 1935). In the second half of the 1930s, the scientist began to reform world psychological science on the basis of the created methodology. The first version of the implementation of the project of world psychology was presented in 1940 in the "Fundamentals of General Psychology".

**Keywords:** S.L. Rubinstein, philosophy, psychology, history of psychology, philosophy of psychology

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 24-28-00599, <https://rscf.ru/project/24-28-00599/>

В июне этого года отмечалась знаменательная дата – 135 лет со дня рождения выдающего отечественного психолога и философа С.Л.Рубинштейна (1889-1960). С.Л.Рубинштейн по праву относится к числу создателей и ключевых фигур советской психологии, его фундаментальные труды не подвергались забвению (даже во времена преследований во время приснопамятных кампаний рубежа 1940-1950 гг.), его книги широко переиздаются, поскольку по-прежнему актуальны.

В отечественной психологии широко отмечались предшествующие юбилеи ученого, анализу его деятельности посвящена огромная литература, включающая известные монографии, в том числе подготовленные непосредственными учениками С.Л.Рубинштейна [1-3, 29], значительное число научных статей, освещающих как творчество ученого в области психологии в целом, так имеющее отношение к отдельным вопросам психологии.

Действительно Сергей Леонидович Рубинштейн выдающийся отечественный психолог и философ, один из создателей методологических основ советской психологии, автор классического университетского учебника «Основы общей психологии» (1940, 1946) [32, 33], которому нет равных в русскоязычной психологии, хотя первое издание вышло из печати уже более 80 лет назад, создатель научной школы в психологии, давшей отечественной психологической науке множество замечательных исследователей.

Нельзя не упомянуть, хотя это и хорошо известно, про драматический период в жизни и творчестве С.Л.Рубинштейна в конце 1940-х – начале 1950-х, когда на гребне идеологических кампаний его деятельность была подвергнута необоснованной критике, набор подготовленных ученым книг рассыпался, сам исследователь и организатор науки был уволен с занимаемых им постов и подвергался многочисленным унижительным «проработкам». В конце 1950-х гг.

С.Л.Рубинштейн опубликовал несколько книг, которые, как представляется, хотя и были неоднократно переизданы в последние десятилетия, еще далеко не полностью освоены научным психологическим сообществом («Бытие и сознание» (1957) [36], «Принципы и пути развития психологии» (1959) [38], «О мышлении и путях его исследования» (1958) [37] и «Человек и мир» (1973) [41, 39], опубликованная уже после смерти автора).

Вероятно, биография Сергея Леонидовича Рубинштейна изучена едва ли не лучше всех других отечественных психологов. Его учениками и последователями написано несколько биографий, опубликованы монографии, посвященные жизни и деятельности С.Л.Рубинштейна, проведены многочисленные научные конференции, на которых обсуждался вклад ученого в развитие психологической науки. Благодаря подвижнической деятельности его непосредственных учеников, среди которых в первую очередь необходимо отметить К.А.Абульханову и А.В. Брушлинского, концепции Сергея Леонидовича Рубинштейна детально проанализированы и исследованы.

Понятно, что в одной статье охватить творчество ученого сколько-нибудь полно не представляется возможным, поэтому данная статья посвящена достаточно конкретному вопросу. В настоящей статье хотелось бы обратиться к важному периоду творчества С.Л.Рубинштейна, охватывающему лишь 1930-е годы. В этом периоде речь будет идти только о разработке ученым *философии психологии* – комплексе представлений, характеризующем основания научной психологии и ее фундаментальные положения.

В свете поставленной задачи важно лишний раз подчеркнуть, что С.Л.Рубинштейн имел классическое философское образование. Стоит напомнить современному читателю: С.Л.Рубинштейн является *и философом, и психологом*. Это оказалось счастливым для отечественной психологической науки соединением, как мы увидим далее, поскольку помогло психологии в нашей стать настоящей, полноценной наукой.

Для понимания научного пути С.Л.Рубинштейна важно помнить, что он получил классическое философское образование в цитадели неокантианства в Марбурге. Со студенческих лет ему было свойственно размышлять о методологических основах науки. Напомним, его диссертация «К проблеме метода», написанная и защищенная в Марбурге, была посвящена обоснованию метода, позволяющего соединить естественные науки и науки о духе. Первая часть докторской диссертации С.Л.Рубинштейна «Исследование проблемы метода. Абсолютный и дуалистический рационализм и трансцендентальная философия», представленной к защите 26 мая 1913 года в Марбурге и посвященной анализу гегелевского учения о методе (на немецком языке), была напечатана в Марбурге в 1914 году, что по праву считается первой научной публикацией знаменитого отечественного философа и психолога [45].

Предоставим слово Н.А.Дмитриевой, известному специалисту по русскому неокантианству: «В Марбурге Рубинштейн пробыл с 1910 г. по 1913 г. и занимался здесь не только философией у Когена, Наторпа и Гартмана, но также математикой у Хензеля и политической экономией у Трёлча. 11 июня он выдержал докторский экзамен и представил к обсуждению диссертацию

«Исследование о проблеме метода. Абсолютный и дуалистический рационализм и трансцендентальная философия», первая часть которой — «Абсолютный рационализм (Гегель)» была опубликована в 1914 г. <...> Коген хвалил эту работу прежде всего за «ясность и точность» <...>. В ней Рубинштейн отграничивал трансцендентальную логику бытия (Наторпа) от «абсолютного рационализма» (Гегеля), позволяющего мышлению и бытию настолько раствориться друг в друге, чтобы «снять» всё бытие в понятие, и от «дуалистического рационализма» (по-видимому, Риккерта), противопоставляющего мышлению или понятию бытие как «другое» <...>. В трансцендентальном же идеализме «понятие, не 'снимая' 'бытие в себе' в абсолютном тождестве, берется в изначальной имманентности и удерживается в вещественности бытия, а вещественность бытия [удерживается] в понятии <...>» [9, С.180-181].

Н.А.Дмитриева отмечает, проясняя важные детали биографии молодого ученого: «Время с момента сдачи экзамена до присуждения степени доктора 20 июля 1914 <...> Рубинштейн провел в Берлине, где жил и преподавал ушедший на пенсию и уехавший из Марбурга Коген, и где работал в университете Кассирер. Еще в Марбурге между Когеном и Рубинштейном сложились тесные дружеские отношения <...>. В июне 1914 г. Коген писал Наторпу, что "Рубинштейн нравится совершенно исключительно". Видимо, поэтому Коген взял на себя труд подготовить к публикации рубинштейновскую работу и по-настоящему измучился, пока "сделал изложение читабельным" <...>. На прощание Коген подарил Рубинштейну "с надписанием" прижизненное издание сочинений Гегеля <...>» [9, С.181].

Представляется важным вопрос о влиянии на формирования взглядов С.Л.Рубинштейна как философа и психолога идей марбургской школы [8, 9, 15, 43]. Не имея возможности здесь обсуждать эту сложную проблему сколько-нибудь подробно, сделаем лишь несколько необходимых замечаний.

Вряд ли стоит сомневаться, что сам С.Л.Рубинштейн акцентировал свои несогласия с неокантианством в более поздних публикациях в значительной степени по цензурным соображениям. В этой связи представляется совершенно ясным, что необходимо учитывать позицию самого С.Л.Рубинштейна, который в дневниковых записях, не предназначенных для печати, отмечал: «Марксизм выступает для меня сначала как учение о роли преобразования общества, о революции. Марксизм как философия диалектической логики, теория познания – лишь позже, после октябрьской революции в России» [42, с. 415].

И в другом месте: «Истоки моего философского развития – арена борьбы упаднического измельчавшего идеализма первой половины XX в. с марксизмом. (Марксизм для меня – сначала революционная теория и лишь затем, постепенно, философская теория)» [42, с. 414]. Рукописные дневниковые фрагменты, которые мы только что процитировали, представляют особую ценность для реконструкции истории отечественной психологии.

Здесь же уместно обратиться к некоторым особенностям марбургской школы философии, которые несомненно оказали влияние на формирование философских взглядов молодого С.Л.Рубинштейна. Прекрасно, как

представляется, характерные особенности марбургской школы неокантианства сформулировал Б.Л.Пастернак, который в те же годы занимался философией в этом немецком городе. В чем видел достоинства Марбургской школы поэт и философ? Он сам ответил на этот вопрос в своей знаменитой «Охранной грамоте» (1930): «Создание гениального Когена, подготовленное его предшественником по кафедре Фридрихом Альбертом Ланге, известным у нас по «истории материализма», Марбургское направление покорило меня двумя особенностями. Во-первых, оно было самобытно, перерывало все до основания и строило на чистом месте. Оно не разделяло ленивой рутины всевозможных «измов», всегда цепляющихся за свое рентабельное всезнайство из десятых рук, всегда невежественных и всегда, по тем или другим причинам, боящихся пересмотра на вольном воздухе вековой культуры. Неподчиненная терминологической инерции Марбургская школа обращалась к первоисточникам, т.е. к подлинным распискам мысли, оставленным ею в истории науки. Если ходячая философия говорит о том, что думает тот или другой писатель, а ходячая психология – о том, как думает средний человек, если формальная логика учит, как надо думать в булочной, чтобы не обсчитаться сдачей, то Марбургскую школу интересовало, как думает наука в ее двадцатипятивековом непрекращающемся авторстве, у горячих начал и исходов мировых открытий. В таком, как бы авторизованном самой историей, расположении философия вновь молодеда и умнела до неузнаваемости, превращаясь из проблематической дисциплины в исконную дисциплину о проблемах, каковой ей и надлежит быть» [27, с. 303]. «Вторая особенность Марбургской школы прямо вытекала из первой и заключалась в ее разборчивом и взыскательном отношении к историческому наследству. Школе чужда была отвратительная снисходительность к прошлому, как к некоторой богадельне, где кучка стариков в хламидах и сандалиях или париках и камзолах врет непроглядную отсебятину, извинимую причудами коринфского ордера, готики, барокко или какого-нибудь иного зодческого стиля. Однородность научной структуры была для школы таким же правилом, как анатомическое тождество исторического человека. Историю в Марбурге знали в совершенстве и не уставали тащить сокровище за сокровищем из архивов итальянского Возрождения, французского и шотландского рационализма и других плохо изученных школ. На историю в Марбурге смотрели в оба гегельянских глаза, т. е. гениально обобщенно, но в то же время и в точных границах здравого правдоподобья» [27, с. 156- 157].

Как можно полагать, эти выделенные особенности – исторический подход и обращение к первоисточникам – позволили С.Л.Рубинштейну через два десятилетия осуществить то, что из всех психологов смог сделать только он. В том числе и благодаря тому, что прошел школу классической философии.

Вернувшись в Россию, С.Л.Рубинштейн начинает разрабатывать собственный философский подход. Этот период творчества ученого достаточно подробно описан, не будем здесь на нем останавливаться, так как нас в первую очередь интересуют события, происходящие в 1930-е гг.

Прежде, чем непосредственно к ним обратиться, отметим некоторые характерные черты *индивидуального стиля мышления* С.Л.Рубинштейна, важные, на наш взгляд, для понимания философско-психологической работы ученого в тридцатые годы XX столетия. Заметим, что здесь не место давать развернутую характеристику стиля мышления выдающегося методолога, поэтому назовем лишь самые основные.

У С.Л.Рубинштейна, как можно судить по оценке Л.И.Анцыферовой, индивидуальный стиль мышления проявлялся прежде всего *в видении сути, в построении предельных обобщений*: «Для творческой деятельности С.Л.Рубинштейна была характерна также его способность строить на основании более конкретных идей, относящихся к частным областям, очень высокие философские обобщения. Для него единичная идея сразу выступала как конкретизация общей закономерности» [5, с. 247]. Примеры см. в [17].

К отмеченному Л.И.Анцыферовой стоит добавить приверженность историческому подходу и необходимость обращения к первоисточникам, отмеченные Б.Л.Пастернаком как характерную черту марбургской школы, воспринятую С.Л.Рубинштейном и свойственную ему, если судить по его диссертации. И, конечно, не забудем про широчайшую образованность и прекрасное владение многими иностранными языками.

Как известно, в 1930 году С.Л.Рубинштейн оказался в Ленинграде и формально начал свою психологическую карьеру в Ленинградском педагогическом институте им. Герцена. Как пишет об этом К.К.Платонов, книгу которого нам еще придется процитировать, «Мало кому ранее известный и уже не очень молодой одесский профессор Сергей Леонидович Рубинштейн в середине 1930-х годов могучим броском вышел на передний край психологической науки и остался там до последних минут своей жизни» [28, с. 164]. Ключевым событием, привлечшим всеобщее внимание к личности и работам Рубинштейна, стала публикация его знаменитой статьи [40].

Для того, чтобы понять, что на самом деле означало появление статьи С.Л.Рубинштейна «Проблемы психологии в трудах Карла Маркса», необходимо хотя бы в самых общих чертах обозначить ситуацию в психологии в СССР на рубеже 1920-х – 1930-х гг. Постараемся предельно кратко это сделать.

Психологические кафедры в педагогических институтах в 1920-е гг. становятся на некоторый срок (до конца 1930-х гг.) самыми многочисленными центрами психологических исследований в СССР. Специализированных на психологии научных центров было совсем мало. Дело в том, что кафедры философии в университетах, которые осуществляли преподавание психологии, были закрыты в начале 1920-х гг., так как преподавание философских дисциплин было «насквозь пропитано ядом враждебной пролетариату идеологии» (если употребить лексику той эпохи). Новая философия могла быть только *научной*. Научной однозначно теперь означало – она должна основываться на марксизме. Философы были заняты своими проблемами – происходила жесткая борьба между «диалектиками» и «механистами», претендовавшими на то, чтобы быть верным марксистским философским учением. Психологи были вынуждены решать свои методологические проблемы самостоятельно.

В отечественной психологии в 1920-1930-х гг. сложилась ситуация, когда было несколько претендентов на лидерство в построении марксистской психологии, боровшихся между собой за право считаться фаворитом, но объективно победитель еще не был определен. Стоит признать, что в значительной степени становление марксистской психологии в СССР в начале тридцатых годов XX столетия представляет собой пока что недостаточно описанный и реконструированный этап развития отечественной психологии. Период 1920-1930 гг. для развития отечественной психологии безусловно своеобразен и специфичен. Б. С. Братусь справедливо отмечал: «так или иначе в первые 15–20 лет советской власти обнаружился необъяснимый, казалось бы, феномен – несмотря на разруху послереволюционного времени, наука в России стала не только возрождаться, но пережила невиданный взлет в целом ряде важных отраслей. К тридцатым годам советские ученые были признанными авторитетами в биологии (особенно генетике), физике, математике, востоковедении, языкознании. Невиданный всплеск происходил и в психологии. Приведу лишь некоторые данные. Только в 1929 году в стране вышло около 600 названий книг по психологии. Это было третье место в мире после англоязычной и немецкоязычной психологической литературы. На русский язык переводились также все сколь-нибудь значительные сочинения иностранных авторов по психологии, многие советские психологи были связаны с зарубежными коллегами деловыми и дружескими узами, участвовали в совместных исследованиях. Необыкновенно оживленной была и научная журнальная жизнь, издавались десятки периодических изданий. Активно действовали различные психологические ассоциации и общества, существовали сильные школы тестологии, передовые психология труда и психотехническая школа (несколько Институтов труда, масса лабораторий), развитое психоаналитическое движение, блестящие работы по дефектологии, судебной психологии, зоопсихологии и др.» [6, с. 11-12].

А. Н. Ждан отмечает: «В ситуации провозглашения марксизма официальной идеологией в науку вошла специфическая для русской психологии проблема “психология и марксизм”. В контексте ее разрешения возникли новые теоретические концепции и школы. Первыми заявили о себе в качестве марксистских такие направления, как реактология К. Н. Корнилова (1921), психология как наука об истории поведения П. П. Блонского (1921), а также рефлексология Бехтерева (1917)» [11, с. 14].

Психологи очень быстро поняли, что в психологии, которая относилась (согласно марксистским теориям) к «надстройке», придется считаться с господствующей идеологией. Поэтому срочно приступили к созданию психологических теорий, ориентированных на марксизм. Первые попытки разработки марксистской психологии могут быть датированы уже 1921 годом (П. П. Блонский, К. Н. Корнилов). Справедливости ради необходимо отметить, что были предприняты не только разнообразные варианты «приспособления» к господствующей идеологии, но и искренние романтические попытки создания действительно новой марксистской психологии. Таким образом стоит различать варианты «декоративно-марксистской» и «подлинно марксистской» психологии.



К второму течению можно, к примеру, отнести Л. С. Выготского и его широко известную теорию развития высших психологических функций (см. подробно [19]).

Поскольку в учении Маркса не было сколь-нибудь развернутых психологических теорий, сторонники «декоративных» построений обычно (не затрудняя себя анализом марксистских источников) использовали внешние признаки марксизма: если психология исходит из материалистических положений – она марксистская, если она использует диалектическую терминологию, то, конечно, тоже марксистская и т.п. Если говорить об источниках, то работа Ф. Энгельса «Людвиг Фейербах и конец немецкой классической философии» и ленинские «Три источника и составные части марксизма» были доступны психологам 1920-х годов. Другим фундаментальным источником мог служить «Капитал» К. Маркса. Обратим внимание на то, что «Капитал» давал различные возможности: можно было взять, к примеру, на вооружение идею «орудий», используемых в процессе труда и распространить на область психических функций. Можно было отталкиваться от роли цели в трудовой деятельности (если, к примеру, взять в качестве отправной точки известное рассуждение Маркса о пчеле и архитекторе). В 1920-е годы влиятельным «марксистским» текстом становится ленинский труд «Материализм и эмпириокритицизм» (1908, в 1920 году выходит второе издание книги), в котором сформулирована известная теория отражения. В 1925 году в СССР впервые публикуется (и на немецком, и на русском языках) «Диалектика природы» Ф. Энгельса, неоконченный труд, в котором обосновывается материальное единство мира и дается классификация форм движения материи. В 1929-1930 гг. публикуются «Философские тетради» В. И. Ленина. Как свидетельствует анализ, в попытках опереться на марксизм-ленинизм использовались не только труды Маркса, Энгельса и Ленина, но и работы Г. В. Плеханова, Л. Д. Троцкого [19]...

В условиях возрастающего идеологического давления все большую роль приобретало *искусство нахождения цитат* из работ классиков, которые выполняли роль «охранной грамоты». Под цитатным «прикрытием» используются в качестве исходных и идеи, которые производны не от марксизма, а от его «источников»: можно обнаружить методологические схемы, идущие от Г. В. Ф. Гегеля, И. Канта, Б. Спинозы [19]. В психологии все острее становится конкуренция, все большая роль отводится многочисленным дискуссиям между различными соперничающими подходами и направлениями, претендующими на статус марксистской психологии. Напомним, только *убедительная демонстрация марксистского характера* предлагаемой версии психологии, дает возможность ее более или менее спокойного существования.

Не удивительно, что в психологии 1920-х гг. наибольшее представительство получают подходы, заявляющие, что психологии необходимо изучать *поведение*. Поведение устойчиво ассоциируется с материалистическим и объективным подходом. В 1926 году появляется «Учебник психологии, изложенной с точки зрения диалектического материализма» профессора К. Н. Корнилова [14], в 1929 году «Введение в психологию» Н. Ф. Добрынина [10]. В

этих работах утверждается, что психологии необходим синтез субъективной психологии и психологии поведения. «Марксистская психология не отрицает также субъективной стороны деятельности человека. Она считает необходимой изучение ее. Марксистская психология таким образом должна быть синтезом эмпирической психологии с объективной психологией, но синтезом не механическим, а органическим» [14, с.16]. Предметом «марксистской психологии является изучение поведения человека как целостного биосоциального организма» [14, с.17].

«Правила игры» при разработке вариантов марксистской психологии предельно четко были сформулированы Б. Г. Ананьевым в 1931 году. Будущий классик советской психологии, а тогда начинающий психолог (напомним, автору всего 24 года) заявляет, что причастность к марксизму дает лишь опора на труды основоположников марксизма, в число которых он предусмотрительно включает и И. В. Сталина): «Подлинными основоположниками советской психологии как психологии диалектико-материалистической являются, понятно, не отдельные школы и направления, хотя бы и шествующие «под знаменем марксизма» (что буквально относится к Корнилову и его «школе»), а основоположники марксизма-ленинизма. Между тем до настоящего времени имеются попытки вывести советскую психологию не из философского наследия Маркса–Энгельса–Ленина, не из истории большевизма и работ Сталина, образующих единственно верный критерий по отношению к истории психологической науки, а из отдельных направлений, по своим корням и содержанию, несомненно, буржуазных» [4, с. 332]. Можно констатировать, что в начале тридцатых годов проблема создания марксистской психологии и, в частности, выбора философско-идеологической платформы, на которой она будет строиться, никоим образом не была решена – дискуссии шли полным ходом. Здесь нет возможности обсуждать сколь-нибудь подробно этот вопрос в целом, ибо формат статьи этого не позволяет.

И в 1934 году появляется статья С.Л.Рубинштейна, которая ознаменовала «рождение советской психологии». Преувеличения здесь нет, поскольку эта работа в действительности была основана на *теории Маркса*. В качестве марксовской теории, послужившей базой для разработки новой психологии явилась *ранняя работа* Маркса, которая совсем недавно была впервые опубликована - «Экономическо-философские рукописи 1844 года» (см. ниже).

О дате появления статьи придется поговорить отдельно, поскольку воспоминания К.К.Платонова позволяют пролить свет на удивительные обстоятельства публикации. Об этом чуть ниже. Но пока еще немного о самом С.Л.Рубинштейне. К.К.Платонов пишет: «С самого начала до последних дней этот мыслитель объединял в своей теории и практике психологию и философию в созданном им направлении, названном философскими проблемами психологии. Он был директором московского Института психологии АПН (1942–1945) и заместителем директора Института философии АН (1945–1949), он был первым психологом — членом-корреспондентом АН СССР, но был им как философ! Да и в психологическую науку он впервые вошел именно в этой своей двойной ипостаси, написав и послав в журнал «Советская психотехника»

статью, ставшую краеугольным камнем не только его понимания психики с позиций марксистского принципа единства сознания и деятельности, но и всего дальнейшего развития советской психологии. Это была уже упомянутая мною выше работа «Проблемы психологии в трудах Карла Маркса», опубликованная в первом номере «Советской психотехники» за 1934 г., дошедшем до подписчиков только в мае того же года! В конце этой статьи в журнале есть пометка: «Получено редакцией 31 мая 1933 г.», то есть она пролежала там около года» [28, 165-166]

Приведем комментарий К.К.Платонова: «Я сейчас, пожалуй, последний из тех, кто может уточнить, почему в № 1 этого же журнала за 1933 г. появилась статья С. Г. Геллерштейна «О психологии труда в работах К. Маркса». Вышло так, что в ноябре 1932 г. я случайно присутствовал при словах И. Н. Шпильрейна, обращенных к Соломону Григорьевичу: — Я узнал, что Рубинштейн в Ленинграде работает над статьей о значении работ Маркса для психологии,— и, бросив взгляд в мою сторону, продолжил: — Об этом надо поговорить... Я вспомнил эту фразу, когда увидел в одном из ближайших номеров статью С. Г. Геллерштейна. Но понял, о чем главному редактору журнала надо было говорить со своим учеником, только прочтя через год работу Сергея Леонидовича. Статья Соломона Григорьевича была, конечно, нужной и интересной, но исследование Сергея Леонидовича оказалось эпохальным! Затем через год, в 1935 г., вышел в свет его учебник, о котором я уже говорил. До него в советской психологии имел хождение только корниловский «Учебник психологии, изложенный с точки зрения диалектического материализма», выдержавший после 1926 г. ряд изданий. Если его первое издание было существенным шагом вперед после дореволюционных учебников идеалиста Г. И. Челпанова, то его дальнейшие повторные выпуски были худшим из всего сделанного Константином Николаевичем для нашей науки и тормозили ее развитие. Когда я, работая в Челябинске, внимательно продумал статью Сергея Леонидовича, а уже в Институте авиационной медицины «залпом прочитал» его учебник, я понял, что вот это и есть та новая марксистская психология, которой мне еще предстоит учиться и учиться» [28, с. 166].

Отметим здесь, что научная деятельность С.Л.Рубинштейна может быть квалифицирована как работа *философа психологии* [17, 19, 18]. Его работы тридцатых годов, да и позднейшие исследования, осуществленные в сороковые и пятидесятые годы двадцатого столетия, составили золотой фонд отечественной философии психологии, возрождение которой в современной российской психологии является насущной методологической задачей [12, 13, 23, 25].

Остановимся предельно кратко на анализе позиции С. Л. Рубинштейна, выражающей отношение к состоянию психологии. В статье С. Л. Рубинштейна «Проблемы психологии в трудах Карла Маркса» дается характеристика *кризиса в психологии*: «Современная зарубежная психология, как известно, переживает кризис. Этот кризис, совпавший с периодом значительного развития экспериментального исследования, является, как и кризис современной физики, о котором писал Ленин в „Материализме и эмпириокритицизме“, кризисом методологическим. В психологии этот кризис привел к тому, что психология

распалась на психологии, а психологи разбились на школы, друг с другом враждующие. Кризис в психологии принял, таким образом, настолько острую и открытую форму, что он не мог не быть не осознан крупнейшими представителями психологической науки» [34, с. 19–20]. С. Л. Рубинштейн подчеркивает, что решающим для понимания кризиса является то, что и поведенческая психология, и интроспективная исходят из одного понимания психики, сознания. Таким образом, кризис психологии – это кризис декартовско-локковской концепции сознания. Выход из кризиса С. Л. Рубинштейн видит в разработке принципа единства сознания и деятельности – «проблемы сознания в его отношении к деятельности» [34, с. 45)]. Вывод, к которому в результате проведенного анализа приходит С. Л. Рубинштейн, состоит в том, что путь для разрешения кризиса только один: «Только радикальная перестройка самого понимания и сознания, и деятельности человека, неразрывно связанная с новым пониманием их взаимоотношений, может привести к правильному раскрытию предмета психологии. Таков именно – это наше основное положение – тот путь, который с полной определенностью указан в психологических высказываниях Маркса. Они ясно намечают иную трактовку и сознания, и деятельности человека, которая в корне преодолевает их разрыв и создает базу для построения марксистско-ленинской психологии как действительно содержательной и реальной науки» [34, с. 24]. С. Л. Рубинштейн находит основу для перестройки в «Экономическо-философских рукописях 1844 года» К. Маркса. Дадим необходимое пояснение. «Экономическо-философские рукописи» написаны в апреле–августе 1844 в Париже (Парижские рукописи). Впервые частично увидели свет на русском языке в Москве в 1927, целиком на немецком языке были опубликованы в 1932 в Москве и в Германии. Полностью на русском языке опубликованы лишь в 1956 в книге «Из ранних произведений».

У Маркса он обнаруживает решение таких узловых вопросов, как *предмет психологии* (сознание в его отношении с деятельностью), *проблема развития* и *проблема личности*. Подводя итог, С. Л. Рубинштейн замечает: «Перед советской психологией стоит сейчас большая задача: в конкретной исследовательской работе реализовать эту открывающуюся перед психологией возможность и, осуществляя неразрывное единство как методологии и пронизанного ею фактического материала, так и теории и практики, создать психологическую науку, сильную четкостью своих методологических позиций и сознательной устремленностью на служение тому делу построения бесклассового социалистического общества, которое куется у нас в СССР учениками Маркса и Ленина, продолжающими то дело, которое было основным делом жизни Маркса» [34, с. 46]. Можно видеть, что в статье обосновывается методологическая основа новой марксистской психологии. Эта работа продолжена в «Основах психологии» (1935) [31]. Констатируется, что психология в начале XX столетия вступает в период кризиса, который носит методологический характер. Рубинштейн отмечает, что методологические основы современной зарубежной психологии требуют радикальной критики, а «огромный фактический материал, добытый экспериментальным исследованием за последние десятилетия, должен быть переработан советской психологией на

основах нашей методологии» [31, с. 35]. И продолжает: «Перед советской психологией стоит в настоящее время большая и ответственная задача: освоив весь добытый в предшествующем развитии психологической науки материал, реализовать в психологии марксистско-ленинскую методологию с тем, чтобы на этой новой основе разворачивать экспериментальное исследование, направленное на разработку теоретических проблем психологии и на разрешение важнейших вопросов, которые ставит перед психологией практика социалистического строительства» [31, с. 37].

Обратим особенное внимание на то, что декларированная и обоснованная в статье «Проблемы психологии в трудах Карла Маркса» методология советской психологии получает конкретную реализацию, воплощенную в системе психологии, изложенной в книге 1935 года «Основы психологии». Советская психология стала реальностью.

Теперь стоит обратиться к названию настоящей публикации. Я имею в виду ту часть заголовка, где говорится о том, что С.Л.Рубинштейн – философ, «спасший и сохранивший психологию». Возможно, название неудачное, соглашусь. Конечно, история – история психологии отнюдь не исключение – не знает сослагательного наклонения. Поэтому использованное выражение не имеет эмпирических доказательств. Тем не менее, можно констатировать, что благодаря работам Рубинштейна была оформлена советская психология, имевшая надежную *охранную грамоту, освященную именем Маркса*. Идеологи, следившие за правильностью трактовки марксизма ничего крамольного не смогли обнаружить – все было сделано классическим философом и – добавим – философом новой советской психологии, притом сделано безупречно. Появилась советская психология, базирующаяся на идеях Маркса. Представим себе на минуту, что могло бы произойти с психологией, представляющей собой конгломерат различных подходов, отчаянно полемизирующих между собой, ориентируясь на *внешние признаки* марксизма, утверждающих при этом, что именно их точка зрения есть развитие марксизма. Именно благодаря Рубинштейну проблемы деятельности, сознания, личности (правда, в последнем случае ненадолго), развития получили законное право исследоваться методами психологии. Как представляется, именно благодаря созданному Рубинштейном ядру советской психологии научной психологии удалось уцелеть и не разделить участь педологии и психотехники, которые подобного философско-методологического ядра не имели.

К этим же проблемам С. Л. Рубинштейн возвращается в статье «Философские корни экспериментальной психологии» (1940) [35] и знаменитом теперь учебнике «Основы общей психологии» [32]. Прошло всего пять лет, но картина радикально меняется. Основы советской психологии уже заложены, поэтому Рубинштейн обращается к анализу *мировой психологии*. С. Л. Рубинштейн дает историческую панораму становления психологии как науки, фиксирует несоответствие сложившейся в психологии методологии актуальным задачам и формулирует условия, которые необходимо создать для завершения становления психологии как науки.

С. Л. Рубинштейн в 1940 году отмечал: «Переход от простой совокупности еще не оформившихся в науку знаний к науке является для каждой области знаний, в том числе и для психологии, крупным событием, подлинными источниками и движущие силы которого очень важно уяснить себе для того, чтобы правильно понять ее дальнейшие пути и перспективы» [35, с. 70]. Нельзя не согласиться и с другим высказыванием С.Л.Рубинштейна из процитированной работы: «История психологии и формирования ее как самостоятельной науки не получила еще в мировой психологической литературе адекватного освещения» [35, с. 68].

Хотя с тех пор прошло много времени, опубликовано огромное количество работ по истории психологической науки, оценка выдающегося отечественного психолога, к сожалению, не утратила ни своей актуальности, ни своей правоты. Переломным периодом в развитии психологии явилась вторая половина XIX века, когда психология вычленяется из философии и постепенно становится экспериментальной наукой. С. Л. Рубинштейн категорически возражал против формального решения вопроса о формировании психологии как самостоятельной науки, когда «дело изображается так, будто психология начала существовать с того времени, как Вундт создал свою лабораторию. Вся предшествующая история философско-психологической мысли представляется лишь малозначительной прелюдией к этому событию. Те ученые, которые как Фехнер и особенно Вундт, разработали на базе специальных физиологических исследований методику психофизиологического исследования и оформили психологию (физиологическую) как экспериментальную дисциплину, представляются основоположниками психологии, определявшими ее основы в целом. В результате получается необъяснимым парадокс: эклектики и эпигоны в философии, философские концепции которых являются показательным проявлением начинающегося упадка теоретической мысли, представляются не только учеными, которые, опираясь на полученное ими философское наследие и достижения физиологии, оформили психологию как определенную научную дисциплину, но и как ее вдохновители, как основоположники, у которых надо искать ее истоки» [35, с. 69-70].

С. Л. Рубинштейн подчеркивал, что становление новой психологической науки «не может быть стянуто в одну точку»: «Это длительный, еще не законченный процесс, в котором должны быть выделены три вершинные точки: первая должна быть отнесена к тому же XVI–XVII веку или переломному периоду от XVII к XVIII веку, который выделил Энгельс для всей истории науки; вторая – ко времени оформления экспериментальной физиологической психологии в середине XIX столетия; третья – к тому времени, когда окончательно оформится система психологии, сочетающая совершенство методики исследования с новой, подлинно научной методологией» [35, с. 77].

Таким образом, согласно С.Л.Рубинштейну, психология на 1940 год не может считаться полностью сложившейся наукой. Причем, хочется обратить внимание на тот факт, что Рубинштейн имеет в виду явно мировую науку.

Итак, для того, чтобы процесс становления психологии наукой был завершен, согласно Рубинштейну, необходимо решить триединую задачу.

- 1) Создание подлинно научной методологии
- 2) Создание системы психологии
- 3) Создание совершенных методик.

Сам Рубинштейн пытался решить эти задачи. Его «Основы общей психологии» могут быть рассмотрены именно как попытка создания системы мировой психологии. В этом уникальном учебнике предпринимается грандиозная попытка объединить имеющееся в мировой психологии знание. В отличие от своих современников, нацеленных на критику буржуазной психологии, он предпринимает попытку создания *позитивной системы*.

Будучи философом психологии – методологом по призванию и складу своего мышления, С.Л.Рубинштейн принял на себя ответственность за судьбу мировой психологии и пытался решать эти проблемы. По понятным причинам он не мог открыто писать, что речь идет именно о всей мировой психологии. Сам С.Л.Рубинштейн в сороковые и пятидесятые приступил к осуществлению этих задач на новом уровне, но полностью решить их ему не удалось [17]. Впрочем, это уже другая глава биографии С.Л.Рубинштейна.

Закljučая настоящую статью, отметим, что идеи С.Л.Рубинштейна живы и по-прежнему не только актуальны для современной психологии, но и выступают стимулом к дальнейшему развитию, в частности, в плане философии психологии [44, 25, 22, 18 и др.].

## Литература

1. Абульханова-Славская К.А., Брушлинский А.В. Философско-психологическая концепция С.Л.Рубинштейна. М., 1989
2. Абульханова-Славская К.А., Брушлинский А.В. Основные этапы развития концепции С.Л.Рубинштейна // С.Л.Рубинштейн Избранные философско-психологические труды. М., 1997
3. Абульханова-Славская К.А., Славская А.Н. Сергей Рубинштейн. Детство. Юность. Молодость. М.- Воронеж, 2010
4. Ананьев Б. Г. О некоторых вопросах марксистско-ленинской реконструкции психологии // Психология, 1931. Т. IV. Вып. 3–4. С. 325–344.
5. Артамонов В.И. Психология от первого лица. 14 бесед с российскими учеными. М.: Academia, 2003. — 408 с.
6. Братусь Б. С. Русская, советская, российская психология: Конспективное рассмотрение. Москва: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2000. 88 с.
7. Веденов А. В. К вопросу о предмете психологии // Психология, №3, 1932, с. 38–58.
8. Гусельцева М.С. С.Л.Рубинштейн и неокантианская школа мысли // Вопросы психологии, № 1, 2021. С. 106- 118
9. Дмитриева Н.А. Русское неокантианство : «Марбург» в России. Историко-философские очерки. — М. : Российская политическая энциклопедия (РОССПЭН), 2007

10. Добрынин Н. Ф. Введение в психологию. Москва – Ленинград: Государственное издательство, 1929. 340 с.
11. Ждан А. Н. Общий очерк истории психологии в России // Российская психология: Антология / авт.-сост. А. Н. Ждан. Москва, 2009. С. 3–26.
12. Козлов В.В. Философия психологии: предварительные рассуждения // Методология современной психологии, № 23, 2024
13. Козлов В.В. Методология психологии сегодня / В.В.Козлов, В.А.Мазиллов, В.Ф.Петренко // Методология современной психологии. 2017. № 7. С. 3-6
14. Корнилов К. Н. Учебник психологии, изложенной с точки зрения диалектического материализма / проф. К. Корнилов. Ленинград: Гос. изд-во, 1926. 164 с.
15. Лекторский В.А. Немецкая философия и российская гуманитарная мысль: С.Л.Рубинштейн и Г.Г.Шпет // Лекторский В.А. Философия, познание, культура. М., 2012, с. 231-248.
16. Ленин В. И. Что такое «друзья народа» и как они воюют против социал-демократов? (Ответ на статьи «Русского Богатства» против марксистов) // Полное собрание сочинений. 5-е издание. Том 1. Москва: Издательство политической литературы, 1967, С. 125–34
17. Мазиллов В.А. С. Л. Рубинштейн и будущее психологии // Индивидуальное, национальное и глобальное в сознании современного человека: новые идеи, проблемы, научные направления. Москва: ИП РАН, 2020. С. 164-184.
18. Мазиллов В.А. Методологические вопросы психологии. Ярославль: МАПН, 2005. 166 с.
19. Мазиллов В. А. Теория и метод в психологии. Ярославль: МАПН, 1998. 356 с
20. Мазиллов В.А. Психология: взгляд в будущее // Психологический журнал, т.38, №5, 2017, С.97-102
21. Мазиллов В.А. Методология отечественной психологической науки: основные направления исследований и разработок // Ярославский педагогический вестник. 2010. Т. 2. № 3, с. 174-191
22. Мазиллов В.А. Прогресс на фоне кризиса // Вопросы психологии. 2017. № 6. С. 107-116
23. Мазиллов В.А. Методология психологии на современном этапе: проблемы и перспективы // Системогенез учебной и профессиональной деятельности. Материалы III Всероссийской научно-практической конференции. Ярославль, 2007. С. 42-48
24. Мазиллов В.А. Биосоциальная проблема в контексте методологии психологической науки // Психологический журнал Том 41. № 3, 2020а. С.122-130
25. Мазиллов В.А. Методологические проблемы психологии. Ярославль: МАПН, 2006.



26. Мазилев В.А. Методологические поиски в отечественной психологии в начале 1930-х гг.: взгляды на марксистскую психологию В. С. Филатова // Ярославский психологический вестник. 1 (52), 2022. С. 129-138
27. Пастернак Б.Л. Избранное. В 2-х томах. Т. 2. - М.: Художественная литература, 1985. - 559 с.
28. Платонов К. К. Мои личные встречи на великой дороге жизни (Воспоминания старого психолога) / Под ред. А. Д. Глоточкина, А. Л. Журавлева, В. А. Кольцовой, В. Н. Лоскутова.— М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005.— 310 с.
29. Применение концепции С.Л.Рубинштейна в разработке вопросов общей психологии. М., 1989
30. Рубинштейн С.Л. Принцип творческой самодеятельности (К философским основам современной педагогики) // Ученые записки высшей школы г. Одессы. 1922. Т. 2. С. 148-154.
31. Рубинштейн С.Л. Основы психологии. М.: Гос. уч.-пед. изд.-во, 1935. 496 с.
32. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – М.: Государственное учебно-педагогическое издательство Наркомпроса РСФСР, 1940. – 596 с.
33. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Изд. второе. М.: Гос. уч.-пед. изд.-во мин. просв. РСФСР, 1946. 704 с.
34. Рубинштейн С. Л. Проблемы психологии в трудах Карла Маркса // Рубинштейна С. Л. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1973, с. 19-46.
35. Рубинштейн С. Л. Философские корни экспериментальной психологии // Рубинштейна С. Л. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1973б, с. 68–90.
36. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. О месте психического во всеобщей взаимосвязи явлений материального мира. – М.: Изд-во АН СССР, 1957. – 328 с. (АН СССР. Институт философии).
37. Рубинштейн С.Л. О мышлении и путях его исследования. – М.: Изд-во АН СССР, 1958. – 145 с.
38. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии. – М.: Изд-во АН СССР, 1959. – 354 с.
39. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.
40. Рубинштейн С.Л. Проблемы психологии в трудах К. Маркса // Советская психотехника. 1934. Т. 7. № 1. С. 3-20.
41. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. – М., 1997.
42. Рубинштейн С.Л. История создания книги «Человек и мир» // Сергей Леонидович Рубинштейн: Очерки, воспоминания, материалы. М.: Наука, 1989.
43. Славская А.Н. Основы психологии С.Л.Рубинштейна. Философское обоснование развития. Москва: «Когито-Центр», 2015;
44. Шадриков В. Д. О психофизическом принципе (предмет психологии) / В.Д.Шадриков, В.А.Мазилев // Психологический журнал. том 43, №3. 2022. С. 15–24.

45. Rubinstein Sergej. Eine Studie zum Problem der Methode. Marburg 1914 - 66 S.

**Меркульев М.Ю., Просекин М.Ю.**

## **ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ ПОЗНАНИЯ И ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ**

### **Аннотация**

В статье мы рассматриваем требования к познанию, возникающие при встрече с задачами киберфизики и сверхвызовом искусственного интеллекта, а также в связи с актуализацией российского цивилизационного проекта. Это приводит к существенным изменениям оснований и методов познания. Мы выделяем социальные и психологические проблемы, которые при этом возникают и предлагаем пути повышения психосоциальной устойчивости и компетентности, делающие возможным решение индивидом данных задач.

Ключевые слова киберфизика, познание, искусственный интеллект, антропологическая работа, антропологическое ядро, прикладная философия

### **Annotation**

In the article we consider the requirements for cognition that arise when meeting the tasks of cyberphysics and the super-challenge of artificial intelligence, as well as in connection with the actualization of the Russian civilizational project. This leads to significant changes in the foundations and methods of cognition. We highlight the social and psychological problems that arise in this case and propose ways to increase psychosocial stability and competence, making it possible for an individual to solve these problems.

Keywords cyberphysics, cognition, artificial intelligence, anthropological work, anthropological core, applied philosophy

### **Введение**

Бурное развитие электроники, кибернетики подводит нас к сверхвызову искусственного интеллекта. Сверхвызовом является появление второго после человека потенциального субъекта познания [7]. С другой стороны нас все больше окружают кибернетические системы. Это то, что сейчас стало принято называть цифровизацией, но точнее было бы называть кибернетизацией или киберфизикой [6]. Таким образом, нас с одной стороны окружают все более умные системы, с другой стороны, мы в свои руки получаем инструменты усиления своих когнитивных возможностей, так же как на прошлом этапе машины стали инструментом усиления физических возможностей. В связи с этим возникает закономерный вопрос, как должен измениться человек, его интеллектуальные и когнитивные способности, его психика для того, чтобы с

одной стороны приспособиться к этому изменению внешнего мира, а с другой стороны для того, чтобы максимально использовать новые возможности.

Кроме того, события последнего времени и разворачивающиеся в мире конфликты проявили необходимость формирования концентриального и когнитивного суверенитета [5]. Возникает вопрос: каким образом в современных условиях можно сохранять и развивать возможности познания, решать задачи устойчивости и развития сознания человека. Это, кроме всего прочего, позволило вновь поднять вопрос о том, откуда взялось представление о единой общемировой науке и отсутствие национальной специфики познания. И на данный момент исследования показывают, что утверждение о единственном общемировом познании является как минимум дискуссионным [3, 10]. При этом, говорить о национальных особенностях познания будет также некорректно. Но если мы допускаем модель мира с сосуществованием разных цивилизаций и цивилизационных проектов, то корректнее будет говорить о цивилизационных вариантах познания [12]. Мы уже писали о характере современного кризиса, частью которого является кризис европейской цивилизационной модели познания, что придает дополнительное значение развитию остальных цивилизационных проектов познания: индийского, китайского и российского, который оказался возможен благодаря наследию Советского союза, который в силу изоляции оказался вынужден развивать когнитивный суверенитет и в целом справился с этой задачей.

В связи с этим возникает необходимость в рефлексии и пересборке познания, как одного из ключевых социосистемных процессов [11]. Для России в связи с наличием собственного цивилизационного проекта познания, в условиях угрозы его поглощения европейским, эта задача может стать критической. Другим ключевым социосистемным процессом, который также не может быть затронут, является трансляция познания или образование. Очевидно, что различные психические и социальные закономерности и феномены могут существенно усилить или ослабить возможности решения стоящих перед нами задач. Эти задачи часто требуют от человека предельных и даже запредельных усилий, которые могут повредить психическому здоровью неподготовленного человека. В этой статье мы постараемся разобрать связь некоторых базовых процессов познания с социально-психологическими проявлениями и обсудить подходы к сохранению социально-психической устойчивости при встрече с этими задачами.

### **Задача и смысл познания с точки зрения социальной психологии**

Вышеупомянутые задачи требуют рассмотрения познания максимально очищенным от тех или иных цивилизационных вариантов познания. Для этого мы начнем с совершенно простых и почти банальных утверждений. Прежде всего, следует рассматривать познание как процесс превращения непознанного в познанное. Следующим шагом необходимо будет определить познанное. Предлагается определить познанное как то, то, с чем мы можем иметь дело, то есть включать его в реализацию своих целей. Это включение стоит рассматривать максимально широко смысле: в виде контекста, в виде способа и инструмента, сырья или ресурса, усилителя наших собственных способностей

и т.п. При этом стоит отметить, что цели здесь мы рассматриваем как проявление воли и желания. И в этом смысле целесообразное поведение не означает внесение ограничений полезности как обязательного требования. И тогда познание может быть само по себе мотивом познания. Кроме того, мы рассматриваем здесь познание как проявление, в том числе, разумности, не ограничиваясь познавательной способностью живого [1], а включая ее. Здесь мы встречаемся с набором психических и социальных явлений, связанных с неопределенностью, неоднозначностью и нашей способностью с ними взаимодействовать.

Вводя представление о познании в общем смысле, мы можем обнаружить, что какие-то представления о познании, которые для нас являются очевидными, на самом деле скорее являются нерелексируемыми или частично релексируемыми ограничениями на общий процесс познания. Отчасти они связаны с нашей реакцией на неопределенность и близость хаоса. И, конечно, вводя любые ограничения на познание, нам стоит обратить внимание, как и с какой целью мы это делаем, а также какие последствия в ограничении возможности познания мы таким образом потенциально вводим. То есть стоит заметить, что, вводя ограничения, мы ограничиваем и способность к познанию. Примерами таких ограничений могут быть: субъект-объектное представление, представление о символах как носителях знания, представление об информации и даже представления о знании. Кроме того, процессы и наши действия, то, каким образом мы разворачиваем для себя процесс познания, тоже могут содержать в себе существенные ограничения. К самым распространенным и, соответственно, чаще всего нерелексируемым применяемым можно отнести логику и научный метод, а к непостижимо сложным можно отнести мышление и сознание. Обращая внимание на себя и, соответственно, свою антропность, мы можем посмотреть на те ограничения, которые накладываются нашими эволюционно сформировавшимися способами восприятия и действия. Примерами ограничений в восприятии могут быть диапазоны восприятия электромагнитных волн нашим зрением и восприятия звуковых волн нашим слухом. Примеров ограничения нашей способности к действию чрезвычайно много, и тут мы возьмем их из нашего мышления. Мы принципиально ограничены диапазоном времени, с которым мы можем иметь дело – слишком долго и слишком быстро. Мы не можем иметь дело с тем, что сложнее нас, то есть с тем, что не может поместиться в нашем сознании – слишком сложно. И, наконец, то, что относится уже непосредственно к предмету нашего рассмотрения -слишком страшно. Мы с чем-то не можем иметь дело потому, что нам слишком страшно [11]. На групповом плане здесь стоит отметить принципиальную ограниченность взаимопонимания. Таким образом, возникает еще ряд психических и социальных явлений, связанных нашей личной и коллективной реакцией на наше несовершенство, ничтожность и одиночество.

Еще одним важным вопросом, который с одной стороны является трудным для описания и соотнесения с познанием, а с другой стороны важным с точки зрения психики, социального поведения и даже физиологии, является смысл. Здесь мы, помимо всего прочего, встречаемся с фундаментальными моментами

взаимодействия человека с киберфизическими системами и искусственным интеллектом [7, 8]. Вполне можно допустить, что смысл может быть проявлением на уровне разума свойств для части живых организмов, способностей к интегральному восприятию и взаимодействию с тем, что является более сложным чем сама живая система. Так или иначе, с дополнительными предположениями или без, смысл является источником психических переживаний и социальных явлений, связанных с бессмысленностью и абсурдностью.

Таким образом, даже при самом первом поверхностном соприкосновении с процессом познания, можно увидеть, насколько он естественным образом переплетен с психикой и социальным поведением. Эта проблема давно и подробно обсуждается в литературе. И даже сложилась определенная область, которая касается когнитивных искажений. При этом в самом термине когнитивное искажение заложено представление о некоем отклонении от нормы, хотя вполне возможно, что большая часть этих отклонений возникает не вследствие каких-то отклонений человека, а вследствие ограниченности нашего способа изучения человека. С другой стороны, если мы оставим в стороне понятие нормы, при нашей работе с киберфизическими системами [6] и искусственным интеллектом возникает закономерный вопрос о том, как можно строить адекватные и эффективные нечеловеческие когнитивные системы и как мы включаем в познание нечеловеческие элементы. Кроме того, встретившись с проблемой искусственного интеллекта, мы встречаемся еще и с проблемой невозможности его интерпретировать. И здесь для нас возникает еще дополнительный объем психологических и социальных проблем, связанных со встречами с иным по отношению к нам. Причем не просто иным, а потенциально непостижимым, превосходящим нас и наши способности. А если мы вспомним о том, что подобные психические переживания могут приводить к регрессии, и совершая, соответственно, к достаточно серьезному, часто нерелефлексивному снижению наших когнитивных способностей, то можно обнаружить, что задача познания порождает не только когнитивные, но социальные и психологические ограничения на саму способность к познанию [2]. Далее мы постараемся показать, что часть когнитивных ограничений в познании и их устойчивость связана с теми или иными психическими и социальными явлениями.

### **Рефлексия познания и психика**

Для того, чтобы подробнее раскрыть процесс познания, можно обратиться к ряду фундаментальных вопросов о том, как этот процесс устроен. Например, важными являются вопросы о том, на каком основании мы считаем процесс познания корректным, какие есть основания для этого предположения и на каком основании можно считать результат познания выразимым хотя бы и для себя и транслируемым другим. Ссылаясь на прогресс познания, можно посчитать эти вопросы несущественными или бессмысленными. Но если мы внимательно на них посмотрим, то в более корректной форме они будут звучать мягче: в каких пределах эти утверждения корректны, а где есть границы, за пределами которых мы эти утверждения корректными и адекватными считать не можем? То есть, где есть граница познания и как мы можем обнаружить для себя эту границу. Второе

смягчение формы этого вопроса, где граница применимости тех наших представлений в познании, которые мы используем сейчас, об использовании которых нам пришлось договориться, чтобы запустить процесс познания. Где перестает работать конкретный способ, что нас возвращает к тому, что существует несколько цивилизационных разных моделей познания, и у каждой модели, в том числе и европейской, есть некая граница применимости, которая для других цивилизаций будет проходить в совершенно другом месте. Или совсем мягкий рефлексивный вопрос: какие правила и условия нам пришлось наложить на познание, чтобы оно стало социальным процессом, и какие еще ограничения мы наложили в процессе его институционализации.

Поскольку в современной европейской цивилизации процесс познания представлен прежде всего наукой, то психологические и социальные аспекты этих вопросов относятся прежде тем, кто отождествляет себя с наукой в той или иной степени. И здесь мы сталкиваемся с большим количеством разных взглядов, споров и разногласий на всех уровнях от прагматического до философского. Все это приводит к тому, что основания рационального познания в той или иной мере выходят за рамки рациональности, а какая-то часть может оставаться для нас незаметной, неосознаваемой, нерелексивируемой. Психическая реакция на эти явления как правило достаточно жесткая – это вытеснение в той или иной форме, поскольку способность рефлексивно удерживать две или более принципиально противоречивые картины мира является сложной и элитарной, и требующей довольно серьезного выхода за рамки текущей психической нормальности. Реакция вытеснения часто закрепляется на социальном уровне и институционализируется в форме научных направлений и дисциплин, что позволяет, например избегать самосогласованности знания в рамках предметных областей. Это приводит к тому, что чаще всего критерии научности лежат не в области науки, а в области социальных процессов, что приводит периодически к тем или иным формам социального и экономического принуждения, которое добавляет нагрузку на психику при попытке обратиться к решению данного круга вопросов

Здесь стоит отметить также необходимость создания сложных когнитивных инструментов, которые по уровню сложности были бы сопоставимы со сложностью тех явлений, с которыми они имеют дело. В свете этого возникает, вопрос о том, какой смысл заключается в споре между идеалистическими и материалистическими представлениями, если мы начинаем иметь дело с классом явлений, когда и пространство материального, и пространство идеальных представлений, и даже семиотическое пространство, требует их одновременного применения к познанию соответствующих явлений. Примерами задач, которые относятся к этому классу, являются задачи о живом, различении между живым и неживым, превращении неживого в живое. Кроме того, перед нами недавно встали вызовы искусственного интеллекта, границ разумного и неразумного, человеческого и нечеловеческого. Также к этому классу задач относятся задачи киберфизики, где мы вынуждены обнаружить, что нам важно работать не просто в представлении искусственных систем. Нам одновременно важно удерживать искусственную техническую систему, с ее поведением, в том числе

непредусмотренным нами как ее создателями, естественную среду с учетом ее уникальности в конкретном случае и реализацию целевого поведения, которое задается и определяется социальным слоем. Таким образом, здесь мы тоже можем увидеть три взаимодействующие и взаимопротиворечивые стороны — это искусственное, естественное и социальное. Это только лишь небольшая часть примеров того, какие задачи могут стоять перед нами в познании и где от соответствующего цивилизационного варианта познания, на роль которого может претендовать и российский, потребуется возможность и способность отказа от устоявшихся и привычных оснований и предустановок мышления. Естественным образом, такой отказ от предустановок мышления и тем более когнитивных инструментов, которыми люди привыкли пользоваться, требует серьезной психологической поддержки, которая, скорее всего, только и сделает эти формы продвижения в познании возможными.

### **Картина мира, онтология, эпистема и психосоциальные требования**

Когда мы говорим о познании, стоит обратить внимание на эволюцию, научения и опыта, которые характерны для живых организмов и находят свое предельное развитие в человеке. Здесь стоит отметить несколько важных моментов, которые касаются прежде всего активности и, соответственно, определенной телеологичности [7]. Даже когда мы говорим о достаточно простом восприятии мира, невозможно отделить наше восприятие от нашего опыта. И прежде всего, восприятие внешнего мира, как мира форм, является результатом довольно сложного процесса научения. Само по себе восприятие не является изначально содержащим в себе какие-то формы, что показывает наблюдение за людьми, у которых зрение восстанавливалась в зрелом возрасте и было отмечено, что необходимо примерно две недели для того, чтобы человек научился видеть. Кроме того, активность проявляется в зависимости от восприятия от цели, что позволяет говорить о триединстве восприятия, которое включает в себя первичные рецепторы, опыт и цель. Добавление к этой структуре второй сигнальной системы позволяет нам говорить о переработанном опыте, о согласованности, о внутренней согласованности этого опыта и его символическом описании, что и формирует картину мира человека.

Когда мы говорим о картине мира, то возникает несколько вопросов о том, как устроена картина мира, насколько она соответствует реальному миру, насколько она позволяет продуктивно взаимодействовать с миром, в том числе организовывать свое внимание. Здесь мы в очередной раз встречаемся с противоречивостью, которая проявляется в диалектических парах: устойчивость-изменчивость, полнота-открытость, связность-разнородность и т.п. Без соответствующей готовности психики может возникнуть непреодолимый барьер для формирования целостной картины мира из мозаичной.

Некоторые из противоречий традиционно решаются через определённые когнитивные инструменты. Так, например, для формирования целостной картины мира и преодоления противоречия устойчивость-изменчивость потребуется устойчивое основание картины мира или онтология. Формирование онтологии представляет из себя сложный процесс, как правило, выходящий за

рамки принятой индивидом традиции познания и содержит в себе когнитивные импринты и принимаемые на веру утверждения, включая парадигму познания. Таким образом, возникающая задача корректировки онтологии требует ее осознанной рефлексии, как, впрочем, и задача разработки инструментов формирования адекватной онтологии у молодого поколения. В силу того, что рефлексия онтологии как правило выводит за рамки парадигмы, возникает комплекс переживаний разрушения картины мира и мышления, который переживается травматически, например, как разрушение личности. И это только одна из начальных задач, выводящих за рамки онтологии, связанных с формированием новой когнитивной парадигмы. Серьезные задачи потребуют свободного и осознанного движения за рамками онтологии, например мультионтологического и метаонтологического. На социальном уровне возникает задача встречи с иной онтологией и проблема взаимопонимания и совместного действия в этих условиях.

Следующей областью, которая вызывает соответствующие психические и социальные реакции в нашем поведении, является формирование и рефлексия личной эпистемы, то есть способа, которым индивид отличает истинное от ложного. Здесь также возникает множество сложностей и противоречий. Для начала, и здесь важным является рефлексия эпистемы, с похожими последствиями для картины мира. Следующим шагом появляется неизбежность личной ответственности за отделение истинного от ложного, без которой возникает характерный для современного человека релятивизм. Все это тоже требует психологической и социальной подготовки вплоть до уровня антропологических изменений.

### **Пути повышения психосоциальной устойчивости и прикладная философия**

Вышеперечисленные проблемы представляют лишь часть от общего круга проблем. Но даже этого перечня вполне достаточно, чтобы предположить необходимость системного и комплексного подхода к решению данной задачи. Кроме того, потребуются дальнейшая разработка адекватных методов решения этих задач. На сегодняшний день существуют технологии, которые могут лечь в основу соответствующих методов. Примером могут служить разрабатываемый под руководством О.Г.Бахтиярова психонетический подход [4] и развиваемый нами биокибернетический подход [7].

На сегодняшний день мы подошли к возможности создания процессов, которые могут сформировать соразмерные задачи антропологические изменения, в рамках которых уже удастся наблюдать начальные онтологические изменения, из круга перечисленных выше. Однако для адекватного решения полного спектра поставленных потребуются дальнейшее развитие технологии.

Кроме того, рассмотренные выше простые подходы к рефлексии собственного мышления (онтологии, гносеологии, эпистемы, когнитивных паттернов и предустановок мышления) позволяют сформировать инструментарий прикладной философии, которая может быть полезна и в решении гораздо более широкого круга повседневных когнитивных задач, например в управлении.



Библиографический список

1. Александров, И. О. Формирование структуры индивидуального знания / И. О. Александров. – Москва : Институт психологии РАН, 2006. – 560 с. – ISBN 5-9270-0089-4. – EDN SUMZBX.
2. Александров, Ю. И. Регрессия как этап развития / Ю. И. Александров, О. Е. Сварник, И.И. Знаменская [и др.]. – Москва: Институт психологии РАН, 2017. – 191 с. – ISBN 978-5-9270-0354-9. – EDN ZADSHL
3. Александров, Ю.И., Кирдина С.Г. Типы ментальности и институциональные матрицы: мультидисциплинарный подход/ Ю.И. Александров, С.Г. Кирдина // Социологические исследования. 2012. Т. 38. С. 3–12
4. Бахтияров, О.Г. Активное сознание. / О.Г. Бахтияров– Москва: РИПОЛ Классик, 2015. – 334 с.
5. Бейлин М.В. Консциентальные войны в эпоху информационных технологий // Наука. Искусство. Культура. 2018. №3 (19).
6. Громыко, Ю. В. Деятельностная когнитивистика в условиях цифровизации / Ю. В. Громыко, М. Ю. Просекин // Вопросы философии. – 2024. – № 4. – С. 42-52. – DOI 10.21146/0042-8744-2024-4-42-52. – EDN XMXQTE.
7. Меркульев, М.Ю. Антропологическое ядро: ответ на сверхвызов искусственного интеллекта / М. Ю. Меркульев, Т. А. Меркульева // Человеческий фактор: Социальный психолог. – 2023. – № 1(45). – С. 172-179.
8. Меркульев, М. Ю. От антропотипирования к антропологической работе от профориентации к профнавигации / М. Ю. Меркульев, М. Ю. Просекин // Методология современной психологии. – 2024. – № 22. – С. 258-265. – EDN OVBZKK.
9. Меркульев М.Ю. Разработка технологии развития человеческого потенциала на основе теории функциональных систем академика П.К.Анохина / М.Ю.Меркульев, Д.А.Шаменков // ЧФ: Человеческий фактор Социальный психолог. - 2022. - № 1(43).- С.73-84
10. Парибок, А.В. О главных отличиях индийской науки о методиче ской рациональности от западной традиции логики/ А.В. Парибок // Философский журнал / Philo sophy Journal. 2024. Т. 17. № 1. С. 73–83.
11. Переслегин, С.Б. Сумма стратегий. Монография [Электронный ресурс]// Электронная библиотека RoyalLib.com.- URL: [https://royallib.com/book/pereslegin\\_serгей/summa\\_strategii.html](https://royallib.com/book/pereslegin_serгей/summa_strategii.html) (дата обращения: 14.08.2024)
12. Пружинин, Б.И. Концепция "логики смысла" А.В. Смирнова и философия сознания (материалы "круглого стола") / Б. И. Пружинин, В. А. Лекторский, С. Ю. Бородай [и др.] // Вопросы философии. – 2022. – № 6. – С. 5-44. – DOI 10.21146/0042-8744-2022-6-5-44. – EDN RTANJQ.

Павленко С. А

## ИГРОПРАКТИКА, КАК ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ РАЗВИТИЯ САМОСОЗНАНИЯ

**Аннотация:** статья посвящена исследованию того, как при помощи трансформационной психологической игры можно развить самосознание у индивидуума. Автором разработан алгоритм, позволяющий самостоятельно или при сопровождении фасилитатора осознать механизм утраты доверия к жизни, ощущения божественности собственной природы и перекрыть энергию жизненности в физическом теле. Именно через развитие самосознания можно увидеть то, как игра меняет не только способность участников доверять миру, людям и себе, но и укрепляет их принятие Бытия. Меняет самоощущение личности и в дальнейшем приводит к раскрытию высших уровней самовосприятия. При этом на уровне психики происходит исцеление невротических состояний, а на телесном – соматических проявлений

**Ключевые слова:** трансформационная психологическая игра, осознанность, целостность, самосознание, психология, сценарий формирования судьбы, т-игра, психотерапия, психологическая травма, травматерапия, обучение, саморегуляция, самопознание, трансформация, внутриличностный конфликт, невроз, психосоматика

**Annotation:** The article is devoted to the study of how, with the help of a transformational psychological game, it is possible to develop self-awareness in an individual. The author has developed an algorithm that allows, independently or accompanied by a facilitator, to realize the mechanism of loss of trust in life, a sense of the divinity of one's own nature and to block the energy of vitality in the physical body. It is through the development of self-awareness that one can see how the game changes not only the participants' ability to trust the world, people and themselves, but also strengthens their acceptance of Being. It changes the self-perception of a person and further leads to the disclosure of higher levels of self-perception. At the same time, neurotic states are cured at the mental level, and somatic manifestations at the bodily level

**Keywords:** transformational psychological game, awareness, integrity, self-awareness, psychology, fate formation scenario, t-game, psychotherapy, psychological trauma, trauma therapy, training, self-regulation, self-knowledge, transformation, in

### **Обоснование необходимости развития самосознания**

В современном мире, насыщенном стрессами и быстрыми изменениями, развитие самосознания становится не просто актуальным, а жизненно важным вопросом. Научные исследования подтверждают, что высокий уровень самосознания влияет на качество жизни человека, его эмоциональное благополучие, состояние удовлетворенности собственной жизнью и судьбой.

Мы живем в условиях постоянной неопределенности, что зачастую приводит к внутренним конфликтам, экзистенциальным кризисам и ухудшению психического здоровья. Именно поэтому важно заняться развитием самосознания не только у отдельных личностей, но и у всего населения.

Согласно многим исследованиям в области психологии, самосознание позволяет людям лучше понимать свои эмоциональные состояния и реагировать на них адекватно. Это, в свою очередь, способствует более гармоничным отношениям как с самим собой, так и с окружающими. Люди, обладающие высоким уровнем самосознания, показывают лучшие результаты в экстремальных стрессовых условиях, поскольку умеют контролировать свои эмоции и принимать более взвешенные решения. Кроме того, они чаще реализуют свой потенциал и достигают жизненных целей, что непосредственно влияет на их удовлетворенность жизнью.

Другим важным аспектом является то, что самостоятельная работа над развитием самосознания в домашних условиях становится не просто решением, а необходимостью. Большинство людей испытывают нехватку времени для прохождения курсов или терапии, что делает домашние практики идеальным вариантом для повышения осознанности. Это может включать медитацию, ведение дневника, практики внимательности и самоанализа. Учитывая эффективные технологии и методики, доступные в интернете, практика самопознания становится доступной каждому, что увеличивает шансы на позитивные изменения.

Однако важно отметить, что подход к самостоятельной работе требует определенных знаний и умений. Неправильные или недобросовестные методы могут принести больше вреда, чем пользы. Здесь на помощь придут специалисты, которые смогут подготовить и обучить людей методам эффективного развития самосознания в домашних условиях. Создание программ дополнительного обучения для психологов и специалистов в этой области будет способствовать формированию качественного контента, который можно применять на практике.

Таким образом, развитие самосознания населения — это не только необходимость, но и возможность улучшить общее качество жизни человечества. Мы должны обратить внимание на важность обучения, методики и практики, которые помогут людям стать более осознанными и счастливыми. Уделяя внимание этому вопросу, можно не только снизить уровень психологических заболеваний, но и повысить общую удовлетворенность жизнью. В конечном счете, инвестиции в развитие самосознания — это инвестиции в лучшее будущее, как отдельных людей, так и всего общества в целом.

### **Актуальность проведения научного исследования по влиянию развития самосознания на качество жизни**

На сегодняшний день исследования в области психологии, особенно касающиеся самосознания, становятся все более актуальными. В условиях динамичной жизни и растущих социальных напряжений важно понимать, как именно развитие самосознания влияет на качество жизни и степень

удовлетворенности людей своей судьбой. Подобные исследования могут не только подтвердить существующие теории, но и предложить новые практические рекомендации для улучшения психического благополучия населения.

Научное подтверждение влияния самосознания на качество жизни станет основой для создания программ, направленных на его развитие. Таким образом, развитие самосознания может рассматриваться как косвенный фактор благополучия населения, влияющий на социальное здоровье и улучшение общественного климата. Принципы самосознания могут также транслироваться в различные социальные практики, начиная от образования и заканчивая корпоративной культурой. Исследования на эту тему открывают новые горизонты для понимания роли психоэмоционального здоровья в общем уровне развития общества.

### **Использование трансформационных психологических игр**

Трансформационные психологические игры представляют собой эффективный метод для наработки навыка самосознания в домашних условиях. Эти игры позволяют людям взаимодействовать с собственными эмоциями, мыслями и внутренними конфликтами в домашней и непринужденной атмосфере. По сути, такие игры реализуют не прямое обучение, через которое участники могут осваивать навыки самосознания, обнаруживать свои сильные и слабые стороны, а также разрабатывать стратегии для улучшения качества жизни.

Трансформационные игры имеют ряд своих преимуществ. Они безопасны, доступны, могут быть проведены в любой обстановке и содействуют глубокому личностному погружению. Исследования показывают, что игровые элементы стимулируют мозг к новым способам мышления и реагирования, что делает процесс более увлекательным и менее стрессовым.

### **Научный метод исследования**

Для проведения исследования предложено использовать метод количественного анализа с применением анкетирования и психологических тестов. Это позволит собрать большие объемы данных от участников, а также анализировать их при помощи статистических методов. Основные категории, которые будут изучаться, включают уровень самосознания, качество жизни, удовлетворенность по шкале жизненных показателей и эмоциональное состояние.

### **Научные гипотезы исследования**

Гипотеза 1: увеличение степени удовлетворенности жизнью напрямую связано с повышением уровня самосознания.

- Ожидаемый результат: Участники, прошедшие программы по развитию самосознания, покажут более высокие рейтинги удовлетворенности жизнью по сравнению с контрольной группой.

Гипотеза 2: развитие самосознания снижает уровень стрессовых состояний и тревожности у участников.

- Ожидаемый результат: участники, практикующие трансформационные игры, будут показывать снижение уровня тревожности в сравнении с теми, кто не использует такие методики.

Гипотеза 3: люди, занимающиеся развитием самосознания, более эффективно справляются с жизненными трудностями.

- Ожидаемый результат: участники, прошедшие курс по самосознанию, будут иметь лучший рейтинг эффективности в разных жизненных ситуациях.

Гипотеза 4: регулярные практики по развитию самосознания с трансформационными играми могут приводить к долгосрочным изменениям в поведении и восприятии жизни.

- Ожидаемый результат: участники, постоянно практикующие работу с трансформационными играми, будут показывать более устойчивые результаты в удовлетворенности жизнью по истечении времени.

Подобные исследования помогут обосновать важность развития самосознания и внедрить работу с трансформационными играми в домашних условиях, как эффективный метод для повышения качества жизни и благополучия населения.

### **Исследования самосознания в психологии: историческая перспектива**

Самосознание является одной из центральных тем в психологии, и в истории науки можно выделить несколько ключевых исследователей и их вклад в понимание этого феномена.

Одним из первых ученых, который систематически изучал самосознание, был Вильгельм Вундт, основатель экспериментальной психологии. В начале XX века он использовал метод интроспекции, предлагая участникам исследовать и описывать свои внутренние переживания. Это помогло определить важные аспекты самосознания, такие как самовосприятие и уровень осознания собственных эмоций.

Следующим значительным вкладом стало исследование Джорджа Мида в 1930-х годах. Его концепция "Я" и "Другой" обосновала социокультурное измерение самосознания. Он утверждал, что самоощущение формируется в процессе социального взаимодействия, что подтверждают его метод наблюдения и интервью. Результаты его работы продемонстрировали, что самосознание зависит не только от индивидуальных факторов, но и от социальной среды.

В 1950-х – 1960-х годах развитие теории самосознания получило дальнейшее развитие благодаря исследованиям Эдварда Толмена и его концепции "когнитивной карты". Он использовал экспериментальные методы, которые позволяли выявить отношение индивидов к своему самосознанию в контексте познавательных процессов. Его результаты показали, что самоиндивидуализация способствует более глубокому пониманию своего поведения и эмоционального состояния.

Одним из значительных вкладов в понятие самосознания стало также исследование К. Роджерса, который предложил концепцию "Я-концепции" в 1960-х годах. Роджерс использовал клинический подход, включая беседы и терапевтические практики, чтобы выявить, как концепции себя влияют на эмоциональное состояние и удовлетворение жизнью. Его исследования

показали, что высокая степень самосознания способствует психологическому благополучию и личностному росту.

Наконец, исследования в области нейропсихологии в последние десятилетия (включая работы Антонио Дамасио и других) определили нейробиологическую основу самосознания и его связь с эмоциональными процессами. Используя функциональную магнитно-резонансную томографию (фМРТ), исследователи продемонстрировали, какие области мозга активируются при саморефлексии и осознании эмоций.

Таким образом, история изучения самосознания в психологии охватывает разнообразные подходы и методы, начиная с интроспекции и завершая современными нейропсихологическими исследованиями. Эти работы подтверждают, что самоощущение влияет на качество жизни и удовлетворенность человеком своей судьбой. Изучение самосознания продолжает оставаться актуальным, что открывает новые возможности для применения в практической психологии и развитии методов, направленных на улучшение психоэмоционального благополучия населения.

### **Самосознание, как понятие в религии, эзотерике, философии, мистике и науке**

Самосознание неразрывно связано с различными сферами человеческого опыта — религией, эзотерикой, философией и мистикой. Каждое из этих направлений по-своему трактует самосознание, добавляя уникальные измерения и глубину к пониманию этого феномена.

В религиозной традиции самосознание часто связывается с понятием души и ее взаимоотношениями с Богом. Многие религии рассматривают самосознание как путь к внутреннему преобразованию, который позволяет человеку осознать свою божественную природу и свою связь с Высшим. Например: христианство акцентирует внимание на покаянии и самопознании как на средствах достижения внутреннего мира и восстановления отношений с Богом; буддизм рассматривает самосознание как основу для достижения нирваны, понимание своего "я" ведет к осознанию иллюзорности эго и освобождению от страданий.

Таким образом, религиозные учения часто подчеркивают важность самосознания для достижения духовного роста и гармонии.

Эзотерические учения сосредотачиваются на глубоком понимании внутреннего "я" через различные практики, такие как медитация, инициации и посвящения. В эзотерике самосознание рассматривается как процесс, позволяющий раскрыть скрытые аспекты своего существования и подключиться к универсальным истинам. Здесь самосознание — это нечто большее, чем просто осознание себя, это путь к просветлению.

Мистические традиции ведут к пониманию самосознания как процесса возвращения к единству с Вселенной. Это подчеркивает важность изучения внутренних переживаний для достижения более глубокой связи с миром. Мистические традиции, как в восточных, так и в западных культурах, подчеркивают значение самосознания как пути к глубокому пониманию и единству с божественным. Мистики стремятся преодолеть обычное восприятие "я" и достичь состояния, где границы между индивидуумом и Вселенной

стираются. Это состояние единства часто описывается как высший опыт самосознания, где человек осознает свою истинную природу. Через медитацию, экстатические практики или ритуалы, мистики стремятся углубить свое самосознание и достичь более высокой степени осознания. Это может включать осознание себя как выражения более высокого сознания, где личные границы исчезают.

Философия имеет долгую историю изучения самосознания, начиная с античных времен. Разные философские течения представляют свои взгляды на самосознание:

- Декарт утверждал, что "Я мыслю, следовательно, я существую", что указывает на самосознание как на первичное основание знания о себе.

- Гегель развивал идею о самосознании как процессе, который включает движение от индивидуального к универсальному, в ходе которого человек осознает себя как часть большего целого.

Философы, такие как Кант и Ницше, также анализировали различные аспекты самосознания, включая моральные, этические и культурные факторы, влияющие на его развитие.

Как видно, самосознание — это многоаспектное явление, которое обретает разнообразные значения в разных контекстах, таких как религия, эзотерика, философия и мистика. В каждом из этих направлений подчеркивается уникальное понимание сущности самосознания и его роли в жизни человека. Это явление, требующее глубокого анализа и интеграции различных знаний, может стать ключом к пониманию не только себя, но и окружающего мира. И это требует научного подхода к изучению феномена самосознания.

В психологии самосознание, как термин, охватывает множество аспектов психологического анализа, что делает его одним из самых многогранных понятий в области психологических наук. Основное определение самосознания можно свести к осознанию индивидуумом своего "я" как отдельной сущности с собственными мыслями, эмоциями и опытом.

Согласно когнитивной психологии, самосознание рассматривается как сложный уровень познания, который включает в себя метапознание — осознание процессов мышления, саморегуляции и планирования.

В рамках социальной психологии самосознание связывается с представлениями о себе в контексте социальных взаимодействий. Здесь важен акцент на "социальном Я", которое формируется через взаимодействие с другими и зависит от культурных и социальных факторов.

С точки зрения экзистенциализма, самосознание — это осознание индивидуумом своей свободы и ответственности. Оно тесно связано с поиском смысла жизни и пониманием собственного существования.

Современные нейропсихологические исследования подчеркивают, что самосознание связано с особенностями работы определенных областей мозга, таких как префронтальная кора, которая играет ключевую роль в саморефлексии и осознании себя.

Таким образом, самосознание является сложным и многогранным явлением, которое требует более глубокого изучения и пересмотра

существующих концепций. Важно понимать, что самосознание — это процесс, который может быть развиваем на всех этапах жизни. А значит существует потребность в формировании фундаментальной базы понятий о самосознании: определение, уровни развития, методы исследования и способы развития.

Считается, что самосознание начинает формироваться в детстве, примерно с ранних лет жизни, когда ребенок начинает различать себя и окружающий мир. В первую очередь это происходит через взаимодействие с родителями и значимыми взрослыми, которые отражают и интерпретируют его поведение. Приблизительно к возрасту 2-3 лет дети начинают осознавать наличие собственного "я", что подтверждается экспериментами, например, с зеркалом.

Однако важно отметить, что развитие самосознания не заканчивается в детском возрасте. Взрослые могут продолжать развивать и углублять свое самосознание через жизненный опыт, участие в различных практиках (например, медитации, психотерапии) и рефлексии.

В тоже время, рассмотрение возможности активного и длительного развития самосознания во взрослом возрасте противоречит идее о том, что оно изначально формируется в детском возрасте. Несмотря на наличие развитого самосознания, многие взрослые сталкиваются с проблемами, связанными с сознанием и осознанностью, что поднимает вопрос о необходимости пересмотра традиционных представлений о самосознании.

Самосознание, согласно Рубинштейну, не является изначально данностью, оно является результатом развития личности, в ходе которого человек не только приобретает жизненный опыт, но и переосмысляет свою жизнь в целом. Это переосмысление определяет мотивацию и смысл решаемых в жизни задач и образует основное сокровенное содержание «Я». И это понимание наиболее точно характеризует феномен самосознания.

А на основании выше сказанного можно заключить, что самосознание нуждается в новом определении, которое учитывало бы его многослойность и динамичную природу. Самосознание — это не статичное состояние, а процесс, который продолжается на протяжении всей жизни, в зависимости от уровня саморефлексии и личностного развития.

Существуют различные уровни самосознания: от базового самовосприятия до глубокой саморефлексии, которая включает осознание своих эмоций, целей, внутренних конфликтов и ценностей. Эти уровни могут варьироваться среди индивидов и зависят от множества факторов, таких как культурный контекст, личный опыт и эмоциональная зрелость.

Исследование самосознания требует применения разнообразных методов. Качественные методы, такие как интервью и терапевтические беседы, могут использоваться для глубинного понимания самосознания индивида. Количественные подходы могут включать опросники, шкалы оценивания и нейропсихологические тесты для измерения уровня самосознания. Современные технологии, такие как нейровизуализация, также открывают новые горизонты в изучении структуры и функций, ассоциированных с самосознанием.

**Новый взгляд на термин самосознание и принципы его развития**



В связи с вышесказанным и практическим опытом предлагается рассматривать самосознание как явление природы, возникающее и определяющее сущностное состояние сознания человека, в котором индивид осознает свое "я", свое существование и уникальность в контексте окружающего мира. Это состояние позволяет человеку не только воспринимать себя как отдельную сущность, но также глубже осмыслять свои желания, цели и ценности. Самосознание включает в себя уровень рефлексии, позволяющий анализировать свои внутренние переживания, а также последующий процесс интеграции получаемого опыта для достижения гармонии с собой и обществом.

Функции самосознания:

1. Самовосприятие - осознание своих качеств, черт характера, сильных и слабых сторон, а также своего места и роли в обществе. Это позволяет вырабатывать адекватное представление о себе и улучшать межличностные взаимодействия.

2. Самодостаточность - способность решать проблемы и достигать целей самостоятельно, без посторонней помощи. Это обеспечивает уверенность в своих силах и независимость.

3. Самоопределение - понимание и осознание своих ценностей, жизненных приоритетов, целей и задач. Этот аспект помогает строить собственную жизнь в соответствии с внутренними убеждениями и стремлениями.

4. Самообладание - умение контролировать свои эмоции, поступки, реакции на окружающие события. Это важный элемент для поддержания здоровья психики и гармонии в межличностных отношениях.

5. Самодиагностика - Способность анализировать свои действия, поступки, ошибки и извлекать уроки из прошлого опыта. Эта функция способствует личностному росту и самосовершенствованию.

6. Саморазвитие - стремление к личностному и профессиональному развитию, постоянное обучение и самосовершенствование. Этот аспект повышает уровень компетентности и адаптивности в быстро меняющемся мире.

7. Самопринятие - принятие себя таким, какой ты есть, со всеми своими достоинствами и недостатками. Это способствует психологическому комфорту и гармонии в личной жизни.

8. Самоуважение - уважение к себе, своим потребностям, мнениям и желаниям, уверенность в своих силах. Это обеспечивает устойчивость к внешнему давлению и способствует самореализации.

9. Самодисциплина - способность контролировать свои действия, соблюдать порядок, режим дня, собственные обязательства и намерения, даже если это доставляет неудобство или требует усилий. Это критически важно для достижения долгосрочных целей и укрепления внутреннего контроля.

**Связь функций самосознания, невротических состояний и нейромедиаторов**

В последние годы наблюдается растущий интерес к взаимосвязи самосознания, невротических состояний и уровней нейромедиаторов в центральной нервной системе. Исследования японских ученых показывают, что

серотонин, норадреналин и дофамин оказывают значительное влияние на психотипы и неврозы.

Функции самосознания могут быть представлены девятью типами невротических состояний, что позволяет анализировать индивидуальные особенности эмоционального реагирования. Уровень серотонина связан с общим эмоциональным фоном, норадреналин влияет на стрессовые реакции, а дофамин отвечает за мотивацию и удовлетворение. Дисбаланс этих нейромедиаторов может вести к различным неврозам.

Разработка системы, включающей комплекс из девяти трансформационных психологических игр, направленных на развитие соответствующих функций самосознания, предоставляет новые возможности для коррекции невротических состояний. Эти игры способствуют осознанию и интеграции внутренних конфликтов, что ведет к улучшению эмоционального состояния и исцелению личности. Метод "Система развития самосознания", разработанный Павленко С.А., является эффективным инструментом, который могут применяться для повышения уровня самосознания среди населения.

Использование данных игропрактик и методик может привести к улучшению психического благополучия и углублению самосознания, а также помочь в решении проблем, связанных с неврозами. Таким образом, дальнейшие исследования в этой области имеют важное значение для разработки эффективных терапевтических методов.

Литература:

1. Антти Ревонсуо. Психология сознания. – СПб: Питер, 2013
2. Анохин К.В. – Когнитом – гиперсетевая модель мозга, 2015
3. Музыченко А. В. Формирование профессионального самосознания будущих психологов. – Мн: БГПУ, 2003
4. Развитие самосознания в онтогенезе. - Сборник материалов республиканской научно-методической конференции по психологии. Брест, 16 ноября 2012 года
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб: Питер, 2000.
6. John Luckovich, Emeka Okorafor, David Gray, Alexandra Arroyo-Acevedo «Big Hormone Enneagram»

**Пальчик М. Я.**

## **МЕДИТАЦИОННЫЙ ПУТЬ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМ.**

### **Аннотация**

В статье предлагается новый подход к задачам личностного развития и решения актуальных жизненных сложностей, в котором подразумевается, что источником всех сложностей в бизнесе и личной жизни являются внутренние сложности человека, а не внешние обстоятельства.

### **Ключевые слова**

Сложности, человек, группа, обстоятельства, проблема, медитация, отслеживание, трансформация, неделание

## Annotation

The article proposes a new approach to the tasks of personal development and solving actual life difficulties, which implies that the source of all difficulties in business and personal life are the internal difficulties of a person, not external circumstances.

## Keywords

Difficulties, person, group, circumstances, problem, meditation, stalking, transformation, non-doing

### 1. Структура и основные идеи.

Мы предлагаем новый подход к задачам личностного развития и решения актуальных жизненных сложностей.

В этом подходе подразумевается, что источником всех сложностей в бизнесе и личной жизни являются внутренние сложности человека, а не внешние обстоятельства.

Обычно эти сложности представлены в виде внутреннего ощущения или группы внутренних ощущений. Соответственно, их истинную причину (или источник) мы ищем и находим в структуре этих ощущений, т.е. во *внутреннем пространстве*<sup>3</sup> человека, а не во внешнем мире. Решение проблем в этом подходе так же достигается через **создание изменений во внутреннем пространстве**, тогда как внешний мир остается неизменным. Таким образом, в этом подходе предполагается, что любая проблема разрешима, и каждый человек способен, т.е. имеет достаточно внутренней силы, самостоятельно решить любую из своих собственных проблем. Поэтому мы отказались от традиционной идеи создавать универсальную стратегию или план действий. Вместо этого мы попытаемся обсуждать условия, которые необходимо учитывать при формулировке каждого очередного шага.

Для создания необходимых внутренних изменений удобно представить проблемный сюжет в виде визуальной развертки (т.е. фильма) и выбрать **визуальный образ**, наиболее точно выражающий суть проблемы. Затем осознать **группу ощущений**, порождаемых этим визуальным образом во *внутреннем пространстве*. Решение проблем достигается через воздействие на эти ощущения с помощью специальных медитационных приемов. Ниже речь пойдет именно об этих медитациях.

Для реализации этой программы мы разработали три медитационные практики – *выслеживание, трансформация, неделание*. Они представлены ниже.

Мы покажем, что в предлагаемом подходе разрешимой оказывается практически любая проблема. Более того, появление проблемы здесь может рассматриваться как **знак, указывающий на актуальность конкретных внутренних изменений**, желательных для этого человека.

---

<sup>3</sup> К *внутреннему пространству* мы относим ту часть картины мира, которая строго индивидуальна – личные мифы, убеждения, ценностные предпочтения, ожидания, мечты и т. д. Эта часть картины мира базируется на определенных внутренних постулатах и принципах, образуя *индивидуальную реальность*. Они строго индивидуальны и могут не разделяться другими людьми. Субъективно они могут осознаваться как стабильные внутренние ощущения.

\*\*\*

Хочется заметить, что мы не ищем ресурсных состояний или пошаговых ресурсных технологий. Вместо этого мы находим состояния бессилия и внутренних тупиков, ведущие к проблемам, и затем «удаляем» эти состояния из *внутреннего пространства* с помощью особых медитаций.

Таким образом, появление жизненных трудностей или их отсутствие мы связываем с определенными типами внутренних состояний человека.

В некоторых *состояниях* все процессы и проекты развиваются без напряжений и тупиков. Такие состояния переживаются как сочетание качеств выдержки, спокойствия, стабильности, высокой чувствительности – с одной стороны, и активного волевого творческого начала – с другой стороны. Эти состояния мы будем связывать с **энергией Ци**.

## **2. Проблемы, как скопления энергий Инь и Ян.**

В других *состояниях* велика вероятность появления трудностей. Некоторые (или все) проекты заходят в тупик, порождая негативные переживания. Такие *состояния* осознаются как стресс. Они возникают в процессах **распада энергии Ци** на две полярные составляющие – **Инь** и **Ян**.

Энергия Инь порождает склонность к «отделенности и уходу», и субъективно переживается как появление локальных областей «мышечной слабости».

Энергия Ян поддерживает склонность к «расширению и захвату», и субъективно переживается как появление локальных областей «мышечных усилий».

Оба типа энергий воспринимаются как локальные «мышечные напряжения». Во всех процессах распада выдержка превращается в бездействие (Инь), активность оборачивается суестью (Ян) и становится неуместной.

Большие скопления энергии Инь или Ян переживаются как медлительность, застревание, тревожность, безнадежность, суесть, директивность, давление, раздражительность и другие подобные качества. Они лежат в основе каждой трудности в жизни и сопровождают человека до тех пор, пока он не найдет способа преодолеть эту трудность.

Таким образом, появление каких-либо проблем в личной жизни или в бизнесе рассматривается в этом подходе как следствие *распада энергии Ци*, и наоборот – любой внешний стресс инициирует ее *распад*.

Энергетический распад, т.е. распад Ци, изначально всегда представлен во *внутреннем пространстве человека*. Он может проявиться как противостояние между телом и сознанием, долгом и желанием, между стандартами и уникальным решением или как другие противоречия. Такой распад осознается как душевное беспокойство, протест, невозможность выбора между стратегически важными направлениями.

Содержательно распад Ци может проявляться как конфликт в деловых и межличностных контекстах. Это может быть явное или скрытое противостояние между партнерами или близкими людьми, между подразделениями и отдельными сотрудниками, между лидером и командой. Под конфликтом здесь

понимаются не только открытые «боевые действия», но и менее явные внутренние противоречия, препятствующие решению текущих задач и замедляющие развитие. Состояние *энергетического распада*, если оно длится долго, может завершиться эмоциональным конфликтом или телесным заболеванием. Большинство телесных заболеваний имеет именно такую природу.

Воздействие на эти энергии и восстановление энергии Ци осуществляется с помощью специальных медитаций (см. разделы 3,4).

### **3. Дух и материя. Аналогия стратегий.**

Понятия энергии Ци, а также энергий Инь и Ян вводятся в китайской традиции. Из многих вариантов духовных практик мы выбрали для наших описаний даосскую концепцию. С одной стороны, такое описание является наиболее простым в изложении. С другой стороны, оно максимально передает глубинное сходство между свойствами материального и духовного миров. Описание материальных объектов, принятое в современной физике, подобно описаниям концепций, пришедших из даосской традиции. Аналогами энергий Инь и Ян в материальном мире являются вещество и антивещество, а аналогом энергии Ци является безмассовое излучение (например, свет). Исследуя эти аналогии, можно обнаружить глубочайшую связь между законами материального мира и закономерностями, которые свойственны энергиям **духовного мира**. В нашем подходе это сходство широко используется. Подробное описание можно найти в книгах автора этой статьи: *М.Я. Пальчик «Квантовая модель эволюции личности»*, и *М.Я. Пальчик «Реальна ли реальность?»*

\*\*\*

В данном случае для нас важно то, что энергия Ци всегда движется и, подобно свету, не может существовать в состоянии покоя. В отличие от этого, *скопления энергий Инь и Ян* могут покоиться и, подобно массивным материальным объектам, способны накапливаться. Именно эти явления происходят во внутреннем пространстве человека.

Накапливаясь в какой-либо определенной зоне тела или в нескольких зонах, *скопления энергий Инь и Ян* начинают восприниматься как наблюдаемые стабильные образования, возникающие в процессах распада энергии Ци.

В моменты наблюдения эти скопления энергий осознаются как отдельные локальные напряжения или как группы таких напряжений, расположенных в разных зонах тела и внутренней территории. В дальнейшем для них будет использоваться термин *локализованные телесные ощущения*.

Каждое из *локализованных телесных ощущений* занимает небольшой, четко ограниченный объем. Некоторые из них вытеснены или остаются в периферийном внимании и плохо осознаются. Другие обладают высокой четкостью и стабильностью. Все они могут изменяться под воздействием специальных медитаций, включающих **расфокусировку внимания и концентрацию** (см. ниже).

Развивая аналогию с материальным миром, мы рассматриваем энергию Ци как аналог квантов света, скопления энергии Инь – как аналог квантов массивной материи (например, электронов), скопления энергии Ян – аналог квантов массивной антиматерии (например, позитронов).

Эта аналогия прослеживается и в схемах распада. **Квант света, распадаясь, порождает два объекта** – частицу и античастицу (например, электрон и позитрон). **Энергия Ци, распадаясь, также порождает два объекта** – квант энергии Инь и квант энергии Ян.

Существует и обратный процесс: **рождение квантов света в момент объединения частиц и античастиц** (например электрона и позитрона). Аналогом этого обратного процесса является **рождение квантов Ци в момент объединения энергии Инь и энергии Ян**.

Важно понимать, что при распаде кванта света рождается одинаковое количество материи и антиматерии, например электрон и позитрон.

Продолжая нашу аналогию, можно заметить, что при распаде энергии Ци также рождается одинаковые количества энергии Инь и энергии Ян. Когда эти энергии разделены пространственно или удерживаются внешней силой, возникает противостояние. Обычно оно воспринимается как внутренний конфликт.

#### **4. Проблемы, как скопления локализованных телесных ощущений.**

Напомним, что любая проблема возникает как следствие **распада Ци**. Субъективно это переживается как появление **внутреннего конфликта**, который осознается как противостояние энергий Инь и Ян. Эти энергии обычно рождаются в процессах распада Ци и переживаются как две стороны конфликта – его пассивная и активная части.

**Появление локализованных телесных ощущений** всегда переживается как появление проблемы, даже если эта проблема не осознается во всех деталях. Каждое из этих **ощущений** можно воспринимать как часть распределения энергий Инь и Ян, возникающих в процессах распада Ци.

Такая стратегия восприятия позволяет представить любую проблему в виде группы **локализованных телесных ощущений**.

**Решение проблемы требует их трансформации и полной аннигиляции. Это становится главной задачей для всех дальнейших действий.**

Для решения этой задачи используются все упомянутые выше варианты взаимодействия энергий Инь и Ян – их аннигиляции и распада Ци.

На этом этапе необходима **расфокусировка** внимания во всем пространстве осознаваемой проблемы, а также **концентрация** на отдельных телесных ощущениях. Расфокусировка создает четкое понимание конкретных деталей проблемы и направление воздействия, а концентрация позволяет изменять структуру **локализованных телесных ощущений**. **Расфокусировка и концентрация выполняются одновременно.**

\*\*\*

Под воздействием концентрации ощущения начинают снижаться. Такое снижение ощущений всегда свидетельствует о процессах объединения и аннигиляции энергий Инь и Ян.

Результатом этих действий являются перераспределение энергий Инь и Ян в конкретных зонах *внутреннего пространства*. Используя эти медитации, можно добиться частичной или полной аннигиляции энергий Инь и Ян, т.е. частичного или полного решения проблемы.

Обычно на некоторых шагах таких медитаций открываются два или три способа действий, ведущих к объединению и аннигиляции энергий. В каждом из этих случаев удобно выбирать такой способ действий, который позволяет удерживать максимальный уровень ощущения этих энергий, то есть необходимо действовать так, будто пытаемся их накапливать. (Технически это облегчает все дальнейшие действия, необходимые для их аннигиляции)

Таким образом, **на этих этапах выполняются два типа противостоящих друг другу действий** – накопление энергий Инь и Ян (их источником являются проблемные образования) и одновременно их снижение под воздействием концентрации (в процессах аннигиляции энергий Инь и Ян). Как уже сказано, **решение проблемы подразумевает полное исчезновение этих локализованных телесных ощущений**. Из сказанного ясно, что способность **решать проблемы** мы можем связывать со способностью **изменять распределение энергий Инь и Ян, воздействуя на локализованные телесные ощущения**.

Обычно это требует сильной концентрации.

\*\*\*

## 5. Как использовать визуальный образ.

Сложность состоит в том, что многие из этих *локализованных телесных ощущений* слабо осознаются и склонны (в момент медитации) к спонтанной эволюции, нарушающей стабильность всех медитационных процессов.

Для стабилизации этих *телесных ощущений* и усиления их интенсивности мы будем использовать **визуальный образ** проблемной ситуации. В этом образе могут быть представлены любые детали проблемного сюжета, создающие сильные переживания и телесный дискомфорт. В частности, это может быть образ события (или его фрагмента), логически не очень значимый, но субъективно передающий суть происходящего. Например, в момент деловых переговоров кто-то гарантирует свою поддержку, но говорит об этом отводя глаза или запаздывает «по объективным обстоятельствам».

Визуальный образ, передающий подобные детали, усиливает каждое *телесное ощущение* (или группу ощущений) во внутреннем пространстве. Некоторые *локализованные телесные ощущения* становятся, в присутствии такого образа, более отчетливыми и начинают субъективно восприниматься так, будто этим визуальным образом и порождаются. Иногда можно обнаружить два или три таких визуальных образа.

\*\*\*

Рассмотрим в качестве примера образы подготовки к деловому совещанию. Предположим, что некоторые из его участников не очень заинтересованы в происходящем и докладчик об этом знает. В процессе подготовки к выступлению он знает, что столкнется с сопротивлением группы. Он может представить, как кто-то выходит из зала, кто-то перешептывается и так далее. То есть в целом обстановка совещания передает атмосферу, не очень дружественную. Иногда этот факт становится проблемой, так как может повлиять на стиль доклада и последующие действия.

Для решения подобных проблем необходимо заранее подвергнуть трансформации все возможные негативные переживания, которые могут возникнуть в «трудные» моменты выступления. Необходимо выбрать такие фрагменты, которые могут сопровождаться заметными переживаниями, и представить их в виде визуальных образов. Например, образ большой и не очень дружественной группы людей, или образ уходящего с совещания человека, или образ людей, которые перешептываются. Каждый из таких образов может сопровождаться *локализованным телесным ощущением*, которое в дальнейшем должно быть подвергнуто полной трансформации.

\*\*\*

Такая стратегия требует осознания всех фрагментов проблемы в виде отдельных визуальных образов. Это касается как крупных и отчетливых визуальных образов, так и мелких, едва намеченных. Каждый из этих образов объединяется с конкретным *локализованным телесным ощущением* и осознается (вместе с этим ощущением) как фрагмент единого переживания. Как уже сказано выше, именно эти *локализованные ощущения* должны быть в дальнейшем подвергнуты трансформации. Объединенные с ними образы должны удерживаться в периферийном внимании на протяжении всей медитации, то есть во всех процессах дальнейшего выслеживания переживаний и до полной их трансформации.

\*\*\*

Сложность состоит в том, что многие из *локализованных телесных ощущений* слабо осознаются или склонны к спонтанной эволюции, нарушающей стабильность всех медитационных процессов.

Для усиления интенсивности ощущений и их стабилизации мы используем визуальные образы проблемной ситуации, в которых выражено основное переживание проблемы. В присутствии визуального образа каждое телесное ощущение становится более отчетливым, и все *локализованные телесные ощущения* начинают субъективно восприниматься так, будто порождаются этим (или другим подобным) визуальным образом.

Как уже сказано, такая стратегия позволяет осознавать проблему в виде группы *локализованных телесных ощущений*, расположенных в разных зонах тела. Чаще всего они возникают в области горла, грудной клетки, солнечного сплетения, поясницы. Иногда это слабые ощущения. Важно выбирать детали образа так, чтобы каждое из *локализованных телесных ощущений* обладало максимальной интенсивностью. Важны не только содержательные детали



проблемы, но и ее поведенческие проявления, такие как жест, интонация, взгляд, мимическая реакция и так далее.

Визуальный образ необходимо удерживать в периферийном внимании на протяжении всей медитации, то есть во всех процессах дальнейшего «выслеживания» и трансформации.

В результате этих шагов проблема будет представлена в виде группы *локализованных телесных ощущений* на всех этапах медитации.

Еще раз подчеркнем, что все эти действия выполняются в состоянии *расфокусированного внимания*. Одновременно с этим *концентрация* должна направляться последовательно на каждое ощущение и сопровождать его до полной трансформации. Такую медитацию необходимо производить с каждым значимым фрагментом исходного визуального образа. Это удобно делать с помощью специальных комбинаций *медитационных практик*. В дальнейшем они будут обозначаться как **базовые медитационные практики**.

## **6. Базовые медитационные практики.**

В нашем подходе выделяются три типа базовых медитационных практик. Первые два типа практик близки к расфокусировке внимания и к концентрации внимания. Третья базовая практика может быть обозначена как «раскрытие телесной области». В сокращенном варианте эти базовые практики будут обозначаться как *расфокусировка, концентрация, раскрытие*. Любая медитация нашего подхода может быть выражена через них. В частности, медитации, ведущие к объединению энергии Инь и Ян, также могут быть представлены в виде конкретных комбинаций этих базовых практик. Такие комбинации будут исследоваться во второй части статьи. Мы начнем с описания каждой из базовых практик.

**1. Расфокусировка внимания** – это такой тип восприятия, когда весь окружающий мир (внешний и внутренний) воспринимается как единый фон, не мешающий, однако, созерцанию отдельных элементов этого мира. Все его элементы одинаково представлены и могут быть хорошо осознаны. Возможна также *частичная расфокусировка*, состоящая в том, что внимание направлено только во внутреннее пространство и захватывает только телесные области, некоторые или все. Будем называть ее *расфокусировкой внимания внутри тела*. Она особенно важна в процессах трансформации. В процессе *расфокусировки* воспринимается точная форма и пространственное положение каждого *локализованного телесного ощущения* – т.е. весь **контур напряжений**, в которых представлена проблема. Когда внимание расфокусировано во внутреннем пространстве (хотя бы незначительно), легко осознаются все особенности актуального состояния, выраженные в структуре *локализованных телесных ощущений*. Также можно осознавать и визуальные формы с ними связанные. Возможна также *расфокусировка внимания* во внешнем пространстве. Она позволяет получить наиболее тонкое (чувственное) знание обо всех внешних явлениях и процессах.

**2. Концентрация внимания** всегда направлена на отдельные локальные фрагменты внутреннего или внешнего мира. В моменты концентрации

происходит активное воздействие на внутренние (т.е. телесные) ощущения. Под этим воздействием каждое телесное ощущение и каждое переживание начинают изменяться. Таким образом, *концентрация* позволяет изменять актуальное состояние. Чем выше *концентрация*, тем сильнее изменения. В нашем подходе *концентрация* используется для воздействия на те внутренние ощущения и состояния, которые связаны с актуальными трудностями и проблемами. Один из возможных результатов такого воздействия – полное решение проблемы, т.е. восстановление Ци.

**3.«Раскрытие телесной области»** – это особый тип восприятия, усиливающий контакт, объединенность и тонкое взаимодействие с внешним миром. Эта практика позволяет глубоко чувствовать отдельные фрагменты внешнего мира. В дальнейшем будет использоваться сокращенный термин – «*раскрытие*». Так же, как и более полный термин – «*раскрытие телесной области*», он обозначает создание чувственной метафоры, в которой ткани тела этой области как будто «раздвигаются» изнутри, а локальная окрестность этой области становится «открытой во внешний мир». Это достигается с помощью специального внутреннего усилия на фоне полного расслабления и расфокусировки внимания как внутри тела, так и за его пределами.

Длительное усилие, т.е. длительное «*раскрытие*», завершается появлением энергетического потока, переживаемого как ощущение плотной субстанции, вытекающей из «*области раскрытия*». Когда это состояние достигнуто, усилие может длиться, пока не иссякнет ощущение потока.

В наших медитациях, обсуждаемых ниже, потребуются частный случай этой практики. Мы будем называть его *раскрытие проблемной области*. Здесь *проблемная область* – это окрестность конкретного локализованного телесного ощущения. (Она возникает как реакция на проблемный образ.) «*Раскрытие*» этой *окрестности* усиливает и ускоряет процессы трансформации.

### **7. Как решаются проблемы. Стратегии медитаций.**

Для успешного решения проблемы необходимо использовать все три типа медитаций: *выслеживание*, *трансформация*, *неделание*. Их описание приведено ниже. Эти три медитации выполняются последовательно. После их завершения возникает новое состояние, в котором содержится знание о способах решения проблемы.

Как уже говорилось, каждая из этих медитаций может быть представлена в виде совокупности базовых практик (*расфокусировки*, *концентрации* и *раскрытия*).

\*\*\*

**Первая медитация – «выслеживание»** – позволяет получить полную картину чувственного переживания проблемы. В основном здесь используется расфокусировка внимания в масштабе всего тела и в той глубинной области, где ощущается переживание проблемы. Напомним, что *расфокусировка внимания* порождает высокий уровень чувствительности.

На этом этапе выполняются следующие шаги.

1. Переживаемая проблема должна быть осознана в форме конкретного распределения *локализованных телесных ощущений*. Это распределение возникает как реакция на визуальный образ проблемы.

2. Создавая такой визуальный образ, необходимо почувствовать и осознать также и другие телесные области, в которых представлены фрагменты переживания. В центре каждой из них располагается *локализованное телесное ощущение*. Чтобы осознать все телесные области, необходимо использовать *расфокусировку* внимания.

3. Важны не только сильные ощущения, но также и самые слабые. Каждое *ощущение* имеет четкую форму и глубину. В отсутствие концентрации эта форма остается стабильной (но не всегда и не сразу).

4. После того, как форма каждого *ощущения* осознана и стабилизирована, можно переместить визуальный образ в периферийное внимание. В центральном внимании остаются только *стабильные локализованное телесные ощущения*. Это состояние можно рассматривать как первый этап трансформации (т.е. частичная трансформация). Полная трансформация будет выполнена на следующем этапе.

5. Такая частичная трансформация усиливает чувствование *локализованных телесных ощущений* и создает неконтролируемое усиление потоков свободной энергии Ци. Это осложняет все медитационные процессы, так как под воздействием этих потоков происходит замедление, а иногда и остановка всех процессов трансформации.

6. В дополнение к этому необходимо понимать, что любой уровень чувствования этих *локализованных телесных ощущений* сопровождается кратковременной концентрацией поочередно на каждом из них. Это случается в моменты осознания *формы* или *глубины* каждого из ощущений.

7. В результате, при всей кратковременности этих моментов происходит частичная трансформация каждого ощущения и свободная энергии Ци накапливается. В результате все пространство медитации заполняется (захватывается) этой свободной энергией. В итоге снижается чувствование (осознавание) *локализованных телесных ощущений*. Эти явления затрудняют медитацию.

8. Для продолжения медитации и поддержания стабильности процессов «*выслеживания*» и последующей «*трансформации*» необходимо восстанавливать чувствование *локализованных напряжений*. Для этого используется практика «*раскрытие*».

9. В моменты «*раскрытия*» свободная энергия (Ци) уходит (или специально удаляется) из проблемной области внутреннего пространства, и чувствование восстанавливается. Субъективно это переживается как восстановление энергетического потока, сопровождающего любые формы «*раскрытия*».

Таким образом, на этом этапе используются все три базовые практики – «*расфокусировка*», «*концентрация*» и «*раскрытие*». Эти шаги могут повторяться до тех пор, пока не возникнет полная осознанность процесса.

Результатом является знание конкретного распределения *локализованных телесных ощущений*, через которые выражена проблема.

\*\*\*

**Вторая медитация – трансформация** – направлена на создание всех необходимых изменений в системе *локализованных телесных ощущений*.

Как уже сказано, изменения происходят под воздействием концентрации. **Концентрация на любом из локализованных ощущений сопровождается снижением его интенсивности и увеличения глубины чувственного отклика.**

**Каждое напряжение постепенно исчезает.**

Визуальный образ остается в периферийном внимании в течение всего процесса медитации.

В этой медитации используется **концентрация на фоне расфокусировки внимания.**

Для ее выполнения необходимо:

1. Сначала создать состояние полной расфокусировки внимания.
2. Затем, сохраняя это состояние, направлять воздействие концентрации на различные фрагменты *локализованных телесных ощущений*, которые осознаны на этапе расфокусировки внимания.

3. Эта медитация выполняется последовательно – сначала в одной области тела, потом в другой и т.д. Она длится до тех пор, пока не исчезнут все *локализованные телесные ощущения* – те самые *ощущения*, которые были обнаружены на этапе «*выслеживания*».

4. В процессе всей медитации необходимо поддерживать расфокусировку и удерживать визуальный образ в периферийном внимании. Тем самым обеспечивается стабильность процессов трансформации. Эти шаги позволяют создавать и удерживать состояния, необходимые для решения проблемы.

5. Так же, как и на этапе «*выслеживания*», во время этих медитационных действий неконтролируемо накапливается свободная энергия Ци. Как и выше, она должна непрерывно «удаляться» из проблемной области внутреннего пространства. Для этого снова используется практика «*раскрытие*».

6. В результате этой медитации возникают новые варианты распределения ощущений. На этом этапе (если необходимо) выстраивается новая стратегия внешних действий. Исходный сюжет перестает восприниматься как проблемный.

\*\*\*

**Третья медитация – неделание<sup>4</sup>** – представляет собой осознанное проживание (в реальных событиях) новых состояний, полученных в процессе

---

<sup>4</sup> Термин «неделание» связан со следующей особенностью нашего подхода. В нем подразумевается, что любая проблема может рассматриваться как следствие определенного поведенческого стереотипа. В такой картине каждый человек является автором своих проблем. В некотором смысле он создает такой мир, в котором проблемы встречаются («делает этот мир»). Тогда термин «неделание» означает отказ от подобных стереотипов. Как следствие «неделания» появляется новый мир, в котором прежние проблемы отсутствуют. Отказ от «неудобных» стереотипов представляет собой главную (и единую) задачу для всех трех практик – *выслеживание, трансформация, неделание*. Термин «неделание» используется в книгах Карлоса Кастанеды.

*трансформации*. Это сопровождается накоплением энергии Ци, иногда чрезмерным. Она образуется в моменты трансформации. Как и на предыдущих шагах, она должна непрерывно «уходить» (или удаляться) из проблемной области внутреннего пространства. Для этого снова используется практика *«раскрытие»*. Как уже сказано, *«раскрытие»* выполняется одновременно с расфокусировкой или концентрацией внимания. Таким образом, в этой медитации так же необходимы все три базовые практики, но в основном здесь используется практика *«раскрытие проблемной области»*.

\*\*\*

В результате мы получаем стратегию, которая представляет собой многократное повторение трех базовых практик – *расфокусировки, концентрации и раскрытия*. Начальные шаги этой стратегии всегда содержат элементы *расфокусировки*, т.к. основная задача начальных шагов – максимально точно осознать форму каждого из *локализованных телесных ощущений*. Затем выполняется второй этап медитации: акцент переносится на *концентрацию*. На втором этапе решается основная задача – **полная аннигиляция локализованных телесных ощущений**.

Как уже сказано, на этих двух этапах (расфокусировка и концентрация) необходимо выполнять одновременно две практики: *концентрация внимания и раскрытие*, или *расфокусировка внимания и раскрытие*, так как во время всех этих действий могут неконтролируемо накапливаться «излишки» свободной энергии Ци.

**Третий этап — завершающие шаги медитации — содержит практику «раскрытие»**, как основную. На этом этапе необходимо осознанно удалить все «оставшиеся» скопления свободной энергии, которая неконтролируемо накапливалась в проблемной зоне в моменты концентрации внимания. Для этого используется, как уже сказано, практика *раскрытие проблемной области*.

Каждый шаг, включающий *раскрытие проблемной области*, может оказаться завершающим. *Трансформация* заканчивается в том случае, когда *локализованные телесные ощущения* исчезли или заметно снизились.

Для выполнения этих действий необходим высокий уровень осознанности, т.е. расфокусировки и концентрации. Их общей целью является полная трансформация всех *локализованных телесных ощущений*.

\*\*\*

Часто оказывается, что после выполнения всех трех медитаций (*выслеживание, трансформация, неделание*) проблема все еще выглядит сложной или неразрешимой. Случается, что возникают дополнительные препятствия. Например, может возникнуть негативная (или неожиданная) позиция партнеров, новые обстоятельства, некомпетентность, недостаточная стабильность найденных выше состояний и т.д. В этом случае необходимо снова вернуться к этапу *выслеживания* и повторить все три медитации еще раз. Мы получаем, таким образом, *круг практик: выслеживание – трансформация – неделание* и снова: *выслеживание – трансформация – неделание ...*. Такой *круг* (или любая его часть) может быть повторен несколько раз. Он выполняется до тех пор, пока не возникнет полное и окончательное решение проблемы или ее новое понимание.

Первая и третья медитации занимают немного времени – иногда не более, чем 5-10 минут; вторая медитация может быть длительной – один час и более. Фактически каждая проблема может быть полностью решена с помощью этих трех медитационных практик.

## **8. Примеры использования медитационных практик.**

Простейшим примером может служить любой симптом заболевания. Рассмотрим, например, головную боль.

На первом этапе (содержащем «*выслеживание*») необходимо осознать все зоны локализации головной боли, воспринимая ее как группу *локализованных телесных ощущений*; затем осознать тонкие реакции, которые переживаются в других зонах тела одновременно с основной локализацией; некоторые из них субъективно переживаются как источник боли, или как кратковременное усиление боли.

На втором этапе (содержащем «*трансформацию*») необходимо концентрироваться по очереди на всех *локализованных телесных ощущениях* (переживаемых как боль), добиваясь их полного исчезновения. Напомним, что концентрация на каждом из этих *локализованных телесных ощущений* сопровождается снижением его интенсивности, в данном случае – боли.

На третьем этапе (*неделание*) можно сделать небольшую паузу, а затем снова обратиться к ощущениям боли (вернуться к фрагментам фазы «*выслеживание*»). Они должны исчезнуть или стать слабее.

Аналогично следует действовать и в других случаях. Рассмотрим, например, процесс подготовки к переговорам.

Сначала необходимо выполнить все три уровня медитации. Основная концентрация и расфокусировка внимания должны быть направлены на сложные моменты переговоров.

Затем необходимо создать визуальный образ переговоров и убедиться, что теперь он не порождает и не поддерживает *локальных телесных ощущений* (либо поддерживает их существенно слабее).

Затем провести переговоры, осознавая все моменты, которые казались сложными. Если все сделано правильно, то теперь сложностей не будет. Вместо

этого будут обнаружены новые состояния или новые (более успешные) варианты поведения. Они возникают спонтанно. Например, если работать таким способом со страхом публичных выступлений или со страхом презентации, то страх исчезает. Одновременно осознаются новые варианты некоторых фрагментов выступления.

### **Литература**

1. Бабаева Н. А. Продуктивность методов саморегуляции в акмеологической практике: Дис. ... канд. псих. наук. – М.: 2004. - 268 с.

2. Бойко В.С. Йога. Скрытые аспекты практики. – Минск: Вида-Н, 2001. - 400 с.

3. Козлов В.В., Трифонова С. А., Панкратова Т. М., Николаева Л. А. Социальная психология : учебник для вузов. Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 504 с. — (Высшее образование).

4. Козлов В.В., Бубеев Ю.А. Измененные состояния сознания: системный анализ. Изд. третье, испр. доп. Саратов, изд. Вузовское образование, 2014, – 281 с.

5. Козлов, В. В. Психология дзэн-буддизма / В. В. Козлов. – Ярославль : Титул, 2019. – 138 с.

6. Майков, В. В. Трансперсональный проект: психология, антропология, духовные традиции / В. В. Майков, В. В. Козлов. Том 2. – 3-е издание, исправленное и дополненное. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2007. – 424 с. –

7. Медитация с научной точки зрения. <http://sibreiki.ru/meditation.php>

8. Мерлин, В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. – М.: Педагогика, 1986. – 253 с.

9. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.

10. Козлов, В. В. Организационное поведение / В. В. Козлов, Ю. Г. Одегов, В. Н. Сидорова. – Москва : Компания КноРус, 2013. – 227 с. – ISBN 978-5-406-02467-6.

11. Морозова С. В. Структура социально–психологических свойств личности студентов в процессе профессионального становления в макровозрастном периоде: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Морозова Светлана Витальевна. – Челябинск, 2005. – 191 с.

12. Наркевич А.В. Влияние медитативных практик на социально-психологические свойства личности: – Монография / Под ред. проф. В.В. Козлова. – М.: МАПН, 2022. – 260 с.

13. Наркевич А.В., Козлов В.В. Исследование социально-психологических свойств личности лиц, занимающихся медитативными практиками // Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. 2020. № 2 (52). С. 94- 99.

14. Пальчик М. Я. Квантовая модель эволюции личности. М:Шико, 2016 – 328 с.

15. Пальчик М. Я. Реальна ли реальность? Главы из книги «Квантовая природа сознания». М: Шико, 2014 – 408 с.

16. Пальчик М. Я. Квантовая природа творческого мышления. М: Постум, 2010 – 320 с.

17. Регуш Л.А. Практикум по наблюдению и наблюдательности. 2-е изд., перераб. и доп. - СПб.: Питер, 2008. - 208 с. (Серия «Практикум по психологии»)

18. NCAAM, Meditation: An Introduction «Uses of Meditation for Health in the United States» nccam.nih.gov. - 2012.

**Пенечко О.К.**

## **ИНТЕРНАЛЬНЫЙ И ЭКСТЕРНАЛЬНЫЙ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СУБЪЕКТА**

### **Аннотация**

Автор полагает, что психологическая безопасность личности ассоциирована не только со внешними (экстернальными), но и со внутренними (интернальными) факторами. Чрезвычайно важно в этом контексте и то, что объективная экстремальная ситуация не обязательно “запускает” кризисное состояние личности (которое, напротив, может развиваться в условиях объективного благополучия). Обеспечение психологической безопасности личности в понимании помогающего практика – вопрос работы не с факторами внешней среды, а с аспектами внутреннего мира человека, в частности – его целостности (понимаемой автором не только в психоэмоциональном ключе, но как единство телесного, эмоционального, когнитивного и духовного аспектов).

**Ключевые слова:** психологическая безопасность, целостность личности, локус контроля

### **Annotation**

The author believes that the psychological safety of an individual is associated not only with external (external), but also with internal (internal) factors. It is extremely important in this context that an objective extreme situation does not necessarily “trigger” a crisis state of the individual (which, on the contrary, can develop in conditions of objective well-being). Ensuring the psychological safety of the individual, as understood by the helping practitioner, is a matter of working not with environmental factors, but with aspects of a person’s inner world, in particular, his integrity (understood by the author not only in a psycho-emotional way, but as the unity of the bodily, emotional, cognitive and spiritual aspects).

**Key words:** psychological safety, personality integrity, locus of control.



В современной психологии безопасность рассматривается, в частности, во внутреннем и внешнем аспектах: так, безопасность понимается как объективное состояние внешней среды (не представляющее опасности для человека), так и как внутреннее состояние личности (ощущение или переживание личностью состояния безопасности). Нередко эти аспекты безопасности взаимосвязаны, однако, бывают случаи, когда ощущение человеком опасности формируется на фоне безопасной внешней среды, и наоборот – когда состояние внутренней безопасности личности сохраняется в объективно небезопасной внешней ситуации. В книге, посвященной имплицитной и эксплицитной концепциям психологической безопасности личности [Харламенкова и другие, 2017], приведен анализ содержания термина “психологическая безопасность” в толковых словарях, изданных в разных странах (на русском, английском, немецком, французском языках). Исследователи обнаружили “двойственность” понимания состояния безопасности: так, его связывали как с отсутствием объективной внешней угрозы, так и с субъективным состоянием человека: его эмоциями, чувствами, физическим состоянием и т.д. Авторы приходят к выводу о том, что представления специалистов о безопасности человека и личности похожи в разных странах, причем стержневыми характеристиками этих представлений являются: эмоции, чувства, переживания человека, связанные с его субъективной оценкой своего настоящего состояния, а также – перспектив будущего. На основе проведенного анализа С.К.Рошин и В.А.Соснин формулируют собственное определение психологической безопасности: они понимают его как некоторое состояние «общественного сознания, при котором общество в целом и каждая отдельная личность воспринимают существующее качество жизни как адекватное и надежное, так как оно создает реальные возможности для удовлетворения естественных и социальных потребностей граждан в настоящем и дает им основания для уверенности в будущем» [Рошин, Соснин, 1995]. Авторы приходят к выводу о выраженной психологической составляющей понимания и трактовки этого термина: часто безопасность понимается именно как психологическая безопасность. Безусловно, в определениях присутствует и понимание безопасности как объективного отсутствия опасности и риска, но понимание безопасности в психологическом ключе проходит красной нитью через разные определения именно потому, что безопасность является одной из базовых потребностей человека, и стремление к ней связано с удовлетворением этой потребности. Г.В.Грачев [Грачев, 1998] упоминает о том, что “существуют события и периоды”, когда потребность в безопасности выступает в роли ведущей, определяя и изменяя мотивацию социального поведения человека, трансформируя его психологические характеристики. Г.В.Грачев имеет в виду ситуации чрезвычайного характера, когда потребность в безопасности является доминирующим мобилизатором ресурсов организма и психики. На наш взгляд, подобные “чрезвычайные ситуации” могут быть как внешней, так и внутренней этиологии, и это требует отдельного внимания.

Так, в контексте безопасности человека и личности мы различаем экстремальные и кризисные ситуации и состояния. Нередко в обыденном понимании данные феномены сводятся к одному, однако подобное, очевидно, некорректно: по крайней мере, в силу ключевого различия данных ситуаций и состояний как внешних (экстремальные) и внутренних (кризисные). Кроме того, у данных феноменов наличествуют и другие различия. Так, экстремальное состояние более кратковременное, кризисное – более длительное; экстремальное приводит к временному дисбалансу психики и других аспектов бытия человека (телесного, когнитивного, духовного), а кризисное характеризуется продолжительным состоянием дисбаланса и отсутствием внутриличностной целостности, выраженными характеристиками которого являются проявления аксиосферного уровня – утрата личностной идентичности и жизненных ориентиров. Также экстремальные ситуации и состояния незначительно затрагивают личностную структуру, в то время как кризис непосредственно связан с личностной структурой и глубоко влияет на нее. Помимо общей характеристики экстремального состояния как “внешнего”, а кризисного как “внутреннего”, можем привести также уточняющие характеристики, связанные с триггерами данных состояний: так, триггером экстремального состояния является экстремальная ситуация, то есть, внешние события, в то время как кризисное состояние “запускается” факторами индивидуально-личностными и связано с логикой личностного развития.

Таким образом, приходим к выводу о том, что психологическая безопасность личности ассоциирована не только со внешними, но и со внутренними факторами. Однако, чрезвычайно важно в этом контексте и то, что объективная экстремальная ситуация не обязательно “запускает” кризисное состояние личности (которое, напротив, может развиваться в условиях объективного благополучия). Мы полагаем, что обеспечение психологической безопасности личности в понимании помогающего практика – вопрос не работы с факторами внешней среды (пусть даже социально-психологическими), но работы с аспектами внутреннего мира человека, в частности – его целостности (понимаемой нами не только в психоэмоциональном ключе, но как единство телесного, эмоционального, когнитивного и духовного аспектов). Когнитивный и духовный элементы многомерной структуры человека чрезвычайно важны с точки зрения, приведенной нами выше: одним из ключевых триггеров кризисных состояний является аксиосферный фактор, иными словам – фактор наличия целей, ценностей и смысла жизни.

Личностная безопасность, таким образом, не сводится только лишь к психологической безопасности, или (распространенная трактовка из области других – в частности, юридических – наук) к безопасности физической. Ряд специалистов выделяет в данном феномене также индивидуально-психологический (саморегуляция) и социально-психологический (регуляция отношений с социальной средой) компоненты. “Личностная безопасность (personalsafety) выделяется в качестве отдельного конструкта, описываемого не только как физическая безопасность [Weitlauf, Smith, Cervone, 2000], но и как безопасность личности, способной к регуляции отношений со средой и к

саморегуляции. В контексте личностной проблематики изучаются мотивация просоциального поведения [Wilson, Petruska, 1984], склонность к риску [Weinstein, 1984], панические атаки и особенности личности [Carter, Hollon, Carson, Shelton, 1995], способность обращаться для достижения безопасности к логике и рассуждению, а также к таким эмоциональным реакциям, как смех [Occhipinti, Siegal, 1994]” [Харламенкова и другие, 2017]. Как видим, вопрос обеспечения личностной безопасности изучается, во-первых, в контексте поведения и стратегий, применяемых самой личностью (в отличие от стратегий внешней среды), а во-вторых – с задействованием не только собственно психоэмоциональной сферы человека, но и ее когнитивной (логика и рассуждения) сфер.

Как пишут авторы (Н.Е.Харламенкова, Н.В.Тарабрина, Ю.В.Быховец и другие), психологическая безопасность человека изучается сегодня не столько в контексте внешних условий и воздействий, сколько в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями человека; кроме того, психологическая безопасность человека определяется именно этими особенностями [Харламенкова и другие, 2017] – в большей степени, чем объективными внешними условиями. Так, современными учеными обнаружено, что существуют личностные черты, тесно связанные с ощущением безопасности, – доброжелательность и добросовестность; и, напротив, – связанные с ощущением человеком опасности и угрозы – нейротизм (черта личности, характеризующаяся тревожностью, возбудимостью, беспокойством, неуверенностью в себе), а также экстраверсия [Beus, Dhanani, McCord, 2015]. Отечественные ученые также связывают безопасность личности, в том числе – психологическую, с индивидуально-личностными особенностями: так, Ю.К.Дуганова в своей диссертационной работе, посвященной представлениям молодых людей о психологической безопасности [Дуганова, 2014], определяет безопасность как способность личности сохранять психологическую устойчивость, способность сопротивляться неблагоприятным внешним воздействиям, а также – как способность генерировать и сохранять внутреннее ощущение защищенности в конкретной (в частности, неблагоприятной) внешней жизненной ситуации. Мы согласны с определением Ю.К.Дугановой, поскольку это определение не только основано на понимании безопасности личности как интернального феномена, но и потому, что в основе данного определения лежат способности человека (которые, в свою очередь, можно развивать, в том числе – в нормальных условиях, до наступления экстремальной ситуации или других неблагоприятных внешних воздействий). Можно сказать, что безопасность личности содержит, таким образом, навыки элементы, в развитии которых человеку может помочь практикующий психолог. Выше мы писали о том, что личностная безопасность не сводится исключительно ни к психологической, ни к физической безопасности (однако, личностная небезопасность способна нанести серьезный урон как психоэмоциональному, так и физическому состоянию человека). Там же мы подчеркивали, что личностная безопасность включает в себя, согласно трактовке некоторых авторов [Weitlauf, Smith, Cervone, 2000], аспекты саморегуляции (индивидуально-психологический

компонент) и регуляции отношений с социальной средой (социально-психологический компонент). Обращаем в этом контексте внимание на то, что данные аспекты также являются навыковыми: их можно рассматривать как навыки саморегуляции и навыки регуляции социальных отношений.

Н.Е.Харламенкова и другие пишут о том, что с феноменом психологической безопасности также тесно ассоциированы следующие явления [Харламенкова и другие, 2017]: временная перспектива личности, осмысленность жизни, способность человека свободно принимать решения и воплощать их в жизнь, развитая ответственность за свои действия, сформированность профессиональной идентичности. В диссертационном исследовании А.С.Ковдры [Ковдра, 2012] доказано, что деформация временной перспективы, утрата веры в свои силы, в свою способность справляться с трудностями жизни ведут к нарушению психологической безопасности личности.

В связи с этим, мы в ходе исследования (и применения конкретных помогающих практик, на основе которых была разработана исследовательская программа) предлагали испытуемым направлять внимание внутрь себя (что также возвращало их в настоящий момент), отслеживать своё состояние (рефлектировать актуальное состояние по четырем точкам внимания – тело, эмоции, разум, дух) и учиться находиться в состоянии “здесь и сейчас”, что позволяет не только сформировать лучшее понимание себя, но и формировать внутренний локус контроля, предпринимать конкретные действия, направленные на обеспечение собственной безопасности (как нынешней, так и будущей; и то, и другое возможно только из настоящего; ни в прошлом, ни в будущем нет пространства для действия). Таким образом, в процессе исследования возможностей формирования состояния целостности личности в экстремальных и кризисных условиях и практической коучинговой работы с испытуемыми, мы одновременно гармонизировали (выстраивали) их нормальную временную перспективу, с выраженным аспектом настоящего.

И.А.Баева, автор работ о психологической безопасности в образовании, уделяет внимание вопросу о значимости среды в вопросе психологической безопасности личности [Баева, Семикин, 2005], [Баева, 2002]. Несмотря на это, она определяет психологическую безопасность не с точки зрения безопасности среды, а как “защищённость психики; целостность личности”. Для обеспечения психологической безопасности, по мнению И.А.Баевой, важен ряд способностей (личностных особенностей) человека, среди которых: саморегуляция, эмоциональная уравновешенность, работоспособность, стрессоустойчивость, уверенность в себе, самоорганизованность, адекватная оценка ситуации, критичность.

Помимо способностей, перечисленных выше, мы назовем также некоторые навыки, помогающие человеку обеспечивать внутреннюю безопасность. В первую очередь – это навык дисциплины, соблюдения режима, способность к выстраиванию ежедневных рутинных действий и обеспечения повторяемости. В нашем эксперименте, направленном на формирование целостности испытуемых, мы старались обеспечить повторяемость и рутину – то, что рисование повторялось каждый день, дало людям (некоторые из которых находились в

объективно небезопасной, экстремальной ситуации) необходимое чувство рутины, повторяемости, предсказуемости, дисциплины и режима (также на это повлиял предложенный нами распорядок дня). Это дало возможность испытуемым “не выбиваться из колеи”, давало необходимую опору, “встраивало” человека в нормальный жизненный ритм, несмотря на непредсказуемые внешние жизненные обстоятельства. Участники исследования отмечали ощущение спокойствия, защищенности и безопасности. Также в ходе нашего эксперимента люди находились в процессе интенсивной работы над собой, что ассоциировано с более позитивным объяснением происходящего как во внешнем, так и во внутреннем мире.

Особым фактором внутренней (психологической) безопасности личности является наличие личностного смысла. Личностный смысл, на наш взгляд, связывает значения целостности и психологической безопасности. Мы предполагаем, что человек с низким коэффициентом смысложизненного кризиса, с выраженными жизненными целями и ценностями, легче, чем другие, справляется с экстремальной ситуацией, и это поможет предотвратить наступление внутреннего кризиса.

Говоря о психологической безопасности в контексте помогающей практики, мы также разделяем экстернальные (внешние) и интернальные (внутренние) ее аспекты. Тем не менее, мы обращаем особое внимание на интернальный аспект психологической безопасности, аспект “внутреннего мира”. Мы учим участников экспериментальной группы выстраивать свою целостность и формировать ощущение безопасности (интернальной защищенности), самостоятельно формировать для себя возможность находиться в спокойном внутреннем мире (состоянии) и, как следствие, обеспечивать более благоприятные экстернальные условия: принимать правильные решения в сложившейся ситуации, чтобы достойно, экологично справиться с ней, а также использовать её энергию для саморазвития. По нашему мнению, внутренняя безопасность не ограничивается безопасностью личности как одного из аспектов человека; она ассоциирована с физическим, эмоциональным, когнитивным и духовным (ценности, нормы, верования) элементами безопасности. Более того, именно внутренняя безопасность является фундаментальным условием для внешней (экстернальной безопасности), для успешного прохождения вызовов внешней среды. Вслед за И.А.Баевой [Баева, Семикин, 2005], [Баева, 2002], мы связываем вопрос внутренней безопасности с рядом личностных особенностей, среди которых важнейшей является способность к саморегуляции, которая связана, в свою очередь, с феноменом целостности личности.

Потребность в психологической безопасности является базовой; ее удовлетворение обеспечивает человеку состояние комфорта и защищенности, уверенности в будущем, и дает основу для адекватного восприятия окружающей действительности, а также – обеспечивает фундамент для возникновения потребностей более высокого уровня, среди которых – потребность в самоактуализации.

Мы согласны с обоснованием авторами статьи о психологическом анализе уровней безопасности человека [Краснянская, Тылец, 2016] многоуровневой

структуры феномена безопасности человека. Уточним, что под безопасностью в данном случае понимается особая характеристика человека, объединяющая множество своих проекций на разные уровни его организации и обнаруживающаяся в единстве субъективного переживания защищенности и сохранения способности к развитию в направлении значимой жизненной цели в условиях действия комплекса негативных внешних и внутренних факторов.

По нашему мнению, именно состояние целостности помогает человеку идти к поставленной значимой цели, невзирая на окружающие неблагоприятные события. Целостность как внутренний стержень, как внутренняя опора, помогающая не только выстоять в сложной обстановке (нестабильных экстернатальных условиях), но и продолжать двигаться к собственной важной цели, дает человеку дополнительную поддержку. В связи с этим процитируем С.Л.Рубинштейна: “Человек не только находится в некотором отношении к миру и определяется им, но и относится к миру, и сам определяет это свое отношение, в чем и заключается сознательное самоопределение человека. Важна не только его обусловленность объективными условиями, но и различие позиции субъекта, понятой не субъективистически (т. е. субъект против объекта), а как объективное ее изменение, как выражение изменения ситуации” [Рубинштейн, 1997].

Обратим внимание также на первичность (в деятельностном аспекте) “внутреннего мира” человека по отношению к его внешнему миру: “Действительность выступает в теории С.Л. Рубинштейна через призму возможностей и отношений к ней субъекта, а не противостоит ему в существовавшей дихотомии субъект–объект. Субъект становится активным создателем собственной жизни, бытия” [Сергиенко, 2011].

Человек, таким образом, сам определяет отношение к внешнему миру, постоянно находясь при этом в своем внутреннем мире и понимая внешний мир из своей внутренней позиции, из своего внутреннего видения. Внешний (экстернатальный) мир человека и его внутренний (интернатальный) мир находятся при этом в состоянии непрерывного взаимовлияния; осознание данного взаимовлияния и является, на наш взгляд, одним из значимых факторов целостности субъекта. Деятельностное отношение к собственному внутреннему миру, как к пространству, которое можно целенаправленно формировать, обеспечивает, в первую очередь, доступ к внутреннему миру как исходной точке своей деятельности. В нашем понимании, внутренний мир человека является также источником его сил, ресурсов, и доступ ко внутреннему миру дает человеку возможность пользоваться собственными внутренними силами в полной мере.

Состояние целостности мы понимаем как фактор безопасности (в обыденном сознании распространен обратный подход: безопасность понимают как фактор целостности субъекта – как внутренней, так и внешней). Мы, в свою очередь, понимаем целостность человека как фактор безопасности человека – как интернатальной, так и экстернатальной. Иными словами, если мы целостны, то мы, как правило, находимся в состоянии безопасности – внутренней и внешней. Внутреннюю безопасность мы ощущаем, находясь в состоянии “здесь и сейчас” (выше мы писали о временной перспективе как факторе целостности субъекта),

в полном понимании себя своих внутренних потребностей: тела, эмоций, мыслей, целей и ценностей. Опираясь на состояние внутренней (интернальной) целостности (и связанную с ней интернальную безопасность), мы правильно чувствуем окружающую обстановку и совершаем целесообразные действия, которые обеспечивают нашу внешнюю (экстернальную) безопасность. “В связи с этим можно утверждать, что в исследовании психологической безопасности уместно учитывать не только личностные особенности человека, его характеристики, ценности и установки, но и его субъектную позицию, благодаря которой человек способен регулировать свои отношения со средой, выступать активным делателем, вершителем истории своей жизни” [Рубинштейн, 1997].

Понятие безопасности, несмотря на его распространенность и кажущуюся самоочевидность, постоянно трансформируется. Это связано как с существенными изменениями в социальной сфере (в условиях социально-политической нестабильности понятие безопасности может быть сопряжено с экономическими элементами, а также – собственно внутренней и внешней безопасностью государства; в условиях пандемии речь может идти об отсутствии опасности заражения и т.д.), так и с развитием психологии как науки и помогающей практики. Если ранее преобладали представления о безопасности как об экстернальном феномене (и даже речь о психологической безопасности могла идти в контексте безопасности для индивида внешней социальной среды), сегодня все чаще безопасность понимается в интернальном, внутреннем ключе; в тесной ее связи с мировоззренческими аспектами.

Так, согласно Р. Янов-Бульман (Janoff-Bulman [Janoff-Bulman, 1989], [Janoff-Bulman, 1989]), “психологическая безопасность личности проявляется опосредованно, через систему отношений субъекта к миру, к себе и к другим людям”. Р. Янов-Бульман пишет о том, что отношение человека к миру как к опасному, враждебному, недоброжелательному может стать угрозой для человека само по себе, так как человек, имеющий подобные мировоззренческие основания, будет чувствовать себя в мире некомфортно и небезопасно, что может повлечь за собой не только психические проблемы и связанные с ними проблемы со здоровьем, но и ряд (связанных с подобными ценностно-мировоззренческими установками) неблагоприятных социальных ситуаций.

В изучении психологической безопасности выражен субъектный (системно-субъектный) подход: А. Брушлинский [Брушлинский, 1996], В. Знаков [Знаков, 2012], Е. Сергиенко [Сергиенко, 2011], З. Рябикина, Г. Фоменко [Рябикина, 2009] и др.) [Харламенкова и другие, 2017].

Системно-субъектный подход (С.Л.Рубинштейн и другие), на наш взгляд, – ключевое основание обоснования безопасности личности в контексте ее целостности. Именно в рамках субъектного (системно-субъектного) подхода человек (впервые в истории отечественной психологической мысли) воспринимается не только как личность, но как целостный феномен. Системно-субъектный подход особое внимание уделяет целостности человека – и как фактору системности, и как самой системности. В русле системно-субъектного подхода человек воспринимается, прежде всего, как субъект деятельности, как стремящийся к самостоятельности, ответственности, самоопределению и

самореализации (качества, выходящие на передний план и в общественном сознании). Целостность, единство, интегративность субъекта являются основой системности его психических качеств [Брушлинский, 1994], [Брушлинский, 1999], [Брушлинский, 2002], [Брушлинский, 2003]” [Сергиенко, 2011]. Как видим, системно-субъектный подход родственен интегративной психологии (В.В.Козлов) [Козлов, 2007]. В качестве субъекта рассматривается субъект психической деятельности, конкретный индивид. По мнению С.Л.Рубинштейна, не деятельность всецело детерминирует внутренний психический мир человека, а человек в реальной деятельности благодаря внутренним психическим основаниям определяет и направляет свою деятельность [Рубинштейн, 1989], [Рубинштейн, 2003]. Деятельностный подход к пониманию субъекта позволяет, как мы думаем, обосновать и наше собственное видение внутреннего и внешнего аспектов безопасности человека, где первичен внутренний аспект бытия человека (в частности, целостность субъекта, понимаемая нами как целостность и сбалансированность физического, эмоционального, когнитивного, духовного параметров), и он является основанием деятельности, ее целесообразности и результатов. Кроме того, в деятельностном подходе С.Л.Рубинштейна содержится, как мы полагаем, и обоснование действенности коучинга: субъект выступает, прежде всего, субъектом деятельности, это справедливо и для помогающей (в том числе, самокоучинговой) деятельности; кроме того, в доктрине С.Л.Рубинштейна проявлены представления о саморазвитии как творческой деятельности, а также представление о том, что “преобразуя бытие, человек преобразуется сам” [Гусельцева, 2007].

Системно-субъектный подход к изучению человека позволяет воспринимать как структуру не только непосредственные элементы бытия человека, но и феномены, связанные с ним опосредованно. Так, Т.М.Краснянская и В.Г.Тылец в статье, посвященной анализу уровней безопасности человека, пишут о том, что безопасность человека “может характеризоваться иерархической структурой, состоящей из четырех уровней: уровня физической безопасности, уровня психической безопасности, уровня психологической безопасности и уровня социальной безопасности” [Краснянская, Тылец, 2016], где все уровни связаны, и безопасность предыдущего уровня является основой для обеспечения безопасности последующего. Т.М.Краснянская и В.Г.Тылец находят соответствие в иерархии видов безопасности и уровнями в пирамиде Маслоу.

Мы, отталкиваясь от мировоззренческих оснований деятельностного подхода в психологии, предлагаем идею об обеспечении субъектом собственной безопасности на четырех уровнях (которые можно рассматривать в контексте представленной выше парадигмы): физическая, эмоциональная, когнитивная, духовная безопасность. Так, физическую безопасность мы предлагаем рассматривать и соблюдать через внимание к собственному физическому телу и активную заботу о нем, также построению физической безопасности способствует употребление здоровых, полезных (и при этом любимых) продуктов питания. Эмоциональную безопасность целесообразно, на наш взгляд, рассматривать и соблюдать, акцентируя внимание на улыбке, осанке,



позитивных эмоциях, ощущениях (стараться создавать себе моменты в настоящем и в воспоминаниях, вызывающие позитивные эмоции, например, – просмотр веселых фильмов, мультфильмов, использование фраз, вызывающих хорошее настроение и приятные ощущения, прогулка на природе, время, проведенное с любимыми людьми, и т.д.). Также построению и соблюдению эмоциональной безопасности способствует нейрографическое рисование, в том числе – совмещенное с позитивными настройками-медитациями. Аспект когнитивной безопасности можно выстраивать, развивать, усиливать путем повторения, “прописывания”, “прорисовывания” позитивных мыслей, ведением дневника, в том числе – дневника благодарности (который также способствует улучшению эмоционального аспекта); созданием и повторением позитивных аффирмаций и т.д. Безопасность на уровне духовном включает все три перечисленных выше аспекта; кроме того, работа над тем, что можно назвать “духовным уровнем безопасности” может проводиться с применением таких конкретных практик: чтение книг, усиливающих веру в позитивный исход ситуации (например, сказок, коучинговых книг и т.д.); формирование представления о своей целостности посредством направленной визуализации. Наша цель как помогающих практиков – обеспечить внутреннюю безопасность испытуемых (как в экстремальных, так и в нормальных условиях), или, иными словами, – не допустить перерастания (“прорастания”) внешне небезопасных условий во внутренние структуры личности и формирования небезопасных состояний личности.

Говоря об интернальном и экстернальном аспектах безопасности, а также о психологической безопасности как таковой, приведем заинтересовавшие нас результаты из статьи Е.Н.Дымовой [Дымова, 2018], в которой автор приводит результаты исследования: представители группы испытуемых с низким уровнем психотравматизации при поиске ресурсов, которые могли бы обеспечить им безопасность, ориентированы на самих себя, в отличие от представителей группы испытуемых с высоким уровнем психотравматизации. Представители второй группы в большей степени надеются на поддержку и помощь со стороны: супруг или партнер, друзья, другое поддерживающее окружение.

Подводя итог написанному, можем сделать следующие выводы: интернальная безопасность не ограничивается безопасностью личности как одного из аспектов человека; она ассоциирована с физическим, эмоциональным, когнитивным и духовным элементами безопасности. Более того, интернальная безопасность является фундаментальным условием для внешней (экстернальной) безопасности, для успешного прохождения человеком вызовов внешней среды. Именно поэтому в ходе исследования (и применения конкретных помогающих практик, на основе которых была разработана исследовательская программа) мы предлагали испытуемым направлять внимание внутрь себя, отслеживать своё состояние, учиться находиться в состоянии “здесь и сейчас”. Это обусловило лучшее понимание себя испытуемыми, стимулировало внутренний локус контроля, позволило предпринять конкретные действия, направленные на обеспечение собственной внешней безопасности. Одним из факторов формирования интернальной

безопасности мы считаем целостность как единство телесного, эмоционального, когнитивного, духовного аспектов.

### Литература

1. Ананьев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. Избранные психологические труды / Под ред. А.А. Бодалева. – М.: Изд-во “Институт практической психологии”, Воронеж: НПО “МОДЭК”, 1996. – 384 с.
2. Баева И. А. Психологическая безопасность в образовании: Монография. – СПб., 2002. – 271 с.
3. Баева И. А., Семикин В. В. Безопасность образовательной среды, психологическая культура и психическое здоровье школьников // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2005. – №12. – С.7–19
4. Брушлинский А. В. Субъект безопасности и безопасность субъекта // Проблемы информационно-психологической безопасности / Под ред. А. В. Брушлинского, В. Е. Лепского. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1996. – С. 39–43
5. Брушлинский А.В. О критериях субъекта // Психология индивидуального и группового субъекта / Под ред. А.В. Брушлинского. – М.: Институт психологии РАН, 2002. – С. 9–33.
6. Брушлинский А.В. Проблемы психологии субъекта. – М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 1994. – 109 с.
7. Брушлинский А.В. Психология субъекта и его деятельности // Современная психология. Справочное руководство / Под ред. В.Н. Дружинина. Гл. 4. “Психическая регуляция поведения”. – М.: Инфра-М, 1999. – С. 330–346.
8. Брушлинский А.В. Психология субъекта. – СПб.: Алетейя, 2003. – 272 с.
9. Грачев Г. В. Информационно-психологическая безопасность личности: состояние и возможности психологической защиты. – М.: РАГС, 1998. – 125 с.
10. Гусельцева М.С. Культурная психология: методология, история, перспективы. – М.: Изд-во “Прометей”, 2007. – 299 с.
11. Дуганова Ю. К. Личностные особенности молодых людей с разным представлением о психологической безопасности: Дис. ... канд. психол. наук. Ростов-на-Дону, 2014. – 183 с.
12. Дымова Е. Н. Посттравматический стресс и представления о психологической безопасности у военнослужащих по призыву и гражданских лиц // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2018. – Вып. 24. – № 1. – С.36–41
13. Знаков В. В. Многомерный мир субъекта // Вестник Моск. ун-та. – Сер. 14. Психология. – 2012. – № 3. – С. 18–29
14. Ковдра А. С. Временная перспектива как predisпозиция психологической безопасности личности: дис. ... канд. психол. наук. – Сочи, 2012. – 224 с.
15. Козлов В.В. Интегративная психология: Пути духовного поиска, или освящение повседневности. — М.: Психотерапия, 2007. – 528 с.

16. Краснянская Т.М., Тылец В.Г. Психологический анализ уровней безопасности человека // Известия Гомельского государственного университета имени Ф. Скорины. – 2016. – № 2 (95). – С.31-36
17. Рощин С. К., Соснин В. А. Психологическая безопасность: новый подход к безопасности человека, общества и государства // Российский монитор. – 1995. – № 6. – С. 47–54
18. Рубинштейн С. Л. Человек и мир. – М.: Наука, 1997. – С.83–84
19. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. – СПб.: Питер, 2003. – 508 с.
20. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2-х т. – М.: Педагогика, 1989. – 488 с.
21. Рябикина З. И., Фоменко Г. Ю. Субъектно-бытийный подход: Преемственность традиций // Человек. Сообщество. Управление. – 2009. – № 4. – С. 26–37
22. Сергиенко, Е. А. Системно-субъектный подход: обоснование и перспектива / Е. А. Сергиенко // Психологический журнал. – 2011. – Т. 32, № 1. – С. 120–132
23. Харламенкова Н. Е., Тарабрина Н. В., Быховец Ю. В., Ворона О. А., Казымова Н. Н., Дымова Е. Н., Шаталова Н. Е. Психологическая безопасность личности: имплицитная и эксплицитная концепции. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. – 263 с.
24. Veus J. M., Dhanani L., McCord M. A. A meta-analysis of personality and workplace safety: Addressing unanswered questions // Journal of Applied Psychology. – 2015. V. 100 (2). Mar. – P. 481–498
25. Carter M. M., Hollon S. D., Carson R., Shelton R. C. Effects of a safe person on induced distress following a biological challenge in panic disorder with agoraphobia // Journal of Abnormal Psychology. – V. 104 (1). – Feb. 1995. – P. 156–163
26. Janoff-Bulman R. Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct // Social Cognition. Special Issue: Social Cognition and Stress. – 1989 – V. 7. – P.113–136
27. Janoff-Bulman R. The benefits of illusions, the threat of disillusionment and the limits of inaccuracy // Journal of Social and Clinical Psychology. – 1989. – V. 8. – P. 158–176
28. Occhipinti S., Siegal M. Reasoning and food and contamination // Journal of Personality and Social Psychology. – 1994. V. 66 (2). Feb. – P. 243–253
29. Weinstein N. D. Why it won't happen to me: Perceptions of risk factors and susceptibility // Health Psychology. – 1984. V. 3 (5). – P. 431–457
30. Weitlauf J. C., Smith R. E., Cervone D. Generalization effects of coping skills training: Influence of self-defense training on women's efficacy beliefs, assertiveness and aggression // Journal of Applied Psychology. – 2000. – V. 85 (4). – P. 625–633
31. Wilson J. P., Petruska R. Motivation, model attributes and prosocial behavior // Journal of Personality and Social Psychology. – 1984. – V. 46 (2). – P. 458–468

## ПСИХИЧЕСКАЯ ЭНЕРГИЯ – РЕАЛЬНОСТЬ ИЛИ ОКСЮМОРОН?

«На долю человеческого разума в одном из видов его познания выпала странная судьба: его осаждают вопросы, от которых он не может уклониться, так как они навязаны ему его собственной природой; но в то же время он не может ответить на них, так как они превосходят все его возможности».  
[И. Кант, с. 9, т.3]

**Аннотация.** Анализируется ряд принципиально важных в методологическом аспекте проблем: корректность употребления выражения «психическая энергия», категории «информация» и «идеальное» и их значение для методологии психологии. Предлагается гипотеза решения проблемы взаимодействия материального и психического (в обыденном понимании «души» и «тела»). Показано, что в каждом конкретном случае возникновения психоинформации образуются и сохраняются два совершенно одинаковых, подобных вида информации – «идеальная информация» (личного бессознательного) и «нейроинформация» (нейронных сетей). Первоисточником этих видов информации выступает психоинформация.

**Annotation.** A number of fundamentally important problems in the methodological aspect are analyzed: the correctness of using the expression “mental energy”, the categories “information” and “ideal” and their significance for the methodology of psychology. A hypothesis is proposed for solving the problem of interaction between the material and the mental (in the ordinary understanding of “soul” and “body”). It is shown that in each specific case of the emergence of psychoinformation, two completely identical, similar types of information are formed and stored - “ideal information” (personal unconscious) and “neuroinformation” (neural networks). The primary source of these types of information is psychoinformation.

**Ключевые слова.** Психическая энергия, информация, психоинформация, нейроинформация, идеальные явления, субъективно-эмпирические явления, психофизиологическая проблема.

**Keywords.** Mental energy, information, psychoinformation, neuroinformation, ideal phenomena, subjective-empirical phenomena, psychophysiological problem.

### **Введение. Предварительные замечания.**

Цель работы состояла в том, чтобы рассмотреть ряд принципиально важных для методологии психологии проблем. К таковым были отнесены (не в порядке общей значимости, а в порядке их рассмотрения): во-первых, корректность употребления выражения «психическая энергия»; во-вторых, суть категории «информация» и особенности ее применения в психологии. В-третьих, проанализировать, что представляют собой «идеальные» явления и их особое

значение для психологии. В последнем разделе работы предлагается гипотеза решения «вечной» проблемы взаимодействия материального и психического (в обыденном понимании - взаимоотношения «души» и «тела»).

Ссылаясь, по мере необходимости, на тех или иных авторов, которые занимались рассматриваемыми проблемами в психологическом аспекте, я, в большинстве случаев, не ставил своей целью как-то их анализировать и, тем более, давать им какую-либо оценку, поскольку вслед за Р. Декартом (в отношении психологии, конечно) придерживаюсь той же точки зрения: «О философии я скажу лишь то, что, видя как она уже в течение многих веков культивировалась самыми выдающимися умами и, тем не менее, в ней нет ни одного положения, которого нельзя было бы оспаривать и, следовательно, сомневаться в нём, я отнюдь, не обладал таким самомнением, чтобы надеяться решить задачу лучше других» [Декарт, 1950, с.264].

Такой подход считаю вполне уместным, поскольку в большинстве своем (имеются в виду, прежде всего, психологические работы), они построены на другой методологии и мало «перекликаются» с изложенными здесь идеями, в основу которых положена совершенно иная методологическая парадигма, подробно описанная в моих работах [Прыгин, 2018, 2023].

Следует также иметь в виду, что выделение «подразделов» в работе носит достаточно условный характер, поскольку анализируемые понятия тесно взаимосвязаны и часто «перетекают» одно в другое.

#### ***О корректности понятия «психическая энергия».***

Почему-то, когда говорят о психической энергии всегда понимают ее как некоторую разновидность энергии физической, к которой, как известно, относят: механическую (потенциальную и кинетическую) энергию, электромагнитную (электрическую и магнитную) энергию, химическую, ядерную и гравитационную энергии, а также энергию вакуума (темную энергию вселенной, как гипотетическую, можно пока сюда и не включать).

Полагаю, что такое уподобление, как минимум, некорректно. Небольшой пример, когда человек говорит, что у него нет или мало энергии, подразумевается, что он чувствует некоторую вялость, расслабленность, апатию, астеничность и пр. Все это действительно отражается на физическом уровне (на уровне тела) и связано, в основном, с нашей физической активностью, со способностью совершать какую-то работу, относящуюся, как правило, к внешним физическим действиям. Но, это можно также отнести и к умственным действиям (часто можно слышать фразы: «голова не работает», «плохо соображаю», «устал думать» и т.д.).

Такую потерю энергии легко можно объяснить разными, но всегда вполне реальными физическими причинами, например, человек не выспался или он голоден. Часто после бурно проведенных праздников на следующий день мы также чувствуем недостаток энергии и это тоже вполне понятно, поскольку наш организм привык расходовать какое-то определенное (усредненное) количество (физической) энергии в день, а в праздники мы затратили ее больше среднего «лимита», поэтому мы и чувствуем упадок энергии. Недостаток физической энергии также может быть (и, как правило, есть) у человека при какой-либо

физической болезни. Однако, возникает вопрос: может ли у больного и даже тяжело больного человека быть много «психической энергии» (пока понятие «психическая энергия» буду брать в кавычках)? Полагаю, что – да, но это возможно только в том случае, если он духовно развит. Например, как известно из соответствующей многочисленной литературы, большинство святых были людьми, страдающими различными, порой и тяжелыми, соматическими заболеваниями, но вместе с тем, они же могли служить примером высочайшей силы духа! Именно связь с духом и позволяла им осуществлять свою высшую миссию – передавать эту «психическую энергию» другим нуждающимся людям, именно этим и объясняются все «чудеса», которые могли творить эти люди.

Природа психического неизвестна – это общепризнанный научный факт, но мало кто задумывался о том, что и качественная природа физической энергии тоже не раскрыта. Конечно, физическая энергия, всех указанных выше видов, описана и просчитана, что называется, «вдоль и поперек», установлено огромное количество ее реальных свойств, на основе которых работают миллионы физических устройств. Однако, повторяю, природа, ее качественная суть, неизвестна. Пример, энергия гравитации – есть множество теорий, объясняющих суть гравитации, но увы, это пока все только неподтвержденные гипотезы. Такая же ситуация и с определением других материальных субстанций, в частности, это касается физической природы (поля) постоянного магнита. Пока это «слепое» пятно в науке, а его определение, как особого вида материи, с помощью которого осуществляется взаимодействие между движущимися заряженными частицами или телами, обладающими магнитным моментом – это тоже феноменологическое описание, перечисление его свойств, а не раскрытие сути (не правда ли, определение очень похоже на классическую феноменологическую дефиницию сознания).

Впрочем, надо отдать должное и психологической науке. При всей неизвестности природы психического, разработано значительное количество экспериментальных и эмпирических методов и методик, показавших эффективность их применения в разных ее областях (особенно в области медицинской психологии). Однако, даже этот положительный факт никак не отменяет то, что «теоретическая мысль» в психологии зашла в тупик, в общепризнанный «перманентный» методологический кризис.

Итак, насколько корректно употребление понятия «психическая энергия»? Прежде всего, напомним отношение К. Юнга к этому понятию. Осуществляя энергетический подход к психическому, К. Юнг в то же время признает, что реализация именно такого подхода сталкивается с серьезными проблемами, поскольку нет никакой возможности отделить психическое от *биологического* процесса. Он пишет: «...сама по себе энергия есть понятие, которого объективно в самом явлении нет (здесь и далее выделено мной, - Г.П.), но которое всегда дано лишь в специфических основаниях опыта; иными словами, для опыта энергия существует всегда специфически: актуально - в виде движения и силы, потенциально - в виде состояния или условия... Однако поскольку мы, к сожалению, *не в состоянии научно подтвердить существование отношения эквивалентности между физической и психической энергиями*, нам

не остается ничего иного, как-либо *отказаться от энергетического подхода, либо постулировать особую психическую энергию, что возможно лишь как сугубо гипотетическая операция*» [Юнг, 2013, с. 60-61]. В конце концов, обсуждая понятие психической энергии, К. Юнг останавливается на термине «либидо», полагая при этом, что таким образом психическую энергию можно будет отличать от универсального понятия энергии, принятого в физических науках.

### ***Категория «информация» и особенности ее применения в психологии.***

Существует общепризнанная *универсальная*, знаменитая формула А. Эйнштейна:  $E=MC^2$  (энергия любой материи равна ее массе, умноженной на квадрат скорости света). Можно ли ее применить к «психической энергии»? Очевидно, что нет, поскольку мы не можем рассуждать о психических явлениях ни в терминах массы, ни в терминах скорости! То, что психические явления не обладают массой, в доказательстве не нуждается, то, что в субъективной реальности отсутствует время показано мной (и не только) в ряде статей. Почему же мы часто говорим о «психической энергии»? Очевидно, в силу нашей косности в употреблении понятий, взятых из области другой науки (чаще всего из физики), такой «слоган» привился не только в бытовом общении, но и в научной психологической среде.

Из этого следует, что физическая энергия и «психическая энергии» – это, по-видимому, достаточно разные субстанции со своим онтологическим статусом и нельзя рассуждать о «психической энергии» в физических терминах и понятиях, ей нельзя приписывать свойства физической энергии, что так часто случается и в психологической литературе, и в (философских) работах физиков. Подобной точки зрения придерживается, в частности, и Абнер Шимони, который пишет, что «понятие физической энергии, являющееся основой современной физики, должно рассматриваться лишь как часть более общего понятия составной или сложной энергии (эмоциональной и целенаправленной, и способной к конечному синтезу в субъективной форме), которая и проявляет себя в каждом завершенном событии» [Шимони, 2008, с.146].

В связи с этим, возникает вопрос: существует ли какая-либо возможность обобщить эти понятия или, по крайней мере, найти для них некоторое общее основание? Эвентуально это позволило бы приблизиться к пониманию того, как разрешить «извечную» психофизическую проблему.

В некоторой степени снять противоречия между понятиями «физической» и «психической» энергиями позволяют исследования энтропии [Melvin M. Vorson, S. Lepadatu, 2022], где, в частности, сформулирован новый закон, обозначенный как «Второй закон информационной динамики», суть которого состоит в следующем.

Известно, что одним из самых фундаментальных законов физики является второй закон термодинамики, согласно которому энтропия любой системы остается постоянной или увеличивается со временем, причем полагается, что этот закон применим к эволюции всей вселенной. В рассматриваемой работе [там же] исследуется эволюция во времени информационных систем, определяемых как физические системы, содержащие информационные

состояния, в рамках теории информации Шеннона. На основании этих исследований авторы выводят *второй закон информационной динамики (инфодинамика)*, распространяя его не только на физические системы, но и на цифровое хранилище данных и геном биологической РНК. Согласно этому закону, энтропия информации остается постоянной или (в отличие от второго закона термодинамики) уменьшается с течением времени. В исследовании утверждается, что полученный результат имеет огромное значение для будущих разработок в области геномных исследований, эволюционной биологии, вычислительной техники, больших данных, физики и космологии.

Сам по себе закон, безусловно, интересный, но еще более интересными являются те размышления авторов, которые привели к формулировке этого закона. Поскольку они затрагивают суть данной статьи, рассмотрим их несколько подробнее.

Как указывают авторы, основываясь на работах К. Шеннона, Л. Бриллюэна и Р. Ландауэра, одним из авторов этой статьи М. М. Вупсоном (Melvin M. Vopson) в 2019 году был сформулирован принцип эквивалентности массы-энергии-информации (М-Е-И). Принцип эквивалентности М-Е-И является «расширением принципа Ландауэра, утверждающего, что *если информация эквивалентна энергии*, согласно Р. Ландауэру, и *если энергия эквивалентна массе*, согласно специальной теории относительности Эйнштейна, то *триада массы, энергии и информации также должна быть эквивалентна* т.е. если  $M = E$  и  $E = I$ , тогда  $M = E = I$  (выделено мной, - Г.П.)» [Melvin M. Vopson, S. Lepadatu, 2022].

Далее авторы утверждают, что: «Эти фундаментальные идеи создали мост между чистой математикой и физикой, по существу «физикализировав» математику. Концепция физикализации математики имеет глубокие последствия для того, как мы думаем обо всей Вселенной, потому что она показывает, что *Вселенная фундаментально математическая и ее можно рассматривать как возникающую из информации*, т.е. «она из бита» - (выделено мной, - Г.П.) концепция, придуманная легендарным физиком Дж. А. Уилером» [там же]. Как известно, еще в 1990 году Дж. А. Уилер высказал гипотезу, что информация должна быть фундаментальной концепцией физики, а *все физические сущности являются, по сути, информационно-теоретическими в своей основе*.

Подобные идеи высказываются и другими физиками, в частности, С.И. Доронин пишет, что квантовая теория информации: «непосредственно связывает информацию с энергией через энтропию фон Неймана, которую можно считать основной физической характеристикой энергоинформационного процесса. *Изменение информации сопровождается изменением энергии, а обмен информацией напрямую связан с обменом энергией (справедливо и обратное) - это еще один важный вывод, который сделан в физике квантовой информации* (выделено мной, - Г.П.)» [Доронин, 2009, с.176].

Согласно С.И. Доронину, квантовая информация (как самая фундаментальная количественная характеристика системы) существует всегда там, где есть система, в любом ее состоянии. «Информация сама по себе является физической сущностью и существует даже тогда, когда система находится в



нелокальном состоянии, поэтому *ее можно считать «первичной субстанцией», из которой в процессе декогеренции могут «проявляться» локальные объекты. «Информация физична» в прямом смысле - она является источником всех других физических процессов и материальных проявлений, которые могут иметь место в системе* (выделено мной, - Г.П.)» [Доронин, 2009, с.174]. Поскольку квантовая информация имеет более высокий статус относительно других физических величин, постольку выше и значимость закона сохранения квантовой информации по сравнению с другими законами сохранения (массы, энергии, импульса и т. д.) [там же].

Таким образом, если, согласно теории квантовой информации, из Универсума (Абсолюта, Квантовой реальности) создается ВСЁ, то очевидно, что под влиянием каких-то сил (например, антропного принципа) возникает разная по плотности материя: в одних случаях – это материальный мир, в других – «тонкая психическая материя», но природа у них одна – *информация*. Конечно, логично при этом предположить, что психическое - это какой-то особый вид информации (обозначим ее пока как «психоинформация»).

Рассмотрим, что нам может дать такое предположение и, прежде всего, постараемся найти ответ на вопрос: есть ли отличие «физической информации» от «психоинформации» и, если есть, то в чем оно состоит?

В данном аспекте наибольший интерес представляет работа В.И. Степанского «Психоинформация», в которой он обосновывает выдвинутую им гипотезу о том, что «наряду с материальными существуют информационные идеальные явления, которые распространены повсеместно как в неживой, так и в живой природе и вместе с последней проходят естественное эволюционное развитие, высшей ступенью которого является психоинформация - психика человека» [Степанский, 2006, с.10].

Обоснование этой гипотезы автор начинает с определения понятия информации как «сообщения, заключенного в некоторую форму», причем сюда включается всё разнообразие сообщений вне зависимости от их формы и содержания.

Анализируя понятие информации в контексте теории управления, применительно к практике человеческой жизни, он отмечает, что «важнейший (принципиальный, основополагающий) признак управления остается всегда одним и тем же, независимо от природы управляемых объектов. Это - *влияние* одного объекта на другой, *причем именно влияние, а не воздействие* (выделено мной, - Г.П.)» [Степанский, 2006, с.28]. При этом полагается, что в мире человеческих отношений - влияние буквально подразумевает добровольность (возможность или вероятность реализации функциональной зависимости одного объекта от другого), а воздействие – принуждение (это всегда необходимость или неизбежность).

Здесь возникает первый вопрос к автору «Психоинформации»: насколько правомерно такое разграничение, особенно в области человеческих отношений? С моей точки зрения, оно весьма сомнительно, поскольку можно привести много примеров, когда в обеих областях очень трудно дифференцировать влияние и воздействие.

Так как подобное разделение в теории автора является принципиальным, основополагающим, рассмотрим его подробнее. В.С. Степанский пишет: «Если воздействие осуществляется путем прямого переноса материи и (или) энергии от одного объекта к другому и потому может быть обозначено как *материально-энергетический процесс* (здесь и далее выделено мной, - Г.П.), то *влияние представляет собой информационный процесс*, в котором материя и энергия выполняют вспомогательную роль, обеспечивая его, но не определяя ни содержание информационного процесса, ни производимые им эффекты» [Степанский, 2006, с.29]. Далее, переходя непосредственно к анализу понятий «информация» и «информационный процесс», он предлагает «с самого начала *отказаться от представления информации в качестве некоторой сущности*, подобно тому, как мы интуитивно представляем себе материю или энергию» ... Кроме того, информация сама по себе ничего не производит, самопроизвольно не распространяется... понятие информация всегда относилось к сфере идеальных концептов» [Там же].

Трудно согласиться с таким пониманием информации, поскольку оно явно противоречит современному пониманию информации в квантовой физике, согласно которой информация - это фундаментальная физическая концепция и все физические сущности в своей основе информационно-теоретические (более подробно об этом см. выше). Однако, сам термин «психоинформация» считаю очень удачным, хотя и вкладываю в него совсем другое содержание.

Сравнивая использование понятия информации в общей теории связи и в регуляторных процессах, В.С. Степанский отмечает следующие отличия. Во-первых, в системах связи, в отличие от регуляторных процессов, информационный процесс подразумевает только лишь *возможность* изменений объекта-адресата в зависимости от состояний объекта-источника воздействий, поскольку в процессах регуляции *обязательны* изменения в состоянии объекта регулирования. Во-вторых, «информационный процесс - это не передача информации от одного объекта к другому, подобная передаче материи и (или) энергии, а *отображение одного объекта в состояниях другого...* (выделено мной, - Г.П.)» [Степанский, 2006, с.31]. При этом, понятие отображение подразумевает отображательную активность воспринимающего объекта. Такое понимание «отображения» приводит автора к следующему выводу: «Главная специфика информационного процесса состоит в том, что он совершается внутри некоторого объекта, отображающего нечто внешнее путем изменения собственного внутреннего состояния, что соответствует понятию влияние и результатом чего является отображение внешнего объекта, или модель объекта, или информация об объекте. В контексте анализа явления самоуправления *все три понятия - отображение, модель и информация - полностью синонимичны* (выделено мной, - Г.П.)» [Там же].

По сути, В.С. Степанский, с позиции информационного процесса описывает избирательную активность живого организма в процессе его взаимодействия с окружающей средой для создания ее модели. При этом материальной средой для модели является изменение состояния некоторых компонентов-рецептора под воздействием каких-либо факторов внешней среды.

Таким образом, «определенные состояния одного или нескольких рецепторов соотносятся системой с определенными свойствами внешней среды как причина и следствие, благодаря чему внутри системы возникает отображение среды, которое можно назвать также моделью среды или информацией о среде (здесь и далее выделено мной, - Г.П.). Как уже говорилось, по содержанию все три термина синонимичны, однако понятие информация наилучшим образом передает *идеальный характер данного природного явления*» [Степанский, 2006, с.33].

Подведу некоторые итоги представленных выше тезисов. Во-первых, в описанной выше избирательной активности живого организма при взаимодействии с окружающей средой нет никакой особой новизны, достаточно вспомнить работу [Дж. Миллер, Е. Галантер, К. Прибрам, 1965] или, наиболее близкую нам, теорию функциональных систем П.К Анохина [Анохин, 1978]. Известно, что функциональная система Анохина (информационная модель), основанная на *особых функциональных отношениях между элементами системы*, формируется для данного момента взаимодействия организма со средой и, в своем своеобразии несет всю информацию о данном моменте. Во-вторых, главный вывод, к которому приходит В.С. Степанский: возникновение внутри системы (читай, организма) отображения среды – есть *идеальный процесс*, с чем трудно согласиться. Кстати, для подтверждения своего вывода об идеальности этого процесса он сравнивает его с голограммой, полагая, что это тоже идеальное явление; он пишет: «голограмма - отображение объекта с помощью лазерной техники, при котором само изображение - это совершенно бестелесное порождение электромагнитных волн».

Действительно, и сама модель среды, как и голограмма, это идеальные явления, но *они остаются таковыми только до тех пор, пока мы их не проинтерпретируем!* Именно после интерпретации (появления смысла, семантики) подобные «идеальные явления» превращаются в *психоинформацию*, способную оказывать материальное воздействие на нейросеть организма, в соответствии с физическими свойствами среды.

Возможно здесь требуется некоторое пояснение. Конечно, первым моментом отображения действительности является поиск анализаторной системой человека уже знакомой информации (наподобие ориентировочной реакции или функциональной системы) и та же самая голограмма не будет никак проинтерпретирована, если созданный ею образ неизвестен человеку. Именно первоначальное «сканирование» анализаторной системой окружающей действительности приводит к появлению психоинформации, способной в дальнейшем менять эту действительность.

Поэтому, в нейросетях формируется вполне материальное отображение какого-либо актуального воздействия внешней среды, сохраняющее при этом определенную субъективность, поскольку она уже заложена в индивидуальном строении анализаторного аппарата человека.

### ***Все ли психические явления «идеальны»?***

Этот вопрос не так прост, как кажется на первый взгляд. Как отмечал Э.В. Ильенков, «*«Идеальное» или «идеальность» явлений – слишком важная*

*категория, чтобы обращаться с нею бездумно и неосторожно* (выделено мной, - Г.П.), поскольку именно с нею связано не только марксистское понимание сути идеализма, но даже и наименование его» [Ильенков, 2019, с.2]. Если с первой частью этого тезиса я полностью согласен, то та методологическая парадигма, с позиции которой он проводит анализ категории «идеального», в корне отличается от той методологической парадигмы, на которой построена эта работа. Собственно, поэтому, как и было отмечено выше, здесь не будет даваться какая-либо оценка статьи Э.В. Ильенкова.

Прежде чем рассуждать о том, является ли информация явлением идеальным, необходимо определиться, какие феномены вообще мы можем отнести к «идеальным». Не буду останавливаться на категории «идеального» в классической психологии (где, как известно, доминирует материалистическая парадигма), изложу свою точку зрения.

Проблема «идеального» была затронута мной в работе над монографией «Неклассическая психология» [Прыгин, 2018], где, опираясь на теорию С.Л. Франка [Франк, 1997] было дано разграничение понятий «душевных» и «духовных» явлений. Несмотря на сложность и неоднозначность их разделения, можно все же говорить о том, что в содержании «душевных» явлений в большей степени отражен наш жизненный опыт.

С.Л. Франк, анализируя понятие «реальность», писал о том, что все, что рождается в нас (мысли, мнения, воображения, представления и пр., то есть весь наш опыт) входит в *«эмпирическую действительность»* («мир») и составляет его *субъективный элемент (компонент)*. К *объективному компоненту* он относит *общий всем нам мир*, с которым мы вынуждены считаться, как с чем-то, что фактически подлинно есть. Таким образом, эмпирическая действительность не исчерпывается совокупностью всего «внешнего» по отношению к нам, всем тем, что мы называем материальным бытием. В субъективный компонент эмпирической действительности входит также то, что не дано нам в ощущениях в составе пространственной картины бытия, то, что обычно называют явлениями *«душевной жизни»*. Полагаю, что трудно возразить С.Л. Франку в том, что явления *«душевной жизни»* даны нам с не меньшей опытной непосредственностью и объективностью, чем явления материального мира (вспомним хотя бы о том, какие сильные эмоции могут вызывать «явления душевной жизни» и как они затем могут проявиться в материальном мире).

В отношении «духовных» явлений С.Л. Франк писал, что: «Кроме знания, получаемого с помощью чувств и путем интеллектуального созерцания, «мы обладаем *еще особым, и притом первичным, типом знания* (здесь и далее выделено мной, - Г.П.), который может быть назван *живым знанием* или *знанием-жизнью*. В этой духовной установке познаваемое не предстает нам извне как нечто отличное от нас самих, а как-то слито с самой нашей жизнью. И наша мысль рождается и действует как-то из глубины самой открывающейся реальности, совершается в самой ее стихии. То, что мы испытываем как нашу *жизнь*, как бы само открывает себя нам, - открывается нашей мысли, неотделимо присутствующей в этой жизни... по сравнению с этим первичным родом знания, мы ощущаем в установке предметного знания какую-то искусственную

суженность и как бы выхолощенность сознания... *Самое важное и существенное для нас знание есть не знание-мысль, не знание как итог бесстрастного внешнего наблюдения бытия, а знание, рождающееся в нас и вынашиваемое нами в глубине жизненного опыта, - знание, в котором как-то соучаствует все наше внутреннее существо. Мысль, в форме предметного познания, может только задним числом, производно накладываться на фундамент этого живого знания»* [там же, с. 23]. *Знание, рождающееся, в нас, в субъективной реальности, и вынашиваемое нами в глубине жизненного опыта, безусловно, относится к идеальным явлениям.*

Отнесение явлений душевной жизни к структуре эмпирической действительности является одним из ключевых моментов в концепции реальности, разработанной С.Л. Франком. Необходимо особо отметить, что, разрабатывая свою концепцию реальности, С.Л. Франк принципиально не обсуждает «основного» вопроса философии (о первичности или вторичности материи). Уже здесь проявляется существенное отличие в толковании душевных (читай, психических) явлений от того, как они трактуются в классической психологии. Там, как известно, они рассматриваются как «идеальные явления», которые противопоставляются всему объективно существующему миру («внешней реальности»).

Общепризнанно, что впервые на реальность, лежащую за пределами мира объектов, указал Р. Декарт [Декарт, 1950] в своей знаменитой формуле - «*cogito ergo sum*» («мыслю, значит существую»). В данном контексте представляется уместным не только сослаться на это высказывание, но и уточнить, что Р. Декарта к такому заключению побудил поиск достоверной точки отсчета знания. Он писал: «Так как чувства нас иногда обманывают, то я готов был предположить, что нет ни единой вещи, которая была бы такова, какою они нам её изображают... я обратил внимание на то, что, в то время как я готов мыслить, что всё ложно, необходимо, чтобы я, который это мыслит, был чем-нибудь. Заметив, что истина: я мыслю, следовательно, я существую, столь прочна и столь достоверна, что самые причудливые предположения скептиков неспособны её поколебать, я рассудил, что могу без опасения принять её за первый искомый мною принцип философии [Декарт, 1950, с. 282-283].

Таким образом, эта формула дает твердую опорную точку *безусловно достоверного знания* (если в отношении любого предметного знания можно сомневаться в его объективности, то это сомнение нельзя приложить к реальности самой мысли). Не вдаваясь более в философский анализ концепции Декарта, можно отметить, что по существу, здесь открывается особая реальность, принципиально отличная от объективной действительности, причем эта реальность обычно не замечается нами только потому, что она совпадает с тем, кто ее ищет (с нами самими); она есть *реальность, в которой «объект» совпадает с «субъектом»*.

Развивая мысль Р. Декарта, С.Л. Франк дает углубленное определение этой особой первичной реальности, которую он обозначил, как «*живое знание*». Он пишет: «По первичному своему характеру это есть реальность, которая вообще не *предстоит* нам в роли объекта, на которую направлена мысль, - не есть нечто,

с чем мы извне «встречаемся». Мы «имеем» ее в той совершенно особой форме, что сами *есмы* то, что мы имеем. Это есть реальность, открывающаяся самой себе - открывающаяся не в силу того, что кто-то другой на нее смотрит, а в силу того, что *самое ее бытие есть непосредственное бытие-для-себя, самопрозрачность* (выделено мной, - Г.П.). Другими словами, эта реальность открывается нам в указанной выше форме живого знания» [Франк, 1997, с. 25-26]. Именно эта реальность была обозначена мной, как «Субъектная реальность» [Прыгин, 2018].

Возвращаясь к проблеме «идеальности» информации и учитывая, высказанные выше соображения, можно сформулировать (в качестве гипотез) следующие положения (положения формулируются только для живых организмов, без учета информационных проявлений в неживой природе).

*Во-первых*, не все психические явления можно отнести к категории «идеальных». К таковым, безусловно, относятся: бессознательное (коллективное и личное), а также все явления, происходящие в субъектной реальности.

*Во-вторых*, любая информация переходит из идеального («непроявленного») состояния в элемент эмпирической действительности, только тогда, когда она «означивается» (интерпретируется как знак); или в общем плане, *когда какие-либо изменения в «приемнике», возникающие под воздействием (влиянием) «передатчика», в дальнейшем могут быть интерпретированы с помощью какой-либо знаковой системы (например, языка, жеста, когда человек придает смысл этим изменениям).*

*В-третьих*, именно эту «означенную» (проинтерпретированную) информацию и следует считать *психоинформацией* и в этом случае она не должна рассматриваться как явление идеальное. Отмечу, что содержанием психоинформации является опыт (накопленные знания) человека и сохраненные в его личном бессознательном.

*В-четвертых*, только живой организм, владеющий знаковой системой (и/или обладающий определенным уровнем сознания) способен породить то, что можно обозначить как *субъективно-эмпирические явления*.

*В-пятых*, все субъективно-эмпирические явления обладают одним обязательным атрибутом – *способностью вызывать внешнюю или внутреннюю активность человека*.

Следовательно, *только психоинформация* (не относясь к идеальным феноменам) способна породить субъективно-эмпирические явления и, тем самым, вызывать внешнюю или внутреннюю активность человека. Вышесказанное можно условно представить в виде следующей последовательности: **«Идеальная информация» → «Психоинформация» → «Субъективно-эмпирические явления» → «Активность (внешняя или внутренняя)».**

В подтверждение сформулированных положений, уместно отметить работу профессора Л. И. Хромова [Хромов, 2006], советского специалиста по теории связи, который писал: «В основе информационной теории связи как раздела науки лежит новое и сложнейшее понятие «информация», новизна и сложность этого понятия заключается в том, что оно имеет две неделимых стороны: количество и *качество информации* (здесь и далее, выделено мной, - Г.П.)... Понятие «информация» отличается от понятия «энтропия» принципиально тем, что в нём кроме

количественного аспекта *сильно выступает качественный аспект*» [Хромов, 2006, с.6]. И далее: «Информация как раз и выражает передаваемость (движение) формы и содержания. Духовный сигнал может передавать не только сообщение справочного характера, которое в быту часто *ошибочно* называют «информацией», но и *сложное смысловое содержание и эмоции. Информация есть она из ипостасей духовного сигнала, допускающая числовую оценку количества информации, но имеющая и качество*» [Хромов, 2006, с.25-26].

Можно сформулировать и более радикальную гипотезу. С позиции квантовой физики, ВСЕ феномены (к примеру, все законы природы, математика и т.д.) изначально существуют в нелокальном («идеальном») состоянии до тех пор, пока в процессе декогеренции не будут интерпретированы с помощью некоей знаковой системы, становясь при этом, явлениями способными менять объективную действительность (*субъективно-эмпирическими явлениями*). Что касается таких продуктов человеческой культуры, как осознанная мысль, выведенная математическая формула, какой-либо открытый закон или созданный художественный образ, хотя их и относят к явлениям идеальным, однако, после того как они подверглись интерпретации, таковыми, по сути, уже не являются, поскольку могут непосредственно воздействовать на внешнюю или внутреннюю активность человека.

Очевидно, что из представленных положений требует особого объяснения пятый пункт, - каким образом, субъективно-эмпирические явления могут вызывать внешнюю или внутреннюю активность человека (которые, как я напомним, не относятся к идеальным явлениям).

Итак, перейдем к обсуждению «психофизической проблемы» в ниже озаглавленном ее аспекте.

### ***Проблема взаимодействия «материального» и «психического».***

Обратимся к классике, например, к трудам Л.С. Выготского [Выготский, 1983], в которых он описал, как с помощью взрослого создается модель среды в психике ребенка. В качестве общей иллюстрации рассмотрим следующую ситуацию: ребенку показывают какой-либо предмет, например, ложку, затем взрослый учит его пользоваться ею, повторяя, что это «ложка». В последующем, когда ребенку говорят «возьми ложку», и он ее берет, это не значит, что идеальное понятие «ложка» воздействовало непосредственно на руку ребенка. Сработало сохраненное идеальное знание о «ложке», из которого проявилась психоинформация, вызвавшая те или иные виды некоторой физической активности. Любая психоинформация (знание, приобретенное в опыте) способна вызывать активность человека. Объяснение процесса воздействия «идеального» слова на «материальное» (мозг ребенка), при таком подходе не представляет особой сложности, и даже (до определенного момента) не требует изменения существующей в классической психологии парадигмы.

Большую проблему представляет вопрос о том, где и в виде чего хранится подобная информация (о ложке). Здесь возможны *два варианта ответа*. Первый ответ достаточно простой: если оставаться в рамках классической психологии, то можно полагать, что информация отображается (и фиксируется) в нейронной сети в результате воздействия какой-то констелляции факторов внешней среды.

Второй ответ требует смены общепризнанной парадигмы. В общем виде его можно сформулировать так: *вся информация (знание), приобретаемая личностью в процессе жизни (психоинформация), сохраняется не только в нейронных сетях (назовем ее, в отличие от первой, нейроинформацией), но и дублируется в личном бессознательном человека (в виде идеальной, «непроявленной» информации).*

Подчеркну еще раз: *в каждом конкретном случае проявления психоинформации, одновременно образуются два совершенно одинаковых, подобных вида информации – идеальная информация (личного бессознательного) и нейроинформация (нейронных сетей).* Можно полагать, что психоинформация и является содержанием индивидуального сознания личности.

Вероятнее всего, причина полисемантической практически любого знака как раз и объясняется тем, что каждая конкретная психоинформация (каждый знак) сохраняется и в нейронных сетях, и в личном бессознательном в виде некоторого набора готовых моделей поведения (та же ложка может быть использована и по своему прямому назначению, или еще каким-либо образом).

О том, что вся приобретенная психоинформация хранится в личном бессознательном человека в непроявленном виде, и как происходит оперирование информацией на уровне личного бессознательного, подробно описано мной в монографиях [Прыгин, 2018, 2023]. Что же касается всего процесса взаимодействия между личным бессознательным и индивидуальным сознанием, то он сводится не только к обмену информацией, но и к изменению ее качества (с «идеального» на «психоинформацию»), при этом сама информация личного бессознательного не изменяется и никуда не исчезает, согласно закону сохранения информации. В отличие от этого, нейроинформация, отображенная в нейронных сетях, может со временем по каким-либо причинам, измениться или даже вообще «стереться».

С учетом *теории квантовой информации*, сам процесс осознания информации, поступающей из личного бессознательного (то есть процесс проявления, «рождения» психоинформации), можно рассматривать как процесс декогеренции, когда какая-то часть информации, например, в виде найденного решения проблемной ситуации, переходит из нелокального (бессознательного) состояния в локальное (сознательное). Именно этот момент осознания можно определить, как момент приобретения мыслью (знаком) локальности, когда она (мысль-знак) из нелокального состояния личного бессознательного переходит в локальное состояние индивидуального сознания в виде психоинформации. Другими словами, *мы тогда осознаем мысль, когда облакаем ее в слова, в понятия* (процесс «означивания» информации), поэтому язык можно уподобить «квантовому оператору волновой функции плотности вероятности», запускающий процесс декогеренции.

Итак, как только знак осознан (появилась психоинформация), он запускает тот же процесс в нейронных сетях, который был описан выше (см. первый вариант ответа на вопрос о том, где и в виде чего хранится информация), а проблема воздействия «идеального» на «материальное» объясняется достаточно просто - любой осознанный знак (уже содержащий в себе наборы поведения), как



*ключ*, запускает соответствующие наборы поведения, «записанные» в нейронных сетях.

Возникает законный вопрос: зачем нужна такая сложная система дублирования информации (и в нейронных сетях, и в личном бессознательном)? Этот вопрос затрагивает саму суть перманентного кризиса классической психологии и связан, прежде всего, с отношением к проблеме: смертен человек или нет? Если придерживаться классической, материалистической позиции, то, действительно, подобное дублирование информации излишне. Однако, если считать, что после физической смерти человека остается нечто, что обозначено как «душа», то именно те знания, та психоинформация, которая приобретается личностью в процессе жизни, остается после физической смерти человека и обогащает его субъектную реальность [Прыгин, 2019, 2023].

Здесь опять уместно сослаться на Р. Декарта, который писал: «...я заключил, что я есть субстанция, вся сущность или природа которой состоит только в мышлении и которая, чтобы существовать, не нуждается ни в каком месте и не зависит ни от какой материальной вещи. Так что моё я, то есть душа, благодаря которой я есмь то, что я есмь, совершенно отлична от тела и более легко познаваема, чем тело, и если бы тела даже вовсе не было, душа не перестала бы быть всем тем, что она есть» [Декарт, 1950, с. 283].

### ***Заключение.***

По содержанию работы можно сделать следующие выводы. Во-первых, дать ответ на вынесенный в заглавие работы вопрос: «Психическая энергия – реальность или оксюморон?». Полагаю, что оксюморон, поскольку «психической энергии», как таковой, не существует. Существует психоинформация, как качественная разновидность информации вообще, понимаемой в квантовой физике. Однако, отдаю себе отчет в том, что привычный штамп (слоган) «психическая энергия» сохранится не только в обыденной речи, но и, к сожалению, в научной психологической среде.

Во-вторых, было установлено, что информация может существовать в разных своих ипостасях: и как идеальное явление, и как психоинформация, и как нейроинформация, а если учитывать трактовку понятия «информация» в квантовой физике, то и вся объективная действительность (материальный мир) тоже является информацией особого качества.

С учетом (постулирования) различных качеств информации, была предложена и обоснована гипотеза решения проблемы взаимодействия материального и психического (в обыденном понимании «души» и «тела»). Показано, что в каждом конкретном случае проявления психоинформации, синхронно образуются и сохраняются два совершенно одинаковых, подобных вида информации – «идеальная информация» (личного бессознательного) и «нейроинформация» (нейронных сетей), при этом любая психоинформация (уже содержащая в себе наборы поведения), как *ключ* запускает соответствующие ей наборы поведения «записанные» в нейронных сетях.

В завершении работы можно предложить еще одну гипотезу, которая позволит подойти к важнейшей для медицинской психологии проблеме

понимания аномального поведения человека при душевных (психических) расстройствах с совершенно иных позиций.

Выше я отметил, что психоинформация, представляющая собой любой осознанный знак и уже содержащий в себе паттерны характерных для него (знака) типов поведения, как ключ запускает соответствующие паттерны, «записанные» в нейронных сетях. Когда в результате каких-либо нейрофизиологических и/или соматических изменений происходит сбой в соответствующей этому знаку нейроинформации, то очевидно, данная психоинформация (в виде осознанного ключа) не может запустить соответствующие ей паттерны поведения. Как следствие, запускаются наборы поведения, не соответствующие первичной психоинформации (отсюда и выражения типа: «я не знаю, зачем я это сделал», «не могу объяснить свой поступок»); сюда же можно отнести и различные геронтологические проблемы и психотравмы).

Если учесть, что информация, содержащаяся в личном бессознательном не может быть «стерта» или искажена (она может только расширяться и совершенствоваться), а нейроинформация такими свойствами не обладает (относительно постоянна и подвержена разного рода искажениям), то очевидно, что путь к коррекции поведения личности состоит в том, чтобы «стереть» искаженную нейроинформацию и «записать» новую, то есть организовать реабилитационный процесс переобучения. Естественно, что такой путь психотерапевтической работы не всегда применим (особенно при тяжелых психических расстройствах), хотя при различного рода психотравмах проделать такую работу вполне возможно.

Однако, подробный анализ высказанной гипотезы не является целью этой работы, хотя, с моей точки зрения, представляется весьма перспективным уже потому, что проблема понимания душевных (психических) расстройств не может быть решена только с опорой на нейрофизиологию.

#### **Библиографический список.**

Анохин, П.К. Избранные труды. Философские аспекты теории функциональной системы / П.К. Анохин. – М.: Наука, 1978. – 399 с.

Выготский, Л. С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.3. Проблемы развития психики / Под ред. А. М. Матюшкина. - М.: Педагогика, 1983. -368 с.

Декарт, Р. Рассуждение о методе / Р. Декарт. Избранные произведения / АН СССР: Институт Философии, Государственное изд-во политической литературы, 1950. – 701 с.

Доронин, С.И. Квантовая магия / С.И. Доронин. – СПб.: ИГ «Весь», 2009. – 336 с.

Ильенков, Э.В. Проблема идеального / Э.В. Ильенков // Психологические исследования. 2019. Т. 12, № 65-66, С. 1. URL: <http://psystudy.ru>

Кант, И. Собрание сочинений: В 8-ти т. Т.3. Критика чистого разума / Под общей ред. проф. А. В. Гулыги. – Изд-во «ЧОРО», 1994. -742 с.

Миллер, Дж., Галантер, Е., Прибрам, К. Планы и структура поведения / Дж. Миллер, Е. Галантер, К. Прибрам // пер. с англ. О. Виноградовой, Е. Хомской. – М. : Изд-во «Прогресс», 1965. – 237 с.

Прыгин, Г. С. Неклассическая психология: психология субъектной реальности: монография / Г. С. Прыгин. – Наб. Челны : Изд-во НГПУ, 2018. – 268 с.

Прыгин, Г.С. Сознание и бессознательное: Проблема порога с позиции субъектной реальности и квантовой физики / Г.С. Прыгин. «Ярославский педагогический вестник», г. Ярославль, – 2019, вып. № 2, с.82-89.

Прыгин, Г.С. Субъект и его реальность. Монография / Г.С. Прыгин. – г. Казань : Изд-во «Отечество», 2023. – 213 с.

Степанский, В.И. Психоинформация. Теория. Эксперимент / В.И. Степанский. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2006. – 136 с.

Франк, С.Л. Реальность и человек / Сост. П. В. Алексеев; Прим. Р. К. Медведевой. / С.Л. Франк. - М.: Республика, 1997. - 479 с.

Хокинг, С. и др. Большое, малое и человеческий разум / Роджер Пенроуз, Абнер Шимони, Нэнси Картрайт, Стивен Хокинг; [пер. с англ. А. Хачояна под ред. Ю. Данилова]. – СПб.: Амфора. ТИД Амфора, 2008. – 191 с.

Хромов Л. И. Теория информации и теория познания. СПб., Изд. Русского философского общества, 2006. - 200 с.

Юнг, К.Г. Об энергетике души / К. Г. Юнг. Пер. с нем. В.М. Бакусева. – 3-е изд. – М.: Академический проект, 2013. – 280 с.

Melvin M. Vopson, S. Lepadatu. Second law of information dynamics. Special Collection: Biophysics and Bioengineering. – 2022. Ссылка доступа: <https://pubs.aip.org/aip/adv/article/12/7/075310/2819368/Second-law-of-information-dynamics>

Пузырев А.В.

## ПСИХОЛОГИЯ СИБЛИНГОВ В ПЯТИ СТУПЕНЯХ СУЩНОСТИ

### Аннотация

В статье раскрывается понятие о пяти ступенях сущности психологии сиблингов (детей одних родителей). Каждая из ступеней познания психологии сиблингов иллюстрируется материалами психологических исследований. Разграничиваются *бытие, сущность, необходимость, явление и действительность* психологии сиблингов.

### Ключевые слова

Психология сиблингов, пять ступеней сущности, методология А.А. Гагаева, системный подход.

### Annotation

The article reveals the concept of the five stages of the essence of the psychology of siblings (children of the same parents). Each of the stages of cognition of Sibling psychology is illustrated by the materials of psychological research. The existence, essence, necessity, phenomenon and reality of Sibling psychology are distinguished.

### Keywords

## Psychology of siblings, five levels of essence, methodology of A.A. Gagaev, a systematic approach

Проблематика психологии сиблингов – активно развивающаяся область научных исследований. Важность проблематики сиблингов в психологических исследованиях вызвана стремлением повысить безопасность сферы семейного взаимодействия, поскольку семья – неотъемлемая сфера человеческого бытия, а потому нуждается в таких качествах безопасности личности, как жизнестойкость, рефлексивность, психологическая устойчивость, сензитивность к угрозам и т.д. [9, с. 62].

Под сиблингами имеются в виду дети одних родителей (родственники второй степени родства). Использование этого понятия позволяет избегать уточнений пола братьев и сестёр личности, когда эти уточнения избыточны.

В названии настоящей статьи присутствует понятие пяти ступеней сущности психологии сиблингов, что, в свою очередь, требует краткой конкретизации используемого метода.

Используемый нами метод предполагает рассмотрения исследуемого предмета в пяти ступенях сущности: его бытие, сущность, необходимость, явление и действительность. Для учёного это погружение в предмет означает выделение в нём исходного предмета; развитого предмета в собственном смысле слова; необходимости предмета; того, во что он превращается; будущего предмета (здесь излагаются начала субстратной методологии А.А. Гагаева – [2; 3; 12; 7]).

Возьмем для примера лежащий на дороге камень. Какие пять предметов в нём одновременно сосуществуют? –

- 1) исходный предмет – вероятно, часть скалы или большего по размеру камня, условия возникновения этого большего по размеру камня;
- 2) развитой предмет – «обломок твёрдой горной породы»;
- 3) необходимость предмета отвечать внешним и внутренним условиям бытия;
- 4) то, во что этот развитой предмет превращается, – в реально лежащий на дороге камень;
- 5) будущий предмет – то, чем этот камень станет, в том числе, в частности, для прохожего, наблюдателя или даже ползущей по дороге букашки.

Точно так же и в психологии сиблингов мы обязаны различать исходный предмет (бытие психологии сиблингов), развитой предмет в собственном смысле слова (сущность психологии сиблингов), необходимость предмета (динамический аспект перехода сущности психологии сиблингов в её материально выраженное явление), то, во что этот развитой предмет превращается (психология сиблингов как реальные психологические исследования в этой области), будущий предмет (то, в каком виде психология сиблингов предстаёт перед психологами, их клиентами, перед её субъектами и объектами и т.д.).

### **Бытие психологии сиблингов.**

На этой ступени сущности, на этой ступени погружения в предмет психологии сиблингов мы должны рассмотреть, во-первых, социальные условия и причины сиблинговых отношений, а во-вторых – историю возникновения, становления и функционирования данной сферы человеческого знания (психология сиблингов).

В рамках повествования мы не можем дать подробного ответа на поставленные вопросы – в силу уже существующих на эти вопросы квалифицированных ответов – см.: [1, с. 73; 5, с. 28-35; 6; 16, с. 96-111 и мн. др.].

Обращу внимание всего лишь на несколько моментов.

Исследователи отмечают ведущую роль отца в моделировании социальных стереотипов пола своих детей. Поведение же матери по отношению к маленькому ребенку очень часто не зависит от его пола.

Отцы в большей степени, чем матери, приучают детей к соответствующим половым ролям, подкрепляя развитие женственности у своих дочерей и мужественности у сыновей. Одно время считалось, что влияние отцов сказывается только на обучении сыновей маскулинным моделям поведения, и, кажется, это утверждение действительно верно для дошкольного периода. Если отец покинул семью до того, как сыну исполнилось 5 лет, то сын впоследствии часто оказывается более зависимым от своих ровесников и менее уверенным в себе, чем мальчик из полной семьи. На девочках отсутствие отца сказывается в первую очередь в подростковый период. Хорошие отцы способны помочь своим дочерям научиться адекватно взаимодействовать с представителями противоположного пола в различных ситуациях [10, с. 70-74]. В Интернете часто фигурирует фотография сыновей А.Шварценегера, воспитывавшихся матерью без отца и самим отцом (рис. 1). Нетрудно убедиться, что разница очевидна:



Второй момент – взаимоотношения сиблингов в огромной степени зависят от отношения к ним родителей. Замечено: чем больше различия в родительском отношении (чем выше родительское принятие в отношении старшего по сравнению с младшим, чем родители более последовательны с ним), тем меньше негативизма, больше привязанности и сотрудничества проявляет старший сиблинг в отношении младшего. Противоположные результаты получены для различий в дисциплинарных воздействиях родителей на детей: чем больше родитель контролирует старшего ребенка и чем он более строг по отношению к нему, тем ниже уровень его привязанности и сотрудничества в отношениях с сиблингом [8; цит. по: 16, с. 102].

Как на общее место в психологии сиблингов отмечу на то, что эта отрасль психологического знания восходит к трудам З.Фрейда и П.Адлера: З. Фрейд обратил внимание на отношения братьев и сестер, прежде всего, со стороны соперничества детей за родительскую любовь и переживания ребенком ценности своего и противоположного пола. А. Адлер (в 20-х гг. он одним из первых начал изучать эффекты порядка рождения) также подчеркнул, что появление сиблинга является одним из самых драматичных событий в жизни ребенка, которое он обозначил термином *dethronement* («падение с трона»), когда старший сиблинг перестает быть центром внимания семьи. Однако, по мнению Адлера, ревность не является неизбежной составляющей сиблинговых отношений в том случае, если родители подготовили ребенка к появлению в семье нового малыша [16, с. 100]

**Сущность психологии сиблингов.** Если на первой ступени сущности (на уровне бытия предмета) используется полагающая рефлексия, то на второй (на уровне сущности) – предполагающая рефлексия. На этой ступени сущности дело исследователя – высказать гипотезы, обозначить свой предмет логически, уточнить терминологию вопроса.

Мы уже сказали, что сиблинги – это дети одних родителей (родственники второй степени родства). Использование этого понятия позволяет избегать уточнений пола братьев и сестёр личности, когда эти уточнения избыточны.

Различают полнородных сиблингов, имеющих общих мать и отца, и неполнородных, у которых общим является только один родитель. Среди неполнородных сиблингов, в свою очередь, различаются единоутробные сиблинги, имеющие общую мать, и единокровные, имеющие общего отца.

Нет сомнений, что дружба и выбор супруга, родительский стиль отношений матери и отца достаточно сильно зависят от опыта, полученного ими в детстве. Первым о наличии правила переноса связей, существовавших в родительской семье между братьями и сестрами (т.е. характере сиблинговых отношений), на своего партнера в супружестве заговорил В. Томан, назвавший свою теорию «теорией дубликатов». При этом он заложил традицию исследования влияния семейных позиций сиблингов на их личностные особенности и будущую супружескую жизнь [11, с. 121].



Здравый смысл заставляет предполагать, что единственные дети характеризуются повышенным эгоцентризмом, поскольку у своих родителей постоянно находятся в центре их внимания. Точно так же есть все основания предполагать, что такие дети будут иметь меньше возможностей создать полноценную семью, поскольку изначально были лишены опыта первичной (внутрисемейной) социализации – опыта общения внутри семьи со своими сверстниками (братьями и сёстрами). Но пока это всего лишь предположения...

**Необходимость психологии сиблингов.** Если на первой ступени сущности (на уровне бытия предмета) используется полагающая рефлексия, а на второй (на уровне сущности) – предполагающая рефлексия, то на третьей ступени сущности (на уровне необходимости) в действие вступает атрибутивная рефлексия. На этой ступени сущности главная цель исследователя – исследовать механизм перехода сущности в явление. Для психологов эта цель оборачивается необходимостью исследовать цели, мотивы, установки, строго говоря – деятельностный аспект психологии сиблингов.

Установлено, что при хороших отношениях младших школьников со старшими сиблингами, вне зависимости от пола, реже применяются непродуктивные копинг-стратегии, связанные с отвлечением [13, с. 108]. Определены различия поведенческих стратегий сиблингов (и с сиблингами) в житейской и научной психологии, а они различаются довольно сильно, так как строятся на разных основаниях [16, с. 107].

Как сообщает Т.В. Якимова, представления родителей (имеющих трудности с детьми) об особенностях сиблинговых отношений скорее отражают более ранние в психологии трактовки изменений в семье для старшего ребенка при рождении младшего – психоаналитические представления, связанные с утратой старшим сиблингом прежней значимости для родителей, их исключительного внимания к нему. При таком понимании ситуации родители либо прибегают к различным способам компенсации своего внимания, либо «принуждают» старшего ребенка вести себя «по-взрослому» (самому находить средства, чтобы справиться со своими переживаниями).

Представления родителей, не имеющих трудностей с детьми, соотносятся с более поздним в психологии представлением о значении сиблинговых отношений — развивающее, ресурсное в системном подходе к семье. Для этих родителей при появлении еще одного ребенка встает задача включения старшего в изменившуюся ситуацию с новыми обязанностями, привилегиями, семейными и межличностными ролями, что позволит ему почувствовать свою значимость в системе семейных отношений на новом уровне и с новым содержанием [16, с. 110-111].

**Явление психологии сиблингов.** На этой ступени сущности, на этой ступени познания психологии сиблингов мы обязаны использовать определяющую рефлексия – исследовать, во-первых, явления сибс-отношений, материальную проявленность психологии сиблингов, а во-вторых – окунуться в мир проведенных исследований в этой области.

Обращу внимание на работу И.В. Грошева и О.В. Утенышевой, распределивших проведённые исследования порядка рождения по определённым категориям:

- порядок рождения и особенности развития личности;
- порядок рождения и когнитивные характеристики;
- порядок рождения и интеллект;
- порядок рождения и академическая успеваемость;
- порядок рождения и профессиональная успешность;
- порядок рождения и биологические различия;
- порядок рождения и психические заболевания;
- исследования единственных детей и близнецовых пар и др. [5, с. 29]

Свой анализ исследователи подытожили в таблице [5, с. 32], которую – с небольшими видоизменениями формального характера – здесь и приведём (см. табл. 1).

Таблица 1

Области и результаты исследований влияния размера семьи и порядка рождения личности

Размер семьи, порядок рождения личности и различия воспитания и отношение к детям в семье	<i>Результаты исследований</i>
	В семьях с большим количеством детей большее количество нежеланных детей
	В семьях с большим количеством детей хуже отношения родителей с детьми
	В семьях с большим количеством детей преобладает авторитарный стиль воспитания
	В семьях с большим количеством детей чаще используются физические наказания
	Большая терпимость родителей к младшим детям, чем к ранее рожденным
	У рожденных детей первыми родители начинают поощрять независимость раньше
	Старшие дети получают больше вербальной стимуляции
	Гнев и агрессия со стороны старших детей принимаются родителями легче
Размер семьи, порядок рождения личности и заболеваемость (частота заболеваний, включая и психические	<i>Результаты исследований</i>
	Первых детей чаще водят к врачам, чем последующих
	В семьях с большим количеством детей меньше заинтересованность в здоровье
	О здоровье старших детей беспокоятся больше, чем о здоровье последующих детей
	В семьях с большим количеством детей



заболевания)	хуже контроль за здоровьем детей
	Размер семьи влияет на психическое состояние, здоровье детей
	Дети из малых семей характеризуются повышенной тревожностью, перерастающей в более старшем возрасте в невроты
	Детей из больших семей отличает повышенная делинквентность. Став взрослыми, они чаще совершают тяжкие преступления
	Шизофрения встречается чаще среди позднерожденных детей из больших семей
	Единственные дети заболевают чаще, чем дети, имеющие сиблингов
Размер семьи, порядок рождения личности и профессиональная успешность	<i>Результаты исследований</i>
	Младшие дети чаще других избирают деятельность, связанную с социальными контактами. Средние дети успешны в командных видах деятельности, они меньше всего привязаны к семье. Старшие дети занимают в большинстве случаев руководящие должности
Размер семьи, порядок рождения личности и особенности формирования и развития личности	<i>Результаты исследований</i>
	Первенцы более тревожны, чем дети, рожденные позже
	Первенец вырастает с более высоким чувством долга, мотивацией достижений (на успех)
	Старшие дети более ответственны
	Более высокий уровень самооценки имеют, как правило, единственные дети
	Более эмпатичны позжерожденные дети
	Более высокие показатели по фактору авторитарности отмечаются у старших детей
Размер семьи, порядок рождения личности и когнитивные характеристики и интеллект	<i>Результаты исследований</i>
	Наблюдается снижение интеллекта у последних детей
	Отмечается более низкий (средний) интеллектуальный уровень единственных детей, по сравнению со старшими детьми
Размер семьи, порядок рождения личности и биологические различия	<i>Результаты исследований</i>
	Наибольший риск внутричерепных и спинальных травм – у первенцев
	Рожденные третьими и далее имеют наибольший риск асфиксии, ДЦП (порядок рождения особенно

	сильно влияет на детей очень молодых матерей)
	Риск умственной недостаточности увеличивается для позжерожденных
	Смертность из-за серьезного дефекта плода уменьшается у рожденных по порядку позже
Размер семьи, порядок рождения личности и исследование единственных детей и близнецовых пар	<i>Результаты исследований</i>
	Единственные дети, в отличие от близнецовых пар, более уверены в себе и менее зависимы
	Единственные дети меньше подвержены влиянию группы
	Единственные дети популярны в группе в равной мере, как и дети, имеющие сиблингов
	Единственные дети в семье выбирают стратегии, направленные на кооперацию с другими
	Единственные дети меньше страдают от потери авторитета
	Единственные дети легко принимают предложенную помощь, если они в ней нуждаются
	В интимных отношениях с другими людьми единственные дети могут испытывать больше проблем, чем дети, имеющие сиблингов
Алкоголизм	<i>Результаты исследований</i>
	Дети из больших семей более подвержены алкоголизму и курению
Размер семьи, порядок рождения личности и академическая успеваемость	<i>Результаты исследований</i>
	В семьях с большим количеством детей меньше заинтересованность в академических успехах
	Академическая успеваемость отрицательно коррелирует с количеством детей в семье

Автора настоящей статьи – как многодетного родителя – чрезвычайно заинтересовали выявленные в конце 50-х годов прошлого столетия Вальтером Томаном и перечисленные Н.М. Зыряновой различные семейные конфигурации, в которых учтён порядок рождения и пол детей [Томан, 1959]. Всего таких конфигураций одиннадцать:

- старший брат брата (братьев),
- младший брат брата (братьев),
- старший брат сестры (сестер),
- младший брат сестры (сестер),
- старшая сестра сестры (сестер),
- младшая сестра сестры (сестер),
- старшая сестра брата (братьев),
- младшая сестра брата (братьев),
- средний ребенок,

- единственный ребенок,
- близнецы [6]

Томан определил также наиболее благоприятные и наиболее неблагоприятные сочетания супругов с точки зрения того, в каких сиблинговых отношениях они находились.

Наиболее благоприятны:

1. Брак между старшим братом сестры и младшей сестрой брата. В этом случае вероятность конфликта старшинства или конфликта принятия другого пола низка. Муж привык общаться с младшей девочкой, жена – со старшим мальчиком. Также они оба привычны к гетеросексуальным партнёрским отношениям.

2. Брак между младшим братом сестры и старшей сестрой брата. Для него привычна девочка старше него, для нее – мальчик младше неё. Конфликт старшинства и принятия противоположного пола маловероятен. Но в такой паре возможны перемены в отношениях власти.

Тип взаимоотношений с партнерами противоположного пола в каждом из этих случаев аналогичен тому, который существовал в их семьях. Эти позиции имеют взаимодополняющий характер.

Супруги в обоих случаях не будут склонны ни к конфликту старшинства, ни к конфликту принятия другого пола [6].

Наиболее неблагоприятные ситуации:

1. Брак старшего из братьев и старшей из сестёр. Они оба были старшими среди сиблингов в своих семьях, к тому же не имели опыта общения с представителями противоположного пола. Каждый будет стремиться быть старшим и в супружеской паре – рассматривать супруга как младшего и стараться подчинить его себе. С появлением у них детей ситуация может измениться – они оба могут почувствовать себя старшими по отношению к детям, но и в этом случае муж может стремиться к объединению с сыновьями против девочек, а жена – с дочерьми против мальчиков.

2. Брак младшего брата и младшей сестры. Оба супруга не умеют взаимодействовать с противоположным полом, к тому же оба будут стараться сделать второго старшим в паре, чтобы зависеть от него. Такой семье, считает Томан, лучше вообще не иметь детей [6].

Томан предположил, что если в супружеской паре воспроизводятся сиблинговые позиции, то отношения в этой паре будут гармоничными и комфортными. Если, например, муж был старшим ребенком в семье и привык заботиться о младших, а жена была самой младшей, с готовностью подчинялась старшим и принимала их заботу, то в браке они будут счастливы, если воспроизведут те же отношения.

Томан справедливо полагал, что на характер человека, его жизнь и выбор партнера по браку, кроме семейной конфигурации, влияют и другие факторы: наследственные, географические, социально-экономические, этнические, физические (внешний вид, например) и др., см.: [6].

В содержательной статье обзорного характера Н.М. Зыряновой «Ранние сиблинговые исследования» приводится обоснованное мета-анализом суждение Франка Салловэя, что порядок рождения лучше предсказывает социальные аттитюды, чем пол, социальный класс или раса. Кроме того, порядок рождения влияет на личность в 5-10 раз сильнее, чем IQ или академические достижения. Порядок рождения определяет интеллектуальную гибкость, отношение к инновациям и новым идеям, а также то, как человек может менять свои взгляды [17], см. [6].

В этой же статье приводятся результаты **Боссаро** и **Болла** [Bossaro, Boll, 1955], на выборке из 64 семей изучавших ролевые позиции детей в зависимости от порядка рождения. Исследование продолжалось 6 лет. Было изучено 879 детей. Авторы пришли к выводу, что чем больше семья, тем выше ролевая дифференциация и специализация сиблингов. Роли они рассматривали как проявление специализированной функции индивида в семье. Ребенок в очень раннем возрасте берет на себя определенную роль в групповой жизни семьи. Другие члены семьи принимают его в этой роли. Когда новый ребенок приходит в семью, он попадает в ситуацию, где некоторые ролевые позиции уже заняты, и он определяет свою роль, исходя из этого. Следовательно, ребенок не свободен в выборе роли. На каждого нового ребенка оказывают воздействие ожидания родителей и старших сиблингов [6].

Было выделено восемь типичных семейных ролей.

**Первый тип** – он присутствует в каждой семье – это ответственный человек. Он присматривает за другими сиблингами, помогает им. Если это мальчик, то он обычно старший сын. Он выступает как помощник отца или его заместитель, если тот отсутствует. Если это девочка, то она становится как бы второй матерью младшим детям. Вообще, это почти всегда старший ребенок в семье. Большие семьи во многом держатся на плечах старших детей. Но имеются и многочисленные исключения. Например, когда старший сын не может взять на себя эту роль, так как он – любимчик матери или у него конфликт с отцом, и тогда он старается редко бывать дома. Также и старшая дочь может быть безответственной, она может быть избалованной папиной любимицей или находиться в конфликтных отношениях с матерью [6].

**Второй тип**, часто встречающийся, – популярный, социабельный сиблинг. Часто это второй ребенок в семье или тот, кто следует за ответственным. Чаще это мальчик. Он не борется со старшим за власть через контроль над сиблингами, а приобретает популярность благодаря своему обаянию, чем дополняет роль первого. Он общителен, легко вступает в контакт с людьми. Его любят окружающие – родители и другие люди. Он внимателен и отзывчив.

**Третий тип** – амбициозный. Его интересы носят социальный характер и лежат вне семьи. Занимается многими вещами. Большинство этих детей – девочки, часто третьи и далее по порядку рождения. Такой ребенок не претендует на первые две ролевые позиции в семье, а направляет свою активность вовне, в новое русло, где может проявить себя и стать успешным.

**Четвертый тип** – студент. Он много читает, хорошо учится в школе, имеет высокий интеллект, умный. Он обычно спокойный, трудолюбивый, методичный.

Такие дети могут быть первыми в семье, кто закончил колледж. Девочки и мальчики представлены в этом типе в равной пропорции. Как и третий тип, он выбирает для себя другую, чем первые два типа, дорогу, другой способ проявить себя.

**Пятый тип** – эгоцентрированный. Это изолированный член семьи. Его описание варьирует от замкнутости до асоциальных установок в отношении других сиблингов. Иногда организует свою жизненную активность вне семьи. Может быть ярким, но находится в состоянии войны со всем миром. Упрямый, себе на уме. Не любит школу. Независимый. Не очень ответственный, но воспринимает жизнь слишком серьезно. Это чаще ребенок мужского пола. Этот тип устраняется от соревнования с другими сиблингами.

**Шестой тип** – самый безответственный член семьи. Он тоже устраняется от соревнования за достижения. Он отстранен от семейной жизни, но не в физическом отношении. Он просто снимает с себя ответственность за других членов семьи.

**Седьмой тип** – это неблагополучный ребенок. Кто-то из этого типа имеет физические недостатки, кто-то – хронические или длительные болезни, кто-то просто ипохондрик. В любом случае, этот тип использует свои недостатки, чтобы оправдать свои поражения. Это могут быть и девочки, и мальчики.

**Восьмой тип** – любимчик. Это избалованный ребенок. Редко большая семья обходится без этого типа сиблинга. Чаще это поздний ребенок, самый младший. Его особенно балует мать. Остальные сиблинги признают его любимчиком, считают, что ему больше позволено, чем им.

Эти восемь типов не обязательно присутствуют в каждой семье, хотя бы потому, что не во всех семьях столько детей. Есть и другие типы сиблингов – козел отпущения, девчонка-сорванец, перфекционист, слабак, тихоня, белая ворона, умелец и др. Но они не так распространены, как первые восемь типов [6].

**Действительность психологии сиблингов.** На этой ступени сущности, на этой ступени познания психологии сиблингов мы обязаны использовать исключительную рефлексию – исследовать, с одной стороны, многогранность, уникальную неповторимость сибс-отношений, а с другой – выявить ситуации, допускающие возможность инотолкований – относительно тех выводов, которые предлагаются тем или иным исследователем психологии сиблингов.

Приведу возможные иллюстрации тех ситуаций, которые допускают возможность инотолкований сделанных исследователем выводов.

Исследователь пишет: «...Если у единственных детей лучше формируются преимущественно левополушарные функции, то увеличение числа сиблингов способствует формированию функций правого полушария и задерживает развитие левополушарных функций. С учетом того, что в онтогенезе становление функций левого полушария происходит позже, чем правого, можно говорить об опережающем темпе формирования высших психических функций у единственных детей в семье» [15, с. 229].

Но формирование ВПФ не сводится к развитию только левополушарных функций! Как известно, Альберт Эйнштейн не говорил до трёх лет, а до семи

настолько страдал косноязычием, что врачи даже подозревали врождённую умственную неполноценность....

Юлия Гиппенрейтер рассказывает случай из детства Нильса Бора: «...Однажды его мать с двумя сыновьями (у Нильса был брат) ехала в поезде. Когда они вышли на своей остановке, один из пассажиров – соседей по купе произнес: "Бедная мать, один ребенок у нее нормальный, а другой идиот!" Этот приговор относился к Нильсу, и причиной было то, что большую часть дороги Нильс ехал с остановившимся взглядом, полуоткрыв рот, безучастный ко всему происходящему» [4].

Этих примеров из детства двух нобелевских лауреатов, думается, достаточно, чтобы не сводить формирование ВПФ к развитию только левополушарных функций.

В некоторых психологических исследованиях обосновывается мнение о психологических преимуществах единственного ребёнка, зачастую обладающего более ценными – сравнительно с сиблингами – социально-психологическими качествами. Думается, что статистика знает и понимает не всё. Как впишутся в такие представления Д.И. Менделеев, бывший семнадцатым ребёнком в родительской семье? Константин Циолковский был одиннадцатым, писатель Теодор Драйзер — двенадцатым, хирург Николай Пирогов — тринадцатым...

Без братьев и сестёр общество перестанет воспроизводиться (что, собственно, и происходит). Без братьев и сестёр наши отцы и деды не смогли бы победить: «Товарищи! Граждане! Братья и сестры! Бойцы нашей армии и флота! К вам обращаюсь я, друзья мои. Вероломное военное нападение гитлеровской Германии на нашу Родину, начатое 22 июня, – продолжается. [...] Все наши силы – на поддержку нашей героической Красной Армии, нашего славного Красного Флота! Все силы народа – на разгром врага! Вперед, за нашу победу!» [14, с. 9].

В целом же полагаем, что использование в психологических исследованиях субстратной методологии, предложенной философом А.А. Гагаевым, учёт пяти ступеней сущности в ходе проведения какого-либо исследования могут быть очень полезными для психологической теории и практики.

## **Литература**

1. Бочаров В.В. Антропология возраста: Учеб, пособие. СПб.: Издательство С.-Петербургского университета, 2001. 196 с.

2. Гагаев А.А. Теория и методология субстратного подхода в материалистической диалектике. – Саранск: Изд-во Мордов. ун-та, 1991. 308 с.; вкл.

3. Гагаев А.А., Гагаев П.А. Философия и психология естественных, технических и гуманитарных наук: культурно-типическая и личная модель науки (логика открытия). Космо-психо-логос уникального человека. Система философии: В 2 ч. Ч. 1. Антропологическая, культурно-типическая модель истины как основание культурно-типической модели науки. Саранск: Изд-во Морд. ун-та, 2004. 208 с.

4. Гиппенрейтер Ю. Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? – М.: АСТ, Астрель, 2020. 304 с.
5. Грошев И.В., Утеньшева О.В. Особенности взаимосвязи порядка рождения личности и поведения в конфликте // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2015. № 6 (146). С. 28-35.
6. Зырянова, Н. (2008). Ранние сиблинговые исследования. *Психологические исследования*, 1(2). <https://doi.org/10.54359/ps.v1i2.1028> (дата обращения: 14.08.2024).
7. Козлов В.В., Пузырёв А.В. Психология жизненных сценариев: Монография / Под общ. ред. А.В. Пузырёва. М.: МПГУ, 2023. 514 с.: ил. <https://elibrary.ru/item.asp?id=64157593>
8. Козлова И.Е. Особенности сиблинговых отношений в двухдетных семьях // Психологические исследования. 2010. № 4 (12). С. 9. URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/908/851>
9. Краснянская Т.М., Тылец В.Г. Понятийные ориентиры развития психологической безопасности личности в предметном поле современных условий // Образовательные науки и психология. 2013. № 1 (23). С. 59-64.
10. Лупекина Е.А. Роль отца в системе детско-родительских отношений: кризис триангуляции // Философия и социальные науки. 2015. № 4. С. 70-74.
11. Паркаев П.О., Семенова Л.Э. Личностные особенности молодых людей с разной сиблинговой позицией // Нижегородский психологический альманах. 2021. № 1. С. 120-130
12. Пузырёв А.В. О системном подходе в лингвистике: учебное пособие для студентов филологических специальностей. М.: ВНИИгеосистем, 2014. 520 с. (серия «Библиотека духовной культуры», вып. 47).
13. Ситников В.Л., Кедич С.И., Сахарова С.И. Копинг-стратегии младших сиблингов младшего школьного возраста // Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: материалы V Международной научной конференции: в 2-х томах / Ответственные редакторы М.В. Сапоровская, Т.Л. Крюкова, С.А. Хазова. 2019. С. 106-109.
14. Сталин И.В. Выступление по радио 3 июля 1941 г.) // И.В. Сталин. О Великой Отечественной войне Советского Союза. Изд. 5. М.: ОГИЗ-ГИПЛ, 1947. С. 9-17.
15. Фотекова Т.А. Количество детей в семье как фактор формирования высших психических функций в дошкольном и младшем школьном возрасте // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2019. Т. 8. № 5А. С. 224-231.
16. Якимова Т.В. Сравнительный анализ житейских и научных представлений об особенностях сиблинговых отношений в семье // Консультативная психология и психотерапия. 2013. № 4 (79). С. 96-111.
17. Sulloway F. Born to rebel and its critics // Politics and the Life Sciences. 2000. Vol. 19. P. 181-202.

## АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ МЕТОДОЛОГИИ ПСИХОЛОГИИ

**Аннотация.** Статья посвящена сравнительному анализу актуальных методологических проблем в современной отечественной и зарубежной психологии. Объектом исследования стали публикации по проблемам методологии психологии за период 2019-2024 гг. в двух журналах: российском Психологическом журнале и американском журнале Review of General Psychology. Сравнительный анализ показал наличие существенных различий в приоритетных направлениях методологических исследований в российском и американском журналах. В Психологическом журнале значительное внимание уделяется проблемам понятийного пространства психологии, оценке вклада психологов в разработку проблем методологии психологии, а также решению отдельных проблем методологии психологии. Среди наиболее популярных методологических проблем, рассматриваемых в Review of General Psychology, выделяются проблема интеграции в психологии, организации междисциплинарных исследований, проблема кризиса репликации данных в психологии, а также обсуждение отдельных методологических проблем. В заключении обсуждаются специфические особенности актуальных проблем методологии психологии в российской и американской психологической науке.

**Ключевые слова:** психология, методология, российская психология, американская психология, Психологический журнал, Review of General Psychology

**Abstract.** The article is devoted to a comparative analysis of current methodological problems in modern Russian and foreign psychology. The object of the study was publications on the problems of psychology methodology for the period 2019-2024 in two journals: the Russian Psychological Journal and the American journal Review of General Psychology. The comparative analysis showed significant differences in the priority areas of methodological research in the Russian and American journals. The Psychological Journal pays considerable attention to the problems of the conceptual space of psychology, assessing the contribution of psychologists to the development of problems of psychology methodology, as well as solving individual problems of psychology methodology. Among the most popular methodological problems considered in the Review of General Psychology, the problem of integration in psychology, the organization of interdisciplinary research, the problem of the data replication crisis in psychology, as well as a discussion of individual methodological problems are highlighted. The conclusion discusses the specific features of current problems of psychology methodology in Russian and American psychological science.

**Keywords:** psychology, methodology, russian psychology, american psychology, Psychological journal, Review of General Psychology



## **Введение**

Методология психологии занимает особое место в развитии и функционировании психологического знания. Ее особый статус в структуре последнего определяется тем, что методологические проблемы входят в число наиболее актуальных среди проблем феноменологического, теоретического и историко-психологического типа. На каком бы этапе развития ни находилась психологическая наука, актуальными остаются проблемы ее предмета и метода, организации психологического исследования, описания, объяснения и прогнозирования в психологии и мн.др.

Охарактеризовать значимость решения методологических проблем психологии можно следующим образом: «Именно методология раскрывает, как будет пониматься и трактоваться предмет психологии (а, следовательно, *реально* определяет диапазон пространств психической реальности), методология определяет возможности изучения того или иного явления, а также метод, каким будет исследоваться психическое, наконец, утверждает приемлемые в науке в настоящий момент способы объяснения. Известно, что в психологии существуют разные трактовки предмета науки, разные взгляды на методы. Оказывается, что методологические проблемы - это наиболее существенные, наиболее глубокие» [Мазилов, 2007, с. 8].

Ввиду сказанного обращение к обсуждению и решению методологических проблем всегда является актуальной задачей психологического сообщества. Не исключением из этого является и современное состояние психологической науки, в которой проблемам методологии психологии уделяется значительное внимание. Например, только за последние пять лет (2019-2024) в российском пространстве психологических исследований было опубликовано около 15 000 работ, так или иначе связанных с вопросами методологии психологии - научные статьи, монографии, сборники конференций и мн.др. (по данным РИНЦ на сайте [elibrary.ru](http://elibrary.ru)). Конечно, необходимо отдавать отчет в несовершенстве грубого наукометрического анализа такого типа публикаций, к которым Российский индекс научного цитирования относит исследования «методики преподавания гуманитарных дисциплин», «методологических основ водохозяйственных технологий», «суицидальности при эпилепсии» и мн.др.

Несмотря на сказанное, все же необходимо обратить внимание, что за последние пять лет были опубликованы серьезные методологические исследования в области психологической науки. К таковым следует отнести работы, посвященные фундаментальным проблемам методологии психологии - работы С.А. Безгодовой и В.Н. Панферова [Безгодова, 2018], В.А. Мазилова [Мазилов, 2017; Вокруг «Стен и мостов»..., 2016], Е.П. Щербакова [Щербаков, 2020], Paul M. Samic [Qualitative research..., 2021] и др. Помимо этого следует обратить внимание на исследования, посвященные решению проблем методологии отдельных разделов психологической науки - психологии личности [Харламенкова, 2023], психологии образования [Канке, 2017], организационной

психологии [Жог, 2017], психологии здоровья [Handbook of research..., 2021], когнитивной психологии [McBride, 2019], культурно-исторической психологии [Subjectivity..., 2019] и др. Серьезные методологические работы посвящены актуальной проблеме интеграции в психологии - исследования В.В. Козлова [Козлов, 2021], В.А. Мазилова [Мазилов, 2017], G.H. Rassool [Rassool, 2024] и др.

Даже столь незначительный обзор современных методологических исследований позволяет заключить, что вопросы методологии психологии занимают важное место в исследовательском пространстве российской и зарубежной психологической науки. Перечисленные и многие другие работы требуют внимательного изучения, анализа, сравнения и обобщения. Несмотря на сказанное, все же следует отметить, что более динамический характер носит обсуждение проблем методологии психологии на другом уровне презентации результатов психологических исследований - уровне научных статей в ведущих рецензируемых изданиях. Результаты методологических исследований в них носят более концентрированный характер, требует от автора значительно более конкретного и точного изложения своей позиции; такая форма обсуждения позволяет затронуть вопросы методологии психологии разного уровня сложности и т.п. Ввиду сказанного в настоящем тексте обсуждение актуальных проблем современной методологии психологии будет производиться на материале именно такого типа публикаций - работ отечественных и зарубежных психологов, опубликованных в ведущих рецензируемых периодических журналах.

### **Методология и методы исследования**

В качестве объекта исследования были выбраны два научных журнала, публикующие материалы по вопросам методологии психологической науки - *Психологический журнал* и *Review of General Psychology*. Анализировались научные статьи по проблемам методологии психологии, опубликованные в журналах в период 2019-2024 гг. Выбор изданий для анализа обосновывается рядом следующих причин.

*Психологический журнал* в настоящее время является ведущим отечественным периодическим изданием, публикующим «статьи по фундаментальным проблемам психологии, ее методологическим, теоретическим и экспериментальным основаниям, а также результаты исследований, связанных с прикладными вопросами общественной и научной жизни» (<https://psy.jes.su/ozhurnale-ru-18.html>). Учредителем журнала является Российская Академия Наук и Институт психологии РАН. Главный редактор журнала - А.Л. Журавлев - доктор психологических наук, профессор, научный руководитель Института психологии РАН, академик РАН. В журнале систематически публикуются научные статьи, посвященные самым разным проблемам методологии психологической науки. Так, за период 2019-2024 гг. в журнале было опубликовано 404 научные статьи, из которых 74 (18%) посвящены вопросам методологии психологии. В анализ не были включены статьи, посвященные вопросам истории и теории психологии, являющиеся близкими, но все-таки специфическими в сравнении с методологией разделами психологической науки.

*Review of General Psychology* (Обзор общей психологии) является научным изданием Общества общей психологии (Society for General Psychology) Американской психологической ассоциации (APA), публикующим научные статьи по проблемам теории, методологии, истории психологии, перспективам развития психологии, соотношения глобальной и локальной психологии, диалога психологии с гуманитарными и социальными науками и др. (<https://journals.sagepub.com/home/RGP>). Конечно, в американском психологическом сообществе издаются и специализированные издания по вопросам истории и методологии психологии (*History of Psychology* - <https://www.apa.org/pubs/journals/hop/>), теории и методологии психологии (*Psychological Review* - <https://www.apa.org/pubs/journals/rev/>). Однако именно в *Review of General Psychology* можно познакомиться с специальными научными публикациями, посвященными исключительно вопросам методологии психологической науки. Главным редактором журнала является Richard M. Lerner - заведующий кафедрой прикладных исследований развития и директор Института прикладных исследований в области развития молодежи Университета Тафта (США). За период 2019-2024 гг. в журнале было опубликовано 149 научных статей, в том числе 61 (41%) по проблемам методологии психологии.

Целью анализа публикаций в обоих изданиях была их систематизация и обобщение по группам методологическим проблем. В результате появляется возможность выделения наиболее часто анализируемых проблем, их сравнения и сопоставления в обоих журналах. Перед нами не стояло задачи выделить наиболее популярные обсуждаемые методологические проблемы ни в *Психологическом журнале*, ни в *Review of General Psychology*. Специально обратим внимание, что знакомство с указанными научными изданиями не претендует на сколь-нибудь полное обобщение исследовательского пространства в области методологии психологии в России и США. Для решения такой задачи требуется значительное расширение объема анализируемых научных изданий и публикаций.

### **Результаты исследования**

#### *Психологический журнал*

Знакомство с публикациями в *Психологическом журнале* за период 2019-2024 гг. позволяет выделить четыре группы методологических проблем, анализируемых российскими психологами: проблема понятийного пространства психологии, оценка вклада психологов в разработку проблем методологии психологии, методологические проблемы отдельных разделов и направлений психологии, отдельные актуальные методологические проблемы психологии. Кратко охарактеризуем данные направления исследования.

#### *Понятийное пространство психологии*

Данная проблема была актуализирована в публикации А.Л. Журавлева и Е.А. Сергиенко, посвященной системно-сетевой организации современных понятий психологии [Журавлев, Сергиенко, 2022]. Публикация вышла в свет в 2022 г., ввиду чего ее обсуждение представляет сегодня наиболее актуальную и «свежую» задачу *Психологического журнала*. В рамках обсуждения затронутых

в публикации вопросов и проблем была инициирована научная дискуссия, в рамках которой предметом обсуждения стало использование сетевого и трансдисциплинарного подходов в решении проблемы [Гусельцева, 2023; Попов, 2023], оценка перспектив сетевого подхода в психологии [Сергеев, 2023], обсуждение проблемы соотнесения понятий в системно-сетевом подходе к психологическому знанию [Корнилова, 2023], оценка новых методологических подходов современной психологии в цифровом обществе [Марцинковская, 2023], соотнесение проблемы понятийного пространства психологии с другими актуальными проблемами методологии психологии [Мазилев, Слепко, 2023], обсуждение проблемы эволюции понятийного аппарата психологии [Гришина, Костромина, 2023]. Итоги дискуссии были подведены в 2024 г. в публикации А.Л. Журавлева и Е.А. Сергиенко [Журавлев, Сергиенко, 2022]. Не обсуждая содержания проблемы и ее конкретных вопросов, отметим, что перед нами был представлен оригинальный способ постановки и обсуждения актуальной методологической проблемы, значимость которой выходит за рамки отечественной науки.

#### *Вклад психологов в разработку проблем методологии психологии*

Не менее актуальной является проблема оценки вклада психологов (отечественных и зарубежных) в разработку и решение методологических проблем психологической науки. Конечно, необходимо учитывать, что публикации такого типа неизбежно включают в себя оценку не только методологических воззрений ученого, но и анализ его исторических, теоретических, конкретно эмпирических и экспериментальных концептуализаций. Тем не менее, можно выделить ряд публикаций, в которых преимущественное внимание уделено именно оценке методологического наследия ученых. Речь идет о работах, посвященных творчеству Б.Ф. Ломова [Носуленко, 2024], К.Д. Ушинского [Мазилев, 2023], А.В. Брушлинского [Семенов, 2023], А. Богданова [Носкова, 2023], В.Н. Мясищева [Карпова, 2024], А.А. Бодалева [Лабунская, 2023], В.М. Бехтерева [Попов, 2022], В.Ф. Рубахина [Журавлев, Костригин, 2022], Я. Вальсинера [Мироненко, Журавлев, 2022], В.Н. Дружинина [Мазилев, 2020], Я.А. Пономарева [Галкина, 2020], Г.В. Суходольского [Сергеев, 2019]. Конечно, за пределами обсуждаемых публикаций остались не менее значимые для отечественной и мировой психологии имена (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, Л.С. Выготский и мн.др.) - оценка их вклада либо была уже осуществлена ранее, либо представлена в других научных изданиях, либо является задачей будущих исследований.

#### *Методологические проблемы разделов и направлений психологии*

Данное направление методологических исследований является менее представленным в Психологическом журнале - чаще обсуждение методологических вопросов отдельных разделов и направлений психологии встроено в анализ проблем теории и истории психологии. Тем не менее, необходимо обратить внимание на работы, посвященные проблемам методологии социальной психологии [Почебут, 2023], инженерной психологии и эргономики [Сергеев, 2022], развитию системного подхода в России

[Белопольский, 2021], оценке места российской психологии в пространстве глобальной психологической науки [Журавлев, Мироненко, Юревич, 2020].

#### *Отдельные методологические проблемы психологии*

Не меньшее внимание в рассматриваемых публикациях уделяется обсуждению актуальных проблем методологии психологии, сгруппировать которые в логические группы не представляется возможным. Причина этого в том, что методология психологии является широким полем психологических исследований, ввиду чего в разные периоды времени отдельные вопросы и проблемы приобретают большую и меньшую актуальность. Среди такого типа методологическим проблем следует выделить, в первую очередь, «вечные» проблемы психологии - проблемы ее предмета [Сергиенко, 2023; Шадриков, Мазилев, 2022], психофизиологическую [Зеленкова, 2024] и биосоциальную [Мазилев, 2020; Сорокин, 2022] проблемы, проблему функций психологии как науки [Журавлев, Нестик, Юревич, 2019], проблему методологии историко-психологического познания [Олейник, Тихонова, 2023]. Конечно, не менее актуальными являются и проблемы менее судьбоносного характера (условно, конечно) - проблемы методологии изучения способностей [Мазилев, Слепко, Ушаков, Шадриков, 2023], психологии воздействия в психологии [Николаев, 2022], интеграции психологического знания [Панферов, Микляева, 2019].

Обобщая рассмотренные группы методологических проблем, обсуждаемых на страницах Психологического журнала, отметим их вариативность, наличие большего или меньшего внимания к отдельным методологическим вопросам и проблемам. Необходимо подчеркнуть, что заслуживает самых высоких оценок редакционная политика журнала - в условиях многопрофильности редакционной коллегии удается сохранять значительный объем публикаций по актуальным методологическим проблемам психологии.

#### *Review of General Psychology*

Как уже было сказано выше, около 40% публикаций в данном журнале посвящено обсуждению актуальных проблем методологии психологии. На наш взгляд причиной этого является профильный характер издания, редакционная политика которого направлена на публикацию результатов именно фундаментальных теоретических и методологических исследований. То есть нельзя говорить, что один или другой рассматриваемый журнал уделяет большее или меньшее внимание обсуждению проблем методологии психологии - сравнение по относительному числу публикаций в данном случае будет выглядеть некорректным.

Как и ранее, здесь можно выделить ряд проблем методологии психологии, которым на страницах *Review of General Psychology* уделяется большее внимание: проблема интеграции в психологии, организации междисциплинарных исследований в психологии, кризис репликации данных в психологии, а также обсуждение отдельных методологических проблем психологии. Кратко рассмотрим обозначенные проблемы.

#### *Интеграция в психологии*

Проблема интеграции в психологии относится к числу наиболее часто обсуждаемых на страницах журнала Review of General Psychology. Речь идет как о общеметодологических вопросах интеграции психологического знания [van Zomeren, 2024], так и о интеграции психологии с гуманитарными, социальными, естественными науками - нейронауками [Costa-Cordella, 2024], философией [Filho, 2024], социологией [Dóci, 2023], искусствоведением [Vassilieva, 2020]. Помимо этого актуальными проблемами являются вопросы интеграции психологического знания средствами расширения понимания многообразия мировых культур и их влияния на психологию [Chaudhary, 2022], интеграции общепсихологического знания и знания в отдельных отраслях психологии (например, психологии безопасности человека) [Hodgetts, 2023], интеграции субъективных и объективных методов в клинической психологии [Kaplan, 2023], понимания теоретических препятствий интеграции в психологии [Fowers, 2023] и др.

Конечно, здесь представлены лишь некоторые публикации, посвященные проблеме интеграции в психологии. Реальный объем таких работ значительно больше и требует внимательного анализа и обобщения.

#### *Междисциплинарные исследования в психологии*

Не меньший объем работ посвящен обсуждению результатов анализа проблемы организации междисциплинарных исследований. Только в качестве примера можно привести исследования, посвященные общим вопросам методологии междисциплинарных и трансдисциплинарных исследований [de Melo, 2023], проблемам междисциплинарного изучения феноменов «Я» в психологии [Herma, 2024], мудрости человека [Sternberg, 2024] и др.

#### *Кризис репликации данных в психологии*

Как и в Психологическом журнале, редакция Review of General Psychology реализует проекты целенаправленного обсуждения актуальных проблем методологии психологии. Среди них следует выделить специальный номер издания журнала, посвященный кризису воспроизводимости данных в психологии (<https://journals.sagepub.com/toc/rgpa/26/2>). Редакторы специального выпуска отмечают, что средствами преодоления кризиса репликации в психологии являются как внутридисциплинарный диалог между научной и теоретической психологией (scientific and theoretical psychology), так и междисциплинарный диалог психологии, гуманитарных и социальных наук [Malich, 2022]. Как мы видим, интеграция психологического знания и организация междисциплинарных исследований являются не только актуальными методологическими проблемами психологии, но и средствами решения не менее актуальной проблемы воспроизводимости психологических данных.

#### *Отдельные методологические проблемы психологии*

Как и ранее, здесь можно выделить не менее широко представленную в журнале совокупность методологических проблем, каждая из которых обладает самостоятельной ценностью и значимостью для психологии. Значительное внимание здесь уделяется методологическим вопросам разработки концепций и теорий в психологии, например, теории человеческого благополучия [Fowers,

2024], теории интеллекта [Sternberg, 2023]; истории и методологии разработки англоязычной психологической терминологии в 19-20 вв. [Benjafield, 2022] и др. Интересные исследования посвящены сравнительному анализу востребованности в зарубежной психологии идей когнитивной психологии, бихевиоризма и психоанализа за последние 30 лет [Singer, 2023], отношениям универсальной (глобальной) психологической науки и локальной психологии (indigenous psychologies) [Paranjpe, 2024]. Здесь же стоит обратить внимание на исследования, посвященные проблемам методологии психологического исследования, например, проблеме «нормальных» и «отклоняющихся от нормы» (deviant ideas) исследовательских программ в психологии [Phaf, 2024], проблеме организации социально-психологических исследований [Osborne-Crowley, 2020] и др.

Помимо отмеченных, немалое внимание в журнале уделяется обсуждению методологических проблем развития и функционирования психологического сообщества, например, проблемам установок сообщества в отношении психического здоровья [Four Arrows, 2024], отношения сообщества и психологии в целом к сегрегации цветного населения [Desai, 2023] и др.

К сожалению, объем настоящей публикации не позволяет в сколь-нибудь развернутом виде обратиться к содержанию упомянутых публикаций. Тем не менее, можно утверждать, что и Review of General Psychology обращается к обсуждению самых разных актуальных проблем методологии психологии. Для удобства восприятия этих проблем можно обратиться к таблице 1.

Таблица 1.

**Актуальные методологические проблемы психологии**

<b>Психологический журнал</b>	<b>Review of General Psychology</b>
понятийное пространство	интеграция в психологии
вклад психологов в разработку проблем методологии	междисциплинарные исследования
методология отраслей, направлений психологии	кризис репликации данных
отдельные методологические проблемы	отдельные методологические проблемы

Краткое описание двух изданий позволяет провести обобщение и сопоставление наиболее актуальных методологических проблем психологии, рассматриваемых в них.

**Заключение**

Проведенный анализ позволил установить существенные различия в научно-исследовательских интересах российских и зарубежных психологов, занимающихся разработкой актуальных методологических проблем психологии. В российском психологическом сообществе к числу последних следует отнести разработку проблем понятийного пространства психологии, оценку вклада выдающихся отечественных и зарубежных ученых в решение проблем методологии психологии, проблем методологии отдельных отраслей и

направлений психологии. К числу таковых в зарубежной психологии относятся проблемы интеграции в психологии, организации междисциплинарных исследований, кризиса воспроизводимости психологических данных. Конечно, в обоих случаях обсуждаются методологические проблемы, к решению которых обращаются лишь отдельные представители психологического сообщества - проблемы предмета психологии, психофизиологическая и биосоциальная проблемы, проблема «нормальных» и «отклоняющихся от нормы» исследовательских программа в психологии и др.

Ввиду сказанного, нельзя на наш взгляд говорить о актуальности проблемы конкуренции в методологических исследованиях российских и зарубежных психологов. Речь должна идти, в первую очередь, о использовании результатов исследований коллег для обогащения и обновления собственных теоретических и методологических идей и концепций. Например, в современной российской психологии констатируется актуальность разработки и решения проблемы интеграции в психологии [Козлов, 2021; Панферов, Микляева, 2019; Мазилев, Слепко, Бугайчук, 2023], однако реальный объем исследований данной проблемы оставляет желать лучшего. Ввиду этого особый интерес для решения проблемы представляет знакомство с результатами исследований, опубликованными в журнале *Review of General Psychology*.

Помимо этого, в отечественных методологических исследованиях практически не обсуждается актуальная проблема воспроизводимости психологических данных, которой посвящены специальные выпуски рассмотренного в статье американского издания.

В свою очередь отечественный опыт методологических исследований может быть конструктивно использован для разработки проблем истории и методологии психологии, обсуждения проблемы понятийного пространства психологии, проблемы ее предмета и мн. др.

#### Библиографический список

1. Безгодова С.А., Панферов В.Н. Методологические основы и проблемы психологии. Москва: Юрайт, 2018. 265 с.
2. Белопольский В.И., Журавлев А.Л., Костригин А.А. Зарождение системного подхода в Институте психологии АН СССР в 1972-1973 гг. // Психологический журнал. 2021. Т. 42. № 1. С. 36-45. DOI: 10.31857/S020595920013325-3
3. Вокруг "Стен и мостов": размышления о методологии психологической науки. Ижевск: ERGO, 2016. 203 с.
4. Галкина Т.В., Журавлев А.Л. Вклад Я. А. Пономарева в развитие методологических и теоретических вопросов психологической науки // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 6. С. 5-13. DOI: 10.31857/S020595920012478-1
5. Гришина Н.В., Костромина С.Н. К проблеме эволюции понятийного аппарата психологии: от прошлого к будущему // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 3. С. 99-105. DOI: 10.31857/S020595920026161-3



6. Гусельцева М.С. О разработке понятий в современной российской психологии // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 4. С. 124-132. DOI: 10.31857/S020595920027091-6
7. Жог В.И., Тарабакина Л.В., Бабиева Н.С. Методология организационной психологии. Москва: МПГУ, 2017. 178 с.
8. Журавлев А.Л., Костригин А.А. Психологическое наследие В. Ф. Рубахина (к 100-летию со дня рождения) // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 1. С. 127-136. DOI: 10.31857/S020595920018773-6
9. Журавлев А.Л., Мироненко И.А., Юревич А.В. Российская психология в пространстве глобальной науки: ответ дискутантам // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 3. С. 113-121. DOI: 10.31857/S020595920009335-4
10. Журавлев А.Л., Нестик Т.А., Юревич А.В. Прогнозирование и его перспективы в психологической науке (ответ участникам дискуссии) // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 1. С. 118-125. DOI: 10.31857/S020595920002989-3
11. Журавлев А.Л., Сергиенко Е.А. Анализ современных понятий в психологии: ответ участникам дискуссии // Психологический журнал. 2024. Т. 45. № 1. С. 114-123. DOI: 10.31857/S0205959224010112
12. Журавлев А.Л., Сергиенко Е.А. Системно-сетевая организация современных понятий психологии (на примере разработок сотрудников Института психологии РАН) // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 3. С. 16-29. DOI: 10.31857/S020595920020491-6
13. Зеленкова Т.В. О соотношении психического и биологического в проблеме моделирования сознания // Психологический журнал. 2024. Т. 45. № 2. С. 5-14. DOI: 10.31857/S0205959224020015
14. Канке В.А. История, философия и методология педагогики и психологии. Москва: Юрайт, 2017. 487 с.
15. Карпова Э.Б., Исурина Г.Л., Журавлев А.Л. Прошлое и настоящее творческих достижений В.Н. Мясищева (к 130-летию со дня рождения) // Психологический журнал. 2024. Т. 44. № 1. С. 16-29. DOI: 10.31857/S020595920027090-5
16. Козлов В.В. Методология интегративной психологии. Москва: МАПН, 2021. 180 с.
17. Корнилова Т.В. Проблема соотнесения понятий в системно-сетевом подходе к психологическому знанию // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 2. С. 128-131. DOI: 10.31857/S020595920024914-1
18. Лабунская В.А., Скрипкина Т.П. О научном творчестве и личности академика РАО А.А. Бодалева (к 100-летию со дня рождения) // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 5. С. 109-115. DOI: 10.31857/S020595920027729-7
19. Мазилев В.А. Биосоциальная проблема в контексте методологии психологической науки // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 3. С. 122-130. DOI: 10.31857/S020595920009336-5

20. Мазиллов В.А. В. Н. Дружинин как методолог психологической науки (к 65-летию со дня рождения) // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 5. С. 108-117. DOI: 10.31857/S020595920011123-1
21. Мазиллов В.А. Великий психолог: К. Д. Ушинский как методолог психологии // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 2. С. 116-127. DOI: 10.31857/S020595920024913-0
22. Мазиллов В.А. Методология психологической науки: История и современность. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2017. 419 с.
23. Мазиллов В.А. Методология психологической науки: История и современность. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2017. 419 с.
24. Мазиллов В.А., Слепко Ю.Н. Проблема понятийного пространства современной психологии // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 3. С. 93-98. DOI: 10.31857/S020595920026160-2
25. Мазиллов В.А., Слепко Ю.Н., Бугайчук Т.В. Интеграция в психологии и проблемы методологии психологического знания (Вместо предисловия) / В сборнике: Интеграция в психологии: теория, методология, практика. Ярославль: РИО ЯГПУ, 2023. С. 4-10.
26. Мазиллов В.А., Слепко Ю.Н., Ушаков Д.В., Шадриков В.Д. Проблемы исследований способностей в новейшей российской психологии: в поисках новой теории // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 4. С. 5-14. DOI: 10.31857/S020595920027081-5
27. Марцинковская Т.Д. Новые методологические подходы современной психологии в цифровом обществе // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 2. С. 132-136. DOI: 10.31857/S020595920024915-2
28. Мироненко И.А., Журавлев А.Л. Культурная психология Яана Вальсинера. Часть II. школа динамического семиозиса // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 2. С. 41-50. // DOI: 10.31857/S020595920019411-8
29. Николаев Д.Е. Теоретико-методологические основы моделей психологического воздействия // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 2. С. 51-60. DOI: 10.31857/S020595920019412-9
30. Носкова О.Г. Идеология как предмет исследования в творчестве Александра Богданова (к 150-летию со дня рождения) // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 4. С. 104-112. DOI: 10.31857/S020595920027089-3
31. Носуленко В.Н. Борис Федорович Ломов в современных междисциплинарных исследованиях // Психологический журнал. 2024. Т. 44. № 1. С. 16-29. DOI: 10.31857/S020595920024339-8
32. Олейник Ю.Н., Тихонова Э.В. Состояние и перспективы развития методологии отечественной истории психологии (по материалам семинара "Арзамасские чтения - 5") // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 6. С. 5-15. DOI: 10.31857/S020595920029007-3
33. Панфёров В.Н., Микляева А.В. Принцип целостности в интеграции психологического знания // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 2. С. 16-29. DOI: 10.31857/S020595920004051-2

34. Попов Л.М., Устин П.Н. Истоки когнитивно-поведенческой психологии в работе В. М. Бехтерева “Сознание и его границы” // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 1. С. 83-94. DOI: 10.31857/S020595920018770-3
35. Попов Л.М., Устин П.Н. Сетевой и трансдисциплинарный подходы как возможность расширения понятийного состава психологии // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 1. С. 127-132. DOI: 10.31857/S020595920024368-0
36. Почебут Л.Г., Чикер В.А., Журавлев А.Л. Развитие организационной социальной психологии в Санкт-Петербургском (ленинградском) государственном университете // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 2. С. 5-14. DOI: 10.31857/S020595920024903-9
37. Семенов И.Н. Методологическая рефлексия жизнетворчества А.В. Брушлинского и становления субъектно-деятельностной парадигмы современной психологии (к 90-летию юбилею выдающегося ученого) // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 3. С. 83-92. DOI: 10.31857/S020595920026159-0
38. Сергеев С.Ф. Методологические проблемы инженерной психологии и эргономики техногенного мира // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 3. С. 25-33. DOI: 10.31857/S020595920020493-8
39. Сергеев С.Ф. Перспективы сетевого подхода в психологии // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 1. С. 133-136. DOI: 10.31857/S020595920024369-1
40. Сергеев С.Ф. Рыцарь математики и логики в психологии: Геннадий Владимирович Суходольский // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 6. С. 112-116. DOI: 10.31857/S020595920007369-1
41. Сергиенко Е.А. Внутренний мир человека: един ли предмет психологии? (Приглашение к дискуссии) // Психологический журнал. 2023. Т. 44. № 6. С. 5-15. DOI: 10.31857/S020595920029080-4
42. Сорокин П.С. Биосоциальная проблема в контексте новой глобальной реальности: фокус на трансформационном потенциале индивида // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 1. С. 122-126. DOI: 10.31857/S020595920018772-5
43. Харламенкова Н.Е. Психология личности: от методологии к научному факту. Москва: ИПРАН, 2023. 403 с. DOI: 10.38098/mng\_23\_0461
44. Шадриков В.Д., Мазилев В.А. О психофизическом принципе (предмет психологии) // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 3. С. 15-24. DOI: 10.31857/S020595920020492-7
45. Щербаков Е.П. Методология психологии. Омск: ОГА, 2020. 180 с.
46. Benjafield J. G. Creators of the Vocabulary of Anglophone Psychology and Their Relationships // Review of General Psychology. 2022. Vol. 26. Iss. 1. Pp. 104-121. DOI: 10.1177/10892680211064293
47. Chaudhary N., Misra G., Bansal P., Valsiner J., Singh, T. Making Sense of Culture for the Psychological Sciences // Review of General Psychology. 2022. Vol. 26. Iss. 4. Pp. 399-415. DOI: 10.1177/10892680211066473
48. Costa-Cordella S., Grasso-Cladera A., Parada F. J. The Future of Psychotherapy Research and Neuroscience: Introducing the 4E/MoBI Approach to the

Study of Patient–Therapist Interaction // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 2. Pp. 143-165. DOI: 10.1177/10892680231224399

49. de Melo A. T. Toward a (“Dissolved”) Psychology of Interdisciplinary and Transdisciplinary Relations: A Complexity-Informed Proposal // Review of General Psychology. 2023. Vol. 27. Iss. 1. Pp. 80-99. DOI: 10.1177/10892680221114860

50. Desai M., Laubscher L., Johnson S. Perspectives (of People of Color) on Psychological Science: Does Psychological Science Listen? // Review of General Psychology. 2023. Vol. 27. Iss. 2. Pp. 155-163. DOI: 10.1177/10892680221118038

51. Dóci E., Spruyt B., De Moortel D. et al. In Search of the Social in Psychological Capital: Integrating Psychological Capital into a Broader Capital Framework // Review of General Psychology. 2023. Vol. 27. Iss. 3. Pp. 336-350. DOI: 10.1177/10892680231158791

52. Filho W. J. Silva, Dazzani M. V. M., Tateo L. et al. He Knows, She Doesn’t? Epistemic Inequality in a Developmental Perspective // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 1. Pp. 17-29. DOI: 10.1177/10892680221143079

53. Four Arrows W. T. Restoring Sanity and Remembering Spirit in Psychology: Reclaiming Our Pre-Colonial Worldview // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 2. Pp. 106-122. DOI: 10.1177/10892680231226387

54. Fowers B. J., Novak L. F., Calder A. J., Kiknadze N. C. Can a Theory of Human Flourishing be Formulated? Toward a Science of Flourishing // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 2. Pp. 123-142. DOI: 10.1177/10892680231225223

55. Fowers B. J., Novak L. F., Kiknadze N. C., Calder A. J. Questioning Contemporary Universalist Approaches to Human Flourishing // Review of General Psychology. 2023. Vol. 27. Iss. 2. Pp. 121-134. DOI: 10.1177/10892680221138230

56. Handbook of research methods in health psychology / edited by D. F. Ragin and J. P. Keenan. New York, NY : Routledge, 2021. 411 p.

57. Herma H., Greve W. A Processed Processor: The Processual Nature of the Self // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 1. Pp. 30-46. DOI: 10.1177/10892680231197805

58. Hodgetts D., Hopner V., Carr S. et al. Human Security Psychology: A Linking Construct for an Eclectic Discipline // Review of General Psychology. 2023. Vol. 27. Iss. 2. Pp. 177-193. DOI: 10.1177/10892680221109124

59. Kaplan D. M. Social-Ecological Measurement of Daily Life: How Relationally Focused Ambulatory Assessment Can Advance Clinical Intervention Science // Review of General Psychology. 2023. Vol. 27. Iss. 2. Pp. 206-227. DOI: 10.1177/10892680221142802

60. Malich L., Munafò M. R. Introduction: Replication of Crises - Interdisciplinary Reflections on the Phenomenon of the Replication Crisis in Psychology // Review of General Psychology. 2022. Vol. 26. Iss. 2. Pp. 127-130. DOI:10.1177/10892680221077997

61. McBride, Dawn M. Cognitive psychology : theory, process, and methodology. Los Angeles ; London : SAGE, 2019. 382 p.

62. Osborne-Crowley K. Social Cognition in the Real World: Reconnecting the Study of Social Cognition With Social Reality // Review of General Psychology. 2020. Vol. 24. Iss. 2. Pp. 144-158. DOI: 10.1177/1089268020906483
63. Paranjpe A. Challenges in the Pursuit of an Indigenous Psychology: A Self-Reflection // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 3. Pp. 237-252. DOI: 10.1177/10892680241236192
64. Phaf R. Hans. Positive Deviance Underlies Successful Science: Normative Methodologies Risk Throwing out the Baby With the Bathwater // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 3. Pp. 219-236. DOI: 10.1177/10892680241235120
65. Qualitative research in psychology : expanding perspectives in methodology and design / edited by Paul M. Camic. Washington : American Psychological Association, 2021.
66. Rassool G. H. Integrated research methodologies in Islāmic psychology. London ; New York : Routledge, Taylor & Francis Group, 2024.
67. Singer S. Development of Three Psychology Sub-Disciplines Over the Past 30 Years: A Citation Analysis // Review of General Psychology./ 2023. Vol. 27. Iss. 2. Pp. 164-176. DOI: 10.1177/10892680221133785
68. Sternberg R. J. What Is Wisdom? Sketch of a TOP (Tree of Philosophy) Theory // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 1. Pp. 47-66. DOI: 10.1177/10892680231215433
69. Sternberg R. J., Preiss D. D., Karami S. An Historical Causal-Chain Theory of Conceptions of Intelligence // Review of General Psychology. 2023. Vol. 27. Iss. 3. Pp. 320-335. DOI: 10.1177/10892680231158790
70. Subjectivity within Cultural-Historical Approach : Theory, Methodology and Research / edited by F. G. Rey, A. M. Martínez, D. M. Goulart. Singapore : Springer Singapore : Imprint: Springer, 2019. 273 p.
71. van Zomeren M. The ACES Guide for Researchers in Psychology: Fostering Researchers' Informed Decision-Making about Theory Selection and Theoretical Integration // Review of General Psychology. 2024. Vol. 28. Iss. 1. Pp. 17-29. DOI: 10.1177/10892680231182033
72. Vassilieva J., Zavershneva E. Vygotsky's "Height Psychology": Reenvisioning General Psychology in Dialogue With the Humanities and the Arts // Review of General Psychology. 2020. Vol. 24. Iss. 1. Pp. 18-30. DOI:10.1177/1089268020902723

**Сомова М.Д.**

**ИГРОВЫЕ СТРАТЕГИИ В ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ:  
ИННОВАЦИОННЫЕ РЕШЕНИЯ ДЛЯ ПРАКТИКУЮЩИХ  
ПСИХОЛОГОВ**

Аннотация:

В данной статье рассматриваются современные подходы к использованию игр в психотерапии. Автор анализирует теоретические основы, классификацию

и применение игровых стратегий с различными клиентскими группами, описывает их эффективность и дает практические рекомендации для психологов по выбору и интеграции игр в терапевтический процесс.

Ключевые слова:

Игровые стратегии, геймификация, ролевые игры, трансформационные игры, игровые методы, инновационные подходы, этические аспекты психотерапии.

**Abstract:**

In this article, modern approaches to using games in psychotherapy are examined. The author analyzes the theoretical foundations, classification, and application of game strategies with various client groups, describes their effectiveness, and provides practical recommendations for psychologists on selecting and integrating games into the therapeutic process.

**Keywords:**

Game strategies, gamification, role-playing games, transformational games, game methods, innovative approaches, ethical aspects of psychotherapy.

В последние десятилетия наблюдается растущий интерес к использованию игр в психотерапии. Это связано с тем, что традиционные методы не всегда оказываются достаточными для решения всех возникающих психологических проблем. Игровые стратегии, в свою очередь, предлагают новые возможности для углубления терапевтического процесса, активации творческих ресурсов клиента и создания безопасного пространства для выражения эмоций и переживаний.

Введение игр в терапевтический процесс позволяет создать более гибкие, инклюзивные и креативные подходы, способствуя большей эффективности во взаимодействии с клиентами различных возрастных групп и решении широкого спектра психологических проблем, что особенно важно в контексте современных вызовов и потребностей в психотерапии.

Использование игр в терапевтических целях не является новым явлением. Такие пионеры психотерапии, как Зигмунд Фрейд и Карл Юнг, признавали важность игры в развитии и функционировании психики. Однако только в последние десятилетия игровые стратегии стали предметом систематического изучения и широкого применения в практике. Современные подходы к игропрактикам охватывают широкий спектр методов – от ролевых и настольных игр до компьютерных и видеоигр, что позволяет адаптировать терапевтический процесс под конкретные потребности и особенности каждого клиента.

Игровые стратегии оказываются особенно эффективными при работе с детьми и подростками, так как игры являются естественным способом выражения и обработки эмоций для этой возрастной группы. Взрослые также могут получить значительную пользу от игрового подхода, так как он помогает преодолевать сопротивление и открывает новые пути для самовыражения и личностного роста.

Данная статья стремится обобщить существующие знания и опыт в области игровых стратегий, предоставив практикующим психологам

инструменты и идеи для повышения эффективности их работы. Для достижения этой цели мы ставим перед собой следующие задачи:

- Исследовать теоретические основы и исторические корни использования игр в психотерапии.
- Классифицировать различные виды игр и игровые методы, применяемые в терапевтической работе.
- Оценить эффективность игровых стратегий на основе эмпирических данных и примеров успешного применения.
- Предложить практические рекомендации по интеграции игровых методов в стандартные терапевтические практики.
- Рассмотреть этические аспекты и вопросы подготовки специалистов к использованию игр в психотерапии.

## **1. Теоретические основы игровых стратегий в психотерапии**

### **Исторический обзор применения игр в психотерапевтической практике**

История использования игр в психотерапии уходит корнями в начало XX века, когда Зигмунд Фрейд впервые предложил использовать игру как средство для понимания детских фантазий и бессознательных конфликтов. Его ученица, Мелани Кляйн, развила эту идею, внедрив игровые методы в детскую терапию. Кляйн утверждала, что игра является естественным средством самовыражения для детей, позволяя им обрабатывать внутренние конфликты и тревоги.

Карл Юнг также использовал элементы игры в своей работе, особенно в виде активного воображения, где клиенты создавали и исследовали свои внутренние образы и символы. Юнг считал, что такие процессы могут способствовать интеграции различных аспектов личности.

В середине XX века Вирджиния Экслейн и Гарриет Шутц начали развивать методы недирективной игровой терапии, которая основывалась на предоставлении детям возможности свободно выражать свои эмоции и переживания через игру без вмешательства терапевта. Эрик Берн, создатель теории транзактного анализа, использовал ролевые игры для анализа социальных взаимодействий и трансформации негативных сценариев.

### **Основные теоретические подходы к использованию игр в психотерапии**

Существует несколько ключевых теоретических подходов, которые обосновывают использование игр в психотерапевтической практике:

1. **Психодинамический подход:** Основывается на идеях Фрейда и Кляйн, фокусируется на выявлении и разрешении бессознательных конфликтов через игру. Игра рассматривается как символическая репрезентация внутренних процессов и помогает в понимании и разрешении глубинных психологических проблем.

2. **Гуманистический подход:** Включает недирективную игровую терапию Карла Роджерса и Вирджинии Экслейн, где основной упор делается на создание

безопасного и поддерживающего пространства для свободного самовыражения клиента. Игра позволяет клиентам исследовать свои чувства и переживания, укреплять самооценку и развивать самосознание.

3. **Когнитивно-поведенческий подход:** Использует игры для изменения дисфункциональных мыслительных и поведенческих паттернов. Например, через ролевые игры клиенты могут научиться новым стратегиям поведения и улучшить навыки социального взаимодействия.

4. **Теория геймификации:** Предполагает использование игровых элементов (таких как цели, награды, уровни) для повышения мотивации и вовлеченности клиентов в терапевтический процесс. Геймификация может быть особенно полезна в контексте долгосрочных терапевтических программ, требующих устойчивой мотивации.

### **Психологические механизмы воздействия игр на клиента**

Игры в психотерапии оказывают многоплановое воздействие на клиентов, задействуя различные психологические механизмы:

1. **Катартическое воздействие:** Игра позволяет клиентам безопасно выражать подавленные эмоции и переживания, что способствует их эмоциональному освобождению и катарсису.

2. **Символическая репрезентация:** Через игру клиенты могут исследовать и осознавать свои внутренние конфликты и проблемы в символической форме, что облегчает их понимание и проработку.

3. **Повышение самооценки:** Успешное участие в игровых ситуациях способствует укреплению самооценки и уверенности в себе, что особенно важно для детей и подростков.

4. **Развитие социальных навыков:** Игры, особенно ролевые и групповые, способствуют развитию навыков общения и взаимодействия, помогают улучшить эмпатические способности и умение решать конфликты.

5. **Активизация творческих ресурсов:** Игра стимулирует творческое мышление и воображение, что способствует гибкости и адаптивности мышления, а также поиску новых решений и подходов к проблемам.

Теоретические основы использования игр в психотерапии многогранны и базируются на различных психологических подходах и концепциях. Понимание этих основ позволяет практикующим психологам эффективно применять игровые стратегии в своей работе, учитывая индивидуальные особенности и потребности каждого клиента.

## **2. Виды и классификация игровых стратегий**

Игровые стратегии в психотерапевтической практике разнообразны и могут быть классифицированы по различным критериям. Ниже представлена классификация игровых стратегий, используемых в психотерапии, с подробным описанием каждого вида.

### **Ролевые игры**

Ролевые игры являются одним из наиболее распространенных методов в психотерапии, особенно в работе с детьми и подростками. В рамках ролевых игр



клиенты принимают на себя различные роли, что позволяет им исследовать и прорабатывать свои чувства, поведение и межличностные отношения.

– *Психодрама*: Метод, разработанный Якобом Морено, включает в себя драматическое воспроизведение жизненных ситуаций клиента. Психодрама помогает клиентам осознать и разрешить внутренние конфликты, улучшить социальные навыки и повысить эмоциональную гибкость.

– *Рольевые игры для детей*: Дети могут проигрывать ситуации из своей жизни или фантазии, что помогает им выразить эмоции, понять свои чувства и научиться новым способам взаимодействия.

### **Трансформационные игры**

Трансформационные игры направлены на глубинное изменение личностных характеристик и поведения клиентов. Эти игры часто включают элементы символики и метафоры, способствующие внутренним изменениям.

– *Настольные игры*: Такие игры, как "Лиля" или "Путешествие героя", помогают клиентам исследовать свои внутренние ресурсы, определить жизненные цели и преодолеть препятствия на пути к самореализации.

– *Метафорические карты*: Используются для работы с бессознательными процессами, помогают клиентам осознать скрытые аспекты своей личности и найти новые пути решения проблем.

### **Настольные игры и карточные методы**

Настольные игры и карточные методы широко применяются в психотерапевтической практике благодаря своей универсальности и способности адаптироваться под различные терапевтические цели.

– *Игры для развития когнитивных навыков*: Такие игры, как "Диксит" или "Сет", помогают развивать внимание, память и логическое мышление.

– *Игры для эмоциональной регуляции*: Игры, направленные на развитие эмоционального интеллекта, помогают клиентам лучше понимать и управлять своими эмоциями.

### **Компьютерные и видеоигры в психотерапевтической работе**

Современные технологии открывают новые возможности для использования компьютерных и видеоигр в психотерапии. Эти игры могут быть особенно полезны для работы с подростками и молодыми взрослыми.

– *Терапевтические видеоигры*: Игры, разработанные специально для терапевтических целей, такие как "MindLight" или "SPARX", помогают клиентам справляться с тревогой, депрессией и другими психологическими проблемами.

– *Коммерческие видеоигры*: В некоторых случаях терапевты могут использовать популярные коммерческие игры, такие как "Minecraft" или "The Sims", для достижения терапевтических целей, например, для развития социальных навыков или креативности.

## **Геймификация терапевтических процессов**

Геймификация включает использование игровых элементов (например, целей, уровней, наград) для повышения мотивации и вовлеченности клиентов в терапевтический процесс.

– *Мобильные приложения*: Приложения, такие как "Happify" или "SuperBetter", используют элементы геймификации для помощи клиентам в достижении их целей и улучшении эмоционального состояния.

– *Терапевтические программы*: Геймифицированные программы, такие как "Theraplay" или "Headspace", интегрируют игровые элементы в структуру терапевтических сессий, что повышает их эффективность и приверженность клиентов.

Разнообразие игровых стратегий в психотерапии позволяет подобрать наиболее подходящий метод для каждого клиента, учитывая его индивидуальные особенности и потребности. Классификация игровых методов помогает терапевтам систематизировать свои знания и эффективно применять их на практике.

### **3. Применение игровых стратегий в работе с различными клиентскими группами**

Игровые стратегии в психотерапии оказываются эффективными при работе с различными клиентскими группами. Рассмотрим, как игры могут быть адаптированы и использованы в работе с детьми, подростками, взрослыми, в семейной и групповой терапии.

#### **Дети и подростки**

Игра является естественной и важной частью жизни детей и подростков, что делает игровые стратегии особенно эффективными при работе с этой возрастной группой.

*Диагностика и терапия*: Использование ролевых и настольных игр помогает выявить скрытые эмоциональные проблемы, такие как тревожность, страхи и агрессия. Игры позволяют детям выразить свои чувства и получить поддержку в безопасной и контролируемой среде.

*Социальные навыки*: Игры, направленные на развитие социальных навыков, такие как ролевые игры или игры на командную работу, помогают детям и подросткам учиться взаимодействовать с окружающими, развивать эмпатию и навыки решения конфликтов.

*Коррекция поведения*: Игры с элементами геймификации могут использоваться для коррекции поведения, мотивации к учебе и развитию самоконтроля. Например, игровые программы могут помочь подросткам справляться с гиперактивностью и дефицитом внимания.

#### **Взрослые**

Игровые стратегии могут быть полезны и для взрослых, особенно в тех случаях, когда традиционные методы терапии оказываются недостаточными.

*Снятие стресса и релаксация:* Игры, направленные на релаксацию и снятие стресса, такие как медитативные игры или игры на внимание и концентрацию, помогают взрослым справляться с повседневными стрессами и тревогами.

*Исследование и проработка личных проблем:* Трансформационные игры и метафорические карты могут быть использованы для глубокого исследования и проработки личных проблем, внутренних конфликтов и жизненных целей.

*Тренинг навыков:* Игры для развития когнитивных и поведенческих навыков могут помочь взрослым в решении профессиональных и личных задач, улучшении коммуникативных способностей и повышении эффективности в различных сферах жизни.

### **Семейная терапия**

Игровые стратегии в семейной терапии помогают улучшить взаимодействие между членами семьи, разрешить конфликты и укрепить семейные связи.

*Совместные игры:* Совместные игры, такие как настольные игры или командные ролевые игры, способствуют развитию сплоченности и взаимопонимания в семье. Игры помогают членам семьи лучше понять друг друга, выразить свои чувства и научиться работать вместе для достижения общих целей.

*Моделирование семейных ситуаций:* Ролевые игры позволяют моделировать и проигрывать различные семейные ситуации, что помогает выявить и решить скрытые конфликты и улучшить коммуникацию между членами семьи.

### **Групповая терапия**

Игры в групповой терапии способствуют созданию безопасной и поддерживающей атмосферы, что позволяет участникам открыто выражать свои чувства и работать над личными проблемами.

*Игры на сплочение группы:* Игры, направленные на создание доверия и сплоченности в группе, помогают участникам лучше узнать друг друга, развить эмпатию и поддержку.

*Ролевые и настольные игры:* Ролевые и настольные игры используются для проработки межличностных конфликтов, развития навыков общения и улучшения групповой динамики. Игры помогают участникам научиться сотрудничать и решать проблемы вместе.

*Геймифицированные подходы:* Включение элементов геймификации в групповые терапевтические сессии помогает повысить мотивацию участников и сделать терапевтический процесс более увлекательным и эффективным.

Игровые стратегии могут быть адаптированы для работы с различными клиентскими группами, учитывая их уникальные потребности и особенности. Это делает игры универсальным и гибким инструментом в арсенале психотерапевта, способствующим эффективному и творческому решению психологических проблем.

#### **4. Эффективность и результаты применения игровых стратегий**

Многочисленные исследования подтверждают эффективность игровых стратегий в психотерапевтической практике. Эти исследования охватывают широкий спектр методик и возрастных групп, демонстрируя значительные положительные изменения в эмоциональном состоянии, поведении и межличностных отношениях клиентов.

*Дети и подростки:* Исследования показывают, что игровые стратегии способствуют снижению уровня тревожности, агрессии и депрессии у детей и подростков. Например, исследование, проведенное Американской ассоциацией игровой терапии, показало, что дети, участвовавшие в игровых терапиях, демонстрировали значительное улучшение эмоционального состояния и социального поведения по сравнению с контрольной группой.

*Взрослые:* Взрослые клиенты, участвующие в трансформационных играх и терапевтических видеоиграх, показывают улучшение когнитивных функций, снижение уровня стресса и депрессии, а также повышение мотивации и самооценки. Например, исследования использования видеоигры "SPARX" для терапии депрессии у подростков показали, что она была столь же эффективна, как традиционная когнитивно-поведенческая терапия.

#### **Критические аспекты и ограничения использования игр в терапии**

Несмотря на многочисленные преимущества, использование игровых стратегий в психотерапии имеет свои ограничения и требует критического подхода.

*Индивидуальные различия:* Не все клиенты реагируют на игровые методы одинаково. Некоторым может быть трудно принять игровую форму терапии из-за личных предпочтений или культурных различий. В таких случаях необходимо адаптировать подход и использовать альтернативные методы.

*Профессиональная подготовка:* Эффективное использование игр в терапии требует специальной подготовки и опыта от терапевта. Недостаток знаний и навыков может привести к неэффективному или даже вредному применению игровых методов.

*Этические аспекты:* Важно учитывать этические вопросы при использовании игр в терапии, такие как обеспечение конфиденциальности, информированное согласие и уважение личных границ клиентов. Терапевты должны быть особенно внимательны к этим аспектам при работе с детьми и уязвимыми группами.

Эффективность игровых стратегий в психотерапии подтверждена множеством исследований и примеров из практики. Однако их успешное применение требует внимательного учета индивидуальных особенностей клиентов, профессиональной подготовки терапевтов и соблюдения этических стандартов. Правильное использование игровых методов может значительно улучшить терапевтические результаты и способствовать положительным изменениям в жизни клиентов.

## **5. Практические рекомендации для психологов**

Использование игровых стратегий в психотерапии требует внимательного подхода и профессиональной подготовки. Ниже представлены рекомендации, которые помогут психологам эффективно интегрировать игровые методы в свою практику.

### **Выбор подходящих игр для конкретных терапевтических целей**

*Оценка потребностей клиента:* Перед началом использования игр важно провести тщательную оценку потребностей и особенностей клиента. Это может включать интервью, анкеты и наблюдение за поведением.

*Соответствие возраста и уровня развития:* Игры должны соответствовать возрасту и уровню развития клиента. Например, для маленьких детей подойдут простые ролевые игры или настольные игры с элементами обучения, тогда как подросткам могут быть интересны более сложные компьютерные игры или трансформационные игры.

*Терапевтические цели:* Выбор игры должен быть основан на конкретных терапевтических целях. Например, игры для развития социальных навыков, снижение тревожности или улучшение самоконтроля должны быть выбраны с учетом этих целей.

### **Интеграция игровых методов в стандартные терапевтические практики**

*Комбинирование с другими методами:* Игровые стратегии могут быть эффективно комбинированы с другими терапевтическими методами, такими как когнитивно-поведенческая терапия, арт-терапия или психодрама. Например, после игровой сессии можно провести обсуждение, используя элементы когнитивной реструктуризации.

*Постепенное введение:* Если клиент не знаком с игровыми методами, важно вводить их постепенно, объясняя цели и преимущества такого подхода. Постепенное введение поможет клиенту привыкнуть к новой форме терапии и снизить возможное сопротивление.

*Гибкость и адаптация:* Терапевт должен быть гибким и готовым адаптировать игровые методы в зависимости от реакции и потребностей клиента. Если игра не вызывает интереса или не приносит ожидаемых результатов, стоит попробовать другой метод или игру.

### **Этические аспекты использования игр в психотерапии**

*Информированное согласие:* Важно получить информированное согласие от клиента или его законного представителя на использование игровых методов. Клиент должен понимать цели и процессы, связанные с использованием игр в терапии.

*Конфиденциальность и безопасность:* Игры должны проводиться в безопасной и конфиденциальной обстановке. Терапевт должен обеспечить, чтобы информация, полученная во время игр, оставалась конфиденциальной.

*Уважение личных границ:* Важно уважать личные границы клиента и избегать ситуаций, которые могут вызвать дискомфорт или травму. Терапевт

должен быть внимателен к реакциям клиента и при необходимости остановить или изменить ход игры.

### **Обучение и повышение квалификации терапевтов в области игропрактик**

*Профессиональное образование:* Терапевты, желающие использовать игровые методы, должны проходить специализированное обучение и курсы повышения квалификации. Это может включать семинары, тренинги и участие в профессиональных конференциях.

*Супервизия и обмен опытом:* Регулярная супервизия и обмен опытом с коллегами помогут терапевтам улучшить свои навыки и получить поддержку в сложных случаях. Группы профессиональной поддержки и онлайн-сообщества могут быть полезными ресурсами.

*Практика и саморазвитие:* Важно постоянно практиковаться и развивать свои навыки в использовании игровых методов. Чтение профессиональной литературы, участие в мастер-классах и экспериментирование с различными игровыми стратегиями помогут терапевтам оставаться в курсе новейших подходов и методов.

Практические рекомендации для психологов подчеркивают важность внимательного и профессионального подхода к использованию игровых стратегий в психотерапии. Правильный выбор игр, интеграция их в терапевтические процессы, соблюдение этических стандартов и постоянное профессиональное развитие помогут терапевтам эффективно использовать игровые методы для достижения положительных результатов в работе с клиентами.

Игровые стратегии в психотерапевтической практике открывают новые горизонты для взаимодействия с клиентами, предоставляя инновационные и гибкие методы решения различных психологических проблем. Их эффективность подтверждена множеством исследований и примеров из практики, демонстрируя значительные улучшения в эмоциональном состоянии, поведении и межличностных отношениях клиентов.

Использование игр в терапии позволяет создать безопасное и поддерживающее пространство, где клиенты могут свободно выразить свои чувства, исследовать внутренние конфликты и развивать новые навыки. Ролевые и трансформационные игры, настольные игры и видеоигры, а также геймификация терапевтических процессов – все эти методы способны обогатить арсенал психолога и сделать терапевтический процесс более увлекательным и эффективным.

Однако успешное применение игровых стратегий требует внимательного подхода и профессиональной подготовки. Терапевты должны учитывать индивидуальные особенности клиентов, тщательно подбирать соответствующие игры, интегрировать их в существующие терапевтические методы и соблюдать этические стандарты. Постоянное обучение и обмен опытом с коллегами помогут специалистам оставаться в курсе новейших подходов и совершенствовать свои навыки.

Перспективы развития игровых стратегий в психотерапии обещают дальнейшее расширение возможностей для продуктивной работы. Новые исследования и разработки в области игровых методов будут способствовать улучшению их эффективности и адаптации к потребностям различных клиентских групп.

В заключение, игровые стратегии в психотерапии – это мощный инструмент, способный значительно повысить качество и результативность терапевтической работы. Их использование открывает новые пути для личностного роста и эмоционального исцеления, помогая клиентам преодолевать трудности и достигать гармонии в своей жизни. Практикующим психологам важно продолжать изучать и развивать этот перспективный подход, чтобы максимально использовать его потенциал в своей практике.

### **Список использованной литературы:**

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений / М.: Эксмо, 2009. - 352 с.
2. Берн Х.С. Игровая терапия: Искусство взаимоотношений / Издательство Диалектика-Вильямс, 2023.
3. Браун С., Воган К. Игра. Как она влияет на наше воображение, мозг и здоровье / М.: Издательство Манн, Иванов и Фербер, 2015. - 192 с.
4. Капур М. Трансформационная игра: Потенциал игр в психическом здоровье / Журнал консультирования по вопросам психического здоровья, 2014, 36(2), 102-116.
5. Козлов, В. В. Современная личность: самоактуализация и самореализация / В. В. Козлов. – Ярославль : демидо, 2023. – 336 с. – ISBN 978-5-7312-0411-8.
6. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.
7. Маслоу А., Мотивация и личность / Издательство Питер, 2019. - 400 с.
8. Морено Я., Психодрама / Издательство Института Психотерапии, 2008. - 496 с.
9. Винникотт Д.В. Игра и реальность / Институт общегуманитарных исследований, 2017. - 208 с.
10. Ялом И.Д., Теория и практика групповой психотерапии / Издательство Института Психотерапии, 2010. - 576 с.

**Токарев Я.В.**

## **7 ЭЛЕМЕНТОВ УСПЕШНОСТИ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯ**

*Аннотация*

В статье перечислены важные элементы для достижения успеха в карьере и жизни. Дано описание каждого из них на психологическом уровне самосознания, саморегуляции.

**Ключевые слова:** деньги, успех, власть, сознание, интеллект.

### **Abstract**

The article lists the important elements for achieving success in your career and life. A description of each of them is given at the psychological level of self-awareness, self-regulation.

**Key words:** money, success, power, consciousness, intelligence.

## **ВВЕДЕНИЕ**

В условиях современного мира предприниматели, преследуя максимальную выгоду, утрачивают связь со своим сознанием, со своим Онто Ин-се.

Многие из успешных руководителей либо достигают своего «потолка», не видя возможности для дальнейшего роста, либо со временем терпят крах, становясь не конкурентоспособным.

Профессор Антонио Менегетти делает упор на первоначальные истоки – информацию, так как **секрет всякого успешного действия заложен в точности информации.**

*Точная информация — и есть победоносная власть.*

Поэтому современному предпринимателю необходимо ориентироваться на следующие семь элементов (пунктов) в собственном пространстве деятельности:

### **1. Смирение по отношению к самому себе.**

Смирение по отношению к самому себе означает достижение обратимости между логикой бизнеса и сознанием себя. Единство понимания.

*Бесполезно искать что-то вовне, или пытаться убедить окружающих.*

Единство с собой означает встретить самого себя, полюбить себя, уметь давать себе любовь, уметь себя ценить, понять собственность, единичность, исключительность, неповторимость, не для жизни или других, а для самого себя.

Если вы не находите этого единства с собой, то проанализируйте в какой момент произошло это, где случился этот разрыв?

*Вы должны любить, холить и лелеять единство с самим собой.*

Это означает все время возвращаться к Онто Ин-се в тотальной динамике собственного существования.

### **2. Идентичность своего проекта.**

Необходимо пересмотреть тотальные реальности собственного бизнеса.

Каждый раз, отвечая себе на вопросы: Что вы делаете? Каков ваш проект? Вам нравится, что получается? Насколько высоки ваши результаты?

*Необходимо быть убедительным по отношению к собственному бизнесу, делу, магазину, видеть эту идентичность.*

Каждый из нас, рано или поздно, достигает фразы: «Я хочу это сделать! Есть способы сделать это первым».

Именно это должно быть на первом месте, те действия, которые вы совершаете в плане управления собственным предприятием.

### **3. Опора на деньги.**



*Деньги – коэффициент ценности.*

Не отказывайтесь от драгоценной реальности. Церковь проповедует нищету, но деньги нужны всем. **Верните харизму чуду денег.**

Если денег нет, то вы еще не утвердились, как человек умный, человек в порядке жизни.

Раз не хватает средств, тогда выстройте эту материю, заложите эти предпосылки.

Эти три пункта материальные (земные) - это элементарные условия.

#### **4. Гегемония в отношениях.**

Каждый из нас находится в социально-динамическом гештальте. В ситуациях, в которых вырабатывается реакция или действие.

Являетесь ли вы ценностным ориентиром в своей среде обитания? Признаны ли вы внутри своего гештальта?

*Если гегемония связей (ваша центральная позиция) опирается на что-то извне, то меняйтесь, делайте что-то.*

Каждый из вас знает, является ли он лучшим для конкурентной среды, побеждает или проигрывает.

#### **5. Стиль жизни.**

*Необходим соответствующий стиль жизни.*

Большинство людей зачем-то надеяться на Бога, живут вечно в ожидании, что что-то произойдет.

Ваш бизнес, дом, машина, отношения должны соответствовать вашему критерию эффективности.

#### **6. Совершенствование жизни и ваших способностей.**

Определенная самокритика, позволяющая развиваться, чтобы эволюционировать. Потому что в каждом из вас есть стремление, потенциал, который двигает, кричит, подталкивает вас к абсолюту, ведет вперед.

И для того, чтобы получить блаженство, вы каждый день должны удовлетворять потребности этого напряжения - **стремиться к улучшению себя, это отражает вас в мире.**

Тот сервис, услуги, товары, которые вы предлагаете, они самые лучшие?

Необходимо ежедневно совершенствовать управленческие способности для наилучшего качества предоставляемых услуг вашего бизнеса.

**Вы самый лучший судья самому себе.**

#### **7. Автономия в удовольствии.**

На определенном уровне лидеру уже не доставляет удовольствия желания обычных людей: наркотики, секс.

*Ему этого не хватает, потому что за этим стоит патология, а не удовольствие.*

Автономия удовольствия означает, что индивид, используя благоприятную возможность материального перехода, *контактирует с высшим измерением, которое называется светом.*

Активный контакт с комплементарным объектом на высшем уровне имеет смысл, если через этот контакт вы выходите в состояние, где Бытие появляется в своем великолепии.

Оно берет начало от тела, но заканчивается на уровне души.

И все это заложено в вашей психоорганической фактической данности.

Итак, автономия в удовольствии, прежде всего, психическая, эстетическая, интеллектуальная.

Для многих из вас интеллект сродни тяжкому труду, как в математике, с какой-то навязчивостью.

Нет, **интеллект – интимная данность видящего.**

Интеллект разводит всякую феноменальность, всякую телесность и освещает своей необъятностью.

*Интеллект — это пик удовольствия, это высшая данность удовольствия.*

Это актуальная данность, которая присутствует во всем том, что может предстать и как субъект, и как объект. Одно объясняет другое.

И все это достигается наполненности.

Прорабатывая каждый элемент успешности, вы обретете свободу самосознания и саморегуляции.

Для успешного предпринимателя – это единственная, постоянная вещь.

## Литература

1. 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.

2. Козлов, В. В. К 85-летию Антонио Менегетти - реализованного мастера психологии / В. В. Козлов, Я. В. Токарев // Методология современной психологии. – 2022. – № 15. – С. 5-21.

3. Козлов, В. В. Психология успеха: жизнь с вершины / В. В. Козлов, И. Донченко. – Запорожье : Статус, 2019. – 144 с. – (Психология для жизни). – ISBN 978-617-7759-17-0.

4. Козлов, В. В. Основы психологии духовности: высшие состояния пробуждения / В. В. Козлов. – Москва : МАПН, 2018. – 328 с.

5. Козлов, В. В. Психология жизненных сценариев : монография / В. В. Козлов, А. В. Пузырев. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2023. – 514 с. – ISBN 978-5-4263-1321-7. – DOI 10.31862/9785426313217.

6. 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.

7. Козлов, В. В. Психология управления : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов, Н. П. Фетискин ; В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов, Н. П. Фетискин. – Москва : Академия, 2011. – (Высшее профессиональное образование. Психология). – ISBN 978-5-7695-6682-0. – EDN QYCKRP.

8. Менегетти, А. Тезаурус: словарь онтопсихологических терминов/ А. Менегетти, М: БФ «Онтопсихология», 2007. 300 с.

9. Менегетти, А. Учебник по онтопсихологии. – 3-е изд., доп. / А. Менегетти, – М: БФ «Отнопсихология», 2010. 640 с.

10. 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.

11. Технологии управления развитием персонала : учебник / Е. А. Белкова, А. О. Грицай, А. В. Карпов [и др.]. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Проспект", 2016. – 408 с. – ISBN 978-5-392-19555-8.

12. Токарев, Я. В. Онтопсихологическая культура / Я. В. Токарев, В. В. Козлов // . – 2023. – № 17. – С. 307-315.

13. Труды Ярославского методологического семинара, Ярославль, 15–17 апреля 2004 года. Том 2. – Ярославль: Общество с ограниченной ответственностью "Международная Академия психологических наук", 2004. – 336 с.

**Турчин А.С.**

## **ВОЗМОЖНОСТИ МЕТОДИК ДИАГНОСТИКИ СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗА МИРА КУРСАНТОВ ВООВО**

*Аннотация:* в статье рассматривается история исследований, посвященных актуальной для психологии сознания проблеме содержательной специфики образа мира, характеристики которого могут иметь нестабильную динамику в силу многих оснований (возрастных, профессиональных, этнокультурных и др.). Выполнен анализ диагностических методик, применяемых в практике исследования модели мира, картины мира и образа мира. Сделан вывод о целесообразности дальнейших исследований образа мира курсантов военного вуза в русле методологии деятельностного, психолингвистического и психосемантического подходов.

*Ключевые слова:* образ мира, модель мира, картина мира, ценностные ориентации, деятельностный подход.

*Abstract:* the article examines the history of research devoted to the problem of the content specificity of the image of the world, which is relevant for the psychology of consciousness, the characteristics of which can have unstable dynamics due to many reasons (age, professional, ethnocultural, etc.). The analysis of diagnostic techniques used in the practice of studying the model of the world, the picture of the world and the image of the world is carried out. The conclusion is made about the expediency of further studies of the image of the world of military university cadets in line with the methodology of activity, psycholinguistic and psychosemantic approaches.

*Keywords:* image of the world, model of the world, picture of the world, value orientations, activity approach.

**ВВЕДЕНИЕ**

Категория «образ мира» активно начала использоваться в отечественной психологической науке благодаря работе А.Н. Леонтьева [Леонтьев, 1977], что позволило под новым углом рассматривать проблематику психологии сознания. В последней четверти XX века появилось достаточно много исследований, существенно расширивших проблемное поле фактически образовав значимое направление, что поставило в повестку дня вопрос о методологии и методическом инструментарии [Климов, 1995; Петренко, 2023; Серкин, 2015; Смирнов, 2001 и др.]. Целью данной статьи является обобщение накопленных теоретико-эмпирических данных и их анализ с позиции деятельностного подхода применительно к задаче исследования образа мира такой многочисленной группы молодежи, как курсанты военных образовательных организаций высшего образования (ВООВО).

### ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

В настоящее время в психологической науке существует ряд подходов к исследованию таких психологических феноменов, как модель мира, образ мира, картина мира и т.д. [Берулава, 2001; Зинченко, 1993; Петровский, 1996; Хайдеггер, 1993]. В рамках этих подходов имеются принципиальные и частные концептуальные отличия, связанные с корпоративным интересом представителей научных школ и направлений, а также задаваемые некоторой традицией и методологией познания. Так, в зарубежной психологии можно достаточно определенно выделить четыре основных подхода, а именно:

1) в необихевиоризме и когнитивной психологии (Э. Толмен, Дж. Брунер, У. Найссер, К. Эттнив, Б. Бугельски, С. Кослин и др.) проблема модели мира рассматривается в рамках теории переработки информации;

2) у представителей социального конструкционизма (П. Бергер, К. Джерджен, Т. Лукман) модель мира трактуется как продукт социального взаимодействия;

3) у сторонников нейролингвистического программирования (НЛП) основную роль отводят механизмам осознания и коррекции моделей мира, карт реальности (Р. Бэндлер, Дж. Гриндер, Дж. О'Коннор); ими же делаются попытки классификации типов мировоззрения (У. Маквинни, П. Янг);

4) представители теории социальных представлений (С. Московичи и др.) считают, что на с построения модели реальности в одинаковой мере влияют когнитивные механизмы субъекта и продукты его социальных интеракций.

В отечественной психологии проблематика картины мира и образа мира в основном исследуется в рамках деятельностного подхода, но и в нем нет единой позиции. Деятельностная природа образа мира рассматривалась в трудах А.Н. Леонтьева [Леонтьев, 1977], Г.А. Берулава [2001], С.Д. Смирнова [Смирнов, 2001]. Структурные характеристики образа мира выяснялись Е.Ю. Артемьевой [Артемьева, 1999], Ф.Е. Василюком [Василюк, 1984], В.П. Зинченко [Зинченко, 1993], В.В. Петуховым [Петухов, 1984]. Профессиональная составляющая образа мира исследовалась Е.А. Климовым [Климов, 1995], Пашкиным [Пашкин, Саркисова, Турчин, 2020], М.Н. Фроловской [Фроловская, 2010], И.Б. Ханиной

[Ханина, 2009]. На стыке психологии личности и психолингвистики языковой детерминации инвариантных моделей мира посвящены работы А.А. Леонтьева [Леонтьев А.А., 2001] и др.

В середине 90-х гг. в российской психологии в Ярославской школе психологов утверждается интегративная тенденция, что приводит к расширению проблематики психологии сознания в том числе и в плане исследования образа мира. Сохраняется влияние представителей культурно-исторической теории сознания и экзистенциально-гуманистического подхода (Д.А. Леонтьев и др.) [Леонтьев Д.А., 2003]. Достаточно весом вклад в исследование картины мира и образа мира у представителей детской психологии [Абраменкова, 2008; Осорина, 2000]. Изучалось и содержание архаических моделей мира их мифологическая основа [О. А. Свирепо, О.С. Туманкина, 2004].

Возвращаясь к исходной точке «всплеска» активности в плане изучения содержательных отличий и отмечая основополагающую роль А.Н. Леонтьева, определяющего образ мира как многоуровневую систему представлений личности о мире, других людях, себе самом и своей деятельности, подчеркнем существенный вклад в исследования образа мира его сторонниками, в том числе Е. Ю. Артемьевой [Артемьева, 1999], В.П. Зинченко [Зинченко, 1993], В.В. Петуховым [Петухов, 1984], В.П. Серкиным [Серкин, 2015], С.Д. Смирновым [Смирнов, 1983], В.В. Столиным [Столин, Наминач, 1068].

По А.Н. Леонтьеву, образ мира имеет деятельностьную природу, а именно, это есть субъективный образ внешнего мира и одновременно продукт деятельности личности в данном мире. Субъекту при помощи сознания открывается картина мира, в которую включены его действия и состояния. К трём образующим сознания отнесены чувственная ткань, значение, и личностный смысл. Психология образа – конкретное научное знание о том, как в процессе своей деятельности индивиды строят образ мира - мира, в котором они живут, действуют, который они сами переделывают и частично создают. Это и есть знание о функционировании образа мира, опосредствующего их деятельность в мире реальном.

А.Н. Леонтьевым введено также понятие «пятого квазиизмерения» как системы значений, в котором личности открывается объективный мир, и которые репрезентируют результаты общественной практики. Субъект воспринимает предмет как в его пространственных измерениях и времени, так и его значении. Значением является не то, что лежит перед вещами, а что, что кроется за их обликом. Оно проявляет себя в познаваемых объективных связях предметного мира, в различных системах, в которые они включены и где раскрывают свои свойства. Предметный мир, то есть «картина мира» наполнена значениями. Природа значения выводится А.Н. Леонтьевым из всей человеческой практики, которая в идеализированных формах входит в картину мира [Леонтьев, 1977].

Психолингвистический подход к пониманию образа мира реализован в трудах А.А. Леонтьева [Леонтьев А.А., 2001], по мнению которого предметом психолингвистики выступает не только соотношение личности со структурой и функциями речевой деятельности, но и языком, как главной образующей образа мира человека. Психолингвистика через понятие значения связана с

проблематикой психического отражения и концепцией образа мира. А.А. Леонтьев определяет образ мира как отображение в психике человека мира предметов, опосредствованное значениями, когнитивными схемами и доступное сознательной рефлексии. Но образ мира может и не быть включенным в непосредственное восприятие мира, т.е. полностью рефлексивным, отделенным от нашего восприятия и действия в мире. Он может быть ситуативным, фрагментарным, - как в случае с работой памяти или воображения. Может быть и внеситуативным, глобальным: как образ целостного мира или схема мироздания. Такой феномен всегда осознан, рефлексивен, но глубина его осмысления, уровень рефлексии могут различаться. Наряду с индивидуальными вариантами могут существовать системы инвариантных образов мира или абстрактных моделей, описывающих общее в видении мира различными личностями. Инвариантный образ мира непосредственно соотнесен со значениями, а не с личностно-смысловыми образованиями. К сожалению идея инвариантных образов мира не получила дальнейшего развития в работах автора.

В исследованиях В.В. Абраменковой [Абраменкова, 2008] детская картина мира представлена как особая система значений, представлений, отношений ребенка к окружающей среде, другим людям и себе самому. Она связана со спецификой детской субкультуры. Содержанием последней являются устойчивые во времени и пространстве (хронотопе) образы, модели, жанры, тексты, т.е. опыта человечества, передаваемые из поколения в поколение детей. Такое объяснение наиболее близко к системе архетипов, применяемых в аналитической психологии К. Юнга. М.В. Осорина [Осорина, 2000] считает, что в любой человеческой культуре присутствует модель мира. Очередному поколению людей переходит уже существующая модель мироздания, которая служит основой для построения индивидуальных моделей мира. Она становится доступной у ребенка и взрослого только лишь в случае, когда она как «материализована» в форме поступка, рассказа, графического изображения. В этом случае у внешнего наблюдателя возникает возможность реконструкции чужой картины мира.

Несмотря на всю динамику, прежде всего, возрастную, изменчивость образа мира и его многообразие, это не снижает актуальность проблемы диагностики его содержания, поскольку доступность диагностических материалов в современном информационном поле создает трудности в распознавании достоверности данных интернет-опросов. Когда же речь идет о студентах или курсантах психологической специальности, как правило, имеющих опыт применения соответствующих методик диагностики, то возрастает опасность получения социально-одобряемых (response set of social desirability) ответов.

Несмотря на широкую научную представленность в литературе таких понятий как картина мира, модель мира, образ мира, опыт соотнесения этих понятий на индивидуальном и коллективном уровне и их содержательной интерпретации весьма невелик. Это же можно отнести и к диагностическому инструментарию. Поэтому проблема диагностики индивидуальных и

коллективных представлений о мире является чрезвычайно актуальной на современном этапе, что весьма значимо в условиях, связанных с резкими, в том числе кризисными изменениями в общественном сознании.

С учетом истории вопроса, можно отметить, что одной из первых психодиагностических методик направленных на исследование мировоззренческих представлений является проективная методика «Тест мира (world test)», созданная в конце 30-х годов прошлого столетия М. Ловенфельд. Считается, что основанием для ее создания выступили работы Э. Эриксона и литературное творчество Г. Уэллса, в частности его рассказ «Игры на полу» [Уэллс, 1912]. В дальнейшем методика была доработана Г. Болгаром и Л. Фишером, опубликовавшим в 1947 году статью под названием «Проекция личности в тесте мира». «Тест мира» в большей степени был направлен на исследование личностных особенностей клиентов, а не их представлений о мире.

В отечественной психологии одним из первых к проблеме понимания основ диагностики и коррекции мировоззренческих представлений обратился Г.Е. Залесский [Залесский, 1994], научную позицию которого характеризует Его позицию отличает отождествление мировоззрения и системы убеждений, которую можно сформировать. Нам пришлось учиться в аспирантуре на кафедре педагогики и педагогической психологии психологического факультета МГУ им. М.В. Ломоносова в 80-х гг., поэтому сохранились личные воспоминания о вопросах, на которые отвечал Г.Е. Залесский в дискуссиях.

Так, термин «формирование», используемый данным автором, можно было трактовать как целенаправленное воспитание убеждений, создание условий, в которых образование научных убеждений и, следовательно, мировоззрения, может быть выработано самими учащимися как субъектами образовательного процесса. Эксперименты Г.Е. Залесского были направлены на обучение рациональным приемам социального целенаправленного, и, что важно, определению способов поведения в ситуациях морального выбора. Его психодиагностический инструментарий направлен на фиксирование качественного перехода знаний в личностные убеждения. В русле деятельностного подхода Г.Е. Залесским было доказано, что путем планомерного формирования способа мировоззренческой ориентировки вполне реально сформировать у учащихся не только стабильное умение применять знания в регулирующей функции, но также готовность ими руководствоваться при выборе целей и способов поведения, соответствующих внутренним императивам личности, оценкам, нормам, идеалам.

Основная концепция Г.Е. Залесского базировалась на данных его «критических» экспериментов. Первый из них давал ответ на вопрос о том, что происходит в ходе экспериментального формирования способов мировоззренческой ориентировки в характере отношения учащихся к усваиваемым знаниям. Целью второго эксперимента являлась проверка гипотезы о способности убеждений выполнять регулирующую функцию в актах внутриличностного выбора мотивов, целей, способов поведения. Для реализации своей экспериментальной программы Г.Е. Залесский применил специально разработанные проективные методики, задачи на социальную ориентировку, а

также методики парных сравнений и ранжирования суждений, направленные на получение данных об изменениях в сознании учащихся, их эмоциональной и когнитивной сфере в ситуациях, побуждающих к высказыванию оценок и осуществлению лично значимых выборов [Залесский, 1994].

В последствии Д.А. Леонтьевым была разработана проективная методика предельных смыслов (МПС), основанная на двух ключевых понятиях: динамической смысловой системы (ДСС) и мировоззрения, выступающего в качестве медиатора диагностической процедуры [Леонтьев Д.А., 2003]. Структура ДСС, по Д.А. Леонтьеву, отражает устойчивую иерархию отношений человека с миром, которая может проецироваться в сознании непосредственно – в форме самосознания, и опосредованно через мировоззрение субъекта как ядро индивидуального образа мира («ядерный слой»), содержащее представления о наиболее общих свойствах, связях и закономерностях, присущих предметам и явлениям действительности, их взаимоотношениям и человеческой деятельности. Мировоззрение, по Д.А. Леонтьеву, включает концепцию идеального мира, совершенного общества и человека. Мировоззрение, как иерархически выстроенная система разноуровневых смысловых структур, несет на себе отпечаток личностных особенностей и убеждений. Вследствие этого закономерно говорить о его проективных функциях. Т.е. мировоззрение личности понимается в этом случае как проекция ее глубинной смысловой структуры.

Методика предельных смыслов (МПС) представляет собой диалогическую процедуру, построенную по определенным правилам. Психолог последовательно ставит перед испытуемым ряд вопросов по заданному алгоритму, записывая ответы. Вопросы экспериментатора строятся по образцу «Зачем люди смотрят телевизор?». Оригинальность процедуры состоит в следующем. Согласно Д.А. Леонтьеву, принципиальное значение имеют лишь два первых слова – «зачем» и «люди», а вид деятельности, о котором задается вопрос, берется из ответа испытуемого на предыдущий вопрос (за исключением самого первого). Вопросы задаются до тех пор, пока человек не доходит до некоторой предельной точки, для определения которой существуют специальные критерии. Д.А. Леонтьев отмечает, что, как правило, уже со второго шага испытуемый выходит на обобщенную структуру представлений смыслов, причем это смыслы не конкретных видов деятельности, а вообще общей системы активности человека в мире и, несмотря на то, что вопросы формулируются о людях вообще, реально испытуемый говорит о себе самом. По результатам проведения методики строится график, отражающий систему связей между категориями. Используют три способа анализа полученных данных: 1) проективный анализ содержания, подобный анализу любого проективного материала; 2) контент-анализ: используются 3 категории ответов, частоту которых можно выражать количественно; 3) структурный анализ: выделен ряд признаков, которые характеризуют структуру самих графов, степень развернутости, связности, интеграции смысловой структуры мировоззрения.

По утверждению Д.А. Леонтьева, эти показатели имеют хорошие психометрические характеристики и дают ценные и нетривиальные результаты.



Опыт применения МПС показывает, что полученные с ее помощью диагностические данные, позволяют выявлять смысловые особенности мировоззрения представителей различных возрастных и социальных групп, приоритетные смысловые мировоззренческие ориентации личности. Кроме того, методика обладает личностно развивающим и психотерапевтическим потенциалом.

Интересный подход к диагностике индивидуальной картины мира предложен Е.В. Улыбиной, которая использует психосемантические методы диагностики и установления структурных, функциональных и содержательных особенностей обыденного сознания в общей картине мира личности [Улыбина, 2001]. Данный подход к исследованию позволяет устанавливать закономерности расположения личностных ценностей и социальных стереотипов в семантическом пространстве факторов «Адаптивность» и «Этноцентризм». Е.В. Улыбина использовала метод контент-анализа текстов, метод личностного семантического дифференциала [Улыбина, 2001], метод личностного семантического дифференциала, комбинированного с методом сказочного семантического дифференциала и метод множественной идентификации [Петренко, 2013] метод раздельного анализа коннотативных и денотативных шкал семантического дифференциала.

Анализ экспериментальных данных исследования показал, что в структуре обыденного сознания соприкасаются и функционируют образы «правильного» и «неправильного» мира. Символическая, диалогическая природа обыденного сознания, согласно Е.В. Улыбиной, создает благоприятные условия для изменения форм репрезентации знаний о себе и соединения «рефлексивного» и «бытийного» уровней сознания, в терминологии В.П. Зинченко [Зинченко, 1993]. Неоднозначность, свойственная символическому уровню отражения, дает возможность «размывать» дискретность, преодолевать четкую закреплённость информации в системе значений, не теряя при этом связи с группой, опираясь на глубокие, архаические смысловые связи, объединяющие всех членов группы. Терпимость к противоречиям позволяет сосуществовать, в частности, неосознаваемой противоречивости субъективного отношения к развитию - стремления к изменениям и страха этих изменений [Улыбина, 2001].

Н.Ю. Губанова рассматривает образ мира с позиции наличия в нем содержательных и формальных составляющих [Губанова, 2004]. Так, содержательные характеристики рассматриваются как многообразие действительности, отраженной в образе мира, а характеристики формальные включают способы и стили формирования целостного образа мира индивидуальностью. Автор утверждает, что образ мира детерминирует характерологические особенности личности. Для изучения тех и других характеристик образа мира автором применялся вербальный критериально-ориентировочный проективный тест диагностики образа мира субъекта, разработанный Г.А. Берулава (ВТОМ) и включающий в себя систему заданий, связанных с тем, как вы представляете себя, других людей, окружающий мир и свою жизнь [Берулава, 2001].

Н.Ю. Губановой было выделено три типа образа мира: эмпирический, позитивистский и гуманистический [Губанова, 2004]. Эмпирический образ мира характеризуется нравственно-индифферентным отношением к окружающему миру, без апелляции к нормативно-ценностным категориям долженствования. Позитивистский образ мира специфицируется наличием в вербализуемых личностных смыслах субъекта определенных нравственных догматов и правил отношения к своим личностным свойствам, к личностным свойствам других людей и к окружающему миру. В этом отношении также присутствует ориентация на удовлетворение только лишь индивидуально обусловленных потребностей (в материальной обеспеченности, высоком социальном статусе и т.д.). Гуманистический образ мира предполагает «выход человека за свои пределы», обусловлен трансцендентными мотивами жизнедеятельности. Личностные смыслы, детерминирующие этот образ мира, характеризуются заботой о других людях, их благополучии, что отражается в наличии представления о том, насколько этот мир хорош не только для меня, но и для других людей, заботой об окружающем объективном мире. Описание образа собственного «Я» строится не только исходя из того, в какой мере имеющиеся личностные свойства устраивают самого субъекта, но и в какой мере они комфортны для других людей [Губанова, 2004].

Рассмотренные выше психодиагностические методики направлены на выявление некоторых детерминант представлений человека о мире, а именно: индивидуальные подходы к конструированию мира, соотношение между мировосприятием и индивидуально-психологическими особенностями, смысловые характеристики мировосприятия, влияние образа мира на характерологические особенности личности.

Следует обратить внимание на то, что, в то время как проблематика построения и развития индивидуальных представлений о мире имеет явный социально-психологический контекст (поскольку индивидуальные представления возникают при непосредственном усвоении представлений о мире социальных групп), указанные диагностические методики выстроены в рамках психодинамического, деятельностного, психосемантического подходов. Положительно оценивая данные подходы, необходимо признать, что они не акцентируют внимание на специфической направленности на анализ таких социальных факторов, влияющих на мировосприятие личности, как социально-групповые стереотипы или квазинаучные представления, распространённые в возрастных и профессиональных субкультурах. Кроме того, в современных условиях возрастает необходимость в методах и методиках, позволяющих отслеживать воздействие некоторых детерминант коллективных и индивидуальных представлений о мире, а именно: интенсивного расширения медийного пространства, социально-экономической мобильности молодежи, региональную этнокультурную специфику. Целесообразно также определить, какое именно воздействие на коллективные и индивидуальные модели мира оказывают экономические спады и подъёмы (а, тем более, кризисы) как важнейшие факторы общей цивилизационной динамики. Выполнение исследований, направленных на преодоление фрагментарности наших

сегодняшних знаний обо всём этом невозможно без дальнейшей разработки социально-психологического инструментария обеспечивающего адекватную диагностику и полномасштабное понимание процессов развития индивидуальных и коллективных представлений о мире.

Одной из самых интересных при постановке проблемы диагностики образа мира является диагностическая методика Г. Н. Малюченко и В. М. Смирнова СПАИММ [Малюченко, Смирнов, 2006] (социально-психологический анализ индивидуальной модели мира). Этот опросник позволяет определить степень представленности наиболее распространенных типов социальных представлений о мире в индивидуальном мировосприятии и миропонимании испытуемого. Методика помогает так же выявить осознаваемые или не осознаваемые представления человека об окружающей его социальной реальности [Малюченко, Смирнов, 2006].

При всех достоинствах, следует заметить, что данная методика требует проведения модификации, если речь идет о курсантах-психологах. В ходе проведения эмпирического исследования выяснилось, что на ее выполнение уходило достаточно много времени (как и на последующую обработку результатов). Исходя из соображений экономии времени (прежде всего, курсантов первого года обучения) ее данные были приняты к сведению, но, как выяснилось, мало чем отличались от данных по методике С.С. Бубновой [Фетискин и др., 2002, с.26-28]. Сделаем некоторые пояснения.

Оказалось, более продуктивным дифференцированное изучение всех слоёв образа мира, а наиболее ценные данные получаются при изучении «ядерного слоя», содержащего ценностные ориентации, иерархия которых не отличается стабильностью и может неосознанно (но и сознательно) маскироваться социально-одобряемыми ответами) [Турчин, 2023]. В дальнейшем, если выполнить соответствующую модификацию опросника СПАИММ, ее можно будет использовать и в работе с курсантами психологических специальностей военного вуза. Есть еще одно положение, которое связано с указанным выше опасением. Методика «Диагностика реальной структуры ценностный ориентаций личности» С.С. Бубновой позволяет ориентироваться в их изменении от курса к курсу, а курсанты чаще сталкивались с методикой Рокича. Поскольку «ядерный слой» образа мира личности включает именно систему ценностных ориентаций, применение данной методики позволяло получить «страховку» от ошибок при интерпретации эмпирических данных, получаемых на основе, как минимум, двух методик. Вторая, а именно, методика на вербальную самооценку личности [Фетискин и др., 2002, с.48-49] была выбрана нами с учетом того, что уже у младшекурсников-психологов есть некоторый опыт тестирования, но он в основном исчерпывается иными методиками (в частности, методикой Будасси). В школьной практике эту методику вербальной самооценки личности используют крайне редко.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рассматривая проблематику диагностики образа мира курсантов вуза Росгвардии и затронув проблему диагностического инструментария,

позволяющего получать достоверные данные о динамике его структурных компонентов о состоянии, следует учитывать три основных условия, а именно:

- 1) необходимо придерживаться базовых методологических принципов при разработке исследовательских программ (в данном случае речь идет о деятельностном, психолингвистическом и психосемантическом подходах);
- 2) целесообразно использовать диагностический инструментарий, который не должен быть знакомым курсантам из практики их обучения в школе и вузе;
- 3) желательно дублировать диагностические методики для повышения достоверности общей картины на протяжении всего периода обучения в ВООВО.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Артемьева Е.Ю. Основы психологии субъективной семантики. М.: Смысл, 1999. 350 с.

2. Берулава Г.А. Образ мира как мифологический символ: учебное пособие. Российская акад. образования, Науч.-образовательный центр. Москва Пед. о-во России, 2001. 45 с.

3. Василюк Ф.Г. Психология переживания (Диализ преодоления критических ситуаций). М., 1984. 200с.

4. Веревкин А.Л., Турчин А.С. Особенности развития мотивационно-потребностной сферы и ценностных ориентаций личности курсанта в процессе обучения в вузе войск национальной гвардии // Военно-правовые и гуманитарные науки Сибири: научный журнал. Новосибирск: Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации, 2020. № 3(5). С.115-120.

5. Губанова Н.Ю. Взаимосвязь образа мира и характерологических особенностей личности. Автореф. дис ...канд. психол. наук. Сочи, 2004. 24 с.

6. Залесский Г.Е. Психология мировоззрения и убеждений личности. Москва: Изд-во МГУ, 1994. 138 с.

7. Зинченко В.П. От генезиса ощущений к образу мира // А.Н. Леонтьев и современная психология (Сборник статей памяти А.Н. Леонтьева) / Под ред. А.В. Запорожца и др. М., 1993. С. 140-149.

8. Климов Е.А. О феномене профессиональной относительности образа мира // МГУ. Серия "Психология", 1995. № 1. С.8-18.

9. Леонтьев А.А. Деятельный ум. М.: Смысл, 2001. 392 с.

10. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. 2-е изд. М.: Политиздат, 1977. 304 с.

11. Леонтьев Д.А. Психология смысла: Природа, строение и динамика смысловой реальности: учеб. пособие для студентов вузов. 2 изд., испр. М.: Смысл, 2003. 486 с.

12. Малюченко, Г.Н. Смирнов, В.М. Социально-психологический анализ целостных представлений о мире. Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2006. 155с.

13. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. 2-е изд. Санкт-Петербург и др.: Питер, 2000. 277 с.

14. Пашкин С.Б., Турчин А.С., Саркисова Е.А. Система мероприятий психологической помощи военнослужащим в интересах укрепления, сохранения, восстановления психического здоровья // Вестник Санкт-Петербургского военного ордена Жукова института войск национальной гвардии. 2020. №1 (10). С.82-88.

15. Петренко В.Ф. Многомерное сознание. М.: ЭКСМО, 2013. 448 с.

16. Петровский В.А. Личность в психологии: Парадигма субъектности. Ростов н/Д., 1996. 512с.

17. Петухов В.В. Образ мира и психологическое изучение мышления. // Вестник МГУ. Серия "Психология", 1984. №4. С. 13-21.

18. Свирепо О.А, Туманова О.С. Образ, символ, метафора в современной психотерапии. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2004. 270 с.

19. Серкин В.П. Изменения образа мира, образа жизни и представлений о себе при переживании экстремальной ситуации: новые эмпирические данные и рекомендации // Психологическая безопасность личности в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: сборник научных статей V Международной научно-практической конференции / под ред. Р.В. Кадырова. Владивосток: Мор. гос. ун-т, 2015. С. 322–334.

20. Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности. М.: Академия, 2001. 304 с.

21. Смирнов С.Д. Образ мира как предмет психологии познания // Тезисы научных сообщений советских психологов к 6 Всесоюзному съезду психологов СССР. Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. М., 1983. С.60-62.

22. Столин В.В., Наминач А.П. Психологическое строение образа мира и проблемы нового мышления // Вопросы психологии. 1968. № 4. С. 34-46.

23. Турчин А.С. Образ мира личности и методологические основания его репрезентации // Методология современной психологии. №18, 2023. Ярославль, МАПН, 2023. С.402-408.

24. Улыбина Е.В. Психология обыденного сознания. Москва: Смысл, 2001. 263 с.

25. Уэллс Г. Д. Игры на полу. С рис. Д. Синклера; Пер. с англ. С.Г. Займовского. Москва: Задруга, 1912 (обл. 1917). 82 с.

26. Фетискин Н.П., Козлов В.В. Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. 490 с.

27. Фроловская М.Н. Профессиональный образ мира как универсалия педагогической культуры // Известия Алтайского университета. 2010. № 2 (2). С. 18–25.

28. Хайдеггер М. Время картины мира // Время и бытие: Статьи и выступления. М., 1993. С. 41–62.

29. Ханина И.Б. Образ мира и профессиональный мир // Мир психологии. - 2009. N 4. С. 179–187.

30. Шмелев И.М. Образ мира субъекта как предмет психологического исследования // Гуманизация обучения и воспитания в системе образования: теория и практика: материалы Междунар. науч.-практ. конф. Пенза–Ереван–Коллин: Социосфера, 2012. С. 14–20.

### **Сведения об авторах**

**Абу-Талеп Д.В.** (Москва, Россия) - кандидат психологических наук, АНО ДПО «Институт психологии творчества Павла Пискарева»

**Белан Е.А.** (Краснодар, Россия) - профессор кафедры философии, теологии и религиоведения, д-р психологических наук, доцент, ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный университет»

**Вайсман С.Е.** (Екатеринбург, Россия) - доктор психологических наук действительный член МАПН, психолог, бизнес-наставник

**Верещагина А.А.** (Калининград, Россия) - кандидат психологических наук, доцент кафедры гуманитарных, естественнонаучных дисциплин Западного филиала РАНХ и ГС

**Власов Н.А.** (Москва, Россия) - кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, конфликтологии и бихевиористики, Российский государственный социальный университет, член-корреспондент МАПН,

**Ганиева Г.Х.** (Астана, Казахстан) - канд. социолог. наук, старший преподаватель кафедры психологии Евразийский национальный университет имени Л. Н. Гумилёва

**Глухов Л.В.** (Астана, Казахстан) - магистр психологии, Центр психологической помощи «Psyhelp»

**Грац О. Ю.** (Симферополь, Россия) - кандидат психологических наук, интегративный психолог, танцетерапевт, член-корреспондент Международной Академии Психологических наук

**Дегтярёв А.А.** (Магнитогорск, Россия) - доктор психологических наук, действительный член МАПН, руководитель проекта «Психология для бизнеса»

**Дегтярёва Л. Ю.** (Магнитогорск, Россия) - кандидат медицинских наук, член-корреспондент МАПН, руководитель Научно-практического центра «РостКлиник»

**Дроздецкая К.В.** (Астана, Казахстан) - магистрант кафедры психологии, Евразийский национальный университет имени Л. Н. Гумилёва

**Калино Е.Д.** (Одинцово, Россия) - психолог консультант, гипнолог, частная практика,

**Карпов А. А.** (Ярославль, Россия) – доктор психологических наук, профессор РАО, профессор кафедры психологии труда и организационной психологии ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова», действительный член МАПН.

**Карпов А.В.** (Ярославль, Россия) - доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии труда и организационной психологии, декан факультета психологии, член-корреспондент РАО, ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова», действительный член МАПН

**Кашапов А. С.** (Ярославль, Россия) - кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и педагогической психологии ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова»,

**Кашапов М. М.** (Ярославль, Россия) - доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой педагогики и педагогической психологии, академик (действительный член) Международной академии психологических наук

**Китаева М.П.,** (Москва, Россия) - кандидат биологических наук, соискатель ученой степени доктора психологических наук Института психологии творчества

**Козлов В.В.** (Ярославль, Россия) – президент Международной Академии Психологических Наук, Ректор Университета Интегративной Психологии и Психотерапии (УИПП), доктор психологических наук, профессор кафедры социальной и политической психологии ЯрГУ им. П.Г.Демидова, действительный член МАПН.

**Колмогорова М.В.** (Ярославль, Россия) - магистрант ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова»

**Костригин А.А.** (Москва, Россия) - кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, РГУ им. А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство)

**Клещенко А. Д.** (Москва, Россия) - студентка 4 курса, РГУ им. А.Н. Косыгина (Технологии. Дизайн. Искусство)

**Кричевцев С.А.** (Москва, Россия) - психолог консультант, частная практика,

**Лучистая Р.С.** (Москва, Россия) - к.псих.н., психолог-консультант, член-корреспондент МАПН

**Мазилев В.А.** (Ярославль, Россия) - доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой Ярославского государственного педагогического университета им. К.Д. Ушинского, действительный член МАПН.

**Меркулев М. Ю.** (Иркутск, Россия) - директор по учебному процессу Школы Открытого диалога, ведущий эксперт рабочей группы EduNet НТИ

**Павленко С. А.** (Минск, Беларусь) - психолог, трансформационный коуч, автор проекта «MIRSVETA»

**Пальчик М. Я.** (Новосибирск, Россия) - доктор психологических наук, доктор физико-математических наук, профессор, Директор психологического центра, действительный член МАПН.

**Пенечко О.К.** (С-Петербург, Россия) - соискатель ученой степени кандидата психологических наук, Институт психологии творчества Павла Пискарева

**Просекин М. Ю.** (Иркутск, Россия) - к.ф-м.н., директор ООО "Инсителиб"

**Прыгин Г.С.** (Набережные Челны, Россия) - доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социально-гуманитарных наук, Набережночелнинский институт Казанского (Приволжского) федерального университета, действительный член МАПН

**Пузырев А. В.** (Покров, Олссия) - доктор филологических наук, профессор, кандидат психологических наук. Профессор кафедры гуманитарных и психолого-педагогических дисциплин Покровского филиала Московского педагогического государственного университета

**Слепко Ю.Н.** (Ярославль, Россия) – доктор психологических наук, доцент, декан педагогического факультета Ярославского государственного педагогического университета им. К.Д. Ушинского, академик (действительный член) Международной академии психологических наук

**Сомова М.Д.** (Магнитогорск, Россия) - кандидат психологических наук, член-корреспондент МАПН, руководитель проекта «Лиля»

**Спицына К. Р.** (Ярославль, Россия) – соискатель ФГБОУ ВО «Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова», соискатель; генеральный директор, исследователь ООО «Креативные исследования»

**Токарев Я.В.** (Магнитогорск, Россия) - кандидат психологических наук, член-корреспондент МАПН, Генеральный директор ООО «Управляющая компания «Фаэтон»

**Турчин А.С.** (Санкт-Петербург, Россия) - доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры общей и прикладной психологии Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии РФ, действительный член МАПН.,