

СЕРГЕЙ ЗЕЛИНСКИЙ

# МАНИПУЛИРОВАНИЕ – КАК АЛГОРИТМ ЛИДЕРСТВА



---

## Оглавление

О книге. ....	5
<i>монография</i> .....	7
От редакции. ....	8
От автора. ....	8
<b>ЧАСТЬ 1. ПСИХИКА. ....</b>	<b>11</b>
Законы нейрофизиологии. ....	11
Психофизиология. ....	30
Психика человека. ....	46
Невротические защиты психики. ....	93
Спротивление — и личностный рост. ....	113
Подсознание. Эффект присутствия. ....	160
<b>ЧАСТЬ 2. МАНИПУЛЯЦИИ. ....</b>	<b>182</b>
Манипулирование психикой человека. ....	183
Манипулирование массовым сознанием. ....	302
Манипуляции при общении. ....	350
Внушение – как средство манипулирования для лидера. ....	405
Классический и разговорный гипноз. ....	464
Провокация невроза — как способ манипулирования для лидера. ...	487
Психологический анализ телевидения. ....	534
<b>ЧАСТЬ 3. ЗАКОНЫ ДЛЯ ЛИДЕРОВ. ....</b>	<b>563</b>

---

Психологические законы бытия – или манипуляции, как путь к лидерству .....	564
Мысли о главном. ....	566
Десять правил личностного развития. ....	569
Психология как стиль жизни. ....	592
Основа лидерства – подчинение желаний. ....	595
Один миг до ошибки или успеха.....	597
Усмирение страстей. ....	600
Честность – как качество лидера.....	601
Уверенность – как основа успеха. ....	604
Типы и характеристики лидеров.....	607
Деловой стиль управления.....	629
Жизненные трудности – как дорога жизни. ....	631
Искусство отступить.....	635
Контроль счастья.....	636
Кротость и смирение – как неперенное качество лидера. ....	639
О любви и женщинах.....	646
Религия и Вера – как образ душевного равновесия. ....	677
Философия лидера. ....	682
Самое главное. ....	686
<b>ЧАСТЬ 4. АВТОРСКИЕ МЕТОДИКИ ТЕРАПИИ, АУТОТРЕНИНГА, ЗАПОМИНАНИЯ И МАНИПУЛЯЦИЙ ЗЕЛИНСКОГО. ....</b>	<b>687</b>

---

<b>Шесть блоков приемов манипулирования. ....</b>	<b>688</b>
<b>Метод Анти-Манипуляций Зелинского (Метод Анти-М, С.А.Зелинский, 2009). ....</b>	<b>735</b>
<b>Метод Постижения Информации Зелинского (или Метод ПИ, С.А.Зелинский, 2009). ....</b>	<b>797</b>
<b>Два метода ауто-тренинга (С.А.Зелинский, 2007). ....</b>	<b>818</b>
<b>Боксинг-терапия (Boxing-терапия) С.А.Зелинского (2009). ....</b>	<b>824</b>
<b>Заключение. ....</b>	<b>867</b>

---

© 2014 –

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means electronic or mechanical, including photocopy, recording, or any information storage and retrieval system, without permission in writing from both the copyright owner and the publisher.

Requests for permission to make copies of any part of this work should be e-mailed to: [altaspera@gmail.com](mailto:altaspera@gmail.com)

В тексте сохранены авторские орфография и пунктуация.

Published in Canada by Altaspera Publishing & Literary Agency Inc.

О книге.

Книга рекомендована руководителям любого уровня, преподавателям курсов психологии в вузах, студентам, аспирантам, а также всем желающим стать лидерами в современном мире.

---

**С.А.**

**Зелинский**

**Манипулирование  
как алгоритм  
лидерства**

**Altaspera**

**CANADA**

**2014**

С. А. Зелинский

---

## Манипулирование как алгоритм лидерства

С. А. Зелинский.

Манипулирование как алгоритм лидерства. —  
CANADA.: Altaspera Publishing & Literary Agency Inc,  
2014. — 604 с.

*Книга рекомендована руководителям любого  
уровня, преподавателям курсов психологии в вузах,  
студентам, аспирантам, а также всем желающим  
стать лидерами в современном мире.*

ISBN

© ALTASPERA PUBLISHING & LITERARY  
AGENCY

© Зелинский С. А., 2014

Текст печатается в авторской редакции.

Все права защищены. Никакая часть данной  
книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни  
было форме без письменного разрешения владельцев  
авторских прав.

*монография*

---

# МАНИПУЛИРОВАНИЕ КАК АЛГОРИТМ ЛИДЕРСТВА

(секреты достижения успеха путем манипулятивных  
методик управления психикой)

*«Всему своё время...: время рождаться, и время умирать;  
время насаждать, и время вырывать посаженное; время убивать,  
и время врачевать; время разрушать, и время строить; время  
плакать, и время смеяться; время сетовать, и время плясать;  
время разбрасывать камни, и время собирать камни; время  
обнимать, и время уклоняться от объятий; время искать, и время  
терять; время сберегать, и время бросать; время раздирать, и  
время шивать; время молчать, и время говорить; время любить,  
и время ненавидеть; время войне, и время миру». (Екк.3:1-8).*

От редакции.

Книга рекомендована руководителям любого уровня,  
преподавателям курсов психологии в вузах, студентам,  
аспирантам, а также всем желающим стать лидерами в  
современном мире.

От автора.

После длительной практики преподавания в нескольких  
высших учебных заведениях и собственной клинической практики



---

как психотерапевта, написания и издания нескольких десятков книг-монографий, а также многочисленных проверок на практике тех знаний, которыми уже на протяжении нескольких десятилетий автор обучает других, возникло решение написать данную книгу, которая будет, как бы в первую очередь, адресована тем, кто желает добиться успеха в этой жизни и стать лидером, и во вторую очередь -- всем тем, кто стремится понять психологические законы, существующие в жизни, ибо, как и в любой книге автора, каждый всегда найдет что-то для себя.

Эта книга – плод долгих размышлений, анализа себя и других, трансформации и сублимации исторического и жизненного опыта и многое другое.

Это необычная книга. Еще в рукописи она стала настольным учебником тех, кому удалось ее прочитать.

Изначально книга предусматривалась как пособие для бизнес-элиты. Сама возможность ее написания была инсценирована рядом лиц, по просьбе которых автор взялся за этот проект. Однако по мере написания было принято решение отойти от простых советов как управлять другими, и дать не готовое правило, незыблемое и нерушимое, а предоставить для вас алгоритм того, как достигнуть совершенства собственной личности, и стать настоящим лидером. Таким, чтобы никто не мог опрокинуть вас и духовно растоптать.

Признаемся, во время работы над рукописью были размышления о целесообразности издания этой книги. Ведь это как оружие, которым могут воспользоваться как плохие, так и хорошие люди. Потому как, хоть и слово не стреляет буквально, но словом, и, самое главное, знанием, которое рождает такое

---

слово, можно убить. А можно излечить. В зависимости от того, в чьих руках оно окажется.

Но, тем не менее, мы все же решили издать эту книгу и пустить ее в свободное плавание. Ведь не могут быть ответственны производители оружия за войны, или владельцы алкогольных заводов за алкоголизм населения. Бог дал каждому из нас свободную волю. И от нас зависит – направим мы эту волю во благо или во вред себе.

Книга действительно необычная по форме написания. В ней нет ничего лишнего или того, что вы знаете сами или можете где-то прочесть (за исключением ряда моментов, которые излагаются в целях лучшего восприятия).

Также, никакие готовые советы никогда не смогут воплотиться, ибо жизнь весьма непредсказуема и отличима у каждого из индивидов. А потому и тот, кто желает достигнуть в жизни многого, должен не искать готовые формулы, а лишь отталкиваться от того, что уже прошли другие, дабы не тратить попусту собственное время, а идти вперед.

И напоследок хочется обратить ваше внимание, что эта книга будет полезна только лидерам или тем, кто намерен стать таковыми. Только в этом случае она поможет, а описанное в ней будет действовать. Так и только так. Ибо, как говорил Феофан Затворник в своих письмах о духовной жизни: «Какой был бы толк, если бы я написал Вам об одном, а Ваша душа была бы занята другим? Это было бы пусторечие, похожее на то, как если бы два лица разговаривали между собой, обратясь друг к другу спиной и каждый толкуя о том, что у него перед глазами».

---

Поэтому, впервые в истории мирового издательства, мы представляем книгу не для всех.

С вниманием к каждому – автор.

## **Часть 1. Психика.**

1. Законы нейрофизиологии.
2. Психофизиология.
3. Психика человека.
4. Невротические защиты психики.
5. Сопротивление и личностный рост лидера.
6. Подсознание. Эффект присутствия.

### **Законы нейрофизиологии.**

Для того, чтобы стать лидером, необходимо иметь хотя бы общее представление о том, как функционирует наш мозг. Это точно также необходимо для управления другими людьми на вашем пути к лидерству, как и знания о законах функционирования сознания и подсознания, ибо для эффективного управления другими необходимо, в том числе, понимать и себя.

Деятельность человека координирует нервная система. Нервная система состоит из головного и спинного мозга, а также из проводящих путей, соединяющих рецепторы (например, глаза) с эффекторами (например, мышцы). Нервная система состоит из нескольких миллиардов нейронов. Нейроны делятся на две категории: нейроны центральной нервной системы (ЦНС), образующие головной и спинной мозг, и нейроны периферической

---

нервной системы, образующие черепно-мозговые и спинномозговые нервы.

Мозг человека состоит из миллиардов клеток. Причем по настоящему задействуется всего несколько процентов мозга, ибо если бы участвовали все – человек бы явно сошел бы с жизненной дистанции раньше отмеренного ему срока.

Существует головной и спинной мозг. Головной мозг управляет деятельностью организма человека и состоит из двух полушарий: правого и левого. Правое полушарие отвечает за чувства, левое за логику. С деятельностью полушарий связано наличие у человека двух сигнальных систем. Первая сигнальная система – чувства (образ и эмоции). Вторая – логика (слово и речь). Левое полушарие управляет правой стороной тела, а правое полушарие – левой. Простой тест на преобладание правого или левого полушария — переплетение рук. Если сверху оказывается большой палец правой руки — преобладает левое полушарие (мыслительный тип; вторая сигнальная система). Если сверху большой палец левой руки — т.н. художественный тип; первая сигнальная система. Правое полушарие позволяет видеть объект в целом, создавая его образ. Левое полушарие – ответственность за детали и логическое обоснование увиденного.

На поверхности полушарий находится тонкий слой серого вещества. Это кора головного мозга – сознание. Под ней белое вещество. Это подкорковые, сублиминальные слои мозга – подсознание (бессознательное). Каждый участок мозга отвечает за жизнедеятельность какого-то органа.

Поверхность больших полушарий покрыта извилинами. Таким образом получают валики, разделенные бороздами.

---

Рисунок извилин одинаков у всех людей. В затылочной области находится центр зрения; при раздражении, например, ударе по затылку, появляется ощущение света. Центр слуха расположен в височной доле мозга. Раздражение его при ударе вызывает ощущение звука. В информационных связях между телом и головным мозгом мы наблюдаем перекрещивание волокон, в результате чего правая половина мозга контролирует левую половину тела и наоборот. Кроме того самый верхний участок коры управляет самыми нижними частями тела. В коре мозга расположены ассоциативные зоны. Эти зоны лежат в основе высших психических способностей (память, способность к мышлению и обучению, соображение). Ассоциативные зоны интегрируют все информационные импульсы, непрерывно приходящие в мозг, и образуют из них связанное целое. От головного и спинного мозга отходят парные черепно-мозговые и спинномозговые нервы, которые состоят из аксонов и дендритов и составляют периферическую нервную систему. Вегетативная нервная система содержит чувствительные и двигательные нервы, но отличается от остальной нервной системы тем, что волевой контроль над этими нервами без специальной тренировки невозможен.

Важным процессом регуляции информационных отношений организма с внешней и внутренней информацией являются эмоции. Эмоции способны влиять на механизмы фиксации информации. Например, если необходимо чтобы человек запомнил какую-то информацию, такую информацию следует закрепить максимально сильной эмоцией. При этом характер вызываемых эмоций различается в зависимости от

---

уровня интеллекта объекта. Для лиц с низким интеллектом следует сочетать ввод информации с сильными отрицательными эмоциями, в основном, эмоциями страха, а для лиц внушаемых, высокочувствительных, или с развитым интеллектом, необходимо использовать сильные положительные эмоции.

В мозге есть древние участки (т.н. рептильный мозг). Они отвечают за инстинкты (борьба или бегство при состоянии стресса, страх, боль, проч.) Над рептильным мозгом находятся участки среднего возраст – лимбическая система. В экстремальной ситуации рептильный мозг и лимбическая система выбрасывают в кровь гормоны стресса и у человека рождаются различные чувства (ревность, вина, зависть, страх, гнев).

Кора головного мозга, отвечающая за способности человека (интеллектуальные и творческие) называется кортекс. При стрессе выделяется избыточное количество гормонов которое блокирует кортекс и наступает блокада мышления.

Производными гормонов является эндокринная система. При попадании в кровь гормоны оказывают влияние на деятельность чувствительных к ним клеток.

Деятельностью желез внутренней секреции управляет гипофиз. Он расположен гипофиз в центре черепной коробки. Каждой периферийной эндокринной системе в гипофизе соответствует специальный гормон-регулятор. Гормоны играют важную роль. Всего их более тридцати видов.

Гипофиз получает сигналы о процессах, происходящих внутри организма. Внешний мир человек познает через органы чувств. Оттуда сигнал поступает в гипоталамус. Гипоталамус является гибридом нервной и эндокринной систем и

---

преобразовывает быстродействующие сигналы нервной системы в медленно текущие специализированные реакции эндокринной системы. Состоит гипоталамус из нейронов (все, что нервная система знает о внешнем или внутреннем мире организма она передает в гипоталамус) и эндокринной железы, выделяющей специальные гормоны, регулирующие деятельность гипофиза. Сигнал от органов чувств через центральную нервную систему поступает в гипоталамус, от него — в гипофиз, а от гипофиза — в рабочие органы.

После подачи сигнала на гипофиз гипоталамус освобождается от восприятия новых сигналов из внешнего и внутреннего мира. Это позволяет экономить количество вырабатываемых им гормонов. Гипоталамус функционирует автоматически, без надзора со стороны ЦНС. Через гипофиз гипоталамус регулирует рост тела, деятельность щитовидной железы, коры надпочечников, функцию молочной железы. В гипоталамусе и прилегающих к нему отделах мозга находятся центр сна, центр, контролирующий эмоции, центры аппетита, теплорегуляции, энергетического обмена.

В гипоталамусе имеются структуры, связанные с регуляцией чувств удовольствия и наслаждений, сердечной деятельности, тонуса сосудов, иммунитета к инфекциям. Гипоталамические гормоны влияют на состояние не только тела, но и мозга, на состояние духа. Те же самые гормоны, которые контролируют секрецию молочных желез, кору надпочечников и образование жира, после биологического преобразования в мозге становятся способными воздействовать на процессы запоминания и обучения, восприятия боли, эмоциональной окраски событий.

---

На гипоталамус влияют магнитные поля. Человек состоит из магнитных полей. При нарушении действия магнитного поля у человека образуется какое-либо заболевание. Если магнитное поле в норме – человек здоров.

Основной функцией нервной системы является прием, проведение и обработка поступающих в организм информационных потоков (раздражений). Самый простой путь, по которому может идти нервный импульс, состоит из трех нейронов: одного сенсорного, одного вставочного и одного моторного. Нервные клетки (нейроны) состоят из тела клетки, содержащего ядро, и отростков — одного аксона и одного или нескольких дендритов. Нейроны подразделяются на сенсорные (чувствительные), моторные (двигательные) и вставочные. У чувствительных нейронов дендриты соединены с рецепторами, а аксоны — с другими нейронами; у двигательных нейронов дендриты соединены с другими нейронами, а аксоны — с каким-нибудь эффектором; у вставочных нейронов и дендриты и аксоны соединяются с другими нейронами. Нервные стволы (нервы) состоят из большого числа аксонов и дендритов, объединенных в общей соединительнотканной оболочке. Тела нейронов образуют скопления — ганглии, если они расположены вне головного и спинного мозга, и нервные центры, если они находятся в головном или спинном мозгу.

Нерв не реагирует, пока ему не приложено раздражение минимальной силы. Скорость прохождения информации по нервному волокну зависит от состояния самого волокна и различные вещества могут замедлять передачу информационного нервного импульса или делать ее невозможной. После проведения



---

одного импульса проходит от 0,005 до 0,002 сек. прежде чем нервное волокно сможет передавать второй импульс. В это время происходят химические и физические изменения, в результате которых волокно возвращается в исходное состояние.

Соединение между последовательными нейронами называется синапсом. Нервный информационный импульс передается с кончика аксона одного нейрона на дендрит другого через синаптическое соединение путем выделения у кончика аксона определенных химических веществ, которые вызывают появление нервного импульса в дендрите другого аксона. Передача возбуждения через синапс происходит медленнее, чем его прохождение по нерву. Информация проходит в одном направлении: в чувствительных нейронах она идет от органов чувств к спинному и головному мозгу, а в двигательных — от головного и спинного мозга к мышцам и железам. Механизм передачи информационного нервного импульса через синапс с одного нейрона на другой объясняется электрической и химической теорией. Величина синаптического сопротивления может изменяться под влиянием нервных импульсов, так что один информационный импульс может тормозить или усиливать действие другого. Непрерывный поток информационных нервных импульсов создает определенный уровень возбуждения во всех органах, мышцах, и т.д., называемых тонусом, поэтому т.н. информационный голод выбивает организм из нормы, а информационный бум приводит к перенапряжению.

Основные информационные потоки в головной мозг идут через спинной мозг. Спинной мозг выполняет две важные функции: передает информационные импульсы, идущие как в

---

головной мозг, так и из головного мозга, и служит рефлекторным центром. Все волокна спинного мозга перекрещиваются, правая половина головного мозга контролирует левую половину тела и наоборот. Головной мозг представляет собой расширенный передний конец спинного мозга.

Головной мозг человека самый совершенный орган в природе. Мозг содержит двадцать миллиардов клеток и триста миллиардов межклеточных соединений. Головной мозг управляет деятельностью организма и является центром нервной системы, мышления, воли, чувств. Масса мозга около 2,2 % от веса тела. Мозг состоит из двух полушарий, правого и левого. На поверхности полушарий находится тонкий слой серого вещества. Это кора головного мозга. Под ней содержится белое вещество. Это подкорковые, сублиминальные, отделы мозга. Каждый участок головного мозга является ответственным за жизнедеятельность какого-то органа или системы. В мозге есть древние участки (они переключаются на борьбу или бегство при состоянии стресса (страх, ярость, боль и т.п.); эти участки называют рептильным мозгом, они расположены в подкорковых отделах. Над рептильным мозгом находится группа участков мозга «среднего возраста». Их называют лимбической системой. Любое возбуждение органов чувств проходит через эту систему. Если человек пребывает в стрессовой ситуации — рептильный мозг и лимбическая система выбрасывают в кровь гормоны стресса и у человека рождаются различные чувства (ревность, вина, зависть, страх, гнев).

Кора головного мозга, отвечающая за интеллектуальные и творческие способности, носит название кортекс. При

---

переполнении гормонами стресса — реакции кортекса не возникают, и наступает блокада мышления. Эндокринные железы являются производителями гормонов. При попадании в кровь гормоны оказывают влияние на деятельность чувствительных к ним клеток.

Деятельностью всех желез внутренней секреции управляет гипофиз. Расположен гипофиз в т.н. «турецком седле», в центре черепной коробки. Каждой периферийной эндокринной системе в гипофизе соответствует специальный гормон-регулятор. Гормоны играют важную роль. Всего их более тридцати видов. Гипофиз получает сигналы о процессах, происходящих внутри организма. Внешний мир человек познает через органы чувств. Оттуда сигнал поступает в гипоталамус. Гипоталамус — гибрид нервной и эндокринной систем. Он состоит с одной стороны из нейронов (все, что нервная система знает о внешнем или внутреннем мире организма, она передает в гипоталамус). С другой стороны, гипоталамус — эндокринная железа, выделяющая специальные гормоны, которые регулируют деятельность гипофиза. Сигнал от органов чувств через центральную нервную систему поступает в гипоталамус, от него — в гипофиз, а от гипофиза — в рабочие органы. Гипоталамус преобразовывает быстродействующие сигналы нервной системы в медленнотекущие специализированные реакции эндокринной системы. После подачи сигнала на гипофиз гипоталамус освобождается от восприятия новых сигналов из внешнего и внутреннего мира. Это позволяет экономить количество вырабатываемых им гормонов. Гипоталамус функционирует автоматически, без надзора со стороны ЦНС. Через гипофиз гипоталамус регулирует рост тела,

---

деятельность щитовидной железы, коры надпочечников, функцию молочной железы. В гипоталамусе и прилегающих к нему отделах мозга находятся центр сна, центр, контролирующей эмоции, центры аппетита, терморегуляции, энергетического обмена. В гипоталамусе имеются структуры, связанные с регуляцией чувств удовольствия и наслаждений, сердечной деятельности, тонуса сосудов, иммунитета к инфекциям. Гипоталамические гормоны влияют на состояние не только тела, но и мозга, на состояние духа. Те же самые гормоны, которые контролируют секрецию молочных желез, кору надпочечников и образование жира, после биологического преобразования в мозге становятся способными воздействовать на процессы запоминания и обучения, восприятия боли, эмоциональной окраски событий. На гипоталамус влияют магнитные поля. Магнитные поля нормальным состоянием для живых организмов. Для большинства организмов магнитное поле служит одним из системообразующих факторов. В последнее время естественный электромагнитный фон увеличился за счет электро-, теле— и радиокommunikаций. Усугубляют отрицательное воздействие искусственных электромагнитных полей на организм человека и на природу в целом высоковольтные линии электропередач. При поражении гипоталамуса развиваются расстройства почти во всех органах. Установлено, что в функционировании правой и левой полушарий головного мозга существуют большие различия. Правая половина более значима для формирования чувственных образов, левая же наделена функциями, которые управляют абстрактным мышлением, планированием человеческой деятельности. Наиболее существенное различие между двумя полушариями заключается в

---

способе обработки информации: левое полушарие занимается аналитическими процессами (разложение целого на составные части), а правое отвечает за синтез (соединение разрозненных сведений в единое целое). Левое полушарие оперирует числовыми и буквенными знаками, правое — оперирует аналогиями и образами.

Цифровая переработка информации означает линейный способ действий. Последние следуют одно за другим, как бы нанизываясь друг на друга и образуя слова. Слова выстраиваются в ряд, образуя предложения. С позиции понимания работы полушарий необходимо заметить, что чтение формирует способность левого полушария к абстрагированию. В то время как телевидение оказывает влияние на правое полушарие. Поэтому тот кто любит читать — имеет неоценимое преимущество перед тем кто смотрит телевизор. Или необходимо и смотреть телевизор и читать. При чтении вырабатывается навык осмысления увиденного по телевизору, способствует передачи информации из правого полушария в левое, перекодирование увиденного в слова. Если же такого навыка нет, информация из телевизора прочно усваивается в подсознании, и оттуда формирует жизнь человека, программируя его мысли и поступки в соответствии с видением мира спонсора телепередачи.

С деятельностью правого и левого полушарий также связано наличие у человека двух сигнальных систем. Первая сигнальная система — чувства (образ и эмоции). Вторая — слово и речь. Преобладание правого полушария позволяет говорить о доминировании первой сигнальной системы. Преобладание левого — о второй. Левое полушарие управляет правой стороной тела и

---

наоборот (т.н. асимметрия мозга). Простой тест на преобладание правого или левого полушария — переплетение рук. Если сверху оказывается большой палец правой руки — преобладает левое полушарие (мыслительный тип; вторая сигнальная система). Если сверху большой палец левой руки — т.н. художественный тип; первая сигнальная система.

Особенностью правого полушария является способность видеть явление в целом (образ). Левое полушарие наделяет мышление способностью анализа деталей. Познание в этом случае происходит по стадиям и носит аналитический характер.

Важное знание имеют психологические установки. Такая установка лежит в сфере действия бессознательного психики.

Установки бывают различных модальностей: аудиальные (вырабатываемые на слух), тактильные (осязаемые), визуальные (зрительные), и кинестетические (двигательные).

Психологические установки имеют следующие характеристики:

1. Возбудимость фиксированной установки (сколько требуется повторений, чтобы возникла установка).
2. Прочность фиксированной установки.
3. Вариабельность установки (в разные дни может потребоваться различное число повторений для выработки одной и той же установки).

От характера работы установок зависит характер человека. Если у человека легко возникает установка — значит он вспыльчивый; если для установки требуется большее число повторений — значит психика такого человека инертна, пассивна. Если установка динамична (т.е. долго не держится), значит

---

человек легко приспосабливается к обстоятельствам, выносив в конфликтах. Если установка статична — наоборот, человек неуживчив, легко ломается в конфликтах. Если установка переменчива — человек импульсивен и непоследователен.

Установки формируются под действием среды и находятся в ведении бессознательного. Посредством установок формируются стереотипы.

Существуют т.н. первичные установки, когда проявляется феномен «побуждающего характера» предметов. В этом случае может происходить импульсное поведение (например, читаем книгу, захотелось курить, берем сигарету, закуриваем и продолжаем читать книгу и курить; или женщина бессознательно поправляет прическу при виде гостя-мужчины).

Большинство установок помогают автоматически действовать в стандартных ситуациях, не мешая думать о других проблемах. Установки могут проявляться в оговорках, описках, обмолвках и прочих бессознательных ошибочных действиях. Бывают смысловые установки, которые могут проявляться в общей смысловой окраске различных действий входящих в состав деятельности и выступая в виде «лишних» действий. Существуют установки направленные на регулирование цели действия. Примеры установок встречаются в работе различных людей, влияющих на массовое сознание посредством внушения им несуществующей информации и создающих уверенность у аудитории что все правда (например действие массового гипноза на массовых сеансах гипнотизеров в больших аудиториях).

Любое поведение человека разбивается на операции, которые помогают ему достигнуть заданную цель. Таким образом

---

появляются операциональные установки, которые в обычной жизни действуют в стандартных для человека ситуациях, определяя привычный характер поведения. Например контролер трамвая в течении рабочего дня выполнял одни и те же действия, проверял билеты. Если вместо билета ему протянуть цветную бумажку, на время он замешкается, так как произойдет сбой сенсорной системы восприятия. Таким образом нормы оценок и отношений в течении повторяющихся действий внедряются в сознание и выступая в форме отвечающих стандартному кругу условий операциональных установок руководят человеком в повседневной жизни, избавляя от необходимости всякий раз решать какие необходимо совершить действия. Таким бессознательное психики состоит из множества установок. При этом необходимо помнить, что, несмотря на то, что все установки (первичная, целевая, импульсивная, смысловая и операциональная) находятся во взаимодействии и взаимовлиянии друг на друга, преимущество более давних установок все же более заметно.

Внушаемость и гипнабельность человека зависят от психологических установок. Возникновение неосознаваемой психологической установки на внушаемость оказывает влияние на гипнабельность. Под влиянием положительной установки на внушение бессознательно срабатывает механизм, исключаящее поведение, противоречащее этой установке. Поэтому отпадает последний сдерживающий мотив, осуществляющий контроль за поведением, и наступает гипнотическое состояние, при котором словесная информация, поступаемая от гипнотизера, воспринимается без критики сознания.



---

Психоанализ и теория установок доказывают, что психикой человека управляет бессознательное. Кроме того, мысленное воспроизведение какого-то события, явления, поступка — вызывает в организме человека точно такие же психофизиологические реакции, как если бы мысленно представленное было совершено на самом деле.

Также установлено, что центральная нервная система сохраняет в более-менее заторможенном виде, в виде следов, последовательность раннее пережитого опыта в системах корково-подкорковых ассоциаций. При этом целенаправленное внушение способствует временному оживлению соответствующих энграмм. Поэтому психические явления, формируемые методом гипноза, следует рассматривать как реальные отражения психофизиологических изменений, происходящих раннее в организме.

Деятельность человека координирует нервная система. Нервная система состоит из головного и спинного мозга, а также из проводящих путей, соединяющих рецепторы (например, глаза) с эффекторами (например, мышцы).

Нервная система состоит из нескольких миллиардов нейронов. Нейроны делятся на две категории: нейроны центральной нервной системы, образующие головной и спинной мозг, и нейроны периферической нервной системы, образующие черепно-мозговые и спинномозговые нервы.

Основной функцией нервной системы является прием, проведение и обработка поступающих в организм информационных потоков (раздражений). Самый простой путь, по которому может идти нервный импульс, состоит из трех нейронов:

---

одного сенсорного, одного вставочного и одного моторного. Нервные клетки (нейроны) состоят из тела клетки, содержащего ядро, и отростков — одного аксона и одного или нескольких дендритов.

Нейроны подразделяются на сенсорные (чувствительные), моторные (двигательные) и вставочные. У чувствительных нейронов дендриты соединены с рецепторами, а аксоны — с другими нейронами; у двигательных нейронов дендриты соединены с другими нейронами, а аксоны — с каким-нибудь эффектором; у вставочных нейронов и дендриты, и аксоны соединяются с другими нейронами. Нервные стволы (нервы) состоят из большого числа аксонов и дендритов, объединенных в общей соединительнотканной оболочке. Тела нейронов образуют скопления — ганглии, если они расположены вне головного и спинного мозга, и — нервные центры, если они находятся в головном или спинном мозгу. Нерв не реагирует, пока ему не приложено раздражение минимальной силы. Скорость прохождения информации по нервному волокну зависит от состояния самого волокна и различные вещества могут замедлять передачу информационного нервного импульса или делать ее невозможной. После проведения одного импульса проходит от 0,005 до 0,002 сек. прежде чем нервное волокно сможет передавать второй импульс. В это время происходят химические и физические изменения, в результате которых волокно возвращается в исходное состояние.

Соединение между последовательными нейронами называется синапсом. Нервный информационный импульс передается с кончика аксона одного нейрона на дендрит другого

---

через синаптическое соединение путем выделения у кончика аксона определенных химических веществ, которые вызывают появление нервного импульса в дендрите другого аксона. Передача возбуждения через синапс происходит медленнее, чем его прохождение по нерву. Информация проходит в одном направлении: в чувствительных нейронах она идет от органов чувств к спинному и головному мозгу, а в двигательных — от головного и спинного мозга к мышцам и железам. Механизм передачи информационного нервного импульса через синапс с одного нейрона на другой объясняется электрической и химической теорией. Величина синаптического сопротивления может изменяться под влиянием нервных импульсов, так что один информационный импульс может тормозить или усиливать действие другого. Непрерывный поток информационных нервных импульсов создает определенный уровень возбуждения во всех органах, мышцах, и т.д., называемых тонусом, поэтому т.н. информационный голод выбивает организм из нормы, а информационный бум приводит к перенапряжению.

Основные информационные потоки идут в головной мозг через спинной мозг. Спинной мозг выполняет две важные функции: передает информационные импульсы, идущие как в головной мозг так и из головного мозга, и служит рефлекторным центром. Все волокна спинного мозга перекрещиваются, правая половина головного мозга контролирует левую половину тела и наоборот.

Головной мозг представляет собой расширенный передний конец спинного мозга. В головном мозге выделяют шесть отделов: продолговатый мозг, варолиев мост, мозжечок, средний мозг,

---

таламус и большие полушария. Продолговатый мозг — это задний отдел головного мозга. Продолговатый мозг имеет толстые стенки, состоящие из нервных путей, идущих к высшим отделам головного мозга. Внутри продолговатого мозга находятся скопления тел нервных клеток — нервные центры. Над продолговатым мозгом расположен мозжечок. Мозжечок координирует движения и регулирует сокращение мышц. Под мозжечком расположен варолиев мост, который приводит информацию из одного полушария мозжечка в другое, координируя движения мышц на обеих сторонах тела. Спереди от варолиева моста расположен средний мозг. Стенки среднего мозга содержат рефлекторные центры и проводящие пути, ведущие к таламусу и большим полушариям. Таламус — это центр переключения сенсорных импульсов. Таламус регулирует проявления эмоций. На верхней стороне среднего мозга расположены центры зрительных и слуховых рефлексов. Средний мозг регулирует мышечный тонус. Рассмотренные отделы головного мозга управляют врожденными формами поведения.

Активность нейронов больших полушарий мозга лежит в основе сознания, мыслительной деятельности, памяти, понимания и обработки информационных импульсов от органов чувств (поступающих из внешней среды), а также обработки информационных импульсов из собственного организма. Большие полушария мозга выполняют функцию регуляции приобретенных форм поведения. В больших полушариях сосредоточено более половины всех нейронов, из которых состоит нервная система человека. Большие полушария состоят из серого и белого вещества. Белое вещество расположено внутри, а серое вещество

---

находится на поверхности, образуя кору больших полушарий. Поверхность больших полушарий покрыта извилинами. Таким образом получаются валики, разделенные бороздами. Рисунок извилин одинаков у всех людей. В затылочной области находится центр зрения; при раздражении, например, ударе по затылку, появляется ощущение света. Центр слуха расположен в височной доле мозга. Раздражение его при ударе вызывает ощущение звука. В информационных связях между телом и головным мозгом мы наблюдаем перекрещивание волокон, в результате чего правая половина мозга контролирует левую половину тела и наоборот. Кроме того самый верхний участок коры управляет самыми нижними частями тела. В коре мозга расположены ассоциативные зоны. Эти зоны лежат в основе высших психических способностей (память, способность к мышлению и обучению, воображение). Ассоциативные зоны интегрируют все информационные импульсы, непрерывно приходящие в мозг, и образуют из них связанное целое. От головного и спинного мозга отходят парные черепно-мозговые и спинномозговые нервы. Эти нервы состоят из аксонов и дендритов и составляют периферическую нервную систему. Вегетативная нервная система содержит чувствительные и двигательные нервы, но отличается от остальной нервной системы тем, что волевой контроль над этими нервами без специальной тренировки невозможен.

Важным процессом регуляции информационных отношений организма с внешней и внутренней информацией являются эмоции. Эмоции способны влиять на механизмы фиксации информации. Например, если необходимо чтобы человек запомнил какую-то информацию, такую информацию

---

следует закрепить максимально сильной эмоцией. При этом характер вызываемых эмоций различается в зависимости от уровня интеллекта объекта. Для лиц с низким интеллектом следует сочетать ввод информации с сильными отрицательными эмоциями, в основном, эмоциями страха, а для лиц внушаемых, высокочувствительных, или с развитым интеллектом, необходимо использовать сильные положительные эмоции.

Перейдем теперь в следующем разделе нашей книги к рассмотрению психофизиологии и устройства психики человека.

## **Психофизиология.**

Для лучшего понимания манипулятивного воздействия нам необходимо знать основные закономерности высшей нервной деятельности.

Рассмотрим кратко основы психофизиологии.

Все аспекты сознательной и бессознательной жизни являются рефлекторными. Рефлекс заканчивается движением. В центральной нервной системе происходят процессы торможения. Т.е., не всякая мысль сразу переходит во внешнее действие. Мысль является рефлексом с заторможенным концом. Страсти — рефлексы с усиленным концом. Условный рефлекс это ответ не на само действие, а на сигнал об этом действии. Совокупность условных рефлексов называются сигнальной системой.

Существуют две сигнальные системы. Первая — чувства. Вторая — речь.

В первой сигнальной системе условный рефлекс становится условным только в случае, если он подкрепляется раздражителем (например, звонок подкрепляется раздачей пищи).

---

Во второй сигнальной системе такое распространение необязательно. Словесное выражение предполагаемого действия уже может вызвать необходимые реакции организма. Объясняется это тем, что слово, благодаря филогенезу (коллективному бессознательному, памяти предшествующих поколений), связывается в больших полушариях головного мозга с соответствующими безусловными раздражителями, заменяя их и вызывая ту реакцию, которую бы вызывали эти раздражители. Скажем, можно выработать у человека условный рефлекс на прием пищи и соответствующее выделение слюны в ответ на реальный раздражитель (звонок), а можно в ответ на условный раздражитель (например, слово о пище, рождаемое в мозге представление о пище как таковой с соответствующими реакциями организма). Таким образом, мы должны говорить о том, что в условном рефлексе в неразрывном единстве представлено как физиологическое, так и психическое содержание.

Сознание определяется как высшая форма психики. Сознание основывается на отражения, т.е. психического воспроизведения объекта в мозге человека в виде ощущений, восприятий, представлений, понятий, суждений, умозаключений. В итоге содержание сознания определяется окружающей действительностью. Сознание — это свойство высокоорганизованной материи. Такой материей является человеческий мозг. Мысли и образы в сознании не имеют реальных размеров. Они не подчиняются закону сохранения энергии, согласно которому материя несотворима и неуничтожима, ни одна ее частица не может возникнуть из ничего

---

и бесследно исчезнуть. Для отражения характерно свойство предметов запечатлевать на себе действие других предметов, сохранять на какое-то время эти отпечатки, и реагировать на воздействия в соответствии с происшедшими изменениями. В живой природе отражение наиболее ярко выражено (например, стебель растения реагирует на источник света). Отражение происходит и в неживой природе (камень сохраняет отпечаток на глине). У живых организмов раздражение происходит рефлекторно, благодаря наличию нервной системы. В этом случае для осуществления рефлекторных ответов используются рефлекторные дуги. В начале каждой рефлекторной дуги имеется рецептор, который воспринимает раздражение. При раздражении рецептора в нем возникает физико-химический процесс возбуждения. Волны возбуждения передаются по нервным клеткам (нейронам) и перерабатываются в них. Основная переработка осуществляется в ЦНС (спинном и головном мозге). После этого возбуждение доходит до рабочих органов (мышц или желез), действие которых обеспечивает ответ на воздействие. Рефлекторные дуги благодаря вставочным нейронам взаимодействуют друг с другом. Особенно важно возбуждающее или (чаще) тормозящее влияние головного мозга на спинномозговые рефлексы.

Сложными цепями безусловных рефлексов являются инстинкты. На безусловные рефлексы и на инстинкты большое воздействие оказывают т.н. гуморальные влияния — действие особых веществ, вырабатываемых в организме. С помощью безусловных рефлексов организмы хорошо приспособляются к условиям среды. Условные рефлексы образуются в течение жизни



---

в соответствии с имеющимися в момент их образования условиями среды. Если животное получит ожог от огня, в следующий раз оно к огню не приблизится. Огонь становится сигналом опасности. Эта сигнальная функция главное в условном рефлексе. Животное реагирует не на саму опасность, а на сигналы о ней. Появляется возможность избежать опасности.

Условнорефлекторная деятельность привела к дальнейшему развитию рецепторов. Особенно развиваются так называемые дистантные рецепторы, воспринимающие раздражение на расстоянии (рецепторы запахов, света, звуков). Развиваются и связанные с ними отделы ЦНС — высшие отделы головного мозга.

При условнорефлекторной деятельности активность отражения достигают такой высокой степени, что условный рефлекс следует признать и физиологической и психической формой отражения. Здесь имеются элементы идеальности отражения. Сигнал во многом подобен (хотя, конечно, не идентичен) образу. Разрушающая сила огня пропорциональна температуре горения, но сигнальное значение пламени мало зависит от его температуры. Условный рефлекс как бы «включает» в себя прошедшее время, когда он образовался, и в то же время позволяет «предвосхищать» будущее. Таким образом, возникновение психической формы отражения в живой природе неразрывно связано с развитием деятельности нервной системы.

В основе деятельности нервной системы лежат процессы возбуждения и торможения. Возбуждение — это активный процесс, возникающий в ткани рецептора, нервного ствола, тела нервной клетки при их раздражении, т. е. при воздействии на них

---

физических и химических раздражителей достаточной силы. Сложные физико-химические процессы, протекающие при этом в нервной ткани, приводят к изменению электрического заряда на поверхности нервной клетки. Это изменение заряда передается по отросткам нервной клетки как «волна возбуждения». Волны возбуждения, приходя в другие клетки (при этом они проходят через особые образования — синапсы), также вызывают в них процесс возбуждения. При этом в мышечных клетках происходит сокращение, в железистых клетках — секреция. Волны возбуждения не всегда вызывают деятельность. При определенном сочетании их силы и частоты возникает торможение. Торможение может также возникнуть и в самой нервной клетке. Внешним результатом торможения является задержка деятельности. Нарушения процесса торможения встречаются чаще, чем нарушения процесса возбуждения. Торможение задерживает ненужные или менее важные в данный момент действия и участвует в координации (согласовании) действий. Например, при сгибании конечности в нервных центрах мышц-сгибателей возникает возбуждение, а одновременно в центрах мышц-разгибателей — торможение. Кроме того торможение, выключая деятельность частей организма, создает условия для отдыха.

При исследовании роли торможения между центрами нервной системы было установлено, что если при действии жизненно важного раздражителя (например, пищи) одновременно подействовать мало значимым в данный момент раздражителем (например, зажечь лампочку), то после нескольких повторений образуется рефлекс, и в последствии действие света лампочки

---

вызывает выделение слюны. Это явление называется выработкой условного рефлекса.

Физиологически условный рефлекс объясняется следующим образом: при действии слабого раздражителя в соответствующем участке коры головного мозга (при действии света в затылочной части) в группе нервных клеток возникает «очаг возбуждения». Если в это время принимается пища, то возникает возбуждение и в пищевом центре коры головного мозга (в задней центральной извилине). Процесс возбуждения как бы прокладывает между двумя одновременно возникающими очагами возбуждения мостик.

Существуют различные виды торможения. Например, торможение безусловное (врожденное) и условное (вырабатываемое в течение жизни). К безусловному торможению относится торможение, возникающее по типу так называемой «отрицательной индукции». Если в нервном центре возникает сильное возбуждение, то в центрах, функционально связанных с этим возбужденным центром, возникает торможение. Или, например, запредельное торможение, которое тоже относится к безусловным рефлексам. Можно выработать условный рефлекс на слабый звук трещотки. Но если сделать звук трещотки очень сильным, то условно-рефлекторной реакции не будет. Сила раздражения превысила предел работоспособности клетки, и вместо возбуждения в ней возникло торможение.

Условное торможение встречается в нескольких разновидностях. Общим для них является следующее: если торможение возникает в результате не подкрепления условного раздражителя не сразу, а в результате более или менее

---

длительного периода, то условный раздражитель, ранее вызывавший какое-то действие, начинает вызывать торможение.

Наиболее важными разновидностями условного торможения являются угасательное, дифференцировочное и торможение запаздывания.

Угасательное торможение вырабатывается в случае, если условный раздражитель перестает подкрепляться безусловным. Причем торможение, возникающее при «угасании» в корковом центре условного рефлекса, распространяется на другие корковые клетки. Поэтому усыпляюще действуют монотонные, ничем не подкрепляемые раздражители, в том числе и речь.

Дифференцировочное торможение вырабатывается, если употребляются два близких по форме условных раздражителя, но подкрепляется только один из них. Если, скажем, условный рефлекс выработан на 100 ударов метронома в минуту, то сначала и на 110 ударов метронома последует условно-рефлекторный ответ. Но если систематически дается раздражение 110 ударов и не подкрепляется, а 100 ударов — подкрепляется, то при 110 ударах условнорефлекторный ответ постепенно исчезает, и развивается торможение.

Торможение запаздывания вырабатывается в случае, если подкрепление следует не сразу, а через какое-то время. Постепенно и условно-рефлекторный ответ начинает запаздывать.

В случае если любой вид торможения связать с каким-нибудь легким раздражителем, то такой раздражитель начинает вызывать торможение. Например, если при частоте ударов метронома в 110 ударов в минуту вызывается торможение, то если

---

одновременно с ударами зажигать лампочку, то после одно зажигания (без ударов) уже будет вызывать торможение.

Выделяют три закона взаимодействия возбуждения и торможения. Первый — закон иррадиации (распространения). Возникающее в каком-либо центре возбуждение распространяется на соседние центры. Второй — закон концентрации. Распространившиеся на соседние центры возбуждение и торможение через некоторое время снова концентрируются в исходных центрах. Третий — закон взаимной индукции процессов возбуждения и торможения: вокруг очага сильного возбуждения возникают очаги торможения, а вокруг очагов торможения — очаги возбуждения.

Импульсы, приходящие в нервную клетку, вызывают в ней торможение или возбуждение в зависимости от частоты и силы импульсов и в зависимости от функционального состояния ткани. Это состояние определяется скоростью элементарных физико-химических процессов, протекающих в клетках (лабильность). Если лабильность нормальна, а частота и сила раздражающих импульсов не слишком велики, то в клетке возникает возбуждение. Торможение может возникнуть при слабом раздражении, если окажется сниженной лабильность клетки (т.е. уменьшится скорость обменных процессов). Понижение лабильности возникает при повреждении тканей и называется «парабиоз», потому что такие клетки находятся в переходном (но обратимом) состоянии между жизнью и смертью.

При парабиотическом состоянии нарушаются правильные соотношения между силой раздражения и ответными реакциями ткани. При постепенно развивающемся парабиозе

---

последовательно сменяют друг друга ряд фаз. В уравнильной фазе на сильные и слабые раздражения получается ответ одинаковой силы. В следующей — парадоксальной фазе, сильные раздражения вообще не дают внешнего эффекта (возникает торможение), а на слабые раздражения возбуждение возникает. В тормозной фазе ткань не отвечает ни на сильные, ни на слабые раздражения, и ее можно принять за мертвую, но при этом еще возможно восстановление функции.

Важную роль для понимания манипулирования для лидеров играет принцип доминанты, когда из множества рефлексов, которые могли бы возникнуть вследствие множества раздражений, осуществляются немногие. Объясняется это тем, что в нервных центрах той деятельности, которая в данный момент становится ведущей, доминирующей, возникает очаг повышенной возбудимости. Этот очаг привлекает к себе раздражения, адресованные в другие, в данный момент не доминирующие центры. В результате доминирующий центр усиливает свою работу, а не доминирующие центры затормаживаются. Например, если во время какого-то важного для вас занятия вас чем-то отвлечь, то возможно, что вы и не заметите, что от вас хотят, и будете продолжать заниматься своим делом. Принцип доминанты очень важен для понимания процесса внимания и для объяснения физиологической основы сознания человека.

Адекватность впечатления реальному стимулу обусловлена тем, что они соединены физиологическим процессом, который, с одной стороны, несет на себе отпечаток раздражителя, а с другой — лежит в основе психического образа. Согласно принципу информационной эквиопотенциальности на различных

---

этапах психического отражения, информация, содержащаяся в совокупности мозговых процессов и в соответствующих им психических, одинакова, несмотря на их качественное различие.

Также следует понимать, что поведенческий акт определяется не предшествующим и запускающим его стимулом, а конкретным результатом, на достижение которого направлен этот акт. Тем самым в структуру поведенческого акта включалась цель, без которой невозможно объяснение адаптивной деятельности организма.

Если мозг и сознание сопоставить как код и информацию, то информация есть результат отражения (данного объекта). Информация не существует вне своего материального носителя (всегда выступает в качестве его свойств). Данный носитель информации есть ее код (информация не существует вне определенной кодовой системы). Информация инвариантна по отношению к своему носителю (одна и та же информация может существовать в разных кодах, т.е. может быть воплощена и передана разными свойствами носителя). Информация может обладать не только формальными, но и содержательными характеристиками. Информация может служить фактом упрощения (инициировать изменения в системе на основе сложившейся кодовой организации).

Таким образом получается, что:

— Информация есть результат отражения (данного объекта определенной материальной системой).

— Информация не существует вне своего материального носителя.

— Носитель информации есть ее код.

---

— Одна и та же информация может существовать в разных кодах.

— Любое явление сознания есть информация и в то же время функция мозга (т.е. материальным носителем информации являются определенные мозговые процессы).

— Будучи информацией, любое явление сознания (субъективной реальности) воплощено в своем материальном носителе.

— Этим носителем является определенная мозговая нейродинамическая система (данного индивида).

— Определенная мозговая нейродинамическая система является кодом соответствующей информации, представленной данному индивиду как явление его субъективной реальности.

Если любое явление сознания есть одновременно информация и функция мозга, то материальным носителем такой информации являются определенные мозговые процессы, которые описываются посредством понятия нейродинамической системы.

Через понятие информации фундаментальные науки — физика, химия, биология, психология — осуществляют связь между собой, результатом чего является создание единой системы взглядов, в которой каждое более сложное явление может быть объяснено при помощи простого (но не сведено к нему). Для установления связи между явлениями, относящимися к разным уровням интеграции, необходимо понять какую информацию несут явления более низкого уровня для явлений более высокого уровня интеграции. Такой информационный подход имеет хорошие перспективы и для изучения соотношения мозговых процессов и психики. Если информация, содержащаяся в



---

совокупности нервных процессов и в психическом образе, эквивалентна, то именно анализ информационного содержания физиологических процессов будет способствовать изучению связи между мозговыми и психическими феноменами.

Организация мозговых процессов, лежащих в основе построения субъективного образа, проходит три этапа: сенсорный, синтез, и перцептивное решение. Сенсорный этап — анализ физических характеристик стимула. Синтез — осуществление синтеза сенсорной и несенсорной информации о стимуле. Перцептивное решение — опознание стимула (его отнесение к определенному классу объектов). Следует понимать, что поступление сенсорной информации в кору головного мозга еще не сопровождается ощущением. Ощущение возникает только на втором этапе сенсорно-перцептивного процесса. А осознание значимости стимула — приходит только на третьем этапе восприятия. Подобные три этапа восприятия — это три временных уровня мозговой деятельности, в которых разворачивается последовательный анализ стимульной информации. Каждый из уровней характеризуется вовлеченностью большего числа мозговых структур, более сложной организацией внутримозгового взаимодействия и более высокой стадии ей психического отражения. При этом передача на исполнительные механизмы может осуществляться на каждом из этапов, поэтому каждой из трех стадий соответствует свой тип ответной реакции. Выбор типа ответа определяется задачей, стоящей перед человеком; при этом, проигрывая в скорости реакции, организм выигрывает в сложности и точности ответа. Необходимый минимум структур — это «жесткие» звенья. Они участвуют в реакциях любого типа.

---

Другие структуры — это «гибкие» звенья, системы обеспечения психической функции. Их включение в функцию дает возможность осуществления более сложных реакций.

Рассмотрим данные типы реакций. Наиболее элементарной реакцией является автоматизированный условный рефлекс. При этом типе реакции переход возбуждения на исполнительные центры осуществляется до возникновения ощущения. Эта реакция наблюдается либо в стандартных условиях, когда мы реагируем на раздражитель, не замечая его, и ощущение при этом может не возникать вовсе, или при реакциях скоростного типа, например, в транспорте, когда нога как бы сама нажимает на педаль тормоза. К более высокому уровню относится реакция, возникающая в ответ на ощущение, которое еще не опознано.

Как мы замечали ранее, в ощущении представлены в основном физические характеристики стимула. Тем не менее, ощущение может стать основой для построения двигательных актов, связанных с анализом сложной стимульной информации. Это следствие того, что информация о значимости стимула участвует в генезе ощущений.

Реакции высшего психического уровня — это ответы организма, которые формируются на основании того, что возникшее ощущение опознано. Например, человек идет по хорошо известной ему дороге, его мозг в это время занят обдумыванием какого-либо дела. Его ноги твердо ступают по дороге, он обходит мелкие неровности, правильно координирует движения, идет быстро и уверенно, смотрит на дорогу и в то же время как бы не видит, думая о своем. Это автоматизированные реакции низшего психического уровня. Когда такой человек

---

встречает неожиданное препятствие, например, большая лужа, человек останавливается. Он думает, как ему перебраться на другую сторону. При этом он использует понятийный аппарат и внутреннюю речь. Вскоре он принимает решение и переходит или обходит препятствие. Значит — более высокие уровни психического отражения и реакции включаются тогда, когда низшие не обеспечивают достижение к цели.

Перечисленные нами реакции являются выработанными в процессе жизненного опыта человека. Если рассматривать вопрос высших реакций, следует говорить о том, что необходимым элементом возникновения ощущения как психического феномена является сопоставление, синтез сенсорной информации со следами памяти, то есть информацией о прошлых встречах человека с данными или сходными сигналами. Происходит активизация следов памяти по принципу условного рефлекса. Однако синтез информации требует еще одного звена, которое не входит в условный рефлекс. Сопоставление сенсорной и несенсорной информации о стимуле обеспечивается механизмом возврата возбуждения из подкорковых центров эмоций и мотиваций, а также других отделов коры, включая ассоциативные зоны и области проекции других анализаторов, в первичную проекционную область. Это возбуждение несет информацию о значимости данного объекта внешней среды, то есть его отношение к определенной деятельности организма и сведения об иных его физических признаках, полученных в прошлом. Синтез всей этой информации и лежит в основе построения субъективного образа.

---

Таким образом, в ответ на внешний стимул из глубин памяти (из бессознательного) поднимается все, что было накоплено в прошлом в применении к оценке данного стимула. При этом сопоставление внешнего сигнала и сферы внутренних переживаний определяется особой организацией информационных процессов в мозге: активизацией следов памяти в ответ на внешний сигнал и обратным движением этой информации на встречу с сенсорным сигналом в области его первичной проекции, которые являются в данном случае центром интеграции мозговой системы, обеспечивающей генезис ощущений. При опознавании стимула на третьем этапе восприятия центр интеграции перемещается в лобные отделы полушарий. В этих процессах значительную роль играет межполушарное воздействие. При этом образуется как бы второй круг возбуждения, включающий синтез информации в отделах доминантного полушария, связанного вербальной функцией.

Психическое отражение возникает на основе определенной организации информационных процессов мозга, высокой степени согласованности всех звеньев, входящих в систему обеспечения данной психической функции. Возможность сложной мозговой интеграции обеспечивается определенными структурными особенностями мозга, разделенными на три основных функциональных блока, наличием достаточно дифференцированных нервных ансамблей, корковых полей с иерархическим строением и межцентральных связей. Однако эта структурная основа создает лишь возможность возникновения психики. Для того, чтобы эта возможность была реализована, необходимо еще одно условие: приобретение индивидуального

---

опыта. Опыт играет ключевую роль в ощущениях своей личности как чего-то отдельного от внешней среды. Это свойство сознания возникает в процессе общения с другими людьми, то есть в основе социального опыта. Общаясь с другими людьми, человек лучше понимает и себя. Вырабатывается сознание — как собственное знание, и совесть — как нравственный отчет перед собой.

Диалектика развития проявляется в том, что, возникая в процессе общения с людьми, сознание в то же время является необходимым условием для их объединения в коллектив. Общество состоит из отдельных личностей. С общественным опытом связаны высшие достижения человеческой культуры и науки как наиболее сложные проявления психической деятельности человека.

Важно отметить, что наблюдается сходство между понятием отношения как компонента системы личность и условного рефлекса как компонента системы высшая нервная деятельность. Сходство между этими понятиями потому, что они вырабатываются в процессе развития и накопления индивидуального опыта. Условный рефлекс и отношения, раз образовавшись, никогда не исчезают полностью, а лишь могут быть заторможены и перестроены. Такой анализ сходства и различия этих понятий существенен для психотерапевтической практики — разработки психотерапевтических методов и понимания механизмов их действия.

Таким образом, условные рефлексы, психическая деятельность, поведение, субъективный мир человека, личность как свойство биологического объекта, сознание как состояние с помощью которого проявляется личность и становятся предметом исследований психофизиологов и рассматривается как

---

деятельность всего организма в целом. Такой подход к изучению субъективной реальности доказал, что сознание и мышление являются продуктом мозга.

## Психика человека.

Психика — это информация, составляющая содержание мозговых процессов. Явления, составляющие нейрофизиологический код, являются информацией, поэтому задача состоит в раскрытии информационного содержания мозговых процессов, порождающих психическую функцию. Огромная информационная емкость человеческого мозга определяется количеством нервных клеток, количеством связей между нервными клетками, обучаемостью мозга и динамичностью механизмов, лежащих в основе всех видов его деятельности. Особое влияние на сознание оказывают потребности, которые разделяют на витальные, социальные и идеальные потребности познания и самовыражения. Существенные влияния на характер реализации информации в психической деятельности человека оказывает темперамент, который характеризуется доминирующей направленностью психического информационного потока, эмоциональной стабильностью и подвижностью или инертностью.

Следует обратить внимание на межполушарную асимметрию, подразделяемую на двигательную (неодинаковость двигательной активности рук, ног, лица, половин тела), восприятия (неравнозначность восприятия объектов, расположенных справа и слева от средней плотности тела) и психическую (специализация полушарий мозга в реализации различных форм психической деятельности). Правое полушарие

---

мозга ориентировано на чувства, левое — на двигательные функции. Человек с преобладанием левополушарных функций склонен к теории, имеет большой словарный запас, ему присуща двигательная активность, целеустремленность, способность прогнозировать события (мыслительный тип). Человек с превалированием правополушарных функций склонен к конкретным видам деятельности, он медлителен, неразговорчив, наделен способностью тонко чувствовать, переживать, склонен к созерцательности и переживаниям, у него развита интуиция и способность воспринимать информацию бессознательно (художественный тип). Обычно происходит взаимодействие двух полушарий. При этом правое полушарие быстрее, чем левое, обрабатывает поступающую информацию, выполняет ее зрительно-пространственный анализ и передает его в моторный центр речи, где происходит окончательный семантический анализ и осознание информационного раздражения — сигнала. В механизмах речи участвуют левое полушарие. Существенное влияние на характер информационных процессов в организме оказывают измененные режимы работы мозга (патологические, возрастные, просоночные и др.)

Обращаем внимание, что для человека все является информацией. Информацию следует понимать как философскую категорию, тождественную времени, пространству и материи. Обмен информацией, так же, как обмен энергией и веществом, является свойством организма человека. Незрелость информационных связей приводит организм к нежизнеспособности и смерти. Организм наделен сложной системой передачи информации от периферии в центр и обратно.

---

Центральным аппаратом, способным воспринимать, хранить, анализировать и оценивать значимость поступающей информации, является мозг. Мозг формирует ответную реакцию системы на поступающую информацию. Деятельность мозга направлена на сохранение и развитие всей биосистемы. Человек наделен двумя механизмами биологической саморегуляции — индивидуальными и видовыми. Индивидуальные отвечают за сохранение и продолжительность жизни отдельного человека, а видовые — за сохранение и развитие вида. В результате воздействия информации в мозге происходят генетически закрепляемые структурные преобразования. Основными регуляторами поведения человека являются врожденные и приобретенные потребности. Врожденные потребности делят на соматогенные и психогенные, а приобретенные (социальные) — на материальные и духовные.

Восприятие человеком информации всегда индивидуально, т.е. субъективно, и зависит от таких факторов, как: социальное положение, профессия, общий уровень образования, степень культуры, зависит от характера, темперамента, возраста, непосредственного окружения, привычек, жизненного опыта, моральных, психологических и социальных установок, пола, внушаемости, роста, эмоционального состояния, генетической или физиологической предрасположенности, и т.п. В информационное поле человека следует выделять элементарную, биологическую и логическую информацию. Элементарная информация характерна для объектов неживой природы (в человеке работает на молекулярном уровне и ниже). Биологическая информация работает, начиная с уровня клетки. Логическая информация — это



---

мыслительная, абстрактная и социальная деятельность мозга (работает только на уровне сознания). Важным моментом в регуляции психической деятельности является работа больших полушарий мозга. Структура мозговой регуляции психической деятельности позволяет подойти к пониманию гипноза.

Гипнотическое состояние возникает под воздействием внушающего слова гипнотизера и разного рода монотонных воздействий. Человек засыпает. Самые сложные структуры находятся в лобных долях полушарий, в которых осуществляется управление высшими формами поведения человека. С началом гипнотического воздействия высшие клетки затормаживаются, отключаются. Этот процесс торможения клеток лобных долей приводит к состоянию сна, наблюдаемому в гипнозе. Связующим звеном между высшей лобной регуляцией и всеми познавательными процессами является речь. Речевые зоны коры находятся в задней части лобной доли. Например, при гипнотическом воздействии гипнотизер использует речь как орудие управления всей психической деятельностью загипнотизированного, поэтому речь становится главным каналом общения между гипнотизером и гипнотиком.

В психической деятельности человека выделяют такие элементы, как: ощущения, восприятия, представления, мышление, память, интеллект, эмоциональные состояния, сознание, психическая саморегуляция, сон и т.д. Кратко рассмотрим перечисленное.

Ощущения. Ощущением называют психические процессы, которые возникают в результате воздействия на человека различных объектов. Ощущение является самым простым актом

---

психической жизни человека. Воздействие внешней и внутренней среды на органы чувств человека вызывает их раздражение, которое перекодируется рецепторами в возбуждение нервной системы, и эта информация по афферентным путям передается в полушария головного мозга. Следствием этого сложного информационно-энергетического процесса является ощущение — света, тепла, звука, прикосновения, запаха, вкуса и т. д. Ощущения человека являются базовым способом познания им внутренней и внешней реальности. Подробно органы человека, которые воспринимают раздражения, мы рассматривали в одной из наших книг, поэтому сейчас лишь заметим, что находятся такие органы как на поверхности тела, так и внутри его, и делятся на внешние (орган зрения, орган слуха и т.д.), контактные (органы осязания, органы тепла, органы холода, органы боли и т.д.), на внутренние (органы положения и равновесия, органы кинетических функций и др.), рецепторы пищеварительной системы, кровообращения, дыхания и т.д. Благодаря рецепторам человек ощущает признаки окружающих объектов и изменения, происходящие внутри своего организма. Яркость ощущений зависит от новизны и неожиданности действия раздражителя, а также от опыта прошлых встреч с данным раздражителем. Величина чувствительности называется порогом данного ощущения. Величина чувствительности всегда обратно пропорциональна порогу ощущения. Очень слабые раздражения все равно воспринимаются и вызывают изменения в ЦНС, но человеком не осознаются, оседая в подсознании. Поэтому психотронное оружие, работа которого построена на малых колебаниях, не улавливаемых человеком, оседает в подсознании и вызывает необратимые

---

последствия у человека, от провоцирования симптоматики невроза (страх, депрессия и т.п.), до смерти.

Восприятия. Восприятием называются психические процессы, позволяющие осознавать как целое, так и явления реальности в единстве присущих им свойств и качеств. Восприятия различают на зрительные, слуховые и т. д. Акт восприятия состоит из перцепции (перцепция — процесс непосредственного отражения объекта). Образ впечатления, возникающий в ходе восприятия, осознается человеком. Механизм осознания состоит в сопоставлении данного образа с ранее сформировавшимися, т.е. заключается в сличении нового образа с образами, накоплениями в результате жизненного опыта. В категориях познания восприятие занимает важное место. Несоответствие между объектом и образом впечатления образует противоречия, борьба которых является механизмом проникновения в природу вещей (познанием). Важным качеством восприятия является его константность (постоянство), которое сохраняется при восприятии объектов в разных условиях. Широкий диапазон изменчивости восприятия у разных людей привносит различие в мироощущение конкретного человека. Болезненные изменения процессов восприятия могут выступать в форме «иллюзий» (ошибочное восприятие реально существующих предметов и явлений реальности), «галлюцинаций» (возникновение зрительных, слуховых и других образов при отсутствии в воспринимаемом пространстве соответствующих им объектов) и т.п.

Воображение. Воображение — это образы объектов или явлений реальности, которые человек в данный момент времени

---

не воспринимает органами чувств. Он их воображает. Воображения могут быть субъективны и зависеть от личного опыта конкретного человека. У некоторых людей обнаруживается т.н. «эйдетические представления» (способность мозга фиксировать и длительно сохранять в памяти восприятия, при желании трансформируя их в образ). Отдельные люди могут оперировать очень сложными эйдетическими образами, картинками, символами, а также связывать их в непрерывный поток т.н. «мозгового кино». В этом случае можно говорить об «эйдетическом воображении». Различают следующие типы воображения: визуальный (зрительный), аудиальный (слуховой), моторный (движения), обонятельный (запах), эмоциональный (чувственный). Реже встречаются типы воображения, связанные с представлениями восприятий по другим рецепторам (болевые, вкусовые, тактильные, температурные и др.). Чаще всего встречается смешанный тип воображения, когда в создании образов и ощущений участвуют несколько разных органов чувств. Наиболее сложным психическим актом воображения являются «фантазии». Фантазия чаще всего встречается во сне, сне наяву, в суженных состояниях сознания, в творчестве, при приеме психоделиков (галлюциногенов) и др.

Память. Физиологической основой памяти является способность нервной системы создавать и удерживать длительные связи. Выделяют такие механизмы памяти, как: запоминание, сохранение, воспроизведение, узнавание. Запоминание — это способность принимать новые мысли. Сохранение — способность удержать, сохранить знания. Воспроизведение — способность помнить и воспроизводить определенное содержание. Различают

---

следующие виды памяти: двигательная, чувственная (визуальная, акустическая и др.), эмоциональная, логическая, механическая. Память отдельных людей отличается по таким категориями, как: скорость запоминания, длительность сохранения информации в памяти, объем запечатленного материала, точность запечатленного материала. Важным условием запоминания является понимание. Кроме того, эффективность запоминания зависит от уровня внимания в момент получения информации, от повторения, от заинтересованности в запоминании и применении на практике, от организации занятий (новая информация распределяется с таким расчетом, чтобы занять определенное место в соответствии с актуальностью информации). Под действием обучения модифицируются связи между нейронами. Существуют три уровня памяти — сенсорная память, кратковременная и долговременная. Сенсорная память позволяет информации, условленной рецепторами, сохраняться в течение 1/4 секунды, с тем, чтобы мозг мог решить вопрос, стоит ли на ней концентрировать внимание. Кратковременная память — это механизм, сохраняющий информацию в течение, примерно, 20 секунд. Емкость и длительность долговременной памяти безграничны. Сохранение информации в долговременной памяти и легкость ее извлечения зависят от таких факторов, как привычность материала, контекст, в котором он запоминается, уровень мотивации, глубина разработки запоминаемого материала.

Существуют три главных процесса памяти. Кодирование (анализ и идентификация различных характеристик поступающей информации), консолидация (закрепление материала), извлечение

---

информации (важную роль играет контекст, с которым она связана, поэтому узнавание какого-то материала всегда проще, чем его воспоминание). Забывание зависит от многих факторов: от возраста, использования информации, от интерференции (помех со стороны событий, происходящих непосредственно перед или после запоминания), от бессознательных мотиваций, способных вызвать «активное» забывание. Память участвует во всех процессах мышления (воспоминания, мечты, фантазии, сновидения, грезы наяву, рассуждения). Из всех процессов мышления выделяют два наиболее важных: формирование и усвоение понятий, а также решение проблем. Насколько легко человек усваивает понятия, зависит от того, простые эти понятия или сложные. Любая информация оставляет след в виде образов. Большая часть этих образов сохраняется четверть секунды, другие остаются в памяти навечно. Выделяют последовательные, эйдетические и мысленные образы. Последовательные образы формируются на уровне рецепторов, эйдетические представляют собой особый случай кратковременной памяти, а мысленные — это продукты долговременной памяти.

Человека необходимо рассматривать как самостоятельное информационное поле, управляемое мозгом. В информационной организации мозга выделяют блок приема, хранения и обработки информации и блок контроля регуляции и программирования.

Жесткие и гибкие информационные звенья мозгового обеспечения информационной регуляции. Спинай и головной мозг управляют организмом человека по типу информационной саморегуляции. Высшие отделы мозга осуществляют высший, психический уровень информационной регуляции. Основными

---

принципами интегративной информационной деятельности мозга являются доминанта и условный рефлекс. Доминанта имеет ряд свойств: 1) устойчивую повышенную возбудимость; 2) способность к избирательному суммированию информационных возбуждений; 3) способность к автоматическому торможению центров антагонистических рефлексов.

Доминантный процесс обработки информации может складываться в зависимости от условий поступления информации и развития устойчивого возбуждения с сопряженным торможением антагонистических механизмов. Закрепление информационных связей между доминантой и вызывающей ее внешней или внутренней информацией-раздражителем осуществляется по механизму условного рефлекса, в котором важная роль отводится фактору информационного подкрепления (повторения информации). Поэтому для вызывания в организме целенаправленного заданного физиологического сдвига через механизм доминанты и условного рефлекса необходимо многократное повторное информационное воздействие. То есть, эффективность информационного влияния на человека резко возрастает с увеличением сенсорного рецепторного разнообразия и повторного количества информационных раздражений. Принцип доминанты следует понимать как физиологическую основу акта внимания, а свойство избирательного реагирования на информационно-значимые сигналы служит физиологической предпосылкой для понимания механизмов сенсорного внимания.

Внимание — это один из механизмов устранения избыточности информационных сигналов-раздражений. Мозг определяет информационную значимость всех сигналов на основе

---

анализа их физических характеристик. В этом состоит информационно-сенсорная функция мозга. Происходит извлечение биологически важной информации путем преобразования входной кодовой комбинации активности нервных элементов информационно-сенсорных систем в реакцию исполнительных аппаратов, что представляет процесс декодирования сенсорной информации; при этом устанавливается соответствующая информационная закономерность взаимодействия нервных элементов сенсорных и двигательных систем мозга.

Способность мозга человека фиксировать, а потом и воспроизводить поступающую информацию, называется биологической памятью. Видом биологической памяти является генетическая память. Носителями генетической информации являются нуклеиновые кислоты, обеспечивающие стабильность хранения информации. Другой формой биологической памяти является иммунологическая память, тесно связанная с генетической. Комплекс структурно-функциональных изменений, выражающийся в способности нервной системы фиксировать и хранить информацию, хранить реакции организма на эту информацию, а также использовать эту информацию для построения текущего поведения человека — носит название нервная (нейрологическая) память. Рассмотрим последовательность фиксации организмом информационных раздражений. Итак, информационный сигнал поступил на рецептор, преобразовался в электрический нервный импульс и временно повысил проводимость в определенных синапсах, на что ушло некоторое время. Сам же след информационного



---

воздействия сохраняется до 500 мс (явление сенсорной памяти), но обычно стирается за 150 мс. У некоторых людей-эйдетиков сенсорная память (например, сохранение зрительного образа при чтении) обладает неограниченной длительностью (среди известных людей таким видом памяти обладали В.И. Ленин, И.В. Сталин, З. Фрейд, В.В. Набоков, М. Горький и др.)

Дальнейшее движение преобразованной в нервные импульсы информации приводит к их многократной циркуляции по замкнутой системе нейронов, что лежит в основе, так называемой, кратковременной памяти, объем которой у человека измеряется в  $7 \pm 2$  единицы, а длительность — в несколько секунд. Информация о пространственном расположении условного сигнала кодируется в импульсной активности нейронов лобной и теменной ассоциативных полей коры больших полушарий. Действие информации приводит к изменениям структурных и ферментных белков и к изменению концентрации и перемещению нейромедиаторов. Этот уровень информационной реакции длится от нескольких минут до нескольких часов и называется промежуточной памятью. Промежуточная память способна увеличивать объем кратковременной памяти. Параллельно с предыдущими информационными процессами идет образование новой устойчивой внутримозговой функциональной структуры, базирующейся на изменениях в мембранах нейронов и на межнейронных связях, приводящих к постоянной фиксации информации. В феномене долговременной фиксации информации выделяется эмоциональная память (выделяется по отношению к суггестии). Формирование и воспроизведение эмоциональной памяти может происходить очень быстро (часто с одного раза) на

---

подсознательном уровне. Существует три основных вида фиксации: краткосрочная, долгосрочная и постоянная. Механизм образования всех трех идет параллельно.

Мышление и речь. Мышление состоит из следующих фаз: 1) Проблемная ситуация. 2) Определение цели. 3) Решение. Т.к. мышление является постижением связей, а логика видит в связях первичный логический материал, — логические категории становятся элементами процесса мышления:

— «Анализ» (метод разложения сложного на простое и известное, а затем их сравнение и различие).

— «Синтез» (объединение известных элементов в новый неизвестный комплекс).

— «Абстракция» (символическое упрощение путем отвлечения от деталей).

— «Конкретизация, детерминация» (процесс, противоположный абстракции, возвращение к конкретному).

— «Индукция» (метод получения новых знаний, создаваемый на базе старых, через их анализ, абстракцию, сравнение, аналогию и т.д.)

— «Дедукция» (метод получения новых знаний, противоположный индукции, через разложение крупных блоков).

Мышление связано с понятиями, вытекающими из обычных представлений путем уточнения. Понятие возникает как совокупность основных признаков, отсылающих нас к предмету. Речь нераздельно связана с мышлением.

Интеллект. Недостаточность интеллекта приводит к трудности усвоения абстрактных категорий, суждений, неполному

---

осмысливанию обстоятельств, беспомощности в решении обыденных вопросов жизни и т.д.

Внимание. Внимание представляет собой форму организации психической жизни человека, проявляющейся в их избирательной направленности, концентрации и относительной устойчивости. Различают внимание произвольное, спонтанное, рассеянное и суженное. В процессе акта внимания различают объем, интенсивность и продолжительность внимания. Объем внимания у человека 5-8 элементов. Средняя устойчивость внимания у человека равна 2 секундам, затем внимание начинает колебаться. Максимум внимания возбуждают у человека неизвестные, непривычные и неожиданные факты, а также личные потребности и интересы. Внимание может быть понижено или повышено. Существует способность к одновременной концентрации внимания на нескольких объектах.

Эмоции. В состоянии эйфории все психические проявления человека приобретают более оживленный и ускоренный характер. Речь становится быстрой, мысли, сменяя одна другую, приобретают форму «рождения идей», движения делаются малокоординированными, быстрыми, размашистыми. Человек попадает в некий аналог измененных состояний сознания (ИСС), когда значительно снижается суггестивный барьер, отдаляя порог критического психологического мышления, коим характеризуется сознание человека, пребывающего в обычных (в отличие от измененных) состояний сознания. В противоположном состоянии, например, состоянии депрессии, наблюдается обратное состояние: мрачное, угрюмое, подавленное настроение, замедление течения психических процессов, скованность

---

движений и т.п. При этом формируется пессимистический взгляд на жизнь, а жизненные обстоятельства воспринимаются негативно и исключительно субъективно. Верх берет невротическая особенность личности данного лица, а отнюдь не реальное положение вещей.

Наряду с такими состояниями у ряда лиц могут наблюдаться бурно протекающие изменения настроения, т.н. «аффекты». В таких состояниях наблюдается суженность сознания и излишне критично-негативная оценка внешней и внутренней реальности.

Эмоции являются важным процессом регуляции информационных отношений организма с внешней и внутренней информацией. В эмоциях психическое и физиологическое присутствует одновременно как две стороны единой нервной деятельности. Эмоции способны значительно влиять на механизмы фиксации информации. В отдельных случаях можно фиксацию ослаблять, а в подавляющем большинстве случаев эмоции усиливают, удлиняют и углубляют фиксацию физиологических последствий после информационного воздействия. В зависимости от положительного или отрицательного характера эмоциональных переживаний, сопровождающих действия информации и легко фиксирующихся в памяти, человек впоследствии формирует свою целенаправленную деятельность. Например, чтобы жестко зафиксировать в памяти какую-либо информацию, необходимо сопроводить ввод такой информации максимально сильной эмоцией объекта. Для воздействия на лиц с низким интеллектом следует сочетать ввод информации с сильными отрицательными

---

эмоциями (построение в основном, на эмоции страха), для лиц, внушаемых или высокочувствительных, а также для лиц с развитым интеллектом, необходимо использовать сильные положительные эмоции.

Человек может не осознавать какую-то информацию, но она все равно откладывается в подсознании в виде психологических установок, и в последствии направляет жизнь такого человека.

Функциональное определение сознательной и бессознательной психической деятельности можно рассматривать следующим образом. Сознательная деятельность возникает в том случае, когда одновременно работают оба уровня психологической саморегуляции — личностно-познавательный и гностический. Анатомически эти уровни представлены лобными долями и теменной областью. Если же эти блоки работают раздельно, то в таком случае можно говорить о неосознаваемой психической деятельности. Сознательная деятельность в ходе решения творческих задач происходит благодаря функция взаимодействия высшего коркового регулятора поведения с гностической сферой. В этом случае, когда построение, моделирование объектов находит свое отражение в лобной коре, этот познавательный процесс осуществляется осознанно. Если же модели, будучи сформированными для решения той или иной проблемы, работают автономно, вне непосредственной связи с целостно-поведенческим регулятором, то такой процесс познания и творчества будет осуществляться вне сознания, т.е. будет бессознательным. Следует допустить также существование процессов, возникающих на уровне передних отделов лобной

---

доли, которые разворачиваются вне контакта с собственно гностической корой, обеспечивающей наличие образов. Такие процессы познания и преобразования действительности также окажутся вне сознания, так как процесс осознания всегда происходит в форме динамики образов. Этот случай неосознаваемых процессов, осуществляющихся на высшем корковом уровне, может считаться той формой психической деятельности, которая, будучи бессознательной, одновременно является высшей.

Таким образом, кора больших полушарий является единой самоуправляемой системой, в которой существует саморегуляция информационных и психических процессов, а значит модели объектов окружающей действительности должны быть представлены в корковом регуляторе, и для этого используется специальный язык, на котором осуществляется высшая неосознаваемая мыслительная деятельность человека.

Для лучшего понимания психики индивида, необходимо знание того, как устроен основной орган психической деятельности — человеческий мозг и как относятся к нему психические процессы. Мы уже рассматривали головной мозг в соответствующем разделе нашей книги, поэтому сейчас лишь кратко напомним, что-то по необходимости дополнительно добавив в целях лучшего понимания.

Головной мозг обеспечивает прием и переработку информации, а также создание программ собственных действий и контроль за их успешным выполнением. В головном мозге человека можно выделить три основных «блока», каждый из которых играет свою роль в обеспечении психической

---

деятельности. Например, первый блок поддерживает нужный тонус коры, необходимый для того, чтобы как процессы получения и переработки информации, так и процессы формирования программ и контроля их выполнения протекали успешно. Второй блок обеспечивает самый процесс приема, переработки и хранения информации, доходящей до человека из внешнего мира (от аппаратов его собственного тела). Третий блок вырабатывает программы поведения, обеспечивает и регулирует их реализацию и участвует в контроле за их успешным выполнением. Все три блока размещаются в отдельных аппаратах головного мозга, причем только слаженная работа всех трех приводит к организации сознательной деятельности индивида.

Блок тонуса коры, или энергетический блок мозга.

Поддержание оптимального тонуса коры мозга способствует нормальному осуществлению приема, переработки и хранения информации. Процессы, протекающие в нормальной коре, подчиняются «закону силы», согласно которому наиболее значимый раздражитель вызывает сильную реакцию, оставляющую наиболее устойчивый след, в то время как менее значимый (слабый) раздражитель вызывает более слабую реакцию, след которой тормозится и угасает. Наличие такого «закона силы» необходимо для создания доминирующих систем возбуждения, сохранения организованных систем информации и стойких программ поведения. При снижении тонуса, кора тормозится, т.е. слабые раздражители начинают вызывать такие же реакции, как и сильные раздражители (характерно для сонных или просоночных состояний).

---

Поддержание постоянного тонуса коры имеет три источника:

1. Для сохранения бодрственного состояния коры нужен постоянный приток информации из внешнего мира, поэтому первым источником для бодрственного состояния коры является постоянный приток раздражений с периферии, важнейшую роль в котором играют аппараты верхнего ствола восходящей ретикулярной формации.

2. Вторым источником для постоянного тонуса коры являются импульсы, доходящие до нее от внутренних обменных процессов организма, составляющих основу для биологических влечений (половые рефлексы, рефлексы агрессии и т. п.) Другими словами, второй источник для поддержания тонуса коры и ее бодрственного состояния осуществляют импульсы от образований гипоталамуса и зрительного бугра, передаваемые на кору посредством восходящей ретикулярной формации.

3. Роль аппаратов первого блока в поддержании тонуса коры и состояния бодрствования обеспечивается его теснейшими связями с корой, осуществляемыми с помощью волокон активирующей ретикулярной формации. Следует отметить, что активирующая ретикулярная формация имеет как восходящие, так и нисходящие волокна. Посредством первых («восходящая активирующая ретикулярная формация») осуществляется возбуждение коры импульсами, приходящими из образований верхних отделов ствола мозга. Посредством вторых («нисходящая активирующая ретикулярная формация») осуществляются те влияния, которые высшие отделы мозга и, в частности, его кора, оказывают на нижележащие отделы мозгового ствола. Поэтому



---

аппарат «нисходящей ретикулярной формации» играет существенную роль в придании аффективной окраски и обеспечении тонуса для тех программ поведения, которые возникают в коре в результате получаемой информации и тех высших форм замыслов и потребностей, которые формируются у человека при участии речи. Этот аппарат и обеспечивает третий источник поддержания бодрствования. Таким образом, первый блок мозга, в состав которого входят аппараты верхнего ствола, ретикулярной формации и древней коры, обеспечивает общий тонус (бодрствование) коры и возможность длительное время сохранять следы возбуждения. Работа этого блока не связана специально с иными органами чувств и носит «модально-неспецифический» характер, обеспечивая общий тонус коры.

Блок приема, переработки и хранения информации.

Этот блок связан с работой по анализу и синтезу сигналов, поступаемых органам чувств из внешнего мира. Он включает в себя аппараты, расположенные в задних отделах головного мозга (теменной, височной и затылочной области) и имеет модально-специфический характер, являясь системой центральных приборов, которые воспринимают зрительную, слуховую и тактильную информацию, перерабатывают или «кодируют» ее и сохраняют в памяти следы полученного опыта. Аппараты этого блока являются центральными (корковыми) концами воспринимающих систем (анализаторов). Корковые концы зрительного анализатора расположены в затылочной, слуховые — в височной, тактильно-кинестетические — в теменной области.

В этих отделах коры кончаются волокна, идущие от соответствующих воспринимающих (рецепторных) аппаратов,

---

здесь выделяются и регистрируются отдельные признаки поступающей зрительной, слуховой и тактильной информации. В наиболее сложных отделах этих же зон они объединяются, синтезируются в более сложные структуры. Этой задаче соответствует тонкое клеточное строение зон коры. Зоны коры имеют шестислойное строение. Наиболее развит в этих зонах IV слой коры, куда приходят волокна, начинающиеся в периферических чувствующих аппаратах. Здесь они переключаются на другие нейроны. Некоторые волокна непосредственно спускаются в V слой коры, где заложены пирамидные (двигательные) клетки. Волокна от некоторых из этих клеток направляются на периферию, и таким образом, замыкается дуга простейших сенсорных рефлексов. Другие волокна, пришедшие от чувствующих органов в IV слой коры, переключаются там на нейроны с короткими аксонами, которые служат аппаратами переключения возбуждений на более сложные ассоциационные клетки. Огромная часть ассоциационных клеток или клеток с короткими аксонами, имеющих форму малых пирамид или звездчатых клеток, расположены во II и III слоях коры, составляющих основной аппарат передачи возбуждений одних нейронов на другие. В тех зонах коры, куда непосредственно приходят волокна от периферических чувствующих органов (переключаясь лишь в подкорковых ядрах) и которые носят название первичных, или проекционных, зон, наибольшее место занимает IV, рецепторный, слой клеток. В тех зонах коры, которые примыкают к проекционным которые носят название вторичных, или проекционно-ассоциационных, зон — особенно мощно развиты II и III слои клеток. I и VI слои клеток

---

имеют специальное значение: в I слое заложены горизонтальные и «транскортикальные» связи, соединяющие соседние участки коры; в VI слое заложены проекции вегетативных клеток, связывающих кору с глубокими отделами мозга.

Расположенное под корой белое вещество состоит из длинных волокон, которые либо связывают кору с нижележащими образованиями (проекционные волокна), либо связывают отдельные области коры с другими корковыми областями (транскортикальные волокна). Оба полушария коры соединяются между собой особенно мощным пучком транскортикальных волокон, который носит название «мозолистого тела». Когда мозолистое тело перерезается, значительная часть больших полушарий теряет связь друг с другом и оба полушария начинают работать изолированно.

Принцип иерархического построения каждой зоны коры, входящей в состав второго блока, является одним из наиболее важных принципов строения коры головного мозга: информация, поступающая от зрительного, слухового или кожного рецептора в первичные (проекционные) зоны коры, дробится там на огромное число составляющих ее признаков. Это осуществляется благодаря тому, что в этих проекционных зонах коры заложены высокоспециализированные нейроны, которые, как показали исследования некоторых физиологов, реагируют только на отдельные частные признаки раздражений.

Так, в проекционной зоне затылочной (зрительной) коры существуют нейроны, которые реагируют только на движение светящейся точки от центра к периферии или от периферии к центру, только на плавные изогнутые линии, только на острые

---

ломанные линии и т. д. Такие же клетки с высочайшей специализацией существуют в височной (слуховой) и тактильной (теменной) коре. Это позволяет дробить возбуждение на отдельные мельчайшие элементы и превращает их в функциональную мозаику раздражений, доступную для дальнейшей организации. Над каждой первичной, или проекционной, зоной коры надстроены вторичные, или проекционно-ассоциационные, зоны коры. Волокна, поступающие сюда, не приходят, как правило, непосредственно от периферического рецептора, они либо переключаются в соответственных подкорковых ядрах и уже несут обобщенные импульсы, либо приходят во вторичные зоны коры из первичных зон. В отличие от первичных зон коры, эти зоны в основном состоят из мощно развитого II и III (ассоциационного) слоев клеток. Подавляющая часть нейронов, входящих в состав этих зон, не отличается такой тончайшей специализацией, как нейроны первичных (проекционных) зон. Они реагируют не на отдельные признаки, а чаще всего на целый комплекс модально-специфических (зрительных, слуховых, тактильных) раздражителей, а некоторые из них имеют даже мульти-модальный характер, реагируя на раздражения различных модальностей. Значение этих вторичных зон, по-видимому, состоит в том, чтобы объединять раздражения, приходящие к ним от нижележащих подкорковых ядер или от первичных зон коры, и кодировать их известные подвижные динамические структуры.

Первичные зоны чувствительной коры осуществляют функцию раздробления (анализа) поступающей информации на ее составные части, а вторичные зоны этих же отделов коры несут

---

функцию объединения (синтеза) или сложной переработки доходящей до субъекта информации. Кроме того, первичные зоны коры, куда приходят проекционные волокна от соответствующих периферических рецепторов, имеют строгое сомато-топическое строение (т.е. волокна, приходящие в кору этих отделов от воспринимающих областей, расположены не в случайном, а в строго организованном порядке). Например, волокна, идущие от кожных поверхностей нижних отделов тела, перекрещиваясь в стволе мозга, приходят к верхним отделам задней центральной извилины противоположного полушария, в то время как волокна, несущие импульсы кожной чувствительности рук, располагаются в средних, а волокна, приносящие чувствительные импульсы от кожи лица и головы, — в нижних отделах задней центральной извилины противоположного полушария, причем занимаемая проекцией тех или иных отделов тела, пропорциональна не размерам этих частей тела, а тому значению, которое эти области тела имеют в деятельности. Территория, занимаемая проекцией бедра или голени в коре головного мозга, очень незначительна, в то время как проекция руки (особенно большого и указательного пальцев) и проекция рта, губ очень велика. Это обеспечивает наибольшую управляемость тех органов, которые должны особенно точно подчиняться центральной регуляции.

Над первичными и вторичными зонами коры головного мозга надстроены аппараты третичных зон коры (или перекрытия корковых концов отдельных анализаторов). Третичные зоны задних отделов мозговой коры расположены на границах теменной, затылочной и височной области. При их раздражении не возникает каких-либо чувствительных реакций или

---

галлюцинаций, их поражение не приводит к выпадению зрительной, слуховой или тактильной чувствительности. Значение этих отделов коры для объединения информации, поступающей от отдельных анализаторов, можно видеть, анализируя поведение больных с поражением этих отделов мозговой коры. Как правило, у таких больных возникают трудности в наиболее сложной переработке получаемой информации, и прежде всего — в объединении доходящих до мозга последовательных раздражений в одновременные пространственные схемы. Различая зрительно воспринимаемые предметы и звуки, больные начинают испытывать затруднения при ориентировке в пространстве, путают направление, не могут различить правую и левую стороны, разобраться в положении стрелок на часах, соотношении сторон света на географической карте. Они оказываются не в состоянии выполнить арифметические операции, требующие ориентировки в разрядном строении числа, в быстром выполнении вычитания и деления, и начинают испытывать серьезные затруднения в понимании сложных грамматических структур и в логических операциях, включающих сложные отношения. Поэтому можно заключить, что третичные зоны коры являются важным аппаратом, необходимым для наиболее сложных форм переработки и кодирования получаемой информации.

Блок программирования, регуляции и контроля деятельности.

Третий блок головного мозга человека осуществляет программирование, регуляцию и контроль активной человеческой деятельности. В него входят аппараты, расположенные в передних отделах больших полушарий, ведущее место в нем занимают

---

отделы большого мозга. Сознательная деятельность человека начинается с получения и переработки информации, а кончается формированием намерений, выработкой соответствующей программы действий и осуществлением этих программ во внешних (двигательных) или внутренних (умственных) актах. Все эти функции осуществляются передними отделами мозга и их лобными долями. По характеру своего строения передние отделы коры отличаются от задних. Если кора задних отделов мозга характеризуется поперечной исчерченностью, то кора передних отделов мозга отличается вертикальной исчерченностью, что говорит о моторном двигательном характере доминирующих в ней структур. Если в коре задних отделов мозга (и особенно в ее первичных зонах) преобладает IV (афферентный) слой клеток, в коре передних отделов мозга (особенно в ее первичной зоне) преобладает V эфферентный слой клеток с большими пирамидами, аксоны которых уносят сформированные импульсы на периферию, доводя их до руки и тем самым вызывая соответствующие движения, программы которых были подготовлены всей корой мозга и, в частности, лобной областью. Как и задние отделы мозга, передние имеют теснейшие связи с нижележащими образованиями ретикулярной формации, причем, что важно, здесь особенно мощно представлены как восходящие, так и нисходящие волокна ретикулярной формации, которые производят импульсы, сформированные в лобных долях коры, и тем самым регулируют общее состояние активности организма, изменяя ее соответственно сформированным в коре намерениям. Так же как и системы задних отделов коры, передние отделы коры имеют иерархическое строение, с тем только отличием, что

---

первичные зоны двигательной коры являются не первыми (куда попадают доходящие до мозга раздражители), а последними по порядку своей работы: к ним подходят импульсы, подготовленные в более высоких отделах коры, и они направляют эти импульсы к периферии, вызывая соответствующие движения.

Первичной (проекционной) зоной передних отделов мозга является передняя центральная извилина, или моторная область коры. Над ней надстроено вторичное премоторное поле; еще выше расположены образования коры собственно лобной, или префронтальной области. Первичная двигательная кора расположена длинной полоской в пределах передней центральной извилины, в ней преобладает V эфферентный слой, состоящий из пирамидных клеток, которые дают начало длинным аксонам, которые, в свою очередь, переходя в стволе мозга на противоположную сторону, спускаются вниз, доходят до передних рогов спинного мозга и несут двигательные импульсы, приходящие, в конечном счете, к известным мышечным группам. Первичные двигательные поля коры имеют четкое соматотопическое строение: гигантские пирамидные клетки его верхних отделов несут двигательные импульсы к мышцам нижних конечностей противоположной стороны тела, гигантские пирамиды средних отделов — к мышцам верхних конечностей, пирамидные клетки нижних отделов этого поля — к мышцам шеи, головы, лица. Так же как и в сенсорных проекционных зонах, территория первичного двигательного поля представляет соответствующие мышечные группы не по геометрическому, а по функциональному признаку: чем более управляемой должна быть соответствующая мышечная группа, тем большую территорию



---

занимает ее проекция в первичной двигательной зоне коры. Такая сомато-топическая организация передней центральной извилины и ее проводящих путей имеет важное значение для топической диагностики мозговых поражений. Например, разрушение верхних отделов этой области мозга или ее проводящих путей приводит к параличу противоположной ноги; поражение средних отделов — к параличу противоположной руки; поражение нижних отделов — к параличу или парезу мышц противоположной стороны лица.

Над первичной двигательной зоной мозговой коры надстроена премоторная область. В отличие от проекционной-двигательной зоны в ней преобладают малые пирамидные клетки II и III слоев коры, играющие проекционно-ассоциационную роль; принцип сомато-топической проекции здесь представлен несравненно меньше, чем в проекционной двигательной зоне. Поэтому поражение премоторной зоны не ведет к возникновению параличей в определенных мышечных группах. Значение премоторной зоны коры заключается в том, что она создает условия для систематической работы двигательного аппарата и обеспечивает плавное переключение импульсов с одних звеньев движения на другие. Большое значение премоторная зона коры приобретает для создания двигательных навыков, в которых одно двигательное звено должно плавно сменяться другим (поэтому при раздражении премоторной зоны коры возникают подергивания отдельных мышечных групп, сложные комплексные движения (поворот глаз и головы, хватательные движения), а при поражении этой зоны — нарушение двигательных навыков). В отличие от двигательной и премоторной зоны эти отделы коры не включают в свой состав больших пирамидных клеток, и вся толща

---

коры занята клетками с короткими аксонами и звездчатыми клетками, тела которых очень малы и представляют собой зерна или гранулы (поэтому префронтальная область иногда называется лобной гранулярной корой). Префронтальные области коры связаны как со всеми остальными отделами мозга, так и с нижележащими отделами ретикулярной формации. Эти связи особенно значительны у медиальных и базальных отделов лобных долей; в них наряду с восходящими волокнами ретикулярной формации особенно мощное развитие получают волокна нисходящей ретикулярной формации, что дает лобным долям мозга возможность постоянно поддерживать тонус коры посредством нисходящих волокон, соединявших их с нижележащими стволовыми образованиями.

Лобные доли мозга обладают мощной активирующей ролью. Как показали исследования, при каждом интеллектуальном напряжении (ожидании сигнала, сложном счете) в лобных долях мозга возникают особые медленные волны, распространяющиеся на другие отделы коры. Когда наступает прекращение ожидания сигнала, эти волны исчезают. Напряженная интеллектуальная работа, требующая повышенного тонуса коры, вызывает в лобных долях повышенное число синхронно возбуждающихся совместно работающих пунктов. Поддерживая тонус коры, необходимый для осуществления поставленной задачи, лобные отделы мозга играют решающую роль в создании намерений и формирования программы действия, которые осуществляют эти намерения. Также лобные доли мозга играют важную роль в проведении постоянного контроля над протекающей деятельностью.

---

Описание трех основных блоков, совместной работой которых обеспечивается деятельность головного мозга человека, необходимо дополнить ролью полушарий мозга. Если у животных оба полушария являются равноценными, то у человека одно из них (как правило, левое) является доминирующим, а правое — подчиненным. Доминантность левого полушария возникла с выделением правой руки как играющей ведущую роль в трудовой деятельности, поэтому левое полушарие играет доминирующую роль у правшей, а у левшей доминирующая роль либо стирается, либо переходит к правому полушарию.

Важнейшим признаком доминирующей роли левого полушария у правшей является тот факт, что его работа тесно связана с речевой деятельностью. Несмотря на то, что морфологически оба полушария лишь очень незначительно отличаются друг от друга, только левое полушарие является мозговым аппаратом речи. Помимо речи, у правшей доминирующий характер левого полушария проявляется в нормальном протекании всех форм сознательной деятельности. Например поражение областей мозговой коры, прилегающих к речевым зонам и относящихся к «третичным» областям коры, приводит к нарушению сложных форм восприятия, к распаду сложнейших форм логико-грамматических операций, лежащих в основе интеллектуальных процессов и к нарушениям активных форм мышления. В отличие от этого поражения аналогичных отделов правого (субдоминантного) полушария не ведут к подобным расстройствам познавательных процессов и сказываются в большей мере на нарушении наглядного восприятия и эмоциональной сферы человека.

---

### **Рассмотрим феномен сознания.**

Сознание — это разум, который в ходе эволюции природа сформировала у нас на базе психофизиологии коры левого полушария головного мозга и соответствующих подкорковых глубинных структур всего мозга. Сознание составляет у большинства людей 60-70% дневной активности всего разума человека. Сознание — это словесно-логическая основа разума и присуща только человеку. Языком сознания (человеческого разума) является логически оформленная речь, вслух или мысленно (про себя). Это значит, что сознание мыслит словами и формирует собственную личность, со своими механизмами памяти, стереотипами мышления, характером, привычками и т. д.

Сознание существует у каждого психически здорового человека. Человек формирует сознание с детских лет в процессе воспитания, культуры, образования, получения профессии, а также идеалов, убеждений, иерархии нравственных и духовных ценностей и т. д. Сознание — это идеальная природа человека, которая управляет бессознательным психики, выполняя критико-аналитическую роль цензуры психики. Цензура психики — это барьер критичности на пути информации, получаемой из внешнего мира. Цензура психики распределяет информацию между сознанием и бессознательным (подсознанием). Если сознание неразвито — люди мыслят шаблонами и социальными стереотипами своей среды. Такие люди часто не воспринимают что-то новое, что не укладывается в их стереотипы и установки, полученные в процессе социализации (жизни в обществе). При развитом сознании люди образованны, воспитаны, обладают

---

умением сочувствовать, сопереживать, их слова, дела и поступки нравственны и полезны обществу. При чрезмерном и неправильном словесно-логическом развитии сознания, люди теряют способность понимать и сочувствовать, объективно оценивать происходящее, пренебрегают в ущерб делу материальной стороной, увлекаясь и полностью подчиняясь какой-либо идее, которую они рано или поздно извращают своим фанатизмом.

Сознание делится на несколько характеристик. Первой психологической характеристикой сознания является ощущение себя познающим субъектом, способность представлять действительность (реальную и воображаемую), контролировать и управлять собственными психическими и поведенческими состояниями, способность восприятия в форме образов окружающей действительности. Второй характеристикой сознания является мысленное представление и воображение действительности. При этом, исходя из того, что воображение и представление не всегда связаны с волевым контролем сознания, следует вести в данном случае речь о предсознании (предсознание — промежуточная единица между сознанием и бессознательным). Однако волевое управление психическими процессами и состояниями всегда считалось прерогативой сознания, т.к. человек в такой момент сознательно отвлекается от восприятия окружающего мира и сосредоточивает свое внимание на какой-либо идее, образе, воспоминании и т.п., рисуя и развивая в воображении то, что в данный момент он непосредственно не видит.

---

Сознание связано с речью. В сознании (или при помощи сознания) становится возможным осмысление представляемого или осознаваемого. В сознании отображается не все характеристики предметов, событий, явлений, а только основные и главные. Третьей характеристикой сознания считается способность сознания к человеческому общению. С помощью языка человек передает другим не только сообщения о своих внутренних ощущениях, но и о том, что знает, видит и т.п., т.е. передает объективную информацию об окружающем мире.

Еще одной особенностью сознания является наличие в нем интеллектуальных схем. Схемой называется определенная умственная структура, в соответствии с которой человеком воспринимается, перерабатывается и хранится информация об окружающем мире и о самом себе. Схемы включают правила, понятия, логические операции, используемые людьми для приведения имеющейся у них информации в определенный порядок, включая отбор, классификацию информации, отнесение ее к той или иной категории.

Обмениваясь друг с другом разнообразной информацией, люди выделяют в сообщаемом главное. Так происходит абстрагирование, т.е. отвлечение от всего второстепенного, и сосредоточение сознания на самом существенном. Откладываясь в лексике, семантике в понятийной форме, это главное становится достоянием индивидуального сознания человека по мере того, как человек учится пользоваться языком как средством общения и мышления. Обобщенное отражение действительности составляет содержание индивидуального сознания. Почему без языка и речи не существует сознания. Поэтому язык и речь образуют два пласта

---

сознания: систему значений и систему смыслов слов. Значения слов — это то содержание, которое вкладывают в слово носители языка, когда принимаются во внимание всевозможные оттенки в употреблении слов в полной мере отображенные в «толковых общеупотребительных и специальных словарях. Система словесных значений составляет пласт общественного сознания, которое в знаковых системах языка существует независимо от сознания каждого отдельно взятого человека.

Сознание существует также и в образной форме. В таком случае оно связано с использованием второй сигнальной системы, вызывающей и преобразующей соответствующие образы. Наиболее ярким примером образного человеческого сознания является искусство, литература, музыка. Они также выступают как формы отражения действительности, но не в абстрактной, как это свойственно науке, а в образной форме.

Любое сознательное поведение предполагает наличие выбора из нескольких вариантов. Например, нам надо попасть в другой конец города. Это можно сделать пешком, но можно и на транспорте. Мы оцениваем ситуацию, обдумываем имеющиеся у нас возможности и, выбрав один вариант, намечаем конкретный план действий. Другими словами, перед нами стоит определенная задача, но выбор правильного решения зависит от нас самих. Мы не автоматически (бездумно) удовлетворяем свою потребность, а сознательно выбираем и составляем друг с другом разные способы достижения цели.

Установлено, что не менее 7/8 человеческого поведения складывается из левомозговых (т.е. разумных, сознательных) актов и только 1/2 (12%) — это правомозговые (т.е. условные и

---

безусловные рефлексы). Любой сознательный (левомозговой, разумный) акт состоит из трех фаз: 1) ориентировка в условиях возникшей задачи и выработка плана действий; 2) исполнение или осуществление намеченного плана; 3) сличение получившегося результата с поставленной целью.

Таким образом, в примере с поездкой в другой конец города, первая фаза — это размышление о том, какой транспорт лучше, сравнение вариантов и выбор лучшего; вторая — осуществление выбранного варианта, третья — удовлетворение от того, что вовремя попали в задуманное место. Таким образом, все фазы четко отделены друг от друга, т.е. человек сначала рассматривает свои возможности, составляет план действий, а затем этот план осуществляет. Поэтому если человек попадает в ситуации частичного или полного торможения разума левого мозга, то он в своем поведении начинает руководствоваться чувственно-образным разумом правого полушария мозга и поэтому ведет себя как любое животное, т.е. в полном подчинении инстинктам.

### **Рассмотрим основные закономерности функционирования сознания.**

Сознание является высшим уровнем многоуровневой живой системы. Этот уровень сформировался в процессе эволюционно-исторического развития человека под решающим воздействием труда и общественных отношений. Сознание имеет естественную основу, материальным субстратом которой является головной мозг. Головной мозг имеет «многоэтажную» структуру, поэтому формирование психики осуществлялось в определенной



---

последовательности. Наиболее древним структурам головного мозга соответствуют простейшие нервно-психические процессы (т.е. процессы, в основе которых лежат органы чувств, с их представительством в коре головного мозга). На каждом этапе эволюции происходило появление новых структур головного мозга, а значит и появление новых психических функций. При этом низшие функции не устранялись, а вступали во взаимодействие с высшими. В результате их интеграции возникали качественно новые элементы психической деятельности. Так, взаимодействие нескольких разных по своему характеру видов ощущений при непосредственном участии других психических процессов служило основой для формирования качественно новых компонентов — восприятия, представления, воображения. В результате этого отражение реальной действительности становилось более полным. Усложняющееся строение головного мозга служило объективной предпосылкой появления рассудочной деятельности. С постепенным подключением трудовой деятельности, речи и формированием общественных отношений развивались высшие отделы коры головного мозга, которые в свою очередь оказывали воздействие на трудовую деятельность, речь, общественные отношения и мышление. В конечном счете, появилась та иерархическая система психических функций, которая послужила основой для формирования сознания. Весь этот процесс носил закономерный характер. Поэтому и в основе деятельности сознания существуют строго определенные закономерности.

Сознание функционирует по законам саморегулирующейся системы. Рассмотрим эти функции:

---

1) Сознание не может нормально действовать, если выпадает тот или иной элемент его как системы. В этом случае система перестает быть целостной, и хотя она продолжает функционировать, в ее поведении обнаруживается явный или скрытый изъян. В зависимости от того, какой конкретный элемент выпадает, степень нарушения сознания бывает различной. При отсутствии филогенетически наиболее древних элементов система страдает в меньшей степени и, наоборот, в случае полного выпадения высших психических функций сознание как система нормально функционировать не может. Например, выпадение одного из видов ощущений (скажем, тактильного) отразится на сознании в гораздо меньшей степени, чем потеря памяти. Это связано с тем, что высшие формы отражения действительности интегрируют в себе низшие, но не сводятся к ним.

Память хранит в себе следы всех видов ощущений, поэтому выпадение одного из них хотя и скажется на сознании, однако полностью его не блокирует, т.к. сохранившиеся виды ощущений как бы компенсируют функцию утраченного элемента. Когда функция памяти, хранящей следы всех видов ощущений, полностью выпадает — сознание в этом случае резко нарушается и функционировать не может. Такое явление объясняется тем, что у всех людей однотипное строение мозга. Мозг каждого физически здорового и психически полноценного человека наделен строго определенным количеством структурных образований. Любое отклонение от этого сопровождается теми или иными изменениями в психической сфере. Следовательно, первая закономерность функционирования сознания как социально интегрированной системы психических функций

---

человека сводится к сохранению и поддержанию целостности этой системы.

2) Все компоненты сознания строго специализированы. Каждая психическая функция, входящая в общую структуру сознания, играет свою ничем не заменимую роль. Ощущение, восприятие, представление, воображение, внимание, память, речь — все они строго специализированы.

3) Между всеми элементами сознания существует особый характер связи — не просто взаимодействие, а взаимосодействие. Один элемент сознания, вступая в связь с другим, содействует его работе. Эта закономерность наблюдается уже на самом «нижнем этаже» сознания и прослеживаем ее на всех уровнях. Возьмем, например, ощущения, восприятия и представления, как первичные элементы познавательного процесса. Каждый вид ощущений дает возможность познать какую-то одну сторону или свойство предмета. Однако в процессе познания все виды ощущений дополняют друг друга и тем самым создают условия для более полного, всестороннего познания. Таким образом, на их основе формируется новый элемент сознания — восприятие. В свою очередь, без участия памяти все ощущения человека потеряли бы свое значение как элементы сознания. Память хранит и воспроизводит следы ранее полученных ощущений. Благодаря этому человек получает возможность воспроизвести образ того, с чем встречался ранее. Без взаимодополняющих функций элементов сознания не было бы сколько-нибудь цельной системы.

4) Четвертая закономерность проявляется в интеграции низших уровней системы высшими. Сознание представляет собой интегрированную систему психических функций человека.

---

Высшие уровни системы включают в себя низшие, но отнюдь не сводятся к ним. В то же время сознание — это не простая сумма психических функций, а качественно новое состояние.

5) Все элементы сознания социализированы, а само сознание как система - представляет собой высшую степень социализации, т.е. сознание присуще только человеку и формируется только в процессе общественной жизни. В тех же редких случаях, когда по тем или иным причинам физиологические процессы, происходящие в головном мозге человека, не подвергаются социализации (например, у детей-маугли), сознание сформироваться не может.

6) В обычных условиях все элементы сознания как системы функционируют по единой программе. Когда же в деятельности различных элементов сознания появляется разобщенность и они выходят из-под контроля общей программы и начинают работать изолированно друг от друга, — формируется психическая болезнь.

Также следует помнить, что в сфере действия бессознательного психики находится понятие психологическая установка. Данные установки бывают различных модальностей: аудиальные (вырабатываемые на слух), тактильные (осязаемые), визуальные (зрительные), и кинестетические (двигательные).

Психологические установки имеют следующие характеристики:

1. Возбудимость фиксированной установки (сколько требуется повторений, чтобы возникла установка).
2. Прочность фиксации.

---

3. Вариабельность установки (в разные дни может потребоваться различное число повторений для выработки одной и той же установки).

От характера работы установок зависит характер человека. Если у человека легко возникает установка — значит он вспыльчивый; если для установки требуется большее число повторений — значит, психика такого человека инертна, пассивна. Если установка динамична (т.е. долго не держится), значит, человек легко приспосабливается к обстоятельствам, выносив в конфликтах. Если установка статична — наоборот, человек неуживчив, легко ломается в конфликтах. Если установка вариабельна — человек импульсивен и непоследователен. Установки формируются под действием среды и находятся в ведении бессознательного. Посредством установок формируются стереотипы.

Существуют т.н. первичные установки, когда проявляется феномен «побуждающего характера» предметов. В этом случае может происходить импульсное поведение (например, читаем книгу, захотелось курить, берем сигарету, закуриваем и продолжаем читать книгу и курить; или женщина бессознательно поправляет прическу при виде гостя-мужчины). Большинство установок помогают автоматически действовать в стандартных ситуациях, не мешая думать о других проблемах. Установки могут проявляться в оговорках, описках, обмолвках и прочих бессознательных ошибочных действиях. Бывают смысловые установки, которые могут проявляться в общей смысловой окраске различных действий входящих в состав деятельности и выступая в виде лишних действий. Существуют установки

---

направленные на регулирование цели действия. Например, много примеров установок встречается на массовых сеансах гипноза, когда создается ложная иллюзия посредством внушаемости, и удается сотворить чудо).

Любое поведение человека разбивается на операции, которые помогают ему достигнуть заданную цель. Таким образом появляются операциональные установки, которые в обычной жизни действуют в стандартных для человека ситуациях, определяя привычный характер поведения. Например контролер трамвая в течении рабочего дня выполнял одни и те же действия, проверял билеты. Если вместо билета ему протянуть цветную бумажку, на время он замешкается, так как произойдет сбой сенсорной системы восприятия. Таким образом нормы оценок и отношений в течении повторяющихся действий внедряются в сознание и выступая в форме отвечающих стандартному кругу условий операциональных установок руководят человеком в повседневной жизни, избавляя от необходимости всякий раз решать какие необходимо совершить действия.

Таким образом, что бессознательное психики состоит из множества установок. При этом необходимо помнить, что, несмотря на то, что все установки (первичная, целевая, импульсивная, смысловая и операциональная) находятся во взаимодействии и взаимовлиянии друг на друга, преимущество более давних установок все же более заметно.

Внушаемость и гипнабельность человека зависят от психологических установок. Возникновение неосознаваемой психологической установки на внушаемость оказывает влияние на гипнабельность. Под влиянием положительной установки на

---

внушение бессознательно срабатывает механизм, исключаящее поведение, противоречащее этой установке. Поэтому отпадает последний сдерживающий мотив, осуществляющий контроль за поведением, и наступает гипнотическое состояние, при котором словесная информация, поступаемая от гипнотизера, воспринимается без критики сознания.

Психикой человека управляет бессознательное. Кроме того, мысленное воспроизведение какого-то события, явления, поступка — вызывает в организме человека точно такие же психофизиологические реакции, как если бы мысленно представленное было совершено на самом деле. Любая идея и мысль отражается на двигательной сфере. Кроме того, центральная нервная система (ЦНС) сохраняет в виде следов последовательность раннее пережитого опыта в системах корково-подкорковых ассоциаций. Поэтому психические явления, формируемые методом гипноза, следует рассматривать как реальные отражения психофизиологических изменений, происходящих ранее в организме.

Организация мозговых процессов, лежащих в основе построения субъективного образа, проходит три этапа: сенсорный, синтез, и перцептивное решение. Сенсорный этап — анализ физических характеристик стимула. Синтез — осуществление синтеза сенсорной и несенсорной информации о стимуле. Перцептивное решение — опознание стимула (его отнесение к определенному классу объектов). Следует понимать, что поступление сенсорной информации в кору головного мозга еще не сопровождается ощущением. Ощущение возникает только на втором этапе сенсорно-перцептивного процесса. А осознание

---

значимости стимула — приходит только на третьем этапе восприятия. Подобные три этапа восприятия — это три временных уровня мозговой деятельности, в которых разворачивается последовательный анализ стимульной информации. Каждый из уровней характеризуется вовлеченностью большего числа мозговых структур, более сложной организацией внутримозгового взаимодействия и более высокой стадии ее психического отражения. При этом передача на исполнительные механизмы может осуществляться на каждом из этапов, поэтому каждой из трех стадий соответствует свой тип ответной реакции. Выбор типа ответа определяется задачей, стоящей перед человеком; при этом, проигрывая в скорости реакции, организм выигрывает в сложности и точности ответа. Необходимый минимум структур — это «жесткие» звенья. Они участвуют в реакциях любого типа. Другие структуры — это гибкие звенья, системы обеспечения психической функции. Их включение в функцию дает возможность осуществления более сложных реакций.

Рассмотрим данные типы реакций. Наиболее элементарной реакцией является автоматизированный условный рефлекс. При этом типе реакции переход возбуждения на исполнительные центры осуществляется до возникновения ощущения. Эта реакция наблюдается либо в стандартных условиях, когда мы реагируем на раздражитель, не замечая его, и ощущение при этом может не возникать вовсе, или при реакциях скоростного типа, например, в транспорте, когда нога как бы сама нажимает на педаль тормоза. К более высокому уровню относится реакция, возникающая в ответ на ощущение, которое еще не опознано.



---

Как мы замечали ранее, в ощущении представлены в основном физические характеристики стимула. Тем не менее, ощущение может стать основой для построения двигательных актов, связанных с анализом сложной стимульной информации. Это следствие того, что информация о значимости стимула участвует в генезе ощущений. Реакции высшего психического уровня — это ответы организма, которые формируются на основании того, что возникшее ощущение опознано. Например, человек идет по хорошо известной ему дороге, его мозг в это время занят обдумыванием какого-либо дела. Его ноги твердо ступают по дороге, он обходит мелкие неровности, правильно координирует движения, идет быстро и уверенно, смотрит на дорогу и в то же время как бы не видит, думая о своем. Это автоматизированные реакции низшего психического уровня. Когда такой человек встречает неожиданное препятствие, например, большая лужа, человек останавливается. Он думает, как ему перебраться на другую сторону. При этом он использует понятийный аппарат и внутреннюю речь. Вскоре он принимает решение и переходит или обходит препятствие. Значит — более высокие уровни психического отражения и реакции включаются тогда, когда низшие не обеспечивают достижение к цели.

Перечисленные нами реакции являются выработанными в процессе жизненного опыта человека. Если рассматривать вопрос высших реакций, следует говорить о том, что необходимым элементом возникновения ощущения как психического феномена является сопоставление, синтез сенсорной информации со следами памяти, то есть информацией о прошлых встречах человека с данными или сходными сигналами. Происходит активизация

---

следов памяти по принципу условного рефлекса. Однако синтез информации требует еще одного звена, которое не входит в условный рефлекс. Сопоставление сенсорной и несенсорной информации о стимуле обеспечивается механизмом возврата возбуждения из подкорковых центров эмоций и мотиваций, а также других отделов коры, включая ассоциативные зоны и области проекции других анализаторов, в первичную проекционную область. Это возбуждение несет информацию о значимости данного объекта внешней среды, то есть его отношение к определенной деятельности организма и сведения об иных его физических признаках, полученных в прошлом. Синтез всей этой информации и лежит в основе построения субъективного образа. Таким образом, в ответ на внешний стимул из глубин памяти (из бессознательного) поднимается все, что было накоплено в прошлом в применении к оценке данного стимула. При этом сопоставление внешнего сигнала и сферы внутренних переживаний определяется особой организацией информационных процессов в мозге: активизацией следов памяти в ответ на внешний сигнал и обратным движением этой информации на встречу с сенсорным сигналом в области его первичной проекции, которые являются в данном случае центром интеграции мозговой системы, обеспечивающей генезис ощущений. При опознавании стимула на третьем этапе восприятия центр интеграции перемещается в лобные отделы полушарий. В этих процессах значительную роль играет межполушарное воздействие. При этом образуется как бы второй круг возбуждения, включающий синтез информации в отделах доминантного полушария, связанного вербальной функцией.

---

Итак, установлено, что психическое отражение возникает на основе определенной организации информационных процессов мозга, высокой степени согласованности всех звеньев, входящих в систему обеспечения данной психической функции. Возможность сложной мозговой интеграции обеспечивается определенными структурными особенностями мозга, разделенными на три основных функциональных блока, наличием достаточно дифференцированных нервных ансамблей, корковых полей с иерархическим строением и межцентральных связей. Однако эта структурная основа создает лишь возможность возникновения психики. Для того, чтобы эта возможность была реализована, необходимо еще одно условие: приобретение индивидуального опыта. Опыт играет ключевую роль в ощущении своей личности как чего-то отдельного от внешней среды. Это свойство сознания возникает в процессе общения с другими людьми, то есть в основе социального опыта. Общаясь с другими людьми, человек лучше понимает и себя. Вырабатывается сознание — как собственное знание, и совесть — как нравственный отчет перед собой. Диалектика развития проявляется в том, что, возникая в процессе общения с людьми, сознание в то же время является необходимым условием для их объединения в коллектив. Общество состоит из отдельных личностей. С общественным опытом связаны высшие достижения человеческой культуры и науки как наиболее сложные проявления психической деятельности человека.

Сходство между понятиями отношения как компонента системы «личность» и условного рефлекса как компонента системы «высшая нервная деятельность» потому, что они вырабатываются в процессе развития и накопления

---

индивидуального опыта. Условный рефлекс и отношения, раз образовавшись, никогда не исчезают полностью, а лишь могут быть заторможены и перестроены. Такой анализ сходства и различия этих понятий существенен для психотерапевтической практики — разработки психотерапевтических методов и понимания механизмов их действия.

Таким образом, условные рефлекс, психическая деятельность, поведение, субъективный мир человека, личность как свойство биологического объекта, сознание как состояние, с помощью которого проявляется личность, и становятся предметом исследований психофизиологов, и рассматривается как деятельность всего организма в целом.

Цифровая переработка информации означает линейный способ действий. Последние следуют одно за другим, как бы нанизываясь друг на друга и образуя слова. Слова выстраиваются в ряд, образуя предложения. С позиции понимания работы полушарий необходимо заметить, что чтение формирует способность левого полушария к абстрагированию. В то время как телевидение оказывает влияние на правое полушарие. Поэтому тот, кто любит читать — имеет неоценимое преимущество перед тем, кто смотрит телевизор. Или необходимо и смотреть телевизор и читать. При чтении вырабатывается навык осмысления увиденного по телевизору, способствует передачи информации из правого полушария в левое, перекодирование увиденного в слова. Если же такого навыка нет, информация из телевизора прочно усваивается в подсознании, и оттуда формирует жизнь человека, программируя его мысли и поступки в соответствии с видением мира спонсора телепередачи.

---

### **Невротические защиты психики.**

Кратко рассмотрим защитные механизмы, распространенные в психике человека. Это следующие защиты: вытеснение, проекция, идентификация, интроекция, реактивное образование, самоограничение, рационализация, аннулирование, расщепление, отрицание, смещение, изоляция, сублимация, регрессия и сопротивление.

#### **Вытеснение.**

Вытеснение является процессом исключения из сферы сознания мыслей, чувств, желаний и влечений, причиняющих боль, стыд или чувство вины. Действием этого механизма можно объяснить многие случаи забывания человеком выполнения каких-то обязанностей, которые, как оказывается при более близком рассмотрении, для него неприятны. Часто подавляются воспоминания о неприятных происшествиях. Если какой-либо отрезок жизненного пути человека заполнен особенно тяжелыми переживаниями, амнезия может охватить такие отрезки прошлой жизни человека.

#### **Проекция.**

При проекции — человек свои собственные нежелательные черты приписывает другим, и таким путем защищает себя от осознания этих черт в себе. Механизм проекции позволяет оправдывать собственные поступки. Например, несправедливая критика и жестокость по отношению к другим. В этом случае такой человек бессознательно приписывает окружающим жестокость и нечестность, а раз окружающие такие, то в его

---

представлении становится оправданным и его подобное отношение к ним. По типу — они этого заслуживают.

#### Идентификация.

Идентификация определяется как отождествление себя с кем-нибудь другим. В процессе идентификации один человек бессознательно уподобляется другому (объекту идентификации). В качестве объектов идентификации могут выступать как люди, так и группы. Идентификация приводит к подражанию действиям и переживаниям другого человека.

#### Интроекция.

Интроецироваться могут черты и мотивы лиц, к которым определенный человек формирует различные установки. Нередко интроецируется тот объект, который утрачен: эта утрата заменяется интроекцией объекта в свое Эго. Например, ребенок, чувствовавший себя несчастным вследствие потери котенка, говорит, что он теперь сам котенок.

#### Реактивное образование.

В случае данной защитной реакции человек бессознательно переводит трансформацию одного психического состояния в другую (например, ненависть — в любовь, и наоборот). На наш взгляд подобный факт имеет весьма важное значение в оценке личности того или иного человека, ибо свидетельствует о том, что неважны реальные действия человека, потому как они могут являться лишь следствием завуалированного искажения его истинных желаний. Например, чрезмерный гнев в иных случаях есть лишь бессознательная попытка завуалировать интерес и добродушие, а показная ненависть — является следствием любви,

---

которая испугала человека, бессознательно решившего скрыть ее за попыткой открытого выплескивания негатива.

Самоограничение как механизм адаптации.

Суть механизма самоограничения в следующем: когда человек понимает, что его достижения менее значительны по сравнению с достижениями других людей, работающих в той же области, тогда его самоуважение падает. В такой ситуации многие просто прекращают деятельность. Это своеобразный уход, отступление перед трудностями. Такой процесс свойственен психической жизни на всем протяжении развития личности.

Рационализация.

Рационализация как защитный процесс заключается в том, что человек бессознательно изобретает логичные суждения и умозаключения для объяснения своих неудач. Подобное необходимо для сохранения собственного положительного представления о себе.

Аннулирование.

Аннулирование — психический механизм, который предназначен для уничтожения неприемлемых для человека мыслей или действий. Когда человек просит прощения и принимает наказание, то тем самым неприемлемое деяние для него аннулируется, и он может дальше жить спокойно.

Расщепление.

В случае расщепления человек разделяет свою жизнь на императивы «хорошо» и «плохо», бессознательно убирая все неопределенное, что может в последствие затруднить анализ им проблемы (критической ситуации, вызывающей дискомфорт психики в результате развития, например, тревоги). Расщепление

---

является неким искажением реальности, как, собственно, и другие механизмы защиты, посредством действия которых человек стремится уйти от реальности, подменяя истинный мир — ложным.

#### Отрицание.

В случае действия данной защитной реакции психики, при возникновении в зоне восприятия человека какой-либо негативной для него информации, он бессознательно отрицает существование ее. Наличие факта отрицания каких-либо событий и т.п., позволяет узнать об истинных намерениях и причинах беспокойства данного человека, так как зачастую он бессознательно отрицает не то, чего нет в действительности, а нечто важное для него, но что по ряду одному ему известных причин такому человеку неприемлемо. Т.е. человек отрицает то, что старается в первую очередь скрыть.

#### Смещение.

Подобная защитная функция выражается в бессознательном стремлении человека переключить внимание с объекта действительного интереса на другой, посторонний, объект.

#### Изоляция.

В данном случае происходит бессознательное абстрагирование от какой-либо проблемы, излишнее погружение в которую способно привести к развитию симптоматики невроза (например увеличить тревожность, беспокойство, чувство вины и проч.) Также, если при выполнении какой-либо работы (деятельности) излишне погружаться в характер такой деятельности, то подобное может привести к сбою в осуществлении этой деятельности. (Если боксер будет все время думать о том, что удары противника способны вызвать болевые



---

ощущения и различного рода травмы, а то и привести к смерти в результате сильного удара — то подобный боксер изначально проиграет вследствие невозможности вести поединок из-за страха и проч.).

#### Сублимация.

Сублимация это бессознательное переключение отрицательной психической энергии на занятия социально-полезным трудом. Сублимация выражается в том, что человек, испытывающий какой-либо невротический конфликт, находит замещение внутренней тревожности переключением на другое занятие (творчество, рубка дров, уборка квартиры и проч.)

#### Регрессия.

Такая защитная реакция психики как регрессия проявляется в том, что человек, во избежание невротического конфликта, бессознательно как бы возвращается в тот период прошлого, когда у него все было хорошо.

#### Сопrotивление.

Такой механизм защиты психики как сопротивление настолько важен, что мы его рассмотрим в соответствующей главе нашей книги. Сейчас лишь кратко заметим, что сопротивление является очень важным как для понимания специфики защитных реакций в целом, так и служит возможностью перехода на новый этап развития индивида как личности, что при благоприятных раскладах помогает ему подняться и на следующую ступень в иерархической лестнице социальных отношений.

Прежде всего, вспомним, что психика человека делится на такие составляющие как сознание (левое полушарие мозга; примерно 10% объема), подсознание (бессознательное, примерно

---

90% объема, правое полушарие), и цензура психики (Альтер-эго). Цензура психики находится между сознанием и бессознательным. Цензура психики — это барьер критичности на пути информации из внешнего мира и психики (мозг) человека, т.е. цензуре психики отведена роль критического анализа в оценке информации, поступающей из внешнего мира. Часть такой информации цензура пропускает в сознание (а значит, человек способен осознавать эту информацию), а часть — наталкиваясь на преграды в психике (Альтер-Эго, цензура психики), переходит в подсознание, чтобы оттуда в последствии оказывать влияния на сознание посредством возникающих мыслей и осуществлением поступков (поступки — как следствие мыслей или неосознанных, рефлекторных, желаний, инстинктов).

Соппротивление, являясь одной из защитных функций цензуры психики препятствует поступлению нежелательной для сознания информации в сознание, вытесняясь в бессознательное. Подобное становится возможным в случаях, когда характер новой информации, ее смысловая часть, не находит отклика в душе индивида, то есть на первоначальном уровне восприятия становится невозможным коррелят данной информации — с информацией, уже существующей в бессознательном конкретного человека, информации, которая, находясь в памяти индивида — начинает явно противиться поступлению новой информации. На вопрос: каким образом в психике закрепляется информация, поступающая из внешнего мира, следует ответить что наблюдается своего рода совпадение кодировок (вновь поступающей и ранее существовавшей) информации, т.е. новая информация вступает в коррелят с более ранней информацией схожего содержания и

---

направленности, которая к моменту поступления новой информации уже находилась в бессознательном психики и сформировавшись в паттернах поведения после предварительного доминантного закрепления в установках.

При воздействии информации на мозг следует говорить, что любого рода такое воздействие становится возможным благодаря внушаемости психики. Внушение в этом случае это сознательное изменение существующих у человека психологических установок посредством активации архетипов бессознательного психики. Архетипы в свою очередь задействуют раннее сформированные паттерны поведения.

Если рассматривать подобное с позиции нейрофизиологии, то в мозге человека активируется соответствующая доминанта (очаговое возбуждение коры головного мозга), а значит замедляет свою работу та часть мозга, которая отвечает за сознание. В этом случае цензура психики (как структурная единица психики) временно оказывается заблокированной или полузаблокированной, а значит, информация из внешнего мира беспрепятственно поступает в предсознание, а то и сразу в сознание. Иной раз, минуя сознание, такая информация проходит в подсознание.

Личное бессознательное психики (подсознание) также формируется в процессе вытеснения информации цензурой психики. При этом не вся информация, поступающая с внешнего мира, вытесняется бессознательно в подсознание. Часть переходит в подсознание намеренно. Например, для подпитки уже имеющейся в бессознательном информации и доформирования архетипов, или же специально с целью формирования новых

---

архетипов, паттернов будущего поведения индивида. И это на наш взгляд необходимо правильно понимать и различать.

Если же говорить о том, каким образом та или иная информация вытесняется цензурой психики, отправляясь в подсознание, то следует говорить что такая информация не прошла верификацию, т.е. не получила должный «отклик» в душе человека, психика которого оценивает такую информацию. В этом случае вытесняются какие-либо болезненные для психики индивида ситуации, обстоятельства жизни, т.е. все то, что он бессознательно не желает пропускать в сознание. Поэтому нежелательные моменты жизни забываются, то есть намеренно вытесняются. Причем напомним, что и сопротивление и вытеснение является возможностью психики избавиться от невроза. При этом, новая информация, найдя отклик в душе -- усилит и раннее существовавшую в мозге (бессознательное психики, правое полушарие головного мозга) информацию схожего содержания. В результате на какое-то время возникнет своеобразный информационный вакуум, во время которого мозг будет усваивать любую поступающую из внешнего мира информацию.

Подобное возникает и в случае, если специальными методиками удастся сломить волю человека к восприятию информации посредством преодоления сопротивления. Тогда любая поступающая информация прямоком откладывается в подсознание и в последствии оказывает влияние на сознание.

На этом принципе построены психотехнологии гипнотического воздействия в бодрственном состоянии сознания человека (объекта воздействия). Иными словами, если нам удастся

---

сломить сопротивление другого человека на пути получения им новой информации, то эта новая информация не только отложится в его подсознании, но и человек получит возможность воспринимать ее когнитивным (сознательным) образом. Причем, по силе собственного воздействия, подобная информация может иметь несравненно большее воздействие в сравнении с модальностью существовавшей ранее информации в психике. Если модальность совпадает, то в этом случае легче наступает состояние раппорта, т.е. устанавливается надежная связь, посредством чего человек становится восприимчив к принятию информации от другого человека.

Следует обратить внимание на тот факт, что психика почти всегда выказывает протест всему новому, неизведанному. И происходит так потому, что как бы изначально (при поступлении новой информации), как мы уже заметили, отдельные компоненты такой информации ищут некие «родственные связи» с информацией, существовавшей в подсознании раньше (совпадение кодировки, как мы это определяем). Т. е. когда новая информация начинает оцениваться мозгом, мозг ищет в этой информации что-то знакомое, посредством чего или закрепит такую информацию в сознании, или вытеснит в подсознание. В случае если когда коды новой и ранее существовавшей информации совпадают, возникает ассоциативная связь между новой и существующей информацией, а значит налаживается определенный контакт, в результате чего новая информация как бы ложится на благодатную почву, и, имея под собой какую-то основу — служит возможности адаптации информации новой, обогащения ее при этом знаковыми, эмоциональными и прочими составляющими уже

---

существующей информацией, а далее путем трансформации (без этого никак, память человека не может не обновляться) рождается некая новая информация, которая уже и проходит в сознание, а значит посредством возникших в бессознательном психики мыслей — проецируется на поступки, которые хоть и являются в большинстве случаев (в случае отсутствия измененных состояний сознания) следствием деятельности сознания, беря свою основу в бессознательном психики, формируясь там.

При этом мы должны говорить, что сопротивление позволяет выявлять бессознательные импульсы человека, его бессознательные желания, установки, которые были ранее заложены (обществом, средой или другим человеком) в психике данного индивида, и уже тем или иным образом стали оказывать влияние на его настоящую или будущую деятельность. В этом случае следует обратить внимание, что подчинение психики другого человека происходит путем программирования его психики посредством внедрения в его подсознание различных установок, которые позже могут быть востребованы манипулятором (и тогда он их активировать с помощью кодовых сигналов аудиально-визуально-кинестического характера); причем роль такого манипулятора могут играть как конкретные индивиды, так и общество, социальная среда, какие-либо природные факторы, и т.п.

Таким образом, мы должны говорить о том, что любого рода информация, которая задействуется любой репрезентативной или сигнальной системой человека — или сразу откладывается в бессознательном психики или находит подтверждение у существующей ранее информации, тем самым обогащаясь за счет

---

этого, и усиливаясь — оказывается способной влиять на сознание, т.е. на процесс жизнедеятельности человека.

Заметим, что, преодолевая сопротивление, человек открывает психику для восприятия новой информации. Причем высока вероятность получения вообще кардинально новой информации. Ведь если ранее, как мы говорили, какая-то информация уже присутствовал в памяти, то при получении новой информации цензура психики бессознательно ищет подтверждение вновь поступаемой информации в запасниках памяти. Психика в этом случае должна определенным образом отреагировать, и она реагирует. Визуально это заметно по внешним изменениям, происходящими с человеком в параллели «здесь и сейчас» (покраснением или побледнением кожи лица, расширенными зрачками, вариантами каталепсии (одеревенения тела), и т.п.).

При этом такие изменения могут происходить и не обязательно столь заметно, но все равно улавливаться взглядом опытного наблюдателя. Подобные изменения свидетельствуют о наступлении, о возможности, раппорта (информационного контакта) с объектом манипулирования. А вероятность того, что в таком состоянии объект будет принимать подаваемую ему информацию без купюр — доходит до ста процентов. Другой вопрос, что возможны индивиды, которых невозможно ввести в состояние раппорта в транскрипции «здесь и сейчас», но подобное, например, возможно сделать позже. Все равно у каждого бывают состояния, когда он максимально подвержен к информационно-психологическому воздействию, к манипулированию над его психикой, вторжением в его психику и

---

управлением психикой данного лица. Причем до конца проследить выбор подходящего момента также возможно, но для этого необходимо обладать опытом, знаниями, и предрасположенностью к подобного рода реализации возможностей. Т.е. хоть относительными, но способностями, а еще лучше — талантом. В этом случае вероятность достижения результата программирования значительно повышается.

В результате того что сломлен барьер критичности, психика начинает с небывалой силой воспринимать новую информацию. Такая информация откладывается в подсознание, и находит свое отражение в предсознании и сознании. То есть в данном случае мы можем говорить о том, что атака ведется как бы сразу на нескольких «фронтах». В результате чего наблюдается необычайно сильное программирование психики, появление мощных по силе устойчивых механизмов (паттернов поведения) в бессознательном. Кроме того, после создания подобного наблюдается инициирование появления все новых и новых механизмов схожей направленности в бессознательном психики. Однако теперь они находят постоянное подкрепление и в сознании и в предсознании. А значит возможен не только процесс закрепления полученной когда-то информации в подсознании (не всякой информации, а именно той, которая вызвала подобный процесс, информации, которая, в результате поступления которой начали сформировываться паттерны в бессознательном), но и уже такая информация начинает активизироваться, подчиняя в скором времени мысли и желания индивида в ключе, обозначенном смысловой нагрузкой подобного рода информации. При этом весьма важным фактором в обработке подобной информации



---

являются особенности психики отдельного человека. Известно, что одна и та же информация на одного индивида может не возыметь никакого воздействия, а другого заставить чуть ли не кардинальным образом изменить жизнь.

Правое полушарие головного мозга, как мы уже заметили, простирается в спектре деятельности бессознательного психики. Тогда как левое полушарие — формирует сознательную личность.

Правое полушарие мыслит образами, чувствами, схватывая картинку, левое — анализирует информацию, полученную с внешнего мира, прерогатива логического мышления — левое полушарие. Правое полушарие реализует эмоции, левое — мысли и знаки (речь, письмо, проч.) Встречаются индивиды, у которых в совершенно новой обстановке создается впечатление уже увиденного. Это характерный пример деятельности правого полушария. В итоге мы можем говорить, что деятельность мозга обеспечивается двумя полушариями, правым (чувственным) и левым (знаковым, т.е. интегрирует объекты внешнего мира с помощью знаков: слов, речи, и т.п.).

Взаимодополняемость деятельности двух полушарий проявляется часто одновременным присутствием в психике индивида рационального и интуитивного, разумного и чувственного. Отсюда и высокая эффективность директивных указаний мозгу в виде таких механизмов суггестивного воздействия как приказ, самовнушение, проч. Связано это со спецификой деятельности психики, когда, произнося или слыша речь — у человека включается также и воображение, что в данном случае заметно усиливает подобного рода воздействие.

---

При этом следует еще раз обратить внимание на необходимость слома сопротивления. Известно, что сопротивление включается тогда, когда в мозг (в психику) поступает новая информация, информация, которая изначально не находит отклика в душе человека, не находит чего-то схожего, с уже имеющейся в памяти информации. Такая информация не проходит барьер критичности и вытесняется в подсознание. Однако если усилием воли (т.е. задействуя сознание; воля — прерогатива деятельности сознания) сможем воспрепятствовать вытеснению и заставим мозг анализировать поступающую информацию (необходимую нам часть такой информации), то тем самым нам удастся преодолеть сопротивление, а значит еще через какое-то время станет возможным испытать то состояние, которое на Востоке называется сатори или озарение. Причем эффект от подобного окажется несравненно выше, нежели чем информация методичным и длительным путем проникала в подсознание, позже оказывая влияние на сознание. В нашем случае, в случае слома барьера критичности, а значит и сопротивления, мы добьемся несравненно большего, ибо в этом случае какое-то время будет наблюдаться состояние т.н. «зеленого коридора», когда поступаемая информация практически целиком и полностью проходит, минуя барьер критичности. И также быстро в этом случае происходит и переход в сознание как их предсознания, так и из бессознательного. А значит, нам уже не надо будет ждать долго, как в случае естественного перехода информации из подсознания в сознание, когда такая информация начинает свой переход только когда находит «отклик в душе», т.е. только тогда, когда цепляясь за схожую информацию, имеющуюся в данный

---

момент в сознании (информацию временную, потому что любая информация в сознании держится недолго, и через время из оперативной памяти поступает в память долговременную) поступает туда. В случае преодоления сопротивления такая информация поступает сразу, изменяя при этом мировоззрение человека, потому что в данном случае активно задействуется сознание, а если что-то осознается человеком, то принимается как руководство к действию.

Также необходимо говорить о том, что любого рода информация, проходящая мимо сознания и подсознания индивида, т.е. подпадающая под спектр действия его репрезентативной системы (аудиальная, визуальная, и кинестетическая) и двух сигнальных систем (чувства и речь) неизменно откладывается в подсознании.

Сопротивление может быть сознательным, предсознательным, подсознательным, может выражаться в виде эмоций, мыслей, идей, установок, фантазий и проч. Одной из форм сопротивления является молчание.

К сопротивлению также относится избегание болезненных для психики человека тем; рассказ общими фразами о том, что в действительности вызвало в свое время бурю эмоций; длительный рассказ о чем-то второстепенном, бессознательно избегая того, что может являться для человека действительно важным. Сопротивлением является любое бессознательное нежелание менять какой-либо устоявшийся порядок в проведении бесед, встреч, форм общения и проч.

К проявлению сопротивления относятся опоздания, пропуски, забывание, скука, отыгрывание (проявляется в том, что

---

о важных для него фактах человек рассказывает разным людям), нарочитая веселость или грусть, огромный энтузиазм или длительное приподнятое настроение. При этом сопротивление может проявляться по-разному, т.е. быть явным или не явным. Например, при получении какой-либо информации человек может внешне не выказывать каких-либо эмоций, но как раз это является свидетельством сопротивления, потому как отсутствие аффекта наблюдается как раз, когда рассматриваются действия, которые «должны быть чрезвычайно нагруженными эмоциями». Но при этом замечания человека монотонны и невыразительны. Тем самым перед нами ошибочное представление, что самому человеку не интересно, и получаемая информация его не трогает. Как раз нет, он активно переживает, но стремится не показывать своего истинного отношения к той или иной ситуации как раз путем бессознательного включения сопротивления.

Итак, мы рассмотрели далеко не полный список существующих механизмов защиты, но перечисление основных защит на наш взгляд способны приблизить нас к пониманию возможных особенностей межличностных взаимодействий.

При этом сам факт существования защитных механизмов в психике приближает нас к пониманию механизмов воздействия одного человека на другого. Рассматривая вопросы включения невротических защит (а любая защита психики есть защита против развивающегося невроза) мы должны обратить внимание на то, что тревога и гнев являются следствием не получения выхода психической энергии в результате травмирующих психику обстоятельств и представляют собой разрядку психического возбуждения.

---

При этом следует обращать внимание, что защитные механизмы психики сдерживают переизбыток психической энергии, но при этом в случае преобладания или повторения травмирующей психику человека ситуации возможен выброс энергии, следствием чего является развитие невро-психической симптоматики. А тот, кто предрасположен к неврозу вследствие конституции и инфантильной фиксации — отреагирует развитием невроза даже в ответ на минимальную активацию инфантильных конфликтов.

А у кого-то подобное станет возможным лишь в результате тяжелых жизненных обстоятельств. По большому счету мы имеем дело с психоневрозами, т.е. с реакцией психики на какой-либо конфликт с участием сознания, подсознания и окружающего мира. Основу психоневрозов представляет невротический конфликт. Невротический конфликт является следствием конфликта между тенденцией к разрядке и тенденцией к предотвращению одной. Выраженность стремления к разрядке зависит как от природы стимулов, так и большей частью от физико-химических реакций организма. Прослеживая по психоаналитической структуре психики, следует заметить, что невротический конфликт есть конфликт между бессознательным (Ид) и сознанием (Эго).

При этом уже становится понятно, что мотивом защиты психики является тревога. Именно с помощью защитных механизмов психика индивида бессознательно спасается от опасности внешнего воздействия, т.е. от воздействия информация из внешнего мира на внутренний мир индивида. Причем у ряда лиц в этом случае действительно наблюдается конфликт, ибо поступающая информация оказывает негативное воздействие,

---

подменяя личность индивида, и заставляя его совершать не свойственные ему раннее поступки. Спасается от подобного воздействия человек как раз включением механизмов психической защиты, кратко рассмотренными нами выше.

В ряде случаев тревога замещается чувством вины. Чувство вины в данном случае выступает в роли одной из защит психики. Само по себе чувство вины служит верным признаком невроза, характеризуется длительным состоянием устойчивого беспокойства и фактически подменяет истинное Эго — ложным образом, с которым личность данного человека вынуждена считаться. Такому невротiku попросту ничего не остается, как фактически подстраивать свою жизнь под существующее в его психике чувство вины. И ситуация в большинстве случаев имеет достаточно серьезные последствия, т.к. вынуждает индивида-невротика совершать действия если и контролируемые сознанием, то в лучшем случае частично; потому что вверх берут бессознательные желания, способствующие заглушению чувства вины, вызывающие сильнейшие провокации невроза в психике человека, который вынужденно совершает действия, направленные на выполнение чужой воли и исчезновению тем самым тревожности.

Чувство вины это совесть человека. И в данном случае наблюдается весьма существенный конфликт, уходящий корнями в понимание вопроса, ибо постоянное удовлетворение позывов совести у невротика в конечном итоге приводит к негативным последствиям, следствием которых является затруднительная адаптация в социуме, т.е. у такого индивида-невротика нарушены контакты с внешним миром, ибо его внутренний мир вынужден

---

все время вступать в противоречие между тем, что необходимо делать, чтобы выживать в этом мире, и велениям внутреннего состояния души.

При этом негативные аспекты существования чувства вины для личности невротика могут проявляться во внутренних деструктивных побуждениях садистко-мазохистского характера, заключающегося в намеренном (бессознательном, большей частью) причинении неявного вреда своему здоровью (курению, употреблению алкоголя, опасной езде на автомобиле, прыжкам с парашюта и прочим занятиям экстремальным спортом). Испытывая внутренние страдания от чувства вины, невротики иной раз применяют некоторые специфические варианты защиты от чувства вины, проявляющиеся в следующем: чувство вины может вытесняться, проецироваться (когда в совершении нежелательного поступка обвиняется кто-то другой), или, например, имеет место быть порицание, укор другим за то, что могли бы совершить сами; достаточно характерен пример с излишней навязчивостью, общительностью, внезапной словоохотливостью. В этом случае следует говорить о некой невротической реакции, проявлявшейся в стремлении невротика заглушить собственное чувство вины посредством получения одобрения за то, что внутренне переживается как запретное. Изоляция чувства вины встречается, когда, например, невротик совершает какой-либо проступок с достаточно заметным эмоциональным равнодушием, тогда как за совсем безобидный поступок — вполне искренне раскаивается.

Следует помнить, что защитные механизмы психики для самой психики являются способом избежать невроз. Для

---

установления контакта и дальнейшего воздействия на человека становится возможным первоначально выявлять защитные механизмы его психики (т.е. правильно интерпретировать те или иные реакции организма), чтобы в последующем становилось возможным установить с подобным индивидом раппорт, а значит и после введения его в трансовое или полутрансовое состояние (в зависимости от индивидуальных особенностей той или иной психики) управлять таким человеком.

Также необходимо помнить, что редко кто способен честно и искреннее выражать собственные чувства, мысли, эмоции, фантазии, желания и проч. Современный человек, являющейся дитем социума, научился скрывать чувства в процессе воспитания, необходимого для адаптации в окружающем мире. Поэтому задача воздействия на человека, на его психику, выявлять подобные механизмы сокрытия, и к людям относиться как к пациентам. И это действительно так, стоит только обратить внимание и понаблюдать за спецификой поведения людей. Природа человека уже сама по себе заставляет его быть скрытным. Причем подобное происходит на бессознательном уровне и от самого человека не зависит. Правда те из индивидов, у которых в силу географии проживания (сильно удаленные от мест цивилизации деревни и проч.) и собственных нравственных предпочтений ограничен контакт со средствами массовой информации, еще могут быть по возможности честными, хотя и на них оказывает свое давление цивилизация и культура, и со временем для выживания они должны сделать выбор: или быть как все, т.е. лгать, обманывать, изворачиваться, и в этом случае выжить, стать полноправным членом общества, или оставаться до конца честным и открытым, а



---

значит стать изгоем общества, и последователем маргинальных позиций, и как следствие подобного — быть лишенных благ цивилизации. Выбор поистине тяжелый, притом что большинством попросту неосознается, так как с самого рождения их психику программируют средства массовой коммуникации и информации, а значит такие люди сразу же начинают играть по правилам, т.е. жить в соответствии с законами общества.

### **Сопrotивление — и личностный рост.**

Как мы уже заметили, такой механизм защиты психики как сопротивление является очень важным как для понимания специфики защитных реакций в целом, так и служит возможностью перехода на новый этап развития индивида как личности, что при благоприятных раскладах помогает ему подняться и на следующую ступень в иерархической лестнице социальных отношений.

Прежде всего, вспомним, что психика человека делится на такие составляющие как сознание (левое полушарие мозга; примерно 10% объема), подсознание (бессознательное, примерно 90% объема, правое полушарие), и цензура психики (Альтер-эго). Цензура психики находится между сознанием и бессознательным; цензура психики — это барьер критичности на пути информации из внешнего мира и психики (мозг) человека, т.е. цензуре психики отведена роль критического анализа в оценке информации, поступающей из внешнего мира. Часть такой информации цензура пропускает в сознание (а значит, человек способен осознавать эту информацию), а часть — наталкиваясь на преграды в психике (Альтер-Эго, цензура психики), переходит в подсознание. Чтобы оттуда в последствие оказывать влияния на сознание посредством

---

возникающих мыслей и осуществлением поступков (поступки — как следствие мыслей или неосознанных, рефлекторных, желаний, инстинктов).

Соппротивление, являясь одной из защитных функций (цензуры) психики препятствует поступлению нежелательной для сознания информации в сознание, вытесняясь в бессознательное. Подобное становится возможным в случаях, когда характер новой информации, ее смысловая часть, не находит отклика в душе индивида, то есть на первоначальном уровне восприятия становится невозможным коррелят данной информации — с информацией, уже существующей в бессознательном конкретного человека, информации, которая, находясь в памяти индивида — начинает явно противиться поступлению новой информации. На вопрос: каким образом в психике закрепляется информация, поступающая из внешнего мира, следует ответить что наблюдается своего рода совпадение кодировок (вновь поступающей и ранее существовавшей) информации, т.е. новая информация вступает в коррелят с более ранней информацией схожего содержания и направленности, которая к моменту поступления новой информации уже находилась в бессознательном психики (сформировавшись в паттернах поведения после предварительного доминантного закрепления в установках).

При воздействии информации на мозг следует говорить, что любого рода такое воздействие становится возможным благодаря внушаемости психики. Внушение в этом случае это сознательное изменение существующих у человека психологических установок посредством активации архетипов

---

бессознательного психики. Архетипы, в свою очередь, задействуют ранее сформированные паттерны поведения.

Если рассматривать подобное с позиции нейрофизиологии, то в мозге человека активируется соответствующая доминанта (очаговое возбуждение коры головного мозга), а значит замедляет свою работу та часть мозга, которая отвечает за сознание. В этом случае цензура психики (как структурная единица психики) временно оказывается заблокированной или полузаблокированной, а значит, информация из внешнего мира беспрепятственно поступает в предсознание, а то и сразу в сознание. Иной раз, минуя сознание, оно проходит в подсознание.

Личное бессознательное психики (подсознание) также формируется в процессе вытеснения информации цензурой психики. При этом не вся информация, поступающая с внешнего мира, вытесняется бессознательно в подсознание. Часть переходит в подсознание намеренно. Например, для подпитки уже имеющейся в бессознательном информации и доформирования архетипов, или же специально с целью формирования новых архетипов, паттернов будущего поведения индивида. И это на наш взгляд необходимо правильно понимать и различать. Если же говорить о том, каким образом та или иная информация вытесняется цензурой психики, отправляясь в подсознание, то следует говорить что такая информация не прошла верификацию, т.е. не получила должный «отклик» в душе человека, психика которого оценивает такую информацию.

Таким образом, вытесняются какие-либо болезненные для психики индивида ситуации, обстоятельства жизни, т.е. все то, что он бессознательно не желает пропускать в сознание. В этом случае

---

нежелательные моменты жизни забываются, то есть намеренно вытесняются. Причем напомним, что и сопротивление и вытеснение является возможностью психики избавиться от невроза. При этом новая информация, находя «отклик в душе» усилит и ранее существовавшую в мозге (бессознательное психики, правое полушарие головного мозга) информацию схожего содержания. В результате, на какое-то время возникнет своеобразный информационный вакуум, во время которого мозг будет усваивать любую поступающую из внешнего мира информацию.

Подобное возникает и в случае, если специальными методиками удастся сломить волю человека к восприятию информации посредством преодоления сопротивления. Тогда любая поступающая информация напрямую откладывается в подсознание, и в последствие оказывает влияние на сознание. На этом принципе построены психотехнологии гипнотического воздействия в бодрственном состоянии сознания человека (объекта воздействия).

Иными словами, если нам удастся сломить сопротивление другого человека на пути получения им новой информации, то эта новая информация не только отложится в его подсознании, но и человек получит возможность воспринимать ее когнитивным (сознательным) образом. Причем, по силе собственного воздействия, подобная информация может иметь несравненно большее воздействие в сравнении с модальностью существовавшей ранее информации в психике. Если модальность совпадает, то в этом случае легче наступает состояние раппорта, т.е. устанавливается надежная связь, посредством чего человек

---

становится восприимчив к принятию информации от другого человека.

Следует обратить внимание на тот факт, что психика почти всегда выказывает протест всему новому, неизведанному. И происходит это потому, что как бы изначально (при поступлении новой информации), как мы уже заметили, отдельные компоненты такой информации ищут «некие родственные связи» с информацией, существовавшей в подсознании раньше («совпадение кодировки», как мы это определяем). Т. е. когда новая информация начинает оцениваться мозгом, мозг ищет в этой информации что-то знакомое, посредством чего или закрепит такую информацию в сознании, или вытеснит в подсознание. В случае если когда коды новой и ранее существовавшей информации совпадают, возникает ассоциативная связь между новой и существующей информацией, а значит, налаживается определенный контакт, в результате чего новая информация как бы ложится на благодатную почву, и, имея под собой какую-то основу — служит возможности адаптации информации новой, обогащения ее при этом знаковыми, эмоциональными и прочими составляющими уже существующей информацией, а далее путем трансформации (без этого никак, память человека не может не обновляться) рождается некая новая информация, которая уже и проходит в сознание, а значит посредством возникших в бессознательном психики мыслей — проецируется на поступки, которые хоть и являются в большинстве случаев (в случае отсутствия измененных состояний сознания) следствием деятельности сознания, беря свою основу в бессознательном психики, формируясь там.

---

При этом мы должны говорить, что сопротивление позволяет выявлять бессознательные импульсы человека, его бессознательные желания, установки, которые были ранее заложены (обществом, средой или другим человеком) в психике данного индивида, и уже тем или иным образом стали оказывать влияние на его настоящую или будущую деятельность. В этом случае следует говорить, что подчинение психики другого человека происходит путем программирования его психики посредством внедрения в его подсознание различных установок, которые позже могут быть востребованы манипулятором (и тогда он их активирует с помощью кодовых сигналов аудиально-визуально-кинестического характера); причем роль такого манипулятора могут играть как конкретные индивиды, так и общество, социальная среда, какие-либо природные факторы, и т.п.

Таким образом, мы должны говорить о том, что любого рода информация, которая задействуется любой репрезентативной или сигнальной системой человека — или сразу откладывается в бессознательном психики или находит подтверждение у существующей раннее информации, тем самым обогащаясь за счет этого, и усиливаясь — оказывается способной влиять на сознание, т.е. на процесс жизнедеятельности человека.

Заметим, что преодолевая сопротивление, человек открывает психику для восприятия новой информации. Причем высока вероятность получения вообще кардинально новой информации. Ведь если ранее, как мы говорили, какая-то информация уже присутствовал в памяти, то при получении новой информации цензура психики бессознательно ищет

---

подтверждение вновь поступающей информации в запасниках памяти. Вероятно, психика в этом случае должна определенным образом отреагировать, и она реагирует. Визуально это заметно по внешним изменениям, происходящими с человеком в параллели здесь и сейчас (покраснением или побледнением кожи лица, расширенными зрачками, вариантами каталепсии (одеревенения тела), и т.п.).

При этом такие изменения могут происходить и не обязательно столь заметно, но все равно улавливаться взглядом опытного наблюдателя. Подобные изменения свидетельствуют о наступлении, о возможности, раппорта (информационного контакта) с объектом манипулирования. А вероятность того, что в таком состоянии объект будет принимать подаваемую ему информацию без купюр — доходит до ста процентов. Другой вопрос, что возможны индивиды, которых невозможно ввести в состояние раппорта в транскрипции здесь и сейчас, но подобное, например, возможно сделать позже. Все равно у каждого бывают состояния, когда он максимально подвержен к информационно-психологическому воздействию, к манипулированию над его психикой, вторжением в его психику и управлением психикой данного лица. Причем, до конца проследить выбор подходящего момента также возможно, но для этого необходимо обладать опытом, знаниями, и предрасположенностью к подобного рода реализации возможностей. Т.е. хоть относительными, но способностями, а еще лучше — талантом. В этом случае вероятность достижения результата программирования значительно повышается.

---

В результате того, что сломлен барьер критичности, психика начинает с небывалой силой воспринимать новую информацию. Такая информация откладывается в подсознание и находит свое отражение в предсознании и сознании. То есть в данном случае мы можем говорить о том, что атака ведется как бы сразу на нескольких фронтах. В результате чего наблюдается необычайно сильное программирование психики, появление мощных по силе устойчивых механизмов (паттернов поведения) в бессознательном.

Кроме того, после создания подобного наблюдается инициирование появления все новых и новых механизмов схожей направленности в бессознательном психики. Однако теперь они находят постоянное подкрепление и в сознании и в предсознании. А значит, возможен не только процесс закрепления полученной когда-то информации в подсознании (не всякой информации, а именно той, которая вызвала подобный процесс, информации, которая, в результате поступления которой начали сформировываться паттерны в бессознательном), но и уже такая информация начинает активизироваться, подчиняя в скором времени мысли и желания индивида в ключе, обозначенном смысловой нагрузкой подобного рода информации.

При этом весьма важным фактором в обработке подобной информации являются особенности психики отдельного человека. Известно, что одна и та же информация на одного индивида может не возыметь никакого воздействия, а другого заставить чуть ли не кардинальным образом изменить жизнь.

Правое полушарие головного мозга, как мы уже заметили, простирается в спектре деятельности бессознательного психики.



---

Тогда как левое — формирует сознательную личность. Правое полушарие мыслит образами, чувствами, схватывая картинку, левое — анализирует информацию, полученную с внешнего мира, прерогатива логического мышления — левое полушарие. Правое полушарие реализует эмоции, левое — мысли и знаки (речь, письмо, проч.) Встречаются индивиды, у которых в совершенно новой обстановке создается впечатление уже увиденного. Это характерный пример деятельности правого полушария.

В итоге мы можем говорить, что деятельность мозга обеспечивается двумя полушариями, правым (чувственным) и левым (знаковым, т.е. интегрирует объекты внешнего мира с помощью знаков: слов, речи, и т.п.). Взаимодополняемость деятельности двух полушарий проявляется часто одновременным присутствием в психике индивида рационального и интуитивного, разумного и чувственного. Отсюда и высокая эффективность директивных указаний мозгу в виде таких механизмов суггестивного воздействия как приказ, самовнушение, проч. Связано это со спецификой деятельности психики, когда, произнося или слыша речь — у человека включается также и воображение, что в данном случае заметно усиливает подобного рода воздействие.

При этом следует еще раз обратить внимание на необходимость слома сопротивления. Известно, что сопротивление включается тогда, когда в мозг (в психику) поступает новая информация, информация, которая изначально не находит отклика в душе человека, не находит чего-то схожего, с уже имеющейся в памяти информации. Такая информация не проходит барьер критичности и вытесняется в подсознание.

---

Однако, если усилием воли (т.е. задействуя сознание; воля — прерогатива деятельности сознания) сможем воспрепятствовать вытеснению, и заставим мозг анализировать поступающую информацию (необходимую нам часть такой информации), то тем самым нам удастся преодолеть сопротивление, а значит еще через какое-то время станет возможным испытать то состояние, которое мы именовали раннее сатори, или озарение.

Причем эффект от подобного окажется несравненно выше, нежели чем информация методичным и длительным путем проникала в подсознание, позже оказывая влияние на сознание. В нашем случае, в случае слома барьера критичности, а значит и сопротивления, мы добьемся несравненно большего, ибо в этом случае какое-то время будет наблюдаться состояние т.н. «зеленого коридора», когда поступаемая информация практически целиком и полностью проходит, минуя барьер критичности. Причем, также быстро в этом случае происходит и переход в сознание как их предсознания, так и из бессознательного. А значит, нам уже не надо будет ждать долго, как в случае естественного перехода информации из подсознания в сознание, когда такая информация начинает свой переход только когда находит отклик в душе, т.е. только тогда, когда цепляясь за схожую информацию, имеющуюся в данный момент в сознании (информацию временную, потому что любая информация в сознании держится недолго, и через время, из оперативной памяти поступает в память долговременную) поступает туда.

В случае преодоления сопротивления такая информация поступает сразу, изменяя при этом мировоззрение человека, потому что в данном случае активно задействуется сознание, а

---

если что-то осознается человеком, то принимается как руководство к действию.

Также необходимо говорить о том, что любого рода информация, проходящая мимо сознания и подсознания индивида, т.е. подпадающая под спектр действия его репрезентативной системы (аудиальная, визуальная, и кинестетическая) и двух сигнальных систем (чувства и речь) неизменно откладывается в подсознании. Сопротивление может быть сознательным, предсознательным, подсознательным, может выражаться в виде эмоций, мыслей, идей, установок, фантазий и проч. Одной из форм сопротивления является молчание. К сопротивлению также относится избегание болезненных для психики человека тем; рассказ общими фразами о том, что в действительности вызвало в свое время бурю эмоций; длительный рассказ о чем-то второстепенном, бессознательно избегая того, что может являться для человека действительно важным.

Сопротивлением является любое бессознательное нежелание менять какой-либо устоявшийся порядок в проведении бесед, встреч, форм общения и проч.

К проявлению сопротивления относятся опоздания, пропуски, забывание, скука, отыгрывание (проявляется в том, что о важных для него фактах человек рассказывает разным людям), нарочитая веселость или грусть, огромный энтузиазм или длительное приподнятое настроение. При этом сопротивление может проявляться по-разному, т.е. быть явным или не явным. Например, при получении какой-либо информации человек может внешне не выказывать каких-либо эмоций, но как раз это является свидетельством сопротивления, потому как отсутствие аффекта

---

наблюдается как раз, когда рассматриваются действия, которые должны быть чрезвычайно нагруженными эмоциями. Но при этом замечания человека скучны, монотонны и невыразительны. Тем самым перед нами ошибочное представление, что самому человеку не интересно, и получаемая информация его не трогает. Это не так, потому что такой человек наоборот – активно переживает, но стремится не показывать своего истинного отношения к той или иной ситуации как раз путем бессознательного включения сопротивления.

Итак, мы рассмотрели далеко не полный список существующих механизмов защиты, но перечисление основных защит на наш взгляд способны приблизить нас к пониманию возможных особенностей межличностных взаимодействий. При этом сам факт существования защитных механизмов в психике приближает нас к пониманию механизмов воздействия одного человека на другого.

Рассматривая вопросы включения невротических защит (а любая защита психики есть защита против развивающегося невроза) мы должны обратить внимание на то, что тревога и гнев являются следствием не получения выхода психической энергии в результате травмирующих психику обстоятельств, и представляют собой разрядку психического возбуждения. При этом следует обращать внимание, что защитные механизмы психики сдерживают переизбыток психической энергии, но при этом в случае преобладания или повторения травмирующей психику человека ситуации возможен выброс энергии, следствием чего является развитие невро-психической симптоматики. Также, тот, кто предрасположен к неврозу вследствие конституции и

---

инфантильной фиксации — отреагирует развитием невроза даже в ответ на минимальную активацию инфантильных конфликтов. А у кого-то подобное станет возможным лишь в результате тяжелых жизненных обстоятельств. По большому счету мы имеем дело с психоневрозами, т.е. с реакцией психики на какой-либо конфликт с участием сознания, подсознания и окружающего мира.

Основу психоневрозов представляет невротический конфликт. Невротический конфликт является следствием конфликта между тенденцией к разрядке и тенденцией к предотвращению оной. Выраженность стремления к разрядке зависит как от природы стимулов, так и большей частью от физико-химических реакций организма. Проследивая по психоаналитической структуре психики, следует заметить, что невротический конфликт есть конфликт между сознанием (Эго) и бессознательным (Ид). При этом, мотивом защиты психики является тревога. Именно с помощью защитных механизмов психика индивида бессознательно спасается от опасности внешнего воздействия, т.е. от воздействия информация из внешнего мира на внутренний мир индивида.

Причем, у ряда лиц в этом случае действительно наблюдается конфликт, ибо поступающая информация оказывает негативное воздействие, подменяя личность индивида, и заставляя его совершать не свойственные ему раннее поступки. Спасается от подобного воздействия человек как раз включением механизмов психической защиты, рассмотренными нами ранее.

В ряде случаев тревога замещается чувством вины. Чувство вины в данном случае выступает в роли одной из защит психики. Само по себе чувство вины служит верным признаком

---

невроза, характеризуется длительным состоянием устойчивого беспокойства, и фактически подменяет истинное Эго — ложным образом, с которым личность данного человека вынуждена считаться. Такому невротiku попросту ничего не остается, как фактически подстраивать свою жизнь под существующее в его психике чувство вины. И ситуация в большинстве случаев имеет достаточно серьезные последствия, т.к. вынуждает индивида-невротика совершать действия если и контролируемые сознанием, то в лучшем случае частично; потому что вверх берут бессознательные желания, способствующие заглушению чувства вины, вызывающие сильнейшие провокации невроза в психике человека, который вынужденно совершает действия, направленные на выполнение чужой воли и исчезновению тем самым тревожности.

Чувство вины - это совесть человека. И в данном случае наблюдается весьма существенный конфликт, уходящий корнями в понимание вопроса, ибо постоянное удовлетворение позывов совести у невротика в конечном итоге приводит к негативным последствиям, следствием которых является затруднительная адаптация в социуме, т.е. у такого индивида-невротика нарушены контакты с внешним миром, ибо его внутренний мир вынужден все время вступать в противоречие между тем, что необходимо делать, чтобы выживать в этом мире, и велениям внутреннего состояния души.

При этом негативные аспекты существования чувства вины для личности невротика могут проявляться во внутренних деструктивных побуждениях садистко-мазохистского характера, заключающегося в намеренном (бессознательном, большей

---

частью) причинению неявного вреда своему здоровью (курению, употреблению алкоголя, опасной езде на автомобиле, прыжкам с парашюта и прочим занятиям экстремальным спортом).

Испытывая внутренние страдания от чувства вины, невротики иной раз применяют некоторые специфические варианты защиты от чувства вины, проявляющиеся в следующем: чувство вины может вытесняться, проецироваться (когда в совершении нежелательного поступка обвиняется кто-то другой), или, например, имеет место быть порицание, укор другим за то, что могли бы совершить сами; достаточно характерен пример с излишней навязчивостью, общительностью, внезапной словоохотливостью. В этом случае следует говорить о некой невротической реакции, проявлявшейся в стремлении невротика заглушить собственное чувство вины посредством получения одобрения за то, что внутренне переживается как запретное. Изоляция чувства вины встречается, когда, например, невротик совершает какой-либо проступок с достаточно заметным эмоциональным равнодушием, тогда как за совсем безобидный поступок — вполне искренне раскаивается.

Следует помнить, что защитные механизмы психики для самой психики являются способом избежать невроз. Для установления контакта и дальнейшего воздействия на человека становится возможным первоначально выявлять защитные механизмы его психики (т.е. правильно интерпретировать те или иные реакции организма), чтобы в последующем становилось возможным установить с подобным индивидом раппорт, а значит и после введения его в трансное или полутрансное состояние (в

---

зависимости от индивидуальных особенностей той или иной психики) управлять таким человеком.

Также необходимо помнить, что редко кто способен честно и искреннее выражать собственные чувства, мысли, эмоции, фантазии, желания и проч. Современный человек, являющийся дитем социума, научился скрывать чувства в процессе воспитания, необходимого для адаптации в окружающем мире. Поэтому задача воздействия на человека, на его психику, выявлять подобные механизмы сокрытия, и к людям относиться как к пациентам. И это действительно так, стоит только обратить внимание и понаблюдать за спецификой поведения людей.

Природа человека уже сама по себе заставляет его быть скрытным. Причем подобное происходит на бессознательном уровне и от самого человека не зависит. Правда, те из индивидов, у которых в силу географии проживания (сильно удаленные от мест цивилизации деревни и проч.) и собственных нравственных предпочтений ограничен контакт со средствами массовой информации, еще могут быть по возможности честными, хотя и на них оказывает свое давление цивилизация и культура, и со временем для выживания они должны сделать выбор: или быть как все, т.е. лгать, обманывать, изворачиваться, и в этом случае выжить, стать полноправным членом общества, или оставаться до конца честным и открытым, а значит стать изгоем общества, и последователем маргинальных позиций, и как следствие подобного — быть лишенных благ цивилизации. Выбор поистине тяжелый, притом что большинством попросту неосознается, так как с самого рождения их психику программируют средства массовой коммуникации и информации, а значит такие люди сразу



---

же начинают «играть по правилам», т.е. жить в соответствии с законами общества.

Преодолев такой защитный механизм психики как сопротивление, индивид способен перейти на новый уровень собственного восприятия жизни, а значит подняться на следующую ступень в социальной лестнице. Становится возможным подобное следующим образом. Известно, что психика индивида делится на три важных составляющих: сознание, подсознание (бессознательное), и т.н. цензура психики. Последней отведена роль критического анализа в оценке информации, поступающей из внешнего мира. Часть такой информации цензура пропускает в сознание (а значит, у человека появляется способность осознавать эту информацию), а часть — наталкиваясь на преграды в психике в виде Альтер-Эго (цензуры психики), переходит в подсознание. Чтобы все равно в последствии оказывать влияния на сознательные поступки через предварительное возникновение мыслей бессознательной и сознательной направленности.

Сопротивление, как мы заметили, является одной из защит психики. Рассмотрим сопротивление — в концепции жизненного роста индивида, повышения его социального статуса, его интеллектуальных способностей, жизненной адаптации, и проч. И уже тогда, нам необходимо выделить роль сопротивления — как особенности психики, влияющей на запоминание новой информации. При этом мы большей частью будем рассматривать не любую новую информацию, а лишь ту, которая вызывает определенный протест в психике после того, как наталкивается на заслон критичности, а в ряде случаев, и иницируя его. Подобное

---

становится возможным, если характер новой информации, ее смысловая часть, не находит отклика в душе индивида; то есть на первоначальном уровне ее восприятия становится невозможным коррелят данной информации — с информацией, уже существующей ранее в бессознательном индивида, информации, которая, находясь в памяти индивида — начинает явно противиться поступлению новой информации. Причем, особенно сильно проявляется подобного рода сопротивление в случае, если или совпадает общая информационно-целевая направленность новой и прежней информации, или же если новая информация представляет собой вообще нечто новое, быть может даже в какой-то мере впервые представленное в психике подобного индивида; а значит в оценке такой информации индивид — бессознательно — не будет ссылаться только на то общее представление о той или иной проблеме (вопросе), которое, как известно, имеется в душе почти каждого человека, и характеризует собой жизненный опыт, объем знаний и т.п..

При этом необходимо обратить внимание, что информация, получаемая из внешнего мира (посредством любых видов контактов: межличностных, с помощью масс-медиа, проч.) не вся и не полностью находит отклик в душе индивида. В первую очередь оказывает влияние та информация, которая словно бы попала на особую волну, на которую настроена в момент получения подобной информации психика индивида.

Также мы должны говорить и о том, что в следующий момент та же самая информация уже может и не восприниматься. Даже и вообще на ее пути могут встать невидимые барьеры критичности, являющиеся результатом деятельности цензуры

---

психики. Но если мы говорим что информация, воздействующая на психику индивида, оказалась задействованной в режиме «здесь и сейчас», если эта информация не оказалась как другая вытеснена в подсознание, а почти беспрепятственно, или не теряя своей основной сути, после которой в последующем возможно восстановить компоненты ее, собрав единое целое, так вот, если мы говорим что такая информация сейчас проникла в сознание, то нам следует признать, что подобное вполне возможно. И происходит это в результате того, что часть подобной информации (ее авангард) не только вступила своими кодами (любая информация, как известно, может быть преподнесена в системе кодов) в коррелят с уже имеющейся в психике индивида информацией, но и в результате подобного цензура психики на время ослабла и приоткрылась (метафорически выражаясь — психика открыла шлагбаум на пути поступления новой информации). А значит и другая информация, подаваемая с информацией, которая проникла посредством совпадения кодов, может точно также проникнуть в сознание. Разве что в этом случае такая информация (информация, проникшая в сознание обманным путем) не задерживается надолго, и вскоре оказывается вытесненной в подсознание. Но если в результате деятельности цензуры информация переходит в подсознание из внешнего мира, то в данном случае — подобного рода информация вытесняется из сознания. Хотя и в том и в другом случае оказывается в подсознании.

Если вернуться к вопросу поступления информации, которая посредством бессознательного подбора кодов оказалась востребованной в сознании, то в данном случае необходимо

---

отметить, что подобный механизм психики, который способен пропустить, почти минуя цензуру, какую-то информацию, хорошо известен специалистам по манипулированию психикой. Причем несколько получившее негативный аспект слово манипуляции, как мы уже замечали ранее, можно заменить более нейтральным словом управление. Управление, или, например, программирование психики. Перестановки слов — смысловое воздействие не меняет. Да и, вероятно, слово управление -- не вызывает слишком явного провоцирования психики, взрыва эмоций и проч. барьеров психики, которые в зависимости от обстоятельств могут нести в себе как позитивный так и негативный аспекты в результате озвучивания слово манипуляции, и которые задействуют тот или иной пласт бессознательного психики, в недрах которого таятся такие залежи порой бесценного материала, что тот, кто умеет извлекать из подсознания хотя бы ничтожно малую часть скрытой там информации, способен значительно опередить других индивидов в информационном могуществе. Ведь вполне понятно, что любую информацию важно не только получить из внешнего мира, но и запомнить. Причем процесс запоминания тестируется достаточно просто, и как один из вариантов — заключает в себе такую составляющую психики индивида как память. Процесс вспоминания — схож с процессом извлечения информации из подсознания, и попадания такой информации в сознание. Несмотря на довольно ограниченный объем сознания (в сравнении с подсознанием), без сознания жить невозможно. Потому как если бы человек все время пребывал бы в бессознательном состоянии, то это означало бы, что первенство взяли бы первичные инстинкты, желания дикаря — убить, съесть,

---

изнасиловать. И они бы повсеместно осуществлялись. Что привело бы к фактическому уничтожению цивилизации.

Каким образом поступаемая в психику из внешнего мира информация находит отклик в душе индивида? Как мы уже заметили, в этом случае нам следует говорить о том, что перед нами своего рода совпадения кодировки новой информации с информацией, которая ранее уже находилась в бессознательном психики такого индивида. В этом случае задействуются установки и паттерны поведения, в результате чего новая информация, практически минуя цензуру психики (которая отступает, признавая «своих» после получения определенных «пароля-отзыва») попадает сразу в сознание, а значит и оказывает прямое воздействие на мысли и поступки человека. При этом, даже если по каким-то причинам такая информация (или часть ее) окажется вытесненной в подсознание, вероятней всего она или не проникнет далее чем предсознание (есть еще и такая структура психики, означающее, если говорить метафорой, прихожую, то есть нечто, расположенное между входной дверью (цензурой психики) и гостиной (сознанием), или же — окажется в бессознательном, но с некой положительной пометкой. В результате информация, уже находящаяся в подсознание ранее, обогатится еще одним зарядом схожей направленности (кодировки), усилится, а значит можно говорить (сразу или через какое-то время) о формировании полноценных установок и паттернов поведения.

Отвечая на вопрос, каким образом та или иная информация вытесняется цензурой психики, отправляясь в подсознание, мы говорим, что подобная информация не получила должный отклик в душе индивида, оценивающего такую информацию. Ведь

---

известно, что почти любая информация из внешнего мира подвергается оценке психикой принимающей стороны. И уже от этого зависит, информацию какой направленности психика индивида пропустит в сознание и сразу начнет с подобной информацией работать, а какую-то информацию вытеснит.

Вытесняются какие-либо болезненные для психики индивида ситуации, обстоятельства жизни, т.е. все то, что он бессознательно не желает пропускать в сознание. В этом случае уместно также говорить, что в результате подобного включается сопротивление психики, в результате чего нежелательные моменты жизни забываются, то есть намеренно вытесняются. Или, например, на пути информации, стремящейся проникнуть в сознание, стоит цензура психики, которая владеет различными способами защиты, одной из которых является сопротивление, и как следствие работы сопротивления — вытеснение. Причем все это (и сопротивление и вытеснение) есть также ничто иное, как возможность психики избавиться от невроза, потому как любые нежелательные для психики потоки информации способны по прошествии какого-то времени привести к появлению симптоматики невроза, и как следствию — заболеванию психики, расстройствам психики.

В этом случае, предпосылкой для существования симптома является то, что какой-то душевный процесс не произошел до конца нормальным образом, так что он не мог стать сознательным. Симптом представляет собой заместитель того, что не осуществилось. Сильное сопротивление должно было направиться против того, чтобы душевный процесс проник в сознание; поэтому он остался бессознательным. Как бессознательный, он обладает

---

способностью образовать симптом. Патогенный процесс, проявляющийся в виде сопротивления, называется вытеснением.

Таким образом, мы прослеживаем возникновение вытеснения посредством сопротивления цензуры психики, противящейся чтобы нежелательная, болезненная для психики информация перешла в сознание, а значит, подчинила себе мысли, желания, и поступки индивида. В то время как то обстоятельство, что по прошествии порой совсем незначительного времени эти же болезнетворные микробы, поселившиеся в бессознательном психики, начнут бродить в поиске «сторонников» (кодов информации), и, найдя последних, все равно смогут пробить оборону и оказаться в сознании, об этом психика, инициировавшая через барьер критичности препоны на пути потоков информации из внешнего мира, словно бы не думает. Как не думают и все те, кто ошибочным образом полагает, что ничего не существует кроме сознания, отрицая под надуманными предлогами подсознание, и тем самым подпадая своими действиями под систематику механизмов защиты.

Прежде чем еще более детально рассматривать роль сопротивления в жизни индивида, заметим психоанализ от всех других психотерапевтических методик отличается как раз рассмотрением в нем вопроса о сопротивлении. Сопротивление может быть сознательным, предсознательным, подсознательным, может выражаться в виде эмоций, мыслей, идей, установок, фантазий и проч.

Кроме того, одной их форм сопротивления является молчание.

---

Молчание — это наиболее частая форма сопротивления. Молчание означает, что человек сознательно или бессознательно не расположен сообщать другим свои мысли или чувства и задача в этом случае ставится в необходимости проанализировать причины молчания. При этом, иногда, несмотря на молчание, человек может невольно раскрыть мотив или содержание молчания своей позой, движениями или выражением лица.

Делая небольшое отступление, нам хотелось бы обратить внимание на методику прикладного психоанализа, являющегося на наш взгляд одной из эффективнейших систем управления психикой человека и масс; при этом наше использование подобной методики подкреплено (обогащено) и некоторыми другими подходами в воздействии на психику, которые по нашему мнению также эффективны.

При этом мы должны говорить и о ряде отличий между классическим психоанализом в т.н. лечебном аспекте, и прикладным психоанализом, где теории воздействия на сознание-подсознание разрабатываются не для психотерапевтического эффекта (в плане лечения конкретного индивида или группы больных), а с целью управления человеком, моделирования его мыслей, желаний, поступков, и проч., и по своей эффективности применимы как к отдельному индивиду в частности, так и к обществу в целом. В этом случае мы можем говорить об искусстве управления массами. О предварительном моделировании поведения масс посредством программирования их психики на выполнения необходимых установок. Те, кто дает такие установки — называются манипуляторы. Но они же, как мы обращали внимание, могут называться и лидерами, а также управленцами,



---

менеджерами, кем угодно, если подходить к подобному вопросу в контексте управления, власти одних людей над другими. И в этом, на наш взгляд, важная особенность вообще подхода к возможности управления психикой. Да это и оправданно, особенно учитывая еще и то обстоятельство, что враг не дремлет, разрабатывая все новые и новые способы манипуляций психическим сознанием и открывая новые методики воздействия на подсознание с целью манипулирования личностью. Поэтому победит тот, кто не только сможет выявить вражеские поползновения, но и сможет победить врага его же методами, в лучшем случае заставив идти на поводу себя, а как минимум — избежав его психологических атак.

Возвращаясь к вопросу сопротивления, следует обратить внимание на тот факт, что психика почти всегда выказывает протест всему новому, неизведанному. И происходит так потому, что как бы изначально (при поступлении новой информации) отдельные компоненты такой информации ищут некие родственные связи (схожую кодировку в процессе афферентных связей между нейронами головного мозга), то есть нечто такое, схожее, за что можно было бы «уцепиться». Т. е, когда новая информация начинает оцениваться мозгом, он ищет в этой информации что-то знакомое, посредством чего можно было бы закрепиться. Когда коды новой информации и информации, уже существующей в бессознательном психики совпадают, в этом случае становится возможна некая ассоциативная связь между новой и существующей информацией, а значит налаживается определенный контакт, в результате чего новая информация как бы ложится на благодатную почву, и имея под собой какую-то

---

основу — служит возможности адаптации информации новой, обогащения ее существующей информацией, и путем некой трансформации рождается новая информация, которая уже и проходит в сознание, а значит посредством возникших в бессознательном психики мыслей — проецируется на поступки, которые хоть и являются в большинстве случаев следствием деятельности сознания, тем не менее, берут свою основу в бессознательном психики, именно там рождаясь (формируясь). При этом мы должны говорить, что сопротивление позволяет нам выявлять бессознательные импульсы индивида, его бессознательные желания, установки, которые были ранее заложены в психике подобного индивида, и уже так или иначе влияют на его нынешнюю или будущую жизнь.

Можно даже сказать, что как раз программирование индивида происходит отчасти и путем внедрения в его подсознание различных установок, которые позже могут быть востребованы манипулятором (и тогда он активизирует их посредством кодовых сигналов аудиально-визуально-кинестического характера); причем роль такого манипулятора могут играть как конкретные индивиды, так и общество, социальная среда, какие-либо природные факторы, и т.п.

Таким образом мы должны говорить о том, что любого рода информация, которая задействуется любой репрезентативной или сигнальной системой человека — или сразу откладывается в бессознательном психики, или находит подтверждение у существующей ранее информации, тем самым обогащаясь за счет этого, и усиливаясь — оказывается способной влиять на жизнедеятельность рассматриваемого нами индивида (т.е., или

---

сразу формируя полноценные доминанты в коре головного мозга, или установки в подсознании, или же предварительно формируя полу-доминанты и полу-установки, а после, при получении новой информации схожей кодировки — формируя полноценные установки и паттерны поведения).

Рассматривая роль сопротивления, еще раз напомним, что сопротивление может быть явное или не явное, но оно почти всегда существует и проявляется по-разному. Например, при получении какой-либо информации человек может внешне не выказывать каких-либо эмоций, но уже как раз в этом и можно увидеть сопротивление.

Кроме того, необходимо обратить внимание на позы, которые могут служить верным невербальным признаком сопротивления. Когда человек неподвижен или свернулся в клубок, как бы оберегая себя, это может указывать на защиту. Кроме того, любые позы, которые принимаются человеком и не меняются в течение определенного времени всегда являются признаком сопротивления. Если человек относительно свободен от сопротивления, его поза периодически изменяется.

Чрезмерная подвижность также показывает, что нечто разряжается в движении, а не в словах. Противоречие между позой и вербальным содержанием — также признак сопротивления. Человек, который рассказывает спокойно о каком-то событии, а сам корчится и извивается, рассказывает лишь часть истории. Его движения пересказывают другую ее часть. Сжатые кулаки, руки, туго скрещенные на груди, лодыжки, прижатые друг к другу, свидетельствуют об утаивании. Зевание во время разговора — признак сопротивления. То, как человек входит в комнату, избегая

---

ваших глаз или заводя небольшой разговор, который после не продолжается, или то, как он уходит, не взглянув на вас, — все это показатели сопротивления.

Также сопротивление проявляется, если человек все время рассказывает что-то последовательно о настоящем, без погружений в прошлое, или о прошлом, без перескакиваний в настоящее. Привязанность к определенному временному периоду является избеганием, аналогичным ригидности, фиксированности эмоционального тона, позы, и т.д.

На сопротивление указывает и тот факт, что человек, рассказывая что-то, говорит о поверхностных и маловажных событиях в течении длительного времени, словно бессознательно избегая того, что может являться для него действительно важным. Когда при этом есть повторение содержания без его развития или аффекта, или без углубления понимания, мы можем говорить что действует какое-то сопротивление. Если же рассказ о мелочах не кажется самому человеку лишним, мы имеем дело с «убеганием». Отсутствие интроспекции и полноты мысли — показатель сопротивления.

В целом вербализация, которая может быть избыточной, но при этом не приводит к новым воспоминаниям или новым инсайтам, или к большему эмоциональному осознанию — показатель защитного поведения.

К сопротивлению следует относить и избегание каких-либо — болезненных для психики этого человека — тем. Или рассказ общими фразами о том, что в действительности вызвало в свое время бурю эмоций в душе данного индивида. Помимо этого, в сопротивлении следует угадывать любое бессознательное

---

нежелание менять какой-либо устоявшийся порядок в проведении бесед, встреч, форм общения и проч. При этом мы можем говорить и о том, что выполнение однотипных и устоявшихся действий — является в т.ч. и одной их форм защиты от невротической зависимости. Ведь во всех психоневрозах контроль со стороны сознания ослаблен, но при obsссиях и компульсиях сознание продолжает управлять двигательной сферой, хотя и не властвует в ней полностью, а лишь в соответствии с обстоятельствами. При этом может наблюдаться явный переход какой-либо фобии в obsссию. Сначала определенная ситуация избегается, затем, чтобы обеспечить необходимое избежание, постоянно напрягается внимание. Позднее это внимание приобретает навязчивый характер или развивается другая позитивная obsссивная установка, настолько несовместимая с изначально пугающей ситуацией, что ее избежание гарантировано. Табу прикосновения замещаются ритуалами прикосновения, страхи загрязнения — компульсиями мытья; социальные страхи — социальными ритуалами, страхи засыпания — церемониями подготовки ко сну, торможения ходьбы — манерной ходьбой, фобии животных — любовь при обхождении с животными.

Показателем сопротивления служит и использование клише или технических терминов, что указывает на то, что такой человек, с целью избежать личного самораскрытия, избегает образности своей речи. Например, он говорит «я испытывал неприязнь», тогда как на самом деле он был взбешен, тем самым избегает образа и ощущения взбешенности.

Также можно заключить, что такие словосочетания, как «на самом деле» и «честно говоря» - обычно означают, что

---

человек ощущает противоречивость своих чувств. Он хочет, чтобы то, что он сказал, было всей правдой. И его слова: «Я действительно думаю так» -- в данном контексте означают, что он действительно хочет думать так, хотя на самом деле думает иначе. А слова: «Я искренне сожалею» -- означают, что он хотел бы искренне сожалеть, но на самом деле это не так, и внутри себя такой человек ни о чем не сожалеет.

Также как слова: «Я думаю, я сердился» означают: я уверен, что я сердился, но неохотно это признаю. «Я не знаю, с чего начать» означают: я знаю, с чего начать, но колеблюсь, начинать ли так. Человек, который говорит: «Я уверен, что вы действительно помните» -- и называет имя какого-то человека, на самом деле означают: «Я не уверен что вы помните...», т.е. при сопротивлении перед нами обратная реакция того что человек говорит и чувствует на самом деле. Все это трудноуловимо, но обычно повторения показывают наличие сопротивлений и должны усматриваться как таковые.

Наиболее часто повторяющиеся клише также являются проявлениями сопротивлений.

Кроме того, к различного рода проявления сопротивления следует относить опоздания, пропуски, забывание, скуку, отыгрывание (может проявляться в том, что об одних и тех же фактах человек рассказывает разным людям; в этом случае, кстати, проявляется и бессознательное свидетельство-подтверждение важности подобной информации для человека), нарочитая веселость или грусть, энтузиазм или длительное приподнятое настроение и проч. – и на самом деле это все

---

показывает обратные чувства и ощущения человека, и говорят о некоторой форме депрессии.

Говоря о сопротивлении, мы должны говорить и о том, что если нам удастся сломить подобную защитную реакцию психики на пути получения новой информации, то в этом случае, за счет ослабления цензуры психики, нам удастся добиться эффекта несравненно большего, нежели чем, если бы новая информация, посредством ассоциативных связей и появления эмпатической привязанности, прошла через барьер психики и осталась бы в сознании. И больший эффект достигается как раз за счет того, что психика, словно бы желая оправдаться за прежнюю неприступность, почти максимально раскрывается на пути новой информации. Причем такая информация может заполнять глубины психики и позже проецироваться на сознание. Например она может — даже оказываясь первоначально в бессознательном — создавать там те устойчивые формирования, на которые в последующем будет опираться, если пожелает взять власть в свои руки на время интроецирования информации, хранящейся в бессознательном, в сознание. Подобный период может быть, в зависимости от времени, или кратковременным и насыщенным; или заметно распределяться по времени, и как бы готовиться к выступлению, т.е. к переходу информации из бессознательного в сознание. Или же, на какое-то время такая информация (вновь полученная информация) окажется не только не активной, но и возникнет предположение, что она залегла исключительно в те глубины психики, из которых ее не так-то легко будет и извлечь. Но на самом деле это не так. Ибо мы являемся свидетелями того, что такая информация, информация, ранее попавшая в

---

подсознание, активируется столь сильным образом, что буквально потянет за собой и иную информацию, хранящуюся в бессознательном, если только найдет в подобной информации какое-либо сходство. Причем вновь образующийся поток подобной информации, информации в какой-то мере не имеющей личного исторического бессознательного опыта связанного с психикой конкретного индивида, не только заполнит образовавшуюся пустоту, но и приведет к тому, что потянет за собой весь этот поток, и в итоге на протяжении длительного времени сможет подчинить своему восприятию почти любую другую информацию, которая после будет поступать в психику, и таким образом действительно окажется, что по своей эффективности значительно выше.

Причем подобное, на наш взгляд, тесно соприкасается со спецификой воспитания и обучения. Ибо если нам таким образом удастся сломить сопротивление другого индивида на пути получения им новой информации, то вполне вероятно, что подобная информация не только отложится в подсознание, но и индивид получит возможность воспринимать ее когнитивным (сознательным) образом.

Также еще раз повторим, что по силе собственного воздействия на психику индивида, подобная информация может иметь несравненно большее воздействие в сравнении с модальностью существовавшей ранее информации в психике. Да, если модальность совпадает, то в данном случае легче наступает состояние раппорта, т.е. устанавливается надежная связь, посредством чего один индивид (или группа) становится восприимчив к принятию информации от другого индивида



---

(группы). Состояние раппорта также оказывается весьма эффективным при манипулятивном воздействии, т.е. при управлении одним человеком — психики другого. При этом необходимо для подобного воздействия, для эффективности его, найти в подаваемой информации нечто, что найдет подтверждение с информацией, уже существующей в психике.

В головном мозге человека протекают процессы вероятностного прогнозирования, сопровождающиеся процессами верификации всей поступающей информации, т.е. происходит неосознаваемое определение ее достоверности и значительности. В связи с чем, если потребуются что-то внушить другому лицу, то необходимо обеспечить введение информации, принимаемой человеком без критической оценки и оказывающей влияние на нейропсихические процессы. При этом, далеко не всякая информация оказывает неотразимое внушающее воздействие. В зависимости от форм подачи, источника поступления и индивидуальных особенностей личности одна и та же информация может оказывать или не оказывать на личность суггестивное воздействие. Состояние раппорта вообще считается неопенимо важным в использовании всех возможностей трансового воздействия. Нам не надо для этого погружать объект в состояние сна. Точнее, он впадает в сон, но это будет т.н. сон наяву. И как раз подобное состояние, на наш взгляд, оказывается наиболее результативным и необычайно эффективным в реализации возможностей информационно-психологического воздействия на индивида, на объект, с целью внушения последнему выполнения определенных действий, необходимых нам.

---

Возвращаясь к теме сопротивления, выделим еще раз важную функцию подобной защитной реакции психики. И заметим, что преодолевая сопротивление - мы самым удивительным образом открываем свою психику для восприятия новой информации. Причем высока вероятность получения вообще кардинально новой информации. Ведь если ранее, как мы говорили, какая-то информация уже присутствовал в памяти, то при получении новой информации цензура психики бессознательно ищет подтверждение вновь поступающей информации в запасниках памяти. Психика в этом случае должна определенным образом отреагировать, и она реагирует. Визуально это заметно по внешним изменениям, происходящими с человеком в параллели «здесь и сейчас» (покраснением или побледнением кожи лица, расширенными зрачками, вариантами каталепсии (одеревенения тела), и т.п.). При этом такие изменения могут происходить и не обязательно столь заметно, но все равно улавливаться взглядом опытного наблюдателя. Подобные изменения свидетельствуют о наступлении, о возможности, раппорта (информационного контакта) с объектом манипулирования. А вероятность того, что в таком состоянии объект будет принимать подаваемую ему информацию без купюр — доходит до ста процентов. Другой вопрос, что возможны индивиды, которых невозможно ввести в состояние раппорта в транскрипции «здесь и сейчас», но подобное, например, возможно сделать позже. Все равно у каждого бывают состояния, когда он максимально подвержен к информационно-психологическому воздействию, к манипулированию над его психикой, вторжением в его психику и управлением психикой данного лица. Причем до

---

конца проследить выбор подходящего момента также возможно, но для этого необходимо обладать опытом, знаниями, и предрасположенностью к подобного рода реализации возможностей. Т.е. хоть относительными, но способностями, а еще лучше — талантом. В этом случае вероятность достижения результата программирования значительно повышается.

Вернемся к сопротивлению. Итак, в результате того, что сломлен барьер критичности, психика начинает с небывалой силой воспринимать новую информацию. Такая информация откладывается в подсознание, и находит свое отражение в предсознании и сознании. То есть, в данном случае мы можем говорить о том, что атака ведется как бы сразу на нескольких фронтах. В результате чего наблюдается необычайно сильное программирование психики, появление мощных по силе устойчивых механизмов (паттернов поведения) в бессознательном. Кроме того, после создания подобного наблюдается инициирование появления все новых и новых механизмов схожей направленности в бессознательном психики. Однако теперь они находят постоянное подкрепление и в сознании и в предсознании. А значит, возможен не только процесс закрепления полученной когда-то информации в подсознании (не всякой информации, а именно той, которая вызвала подобный процесс, информации, которая, в результате поступления которой начали сформировываться паттерны в бессознательном), но и уже такая информация начинает активизироваться, подчиня в скором времени мысли и желания индивида в ключе, обозначенном смысловой нагрузкой подобного рода информации. При этом весьма важным фактором в обработке подобной информации

---

являются особенности психики отдельного человека. Известно, что одна и та же информация на одного индивида может не возыметь никакого воздействия, а другого заставить чуть ли не кардинальным образом изменить жизнь.

Рассматривая воздействие информации на психику, обратим внимание на роль сопротивления в оценке информации, поступающей извне, со стороны как непосредственно окружающего мира (здания, памятники архитектуры, пейзаж, инфраструктура, проч.), так и со стороны других индивидов (в результате межличностных контактов), а также транспортирования информации на значительные расстояния с помощью средств массовой коммуникации и информации (СМК и СМИ). Как мы уже заметили, одна и та же информация способна как оказывать так и не оказывать влияния на индивида. В первом случае следует говорить об установлении раппорта (контакта), в результате которого ослабевает барьер критичности психики (цензура психики), а значит и подобная информация оказывается способной проникнуть в сознание, или же из под сознания (где откладывается вся информация) оказывать воздействие на сознание, т.е. в процессе первоначальной кодировки психики достигается управление ею, потому что уже давно доказано различными учеными (З.Фрейд, В.М.Бехтерев, И.П.Павлов, С.А.Зелинский и др.), что мыслями и поступками индивида управляет именно подсознание, бессознательное. Но мы должны обратить внимание, что если предпринять попытки сломать барьер критичности, то становится возможным достигнуть в результате этого шага (заметим, весьма опасного, и необходимого к осуществлению под руководством специалистов

---

соответствующего профиля) что-то на вроде просветления, сатори. Как раз подобные состояния являлись целью занятий боевыми искусствами и медитативной практикой в восточных единоборствах и восточной философии (религии), или состояния просветленного сознания в русских языческих практиках, или схожих состояний в других системах мира. Причем, следует обратить внимание, что состояние сатори — состояние временное, проходящее со временем (длится от нескольких секунд до нескольких минут, у кого-то чуть больше или меньше); кроме того, это не вечное состояние, т.е. не состояния в парадигме «раз и навсегда», поэтому по прошествии какого-то времени необходимо вновь погружаться в глубины сознания или преодолевать сопротивление — для достижения подобного эффекта. Разве что в этом случае можем заметить, что вероятней всего для большинства после первого достижения подобного состояния последующее вызывание состояния «просветления» будет легче. Хотя и в этом случае необходимо учитывать и большую прогнозируемость достижения подобного для такого типа человека, который хорошо запоминает зрительную информацию (активность правого полушария мозга), не в пример тем, которые больше запоминают логическую информацию (левое полушарие).

В введении левого полушария находятся речь, чтение, письмо, счет, решение задач требующих логики (рациональное, аналитическое, вербальное мышление). В введении правого — интуиция и пространственно-образное мышление (т.е. зрительная и слуховая образная память). Добавим, что к левому полушарию относится сознание (10% мозга), а к правому — подсознание, или бессознательное (90% мозга). Причем механизмы работы мозга

---

являются результатом функционирования психики индивида, а значит и способов последующего воздействия на психику объекта манипуляций, поэтому остановимся чуть подробнее на деятельности полушарий мозга.

Развитое левое полушарие головного мозга предрасполагает человека к речи, логическому мышлению, абстрактным умозаключениям, обладает внешней и внутренней словесной речью, а также свойством воспринимать, верифицировать, запоминать и воспроизводить информацию и индивидуальный жизненный опыт конкретного индивида. Кроме того, наблюдается взаимосвязь работы левого и правого полушарий мозга, так как левое полушарие воспринимает реальность через соответствующие механизмы (образы, инстинкты, чувства, эмоции) правого полушария мозга. Как, впрочем, и через свои аналитико-верификационные психофизиологические механизмы (жизненный опыт, знания, цели, установки).

Правое полушарие головного мозга, как мы уже заметили, простирается в спектре деятельности бессознательного психики. Тогда как левое — формирует сознательную личность. Правое полушарие мыслит образами, чувствами, схватывая картинку, левое — анализирует информацию, полученную с внешнего мира, прерогатива логического мышления — левое полушарие. Правое полушарие реализует эмоции, левое — мысли и знаки (речь, письмо, проч.) Встречаются индивиды, у которых в совершенно новой обстановке создается впечатление «уже увиденного». Это характерный пример деятельности правого полушария.

---

В итоге мы можем говорить, что деятельность мозга обеспечивается двумя полушариями, правым (чувственным) и левым (знаковым, т.е. интегрирует объекты внешнего мира с помощью знаков: слов, речи, и т.п.).

Взаимодополняемость деятельности двух полушарий проявляется часто одновременным присутствием в психике индивида рационального и интуитивного, разумного и чувственного. Отсюда и высокая эффективность директивных указаний мозгу в виде таких механизмов суггестивного воздействия как приказ, самовнушение, проч. Связано это со спецификой деятельности психики, когда, произнося или слыша речь — у человека включается также и воображение, что в данном случае заметно усиливает подобного рода воздействие. Более подробно специфику мозговой деятельности при обработке информации, поступающей с внешнего мира, мы рассматриваем отдельно, поэтому не останавливаясь на механизмах работы мозга, вернемся еще раз к состоянию просветления, сатори, инсайта, озарения и т.п. многочисленные названия, обозначающие суть одного и того же — установлением с этих пор (с начала активации подобного механизма) устойчивой связи между манипулятором и объектом, на которого направлено манипулятивное воздействие.

Любого рода манипуляции, это внушение, т.е. сознательное изменение существующих у объекта установок с помощью задействования (активации) архетипов бессознательного психики; архетипы в свою очередь задействуют раннее сформированные паттерны поведения. Если рассматривать подобное с позиции нейрофизиологии, то в мозге объекта активируется соответствующая доминанта (очаговое возбуждение

---

коры головного мозга), а значит, замедляет свою работу та часть мозга, которая отвечает за сознание. В этом случае цензура психики (как структурная единица психики) временно оказывается заблокированной или полу заблокированной, и информация из внешнего мира беспрепятственно поступает в предсознание, а то и сразу в сознание. Иной раз минуя сознание такая информация проходит сразу в подсознание.

Личное бессознательное психики (подсознание) также формируется в процессе вытеснения информации цензурой психики. Но не вся информация, поступающая с внешнего мира вытесняется бессознательно в бессознательное. Часть все-таки как бы переходит в подсознание намеренно (например, для подпитки уже имеющейся в бессознательном информации и доформировывания архетипов, или же специально и исключительно с целью формирования новых архетипов, паттернов будущего поведения индивида). И это на наш взгляд необходимо правильно понимать и различать.

При этом следует еще раз обратить внимание на необходимость преодоления сопротивления. Известно, что сопротивление включается тогда, когда в мозг (в психику) поступает новая информация, информация, которая изначально не находит отклика в душе человека, не находит чего-то схожего, с уже имеющейся в памяти информации. Такая информация не проходит барьер критичности и вытесняется в подсознание. Однако если усилием воли (т.е. задействуя сознание; воля — прерогатива деятельности сознания) сможем воспрепятствовать вытеснению, и заставим мозг анализировать поступающую информацию (необходимую нам часть такой информации), то тем



---

самым нам удастся преодолеть сопротивление, а значит еще через какое-то время станет возможным испытать то состояние, которое мы именовали раннее сатори, или озарение. Причем эффект от подобного окажется несравненно выше, нежели чем информация методичным и длительным путем проникала в подсознание, позже оказывая влияние на сознание. В нашем случае, в случае слома барьера критичности, а значит и сопротивления, мы добьемся несравненно большего, ибо в этом случае какое-то время будет наблюдаться состояние т.н. «зеленого коридора», когда поступаемая информация практически целиком и полностью проходит, минуя барьер критичности.

Причем также быстро в этом случае происходит и переход в сознание как их предсознания, так и из бессознательного. А значит, нам уже не надо будет ждать долго, как в случае естественного перехода информации из подсознания в сознание, когда такая информация начинает свой переход только когда находит «отклик в душе», т.е. только тогда, когда цепляясь за схожую информацию, имеющуюся в данный момент в сознании (информацию временную, потому что любая информация в сознании держится недолго, и через время, из оперативной памяти поступает в память долговременную) поступает туда. В случае преодоления сопротивления такая информация поступает сразу, изменяя при этом мировоззрение человека, потому что в данном случае активно задействуется сознание, а если что-то осознается человеком, то принимается как руководство к действию.

Также необходимо говорить о том, что любого рода информация, проходящая мимо сознания и подсознания индивида, т.е. подпадающая под спектр действия его репрезентативной

---

системы (аудиальная, визуальная, и кинестетическая) и двух сигнальных систем (чувства и речь) неизменно откладывается в подсознании. А значит, в конечном итоге начинает оказывать влияние на сознание индивида, потому что все, что находится в подсознании — влияет на сознание, на возникновение у индивида соответствующих мыслей, желаний, поступков.

То есть в данном случае мы можем говорить о моделировании поступков человека посредством первоначального формирования бессознательного его психики. И это поистине серьезный вопрос, внимание которому позволило бы избежать многих проблем в т.ч. и в воспитании детей и взрослых. Причем, в ситуации с ребенком, становится возможным просчитать его взрослое поведение, а в случае со взрослым следует говорить, что подобное воздействие может начать оказывать свое влияние в т.ч. и за достаточно короткий срок.

Особенно усиливает первоначально заложенные в подсознание схемы пребывания объекта среди других людей, т.е. когда мы ведем речь о массовом поведении. В случае последнего включаются механизмы массы, толпы (мы в данном случае не отделяем эти понятия), а значит эффект оказывается намного результативнее, чем в случае предварительного воздействия на одного индивида.

При этом, в результате оказываемого нами воздействия на объект следует добиваться состояния эмпатии, когда внутренний мир объекта воспринимается нами как наш собственный. Быть в состоянии эмпатии означает воспринимать внутренний мир другого точно, с сохранением эмоциональных и смысловых оттенков. Как будто становишься этим другим, но без потери

---

ощущения «как будто». Так, ощущаешь радость или боль другого, как он их ощущает, и воспринимаешь их причины, как он их воспринимает. Но обязательно должен оставаться оттенок «как будто»: как будто это я радуюсь или огорчаюсь. Если этот оттенок исчезает, то возникает состояние идентификации.

Эмпатический способ общения с другой личностью имеет несколько граней. Он подразумевает вхождение в личный мир другого и пребывание в нем, «как дома» и включает постоянную чувствительность к меняющимся переживаниям другого — к страху, или гневу, или растроганности, или стеснению, одним словом, ко всему, что испытывает он или она. Это означает временную жизнь другой жизнью, деликатное пребывание в ней без оценивания и осуждения. Это означает улавливание того, что другой сам едва осознает. Но при этом отсутствуют попытки вскрыть совершенно неосознаваемые чувства, поскольку они могут оказаться травмирующими, что включает сообщение наших впечатлений о внутреннем мире другого, когда мы смотрим свежим и спокойным взглядом на те его элементы, которые волнуют или пугают нашего собеседника.

Также это подразумевает частое обращение к другому для проверки своих впечатлений и внимательное прислушивание к получаемым ответам. Вы доверенное лицо для другого. Указывая на возможные смыслы переживаний другого, вы помогаете ему переживать более полно и конструктивно. Быть с другим таким способом означает на некоторое время оставить в стороне свои точки зрения и ценности. Подобное могут осуществить только люди, чувствующие себя достаточно безопасно в определенном смысле: они знают, что не потеряют себя в порой странном или

---

причудливом мире другого и что смогут успешно вернуться в свой мир, когда захотят.

Психоанализ понимает под сопротивлением все, что мешает проникновению в сознание тайных (глубинных, бессознательных) мыслей индивида. Выделяют явные и неявные формы сопротивления. Под первыми понимаются опоздания, пропуски встреч, излишняя болтливость или полное молчание, автоматическое отрицание или неправильное понимание всех ваших высказываний, игра в наивность, постоянная рассеянность, прерывание терапии. Ко вторым (неявным формам) относится все остальное, например, когда человек общается с вами, но при этом явно заметно его безразличие.

Классификация видов сопротивления включает в себя: сопротивление вытеснения, трансферентное сопротивление, сопротивление бессознательного и цензуры психики и сопротивление, основанное на вторичной выгоде от болезни.

Сопротивление возникает тогда, когда психика индивида противится проникновению в сознание какой-либо болезненной для нее информации из подсознания. При этом, такой вид сопротивления можно считать отражением т.н. «первичной выгоды» от заболевания неврозом. В результате действия метода свободных ассоциаций ранее скрытая в бессознательном информация может выйти наружу (перейти в сознание), поэтому психика и сопротивляется подобному — задействованием (активацией) механизмов сопротивления. Причем, чем ближе ранее вытесненный из сознания (и перешедший в подсознание) материал приближается к сознанию, тем больше возрастает сопротивление.

---

Трансферентное сопротивление характеризует собой инфантильные импульсы и борьбу с ними. Под инфантильными импульсами понимают импульсы, вызываемые у вашего собеседника вашей личностью и возникающие в прямой или модифицированной форме: аналитическая ситуация в форме искажения реальности в определенный момент способствует вспоминанию ранее вытесненного материала (материала, который, оказываясь в бессознательном, вызывал невротический симптом). Трансферентное сопротивление различается в зависимости от того, какие трансферентные отношения (позитивные или негативные) лежат в его основе. Люди с эротическим трансфером (например, с истерическим типом организации личности) неожиданно могут стремиться к сексуальным отношениям с вами или же демонстрировать сопротивление для того, чтобы избежать в таком трансфере осознаний сильного сексуального влечения. Люди с негативным трансфером (например, с нарциссическим типом организации личности) преисполнены агрессивных чувств по отношению к вам и могут стремиться через сопротивление унижить вас, заставить страдать или точно так же избегать в переносе осознания этих чувств.

Сопротивление бессознательного психики характерно для случаев, когда негативные и эротизированные формы переноса становятся неразрешимым препятствием для продолжения вашего общения. При этом наиболее сильным сопротивлением является сопротивление Альтер-Эго (цензуры психики), поскольку его трудно выявить и преодолеть. Такое сопротивление происходит из бессознательного чувства вины и скрывает импульсы, которые

---

вашему собеседнику кажутся неприемлемыми (например, сексуальные или агрессивные).

Одним из проявлений сопротивлений Альтер-Эго является негативная реакция на общение. Т.е. ваш собеседник, несмотря на явное общение, относится весьма негативно как к вам, так и к вашим словам в отношении него.

При этом от осознания подобного бреда у такого человека ухудшается психическое здоровье, потому что известно, что для нашей психики фактически безразлично, случается ли какое событие на самом деле, в реальности, или оно прокручивается лишь в наших мыслях. Импульсы от подобного воздействия мозг получают одинаковые и практически равноценные по вовлеченности и активации нейронов.

Также может наблюдаться сопротивление, базирующееся на т.н. «вторичной» выгоде, т.е. когда человеку, который высказывается о какой-нибудь собственной болезни, выгодно его заболевание, так как в данном случае перед нами наблюдается явное прослеживание мазохистских акцентов психики индивида-невротика, потому как такому человеку нравится, когда его жалеют, и он не желает избавляться от поддержки, оказываемой ему «как больному».

Условная схема работы с сопротивлением состоит в следующем:

1) распознавание (необходимо чтобы сопротивление заметили не только вы, но и ваш собеседник);

2) демонстрация (вербально демонстрируется какой-либо вид сопротивления, замеченный у вашего собеседника с тем, чтобы он обратил на это внимание);

---

3) прояснение сопротивления (что предполагает конфронтацию с тем, чего ваш собеседник избегает при общении и почему и как он это делает).

После прояснения причины сопротивления анализируется его форма. Результатом данного этапа становится обнаружение инстинктивного побуждения, попытка удовлетворения которого привела к конфликту. После этого методом интерпретации выясняется история переживания. На этом этапе выясняется, каким образом возник конфликт, как он проявлялся и проявляется в течение жизни человека, какие паттерны поведения и эмоционального реагирования он породил и т. п.

История переживания позволяет включить выявленный конфликт в более широкий контекст препятствий на данном этапе психодинамической терапии. При этом вы должны помнить, что критика или несогласие с чем-то вашего собеседника еще не всегда означает проявление сопротивления.

Ну и наконец, хотелось бы еще раз обратить внимание на то, что деятельность сопротивления — это бессознательный акт, и тем самым вполне оказывается логичным, что если мы хотим разгадать природу человека, природу его психики, разгадать механизмы управления психикой, мы непременно и в первую очередь должны обращать внимание на его бессознательные реакции, путем анализа и сопоставления различных фактов выявлять то, что скрывает человек, а значит и в последствие подобные методы могут еще ближе приблизить нас на пути понимания человеческой психики, помогут раскрыть механизмы устройства психики, как проследить те или иные реакции

---

человека, так и выявить механизмы возникновения импульсов, следствием которых и являются эти реакции.

Другими словами, всегда непременно важен анализ, проведение аналитической работы, обращение внимание на каждые мелочи, потому как именно они в итоге позволят собрать наиболее полную картину о психике того или иного индивида, а значит в последствие — и узнать (разработать, выявить, проч.) механизмы воздействия как на подобного индивида, так и на общество в целом, ибо общество как раз и состоит из различных индивидов, которые, объединяясь в массы, коллективы, собрания, съезды, процессы, симпозиумы, толпы и т.п. формы объединения людей являются частью среды. Ибо среда как раз представлена в т.ч. и постоянным объединением-разъединением людей, процесс этот текущий как ртуть, масса изменчива и непостоянна не только в своих желаниях и интересах, но и по составу участников и т.п.

Таким образом, разгадка психики каждого конкретного человека способна приблизить нас к тайнам и разгадкам общества, а значит к выработке методологии управления человеком, моделирования его мыслей и проецирования подобных мыслей в поступки.

## Подсознание. Эффект присутствия.

Подсознание (бессознательное психики) являет собой удивительный пласт психики человека. В подсознании сокрыты все тайные желания человека, доставшиеся ему как от первобытных предков, так и полученные в результате личного опыта конкретного человека. Кроме того в подсознание заложены



---

полученные наследственные механизмы, данные человеку от рождения (от родителей).

Именно в подсознании заложена основа того, что после переходит в сознание и свидетельствует о человеке согласно его поступкам (поведению) и словам (мыслям).

Таким образом, подсознанию (бессознательному психики) следует отдать главенствующую роль в психике, ибо то, что заложено в подсознании, влияет на сознательную жизнь человека.

Как мы уже говорили, формирование бессознательного происходит несколькими способами. Первый из них – то, что передается т.н. филогенетическим путем, т.е. это опыт предшествующих поколений, опыт предков. Это т.н. коллективное бессознательное. Второй способ наполнения бессознательного – то, что перешло генетическим путем, т.е. в результате наследственного фактора. Мы бы назвали это т.н. родительским бессознательным (хотя принимают прямое участие в этом не только родители, но и родители-родителей и родители-родителей-родителей). И третий – личный опыт человека. Личный опыт формирования бессознательного психики – это все, что человека увидел, услышал, почувствовал и проч. в течение жизни. То есть любая информация, которая оседает в подсознании путем задействования репрезентативных и сигнальных систем организма человека. Репрезентативные системы -- это аудиальная (звуковая), визуальная (зрительная), кинестетическая (мышечные ощущения, вкус, запах), сигнальные – это чувства и речь.

Таким образом, рассматривая вопрос формирования бессознательного, мы должны говорить, что именно в формировании собственного личного бессознательного

---

конкретный человек принимает самое основное участие, потому что в этом случае в личном бессознательном находит отражение любой прочитанный, прослушанный или увиденный материал (а также информация полученная органами вкуса, запаха и проч.). Это т.н. первоначальное формирование личного бессознательного, ибо чуть позже, такой материал смешивается (коррелирует) с информацией, хранившейся в подсознании ранее, а затем, уже в переработанном виде переходит в сознание.

Информация, ранее хранящаяся в подсознании, представлена в виде архетипов. Сам архетип (которых существует значительное количество) представляет собой то бессознательное содержание, которое изменяется, становясь осознанным и воспринятым. В таком случае архетипами являются некие коллективные модели (паттерны) поведения, исходящие из коллективного бессознательного и являющиеся основным содержанием сказок, мифологий, легенд, и проч.

Рассматривая, как связаны между собой сознание и подсознание (бессознательное), можно взять в качестве примера случай, когда человек внезапно забывает какую-то свою мысль, которая до этого «вертелась на языке». В этом случае он говорит «забыл», хотя на самом деле эта мысль стала подсознательной, потому что когда идея выскальзывает из сознания человека, она не перестает существовать — так же, как машина, скрывшаяся за углом, вовсе не растворяется в воздухе. Просто она оказалась вне поля зрения. Позже мы опять можем встретить эту машину, как можем и натолкнуться на ранее утерянные мысли.

Таким образом, наше подсознание бывает занято множеством временно угасших образов, впечатлений, мыслей,

---

которые продолжают влиять на наше сознательное мышление, хотя и являются потерянными. Отвлечшийся или рассеянный человек пересекает комнату, чтобы что-то взять. На полпути он останавливается в смущении — он забыл, зачем шел. Он механически перебирает вещи на столе — хотя первоначальное намерение забыто, оно подсознательно движет им. Наконец он вспоминает, что хотел. Подсознание подсказало ему. Поэтому забывание это нормальный процесс, при котором отдельные осознаваемые идеи теряют свою специфическую энергию из-за отвлечения внимания. Когда мы переключаем интерес на что-то, мы тем самым оставляем в тени те вещи, о которых думали ранее. Так луч прожектора, осветив одно место, оставляет другое в темноте. Этого нельзя избежать, поскольку сознание может удержать одновременно лишь несколько образов. Забытые идеи не прекращают существования, а пребывают под порогом сознания, ниже порога памяти, откуда могут всплыть в любой момент, иногда после многих лет полного забвения. Человек видит, слышит, чувствует запах и вкус множества вещей, не замечая этого либо потому, что его внимание отвлечено, либо потому, что раздражитель, воздействующий на его органы чувств, слишком слаб для осознанного восприятия. Тем не менее, эту информацию впитывает подсознание, и подобное подпороговое восприятие играет значительную роль в повседневной жизни любого человека даже несмотря на то, что подобное может не осознаваться человеком.

После того как мы определили что главенствует бессознательное, мы должны говорить, что именно

---

бессознательное берет контроль над сознанием в трансовых, или измененных состояниях сознания.

В бессознательном скрываются архаичные желания человека (архаичные инстинкты), вытесненные в глубины психики в т.ч. и в процессе развития цивилизации (роста культуры в обществе). При этом т.н. первичные инстинкты, вытесняясь в бессознательное, не исчезают окончательно, просто человек, находясь в обычном состоянии сознания (ОСС), оказывается более-менее способен контролировать их; тогда как при погружении такого человека в трансовые или измененные состояния сознания (алкогольное опьянение, усталость, период пробуждения и засыпания, сильное сексуальное желание, состояние ярко выраженной тревоги или радости и т.п.) все эти первобытные инстинкты находят выход, снова оказываются в сознании, и таким образом подчиняя его, вынуждают даже самого законопослушного человека совершать полукриминальные поступки продиктованные временно ставшей деструктивной психикой.

Помимо перечисленных нами случаев погружения в измененные состояния сознания (ИСС, как-то: усталость, опьянение, простудные заболевания, период просыпания, период засыпания, период усталости, вызванной в т.ч. и недосыпанием, и т.п.), в подобные состояния человек может попадать, находясь в толпе. В этом случае человек толпы в полной мере испытывает на себе влияние первичных инстинктов, доставшихся от первобытного человека и активно проявляющихся в стадных чувствах всеобщего единения, когда психика людей подчинена единым позывам и первобытным желаниям вследствие

---

значительного ослабления критичности психики. Перед человеком толпы не существует преград, его сила удесятерится, он способен на совершение явно выраженных криминальных поступков проникнутых деструктивным желанием. И это необходимо иметь в виду лидеру, который хочет стать над толпой, и должен для этого знать механизмы управления психикой масс.

В случае нахождения человека в измененных или трансовых состояниях сознания работает правое полушарие головного мозга (бессознательное), поэтому левое полушарие мозга (отвечающее за сознание) частично отключается и такой человек пребывает в суженном состоянии сознания, или состоянии повышенной гипнабельности. Происходит это по причине ослабления барьера критичности, стоящего на пути информации между мозгом (сознанием) и подкорковыми участками мозга (подсознанием).

Вследствие ослабления барьера критичности (в т.ч. и на пути поступления новой информации из внешнего мира) вся получаемая информация откладывается в подсознании. Если же такая информация будет эмоционально насыщена, то в этом случае путем образования активных доминант (активная доминанта – это очагового возбуждения в коре головного мозга) или пассивных доминант (очагового торможения в коре головного мозга) в подсознании закрепляются психологические установки, что приводят к формированию соответствующих паттернов поведения и (или) дополнительного формирования вновь образованных или предварительно образованных и усиленных этим архетипов личного бессознательного; равно как и усиления первоначальных импульсов, полученных от поступившей

---

информации; такие импульсы в свое время не привели к созданию полноценных доминант, установок и паттернов, но наметили их формирование, послужив первыми кирпичиками единого здания, и явив полу-доминанты, полу-установки, полу-паттерны.

Остановимся еще немного на архетипах личного бессознательного. По нашему мнению, архетипы присутствуют не только в коллективном, но и в личном бессознательном. В этом случае архетипы состоят из остатков информации, которая когда-то попала в психику индивида, но не была вытеснена в сознание или в глубины памяти, а осталась в личном бессознательном будучи обогащенной ранее полусформированными доминантами, полу-установками, и полу-паттернами; т.е. в свое время такая информация не явилась созданием полноценных доминант, установок или паттернов, но как бы наметила их формирование; поэтому при поступлении в последующем информации схожего содержания (т.е. информации со схожей кодировкой, или иными словами, схожими импульсами от афферентных связей, связей между нейронами мозга), ранее полусформированные доминанты, установки и паттерны доформируются, в результате чего в мозге появляется полноценная доминанта, а в подсознании появляются полноценные установки, переходящие в паттерны поведения; доминанта в коре головного мозга, вызванная очаговым возбуждением (коры головного мозга) служит причиной надежного закрепления психологических установок в подсознании, а значит и появление у человека соответствующих мыслей, переходящих в последующем в поступки (вследствие предварительного перехода установок в подсознании в паттерны поведения в бессознательном).

---

Цензура психики – это барьер критичности, т.е. некая особая составляющая психики, которая находится между сознанием-бессознательным и окружающим миром и характеризует собой верификацию информации, переходящей из внешнего, окружающего мира — в мир внутренний (сознание и подсознание).

Основная функция цензуры психики — распределение информации, поступающей из внешнего (окружающего) мира между сознанием и подсознанием (бессознательным).

Если информация, поступающая из окружающего мира, усиливается эмоционально, то такая информация запоминается, сохраняясь, например, в виде установок, сформированных и усиленных паттернов поведения за счет задействования в т.ч. и архетипической составляющей бессознательного.

Эмоциональное насыщение информации поступающей в мозг из внешнего мира приводит к формированию активных доминант, т.е. активному очаговому возбуждению в коре головного мозга, а также очаговому торможению в коре головного (пассивная доминанта); пассивная доминанта в этом случае автоматически тормозит и подчиняет себе все соседние участки коры головного мозга, постепенно выключает все органы чувств кроме одного: гипнотик (тот, кого гипнотизируют) слышит лишь голос гипнотизера (тот, кто гипнотизирует); генерируется транс, т.е. измененное состояние сознания, когда максимально ослаблена и фактически выключена цензура психики, а значит любая информация, подаваемая в данный момент, прочно отложится в подсознании гипнотика и далее будет служить руководством к

---

действию, посредством в т.ч. и сформировавшихся установок, переходящих в паттерны поведения.

Для понимания процесса следует подробнее остановиться на паттернах поведения.

На наш взгляд, паттерны поведения способны не только постоянно появляться вновь, но и усиливаться ранее существующие. Точно также мы считаем, что в личном бессознательном психики современного человека представлено неисчислимое количество архетипов (которые содержатся в огромных количествах и в коллективном бессознательном). Кроме того, архетипы продолжают образовываться в процессе жизни человека все время. Т.е. в данном случае наблюдается такая ситуация, когда ранее поступившая информация не вытесняется из психики окончательно, а как бы «ждет подкрепления» новой информации; и если сигнал вновь поступившей информации совпадет с сигналом ранее существующей, то будет наблюдаться процесс доформирования прежних полу-доминант, полу-установок, полу-паттернов поведения.

Остановимся подробнее. Итак, в процессе очагового возбуждения в коре головного мозга информация прочно откладывается в виде установок в подсознании. Однако в подсознании к этому времени уже имеются определенные, сформированные ранее паттерны поведения, т.е. устойчивые механизмы, направляющие в последующем поведение индивида, т.е. паттерны поведения отвечают за совершение индивидом поступков, тогда как установки (образующиеся вследствие предварительного образования доминант) участвуют в появлении у индивида мыслей.



---

Установки могут переходить в паттерны (усиливая последние), а могут действовать самостоятельно, влияя на поведение индивида. Происходит это в случае если поступки являются следствием предварительного появления мыслей; поэтому, если сформировавшиеся в подсознании установки влияют на появление у человека тех или иных мыслей (т.е. мыслей проникнутых информацией, закрепившейся в подсознании в виде установок), то вполне логично, что установки могут самостоятельно участвовать в направленности действий человека на совершение тех или иных поступков, т.е. установки в этом случае формируют поведение индивида. В случае же временного пребывания индивида в измененных, трансовых, состояниях сознания, такой человек может совершать поступки без предварительного участия сознания, т.е. действовать рефлекторно, инстинктивно.

Таким образом, в психике человека помимо того, что постоянно формируются новые паттерны поведения и усиливаются ранее существующие, также происходит постоянное формирование новых архетипов. Подобное становится возможным потому, что новая информация, поступающая в мозг в результате отражения (важной функции сознания) в психику, может сразу переходить в паттерны поведения, формируя их и усиливая ранее существующие, а может и предварительно обогащаться остатками информации, хранящейся в личном бессознательном подкрепленном схожей информацией (со схожей кодировкой) из коллективного бессознательного. Ранее, наличие такой информации не хватило для формирования соответствующего архетипа, несмотря на то, что была явная

---

предрасположенность к оному, но не хватало частичного усиления, которое и происходит в данный момент с вводом (поступлением) новой информации; в результате чего новая информация дополняет раннее существующую, а значит и образуется (формируется) новый архетип бессознательного (архетипов личного бессознательного); причем в данном случае, как мы считаем, образованию нового архетипа необходима предварительная полусформированность архетипа в коллективном бессознательном, а также, в результате взаимосвязи с вновь поступившей информацией в личное бессознательное как раз и послужила появлению уже нового архетипа уже в личном бессознательном.

Что же касается формирования нового паттерна поведения, то, на наш взгляд, становится возможным подобное потому, что любая информация, которая находится в зоне восприятия индивида (информация, которая улавливается его визуальной, аудиальной, кинестетической репрезентативными системами, а также сигнальными системами психики) откладывается в подсознании. Из чего следует, что при управлении психикой необходимо учитывать предварительную сформированность в бессознательном психики установок, жизненного опыта данного человека, уровня его образования, воспитания, интеллекта и проч. индивидуальных особенностей.

Информация, которая попадает в подсознание, вступает в коррелят с уже имеющейся в психике информацией. Т.е. такая информация вступает в ассоциативные контакты с информацией, накопленной архетипами личного и коллективного бессознательного, и обогащаясь информацией от них —

---

значительно усиливается, формирует новые или доформирует, усиливая, уже существовавшие паттерны поведения; а по прошествии определенного времени (индивидуального в случае каждого человека) начинает оказывать влияние на сознание, потому что при появлении какой-то новой информации, психика начинает ее бессознательно оценивать с позиции ранее накопленной информации в бессознательном (личном и коллективном), т.е. информации, как приобретенной в процессе жизнедеятельности данного индивида, так и перешедшей к бессознательному с помощью генетических и филогенетических схем.

В результате ослабления цензуры психики (т.е. снижение барьера критичности на пути поступления информации из внешней среды) становится возможным вводить в бессознательное психики человека значительные объемы информации. Причем, эта информация практически полностью будет откладываться в подсознании, закрепляясь там особыми кодовыми характеристиками, благодаря которым подобная информация прочно закрепляется в виде установок в подсознании (происходит своего рода кодирование психики путем образования доминант, т.е. очагового возбуждения в коре головного мозга), а кроме того, при поступлении новой информации со схожим кодовым значением — такая информация доформирует задатки намеченных к формированию (полусформированных) паттернов поведения и усиливает архетипы личного бессознательного.

Человек рождается с доминирующим правым полушарием, т.е. любой ребенок намного ближе к природе, чем взрослый, потому что мозг ребенка большей частью работает в режимах

---

деятельности бессознательного, а сознание ребенка пребывает главным образом в трансовых или полутрансовых состояниях (тех состояниях, которые добиваются, например, в гипнозе наяву для погружения психики человека в транс или, скажем, в цыганский психологический гипноз наяву, эриксоновский гипноз, НЛП, и т.п.) благодаря чему достигается наивысшая внушаемость, а подаваемая на фоне подобного погружения информация прочно закрепляется в подсознании в виде психологических установок.

Психика человека состоит из сознания (Эго), подсознания (бессознательное психики – Ид), и цензуры психики (Альтер-Эго) – барьер критичности, барьер между сознанием и подсознанием (бессознательным).

Сознание является неким посредником между бессознательным и внешним миром, а цензура психики — это инстанция, олицетворяющая собой запреты морально-нравственного, социокультурного и семейно-исторического происхождения.

Сознание и бессознательное можно сравнить классическим примером как всадника и лошадь. Когда Эго (всадник) пытается подчинить себе Ид (лошадь) — лошадь встает на дыбы и сбрасывает седока. В итоге — всадник подчиняется необузданной лошади; а значит — и Эго фактически подчиняется воле Ид, создавая лишь видимость своего превосходства над ней.

Эго олицетворяет то, что можно назвать разумом и рассудительностью, в противоположность к Ид, содержащему страсти. При этом обратим внимание, что Альтер-Эго сохранит характер отца, и чем сильнее был Эдипов комплекс, чем стремительнее было его вытеснение, тем строже впоследствии

---

Альтер-Эго будет властвовать над Эго как совесть и бессознательное чувство вины.

Бессознательное формируется настоящим и прошлым опытом человека. Прошлый опыт— это т. н. опыт предков, опыт предшествующих поколений.

Бессознательное в психике представлено двумя частями: личным и коллективным бессознательным. Личное бессознательное в данном случае содержит личные содержания человека, т.е. такое бессознательное формируется факторами, отнесенными нами к сегодняшнему времени: информация, полученная в период детства (сказки, мультфильмы, передачи по ТВ, информация, получаемая от сверстников и т.п.) и информация, полученной в процессе жизни; тогда как коллективное бессознательное являет собой содержание психики, доставшееся нам от предшествующих поколений.

Коллективное бессознательное представляет собой всеобщую духовную основу человечества, его сверхличностную психологическую природу. Коллективное бессознательное — это универсальный фундамент духовной жизни всех и одновременно каждого отдельно взятого человека. Существенной особенностью коллективного бессознательного является то, что оно не поддается осознанию, рациональной обработке и поэтому никакая аналитическая техника не поможет его вспомнить, ведь оно не было вытеснено или забыто.

Сердцевиной коллективного бессознательного являются архетипы (образы). Человек наследует эти образы из своего прошлого, которое включает жизненный опыт предшествующих поколений. Поэтому архетип — это не столько фиксированные

---

образы, сколько некие возможности определенным образом воспринимать мир и реагировать на него. Эти возможности современные люди унаследовали от древних времен в виде определенных форм мнемонических структур головного мозга.

Иными словами, архетипы — это врожденные возможности представлений, регулирующие принципы формирования наших взглядов на мир, условия его понимания и осмысления.

Архетипы как первичные структурные формирующие элементы бессознательного могут быть представлены двояко: в виде определенных, передаваемых от поколения к поколению структур и в виде определенных ситуаций. Доминирующим способом представления архетипа является символ. Символизация — это главный путь проявления бессознательного. Человек воспринимает мир мифологически, то есть, формируя архетипические образы, которые проецируются на реальный мир. Поскольку человеческая жизнь во многом зависит от подсознания, можно говорить о том, что человек в своей деятельности мыслит не только логически, но и мифологически, архетипическими образами, символами, которые являются спонтанным выражением бессознательного. Поэтому бессознательное — это самостоятельная психика правого полушария мозга.

Бессознательное находит отражение в сознании (напомним, что сознание зависит от работы левого, словесно-логического, полушария головного мозга) в виде предчувствий, сновидений, галлюцинаций, иллюзий, оговорок, автоматического письма, автоматических — бессознательных — движений, автоматической речи, чувств, ощущений, эмоций, переживаний,

---

интуицией, поэзии, музыки, влечений, страстей, привязанностей, привычек, инстинктов (инстинкт жизни, половой инстинкт, голод, жажда и др.), восклицаний, истерических срывов и неврозов, вегетативных реакций, реакций на субсенсорные раздражители, стереотипов поведения и т.д.

В информационно-психическом аспекте феномена человека выделяется влечение к сохранению вида (половой инстинкт, родительский инстинкт, влечение к сохранению жизни человека (пищевой рефлекс, оборонительный рефлекс), стремление к деятельности (рефлекс цели, рефлекс свободы), стремление к общению (рефлекс подражания, групповой рефлекс), психологические установки и стереотипы поведения, навыки и автоматизмы, внушенные реакции и поведение, сверхчувственные реакции, стремление к развитию индивидуального опыта, стремление к знанию (стремление к самовыражению и самореализации, стремление к увеличению объема знаний, стремление к творчеству), стремление к Космосу (стремление к религиозному опыту, стремление к загадочному, стремление к другим разумным существам), патологические влечения (к смерти, патосексуальные, патогенетические), нейрологическая память (сенсорная память, генетическая память, краткосрочная память, долгосрочная память, постоянная память), механизмы биологической саморегуляции (макромолекулярная саморегуляция, клеточная, гуморальная, вегетативная, произвольная психическая), простые предметные эмоции, произвольное внимание, самоотражение и проч.

Говоря о бессознательном психики, нам следует обратить внимание на такое распространенное понятие, как маска. Как

---

известно, почти каждый человек в процессе жизни формирует вокруг себя некое иллюзорное представление, которое и называется маской или вымышленным образом, т.е. тем образом, который человек сначала бессознательно примеривает на себя, а после, привыкая, старается этому образу (маске) соответствовать.

Маску можно рассматривать в роли некой защитной функции, помогающей тому или иному человеку адаптироваться к условиям внешней среды и способной защитить такого человека от воздействия неблагоприятных факторов, проецируемых от других людей.

Другими словами, маска способна сформировать ложный собственный образ. Тем самым, выступив в роли «отражателя», вызвав на себя атаку предполагаемой агрессии (предполагаемого) противника.

Маска или как ее еще называют Персона (в зависимости от направлений психологии) ведет к сооружению особой структуры в психике, которая выступает в качестве посредника между сознанием человека (его Эго) и обществом. Это своего рода общественное лицо человека, принятое им по отношению к другим людям. Персона (Маска) всегда представляет некий компромисс внутренним миром самого человека и тем, как его воспринимают окружающие. Иными словами, находясь в обществе, человек вынужденно одевает маску, играя определенную роль, зачастую отличную от истинного его внутреннего состояния.

Цивилизация (посредством СМИ) способствует формированию в бессознательном индивида стереотипов поведения и восприятия действительности. Стереотипы — это



---

сформировавшиеся в бессознательном паттерны поведения, устоявшиеся и закрепленные в подсознании привычки реагирования на те или иные действия, рождаемые поведенческие ответы на различные жизненные ситуации. Стереотипность мышления свойственна всем людям. С самого раннего детства, когда закладываются в подсознание паттерны поведения, ребенок приобретает привычки реагировать тем или иным способом на какие-либо ситуации. Тем самым в последующем он как бы уже не выходит из навязанных ему рамок. И любые свои новые действия диктует с позиции имеющихся у него (и устоявшихся) привычек, стереотипов.

Можно заключить, что люди как бы «навязывают» определенные взгляды обществу, так же как и общество, социум, влияет на формирование стереотипности мышления людей. Стереотипность мышления (также, как и формирование образов) свойственно практически каждому человеку. Поэтому ряд психотерапевтических методик (например, НЛП) направлены или на выход за пределы устоявшегося стереотипа мышления или базируются на существовании этих самых стереотипов (в какой-то мере — и индивидуальная психология Адлера и аналитическая психология Юнга и психоанализ Фрейда — ориентируется на классическое отреагирование индивида в ответ на те или иные ситуации (раздражители).

При этом заметим, что стереотипы как бы входят в психику человека еще и потому, что он должен неразрывно быть связан с обществом. Вследствие роевого характера сознания, отдельные люди вынуждены сгруппировываться, собираться в массы; в массе — наступает общее избавление от проявления

---

симптоматики различных заболеваний психопатического характера.

Иными словами, находясь в толпе — человек не испытывает страха, тревог, волнений. Он как бы высвобождается от них. Также как и подчиняется общей стереотипичности мышления и поведения толпы.

Заметим, если бы не было стереотипов, то невероятно затруднялась бы профессиональная деятельность психологов, политиков, писателей, режиссеров, актеров и проч. Так или иначе, деятельность людей этих профессий базируется на законе интроекции. Суть данного закона в том, что психика человека, несмотря на отличие каждого из них в деталях, на самом деле одна и та же. С общими механизмами, позволяющими, «понимая» одного (например, самого себя), находить объяснение мотивам поведения, мышления, восприятия действительности других людей.

В случае, если человек становится способен высвободиться от навязываемых ему (обществом, жизнью в социуме) стереотипов, то за это он расплачивается симптоматикой какого-нибудь психического заболевания: от истерии, невроза или синдрома навязчивых состояний — до шизофрении, галлюцинаторного бреда, паранойи; это как бы плата за гениальность. Кроме того, развитие симптоматики психических заболеваний развивается вследствие вытеснения нереализованных влечений. Т. е. желание, не находящее какого-либо реального применения, сначала вытесняется в бессознательное, а уже оттуда начинают оказывать на человека определенное влияние, являясь причиной возникновения различного рода отклонений психики от

---

нормы. Поэтому невроз в этом случае является средством отказа от реальности, потому что нарушает отношение больного к реальности.

Любому человеку важно сохранять внутреннюю гармонию. От внутренней гармонии зависит состояние психики человека. Если эта гармония соблюдается, то психика человека будет более-менее стабильной, и на нее не будет оказывать воздействие все то, что скрывается в бессознательном и что характеризуется как тень. Архетип тени.

Как известно, в психике любого человека живут т.н. первичные желания. Это желания дикаря, первобытного человека. Именно в развитии цивилизации, окультуривании людей — стержень развития невротических и психических заболеваний. Цивилизация (главным образом — свойственная цивилизации культура) вводит для каждого человека ряд ограничений, направленных на его адаптацию в современном обществе. Другими словами, создаются определенные правила жизни в обществе. Правила — регламентирующие нормы поведения в социуме, направленные на сдерживания первичных желаний, а значит и вытеснения первичных желаний в бессознательное. Отсюда (в невозможности реализации таких желаний, инстинктов) — развитие психотических (неврозы, истерии, т.п.) и психопатических (шизофрения, паранойя, галлюцинаторный бред и т. п.) заболеваний. Таким образом, каждая культура создается принуждением и подавлением первичных позывов, потому что приходится считаться с тем фактом, что у всех людей имеются разрушительные тенденции и у большого количества людей такие тенденции достаточно сильны, чтобы определить их поведение в

---

человеческом обществе. В своей основной массе люди ленивы и несознательны, и с неохотой отказываются от удовлетворения инстинктов. Поэтому, по мнению Фрейда, только влиянием образцовых индивидов, признанных ее вождями, можно добиться от других людей работы и самоотверженности, от которых зависит прочность культуры; культурные законы можно удержать только при помощи принуждения.

Заметим, что первичные желания (желания дикаря) никогда не исчезнут. Наоборот, они будут не оставлять попыток самореализации. Альтер-Эго является той составляющей психики (наряду с двумя другими частями – сознанием и бессознательным), которая стоит на пути инстинктов, мешая им проникнуть в сознание. Поэтому Альтер-Эго выступает в роли цензора, решающего: пропустить или не пропустить ту или информацию из бессознательного в сознание.

Мы можем заключить, что именно культура, являющаяся непреложным фактором цивилизации, берет на себя роль Альтер-Эго, выступая ограничителем возможностей воплощения первичных желаний, реализации инстинктов в современном обществе. Однако, бессознательное человека иной раз восстает против «столь жестких», в его представлении, норм. И тогда необходимо говорить как минимум о двух способах и возможностях реализации первобытных желаний (инстинктов) в современном обществе. В одном случае бессознательное человека, не желающее мириться с выставленной преградой в виде Альтер-Эго, толкает такого человека на реальное претворение имеющихся у него желаний в действительность. И в таком случае мы можем говорить о совершении преступлений (убийство, изнасилование,

---

каннибализм и проч. асоциальные эффекты поведения); в другом — первичные инстинкты воплощаются в иллюзорную действительность. И тогда происходит уход человека из мира реальности, мира сознания, в вымышленный мир; мир иллюзорных представлений о действительности. В мир бессознательного. Т.е. сумасшествие.

Следует напомнить, что природа предусмотрела и легитимные способы воплощения первичных желаний в действительность. Такие способы не наносят какого-либо вреда для психики.

Одним из таких способов является сон (королевской дорогой к бессознательному называл сновидения Фрейд, считая, что посредством интерпретаций сновидений можно понять механизмы бессознательного и рассматривая сновидение как своего рода мост между реальной действительностью и бессознательным).

Другим способом является сублимация; например, сублимация в творчество. Посредством сублимации человек может безболезненно (для своей жизни в социуме) реализовывать весь негатив собственного бессознательного в творчество, воплощая любые — даже самые низменные — фантазии и желания, и награждая ими, например, героев своих произведений. Тем самым, снимая с себя подозрения в извращенных желаниях и освобождаясь от нежелательной симптоматики.

Существует еще один способ реализации фантазий бессознательного. Это т. н. игра. Игра, это подмена реального образа — вымышленным. Мы как бы сознательно — и на время —

---

погружаемся в мир собственных фантазий; для того чтобы тогда, когда потребуется, возвратиться обратно.

Говоря об игре, заметим что игра, по сути, всегда достаточно условна. В практике встречается немало примеров, когда способность человека «играть», приобретает профессиональный статус. Например, профессия актера кино, артиста театра, клоуна; даже, по сути, профессия режиссера, сценариста, музыканта, мультипликатора — ничто иное, как «законное» отыгрывание фантазий бессознательного.

Говоря о гармонии личности (внутренней гармонии) как стремлении к достижению каждым человеком, мы должны понимать, что от первичных инстинктов, от желаний дикаря, желаний первобытного человека в психике, человек действительно никогда не сможет избавиться. Поэтому важной задачей является удерживать подобные желания в бессознательном. Не дать им вырваться наружу. Поэтому, чем меньше времени человек будет находиться в измененных состояний сознания (например, алкогольное опьянение), тем больше шансов, что цензуре психики (Альтер-Эго) удастся сдержать деструктивные желания бессознательного, а самого человека защитит от совершения преступлений. А значит обеспечить такому человеку достижение поставленных ранее лидерских целей и задач. Ведь иного не дано.

## **Часть 2. Манипуляции.**

7. Манипуляции психикой человека.
8. Манипулирование массовым сознанием.
9. Манипуляции при общении.
10. Внушение – как средство манипулирования для лидера.

---

11.Классический и разговорный гипноз.

12.Провокация невроза – как способ манипулирования для лидера.

13.Психологический анализ телевидения.

## Манипулирование психикой человека.

--Предрасположенность психики к манипулированию.

--Подверженность манипулированию.

--Характеристики манипуляторов.

--Последствия воздействия на психику.

--Чувство вины.

--Прикладные психоаналитические технологии манипулирования.

— Невроз — как основа манипулирования.

— Механизмы манипулирования.

— Теория сублиминального воздействия.

— Эротические аспекты манипуляций.

### **Предрасположенность психики к манипулированию.**

Психика человека по своей природе предрасположена к некой восприимчивости, которую используют для скрытого воздействия (манипулирования). Манипулирование — это психологическое воздействие одного человека на другого. Цель такого воздействия — выполнение воли манипулятора.

Следует заметить, что манипулирование встречается везде и всегда. Невозможны отношения в обществе без манипулирования. Манипулирование в данном случае будет

---

завуалировано стремлением одного индивида — подчинить (оказать воздействие на психику с целью подчинения) другого.

Вследствие предрасположенности людей к различного рода невротическим зависимостям, всегда найдутся те, кто пожелает воспользоваться слабостью для навязывания своей воли. Таких людей называют манипуляторами. Манипуляторы для управления другим человеком провоцируют в нем невроз (т.е. вызывают невротическую симптоматику), выдвигая определенные условия, выполнение которых приведет к избавлению от невроза, т.к. подчинение — всегда является избавлением от невроза. Точнее, в этом подсознательно уверен человек, подвергшийся манипуляциям. Подсознательно — потому что манипулятор всегда действует скрытно. Скрытность — это отличительная особенность манипуляций. Например, если вы открыто кому-то отдадите команду — это будет приказ. Человек воспринял вашу команду сознательно и уже подчиняется или не подчиняется в зависимости от обстоятельств. Тогда как скрытое, манипулятивное, управление — состоит в том, что манипулятором отдается как бы не явная команда к действию, а закомуфлированная, тайная команда, направленная не на сознание, а в обход сознания — на подсознание. И в этом случае сопротивляться зачастую невозможно.

Скрытая команда в этом случае поступает сначала в подсознание, а уже оттуда переходит в сознание и оказывает влияние на сознание вследствие того, что сознанием руководит бессознательное психики. При этом, в случае скрытого манипулятивного воздействия в психике человека, подвергшегося манипуляциям, словно все время мигает «лампочка», вызывая



---

невротическую симптоматику; такая симптоматика исчезает, когда человек выполняет волю манипулятора, провоцировавшего в нем невротическую зависимость.

Рассмотрим данный вопрос подробнее.

Известно, что психика человека устроена таким образом, что вынуждена все время балансировать на грани между неврозом и обычным, нормальным состоянием (т.н. условной нормой). Мы не рассматриваем в данном случае невротиков, которых на самом деле намного больше, чем показывает статистика обращений к врачам. Психика почти всех без исключения людей подвержена специфическому воздействию, вызывающему соответствующую симптоматику, именуемую неврозом. Причем, как раз для снятия подобной (невротической) зависимости такой индивид вынужден подчиниться воле другого. И тогда симптом исчезнет. Наступит временное улучшение состояния. И в какой-то мере вся проблема для человека будет заключаться лишь в том, что он будет вынужден пойти на уступки манипулятору (выполнив его волю). Подобную особенность психики человека используют манипуляторы. Они намеренно создают дисбаланс в психике (нагнетают обстановку), а после предлагают своего рода «лекарство» (способ избавления от вызванной ими раннее симптоматики).

Каким образом становится возможным такое воздействие?

Прежде всего, еще раз обратим внимание, что очень важное значение в структуре психики занимает бессознательное. Именно в бессознательном берут начало мысли и рождаются желания, которые после переходят в поступки и действия. При этом создается впечатление, что поступки происходят под

---

контролем сознания. На самом деле сознание в данном случае имеет подчиненную функцию, потому что причина происходящего сейчас заключается в том, что было заложено в подсознание раньше.

Как формируется бессознательное? Все, что было когда-то индивидом услышано или увидено, все, что когда-то проходило мимо него (его зрения, слуха, органов осязания...) оседает в бессознательном психики. При этом так получается, что становится совсем не важен срок давности. А то и наоборот, для того, чтобы информация попавшая в подсознание обработалась — необходимо время. Другими словами, информация, заложенная в подсознание, может «выстрелить» и на другой день, а может только через годы, а то и десятилетия. Важность такой особенности взаимодействия сознания и подсознания (бессознательного) весьма существенна, ибо на этой особенности отчасти построено манипулятивное воздействие на психику. А потому для манипуляторов самое важное правило — воздействовать на подсознание другого индивида таким образом, чтобы он выполнял вашу команду (ваше завуалированное желание), но при этом считал, что делает это сам, по доброй воле и собственному усмотрению.

Как возможно сделать подобное? Среди многочисленных способов выделяется один, который, за малым исключением, не оставляет шансов индивиду, на которого направлено манипулятивное воздействие, не поддаваться манипуляциям. И становится возможным подобное оттого, что первоначально в манипулируемом провоцируется воздействие на какой-либо из базовых инстинктов (страх, например). А после — манипулятор

---

демонстрирует способ избавления от того, что вызвало подобный негатив в психике (и начало развития психо- или невро-симптоматики). Подобный прием обычно действует безотказно. Например, вас сначала могут заключить в камеру, угрожать избить и проч., дождутся, когда ваше эмоциональное состояние будет на грани срыва — а после придет кто-то, кто вас спасет. Пригрозив обидчикам. Помимо вашей воли вы будете благодарны такому человеку. Это в масштабах, так сказать, отдельного человека. А вот пример в масштабах страны. Сначала власти посредством СМИ и других возможностей будут нагнетать обстановку, всячески высвечивая угрозу, например, терроризма. А после (когда «общественное мнение» будет соответствующим образом подготовлено) — объявят о мерах чрезвычайного воздействия, направленных на предотвращения терактов. И уже под эту кальку можно будет делать любое ужесточение, от прослушивания телефонных переговоров (которые и так прослушиваются; правда пока делается это выборочно, и робот-автомат реагирует на ключевые слова, после упоминания которых запись разговора включается автоматически), до массовых арестов и депортирования неугодных лиц из страны.

Следует заметить, что к угрозе подобного воздействия люди становятся подвержены в период относительной стабильности. Когда психика человека в течение определенного времени не испытывает потрясений, как бы привыкает к состоянию покоя, расслабляется. И если в это время последует удар — подобное будет иметь гораздо более существенные последствия, нежели чем произвести манипулятивную атаку в период, когда организм индивида (прежде всего его психика, его

---

эмоциональное состояние) находится как бы «на взводе».

Помните: пролетариату нечего терять, кроме своих цепей? И в тоже время, имеющий какой-то материальный достаток человек всегда подсознательно опасается лишиться этого. Это заложено в природе. Причем, говоря о природе, мы должны отдавать отчет в том, что психика практически всех без исключения людей имеет общую структуру, а поведение отдельного человека складывается из механизмов психики, реагирующих на какие-либо обстоятельства. Именно общий характер проявления подобной реакции имеет как бы схожую направленность и почти не зависит от характера личности самого индивида. Да и сам характер формируется в результате нахождения индивида в той или иной социальной среде. Потому-то и в своей основной массе психика всех индивидов схожа, и имеет некоторое отличие большей частью объясняемое воспитанием, социальным окружением, и т.п.

Обратим внимание, что характер манипулирования, иной раз, не просто определить. Причем, именно т.н. невидимый характер манипулирования зачастую и является причиной факта возможности и результативности манипулирования. Да и большинство людей по природе склонно к доверию в значительно большей степени, чем это можно поначалу предположить. Причем на данное обстоятельство как бы оказывает положительное влияние целый ряд факторов, берущих начало в структуре психики индивида. И при определенных обстоятельствах, через какой-то (заранее не планируемый) промежуток времени ситуация складывается таким образом, что психика индивида становится наиболее предрасположена к влиянию извне. А последующее воздействие иной раз несопоставимо как по масштабам, так и по

---

силе оказываемого на психику воздействия — с чем-то, существовавшим доселе. Ведь вполне разумно предположить, что если мы рассматриваем психику взрослого человека, то имеем дело с уже сформированными в данной психике определенными установками (а все наши поступки — суть влияние установок, имеющихся в бессознательном).

Рассматривая вопрос манипулирования, заметим еще раз, что манипуляции не только осуществляются всегда и везде, но и носят преимущественно бессознательный характер. Можно предположить, что связано это с общей теорией выживаемости видов (человек такой же вид, как и другие животные), и простирается в плоскости подавления одними — других, установления собственной власти, показного величия, и прочих моментов, символизирующих в привычном нам понимании демонстрацию власти и могущество. Принимая во внимание, что власть и могущество — суть способ выживания. Не вы — так вас. Если не покажете силу — другие будут стремиться поглотить вас. Страх — лучше как страх (боязнь) вас, а не страх у вас (в отношении к кому-то). Потому как, если вас боятся — значит, вы имеете возможность предохранить себя от невольного или вольного покушения и тем самым имеете возможность продолжать заниматься своим делом, не опасаясь вмешательства извне.

Сохранение своей идентичности и самостоятельности мышления и поведения было важно во все времена, и по-особенному важно сейчас, в 21 веке, когда всеобщая глобализация значительно упростила выживание человека в пределах природы, а значит, порой значительно сократила необходимость

---

расходования мускульной силы для жизни, выживания. Не поэтому ли (а недостаток расходования физической энергии приводит к стрессовой подверженности) в психике современного человека значительно больше прослеживается фактор агрессивности, возникающий из-за недостатка реализации того психической энергии, которая в былые времена расходовалась на борьбу со стихиями природы или врагами. Кстати, тема врагов может показаться весьма интересной, потому как на всем протяжении существования человека (начиная с библейских времен) всегда существовали враги по отношению одних индивидов к другим. А что такое враг? Враг — это угроза. Угроза существованию, угроза выживанию, угроза вообще жизни. И уже получается, что масштабы общества и в представлении Томаса Мора, и в учении Карла Маркса (коммунизм как высшая форма социализма, и утопия — как оптимальная, хотя и не совсем возможная модель общества) были в чем-то схожи. И прежде всего, ни в том, ни в другом не должно было существовать врагов. Явно предусматривая, что враги к тому времени или будут уничтожены, или же — наподобие коммуны Макаренко — преобразованы в труженников. Во что, в общем-то, верилось не особо, и потому словно для надежности и в зависимости от тяжести вины и общего вреда — врагов или уничтожали, или перевоспитывали в исправительно-трудовых учреждениях (колониях общего, усиленного, строгого и особого режимов).

В нынешние же времена, когда массовые аресты могут привести к дестабилизации общества (или хаоса, который мы наблюдаем на примере оранжевых и бархатных революций в бывших союзных республиках), власть (власть — как основной и

---

главный манипулятор массами; массы = народ) использует такой известный метод управления, как предварительное формирование образа врага. Если враг не сдается — его уничтожают. Если врага нет — его выдумывают. А уже после, как бы «под шумок» проделывают свои «грязные делишки». Общий результат которых один: ужесточение, и связанное с таким ужесточением выгадывание всяческих благ себе. Ибо настоящей справедливости никогда не было, да быть может и не должно быть, так как все люди не могут быть одинаковыми, есть бездельники и лентяи, а есть труженики, есть умные, а есть от природы глупые, есть те, кто все время стремится к постижению знаний, а есть те, кому ничего не нужно больше того, чем у них уже есть. И в таких диалектических категориях проходит жизнь. И это в принципе нормально.

Еще немного остановившись на врагах, заметим, что обычно не имеет значения, кто будет играть роль врага. Это могут быть империалисты (как во времена СССР), террористы (во времена демократии), да и вообще, если не будет на кого свалить необходимость репрессивных мер — врага выдумают. (Вспомним Маяковского: если звезды зажигают — значит это кому-нибудь нужно.)

При этом, существование врагов, как ни странно, вполне оправданно, если рассматривать их наличие как фактор общей мобилизации общества и рост, через это, научных технологий. Ведь известно, что именно войны (как реальные, так и только угроза нападения) во все времена являлись локомотивом прогресса. И во всем мире это было так. Только опасность, угроза, страх порабощения со стороны врага — стимулировали

---

(подгоняли) индивидов к разработке тех технологий, которые не были у вероятного противника, а значит, могли привести к победе над ним. Например, в советское время для СССР таким противником были Соединенные Штаты, а для США — СССР. После распада Советского Союза, ориентиры угрозы Запада сместились в сторону исламских стран, с более чем выдуманном Усамой Бен Ладаном (Усама уже вошел в подсознание американцев как в бессознательном русских обитает Баба Яга и Кощей Бессмертный). В постсоветской России тоже обозначались свои ориентиры в поиске врагов народа. Причем глобальный масштаб возможной агрессии Запада переключился с Соединенных Штатов на страны третьего мира. Но при этом внешнее ведомство России явно обозначает т.н. официальных врагов (террористы исламского толка), но и при этом характером действий (самолеты вдоль границы, демонстрация ракет с ядерными боеголовками и проч.) явно показывает, что реальной угрозы все еще ожидает и от тех же США, или бывших стран Антанты (Англия традиционно идет флагманом в тайном противостоянии СССР-России, начиная от лидерства в блоке Антанты в начале прошлого века, и заканчивая предоставлением политического убежища для современных политических диссидентов).

Рассматривая вопрос манипулирования, мы также должны выделить такую непреложную часть возможности манипулирования, как стремление индивидов к подчинению. Что такое подчинение? В общем плане — это выполнение воли другого. Отдельный вопрос: злая или добрая может быть воля, и сознательное ли выполнение воли (приказа) другого индивида,



---

или подчинение бессознательное. Так же как и добровольное выполнение приказа, или вынужденное.

Отбросим сразу какое-либо нагнетание обстановки, возможное с позиции подчинения к выполнению приказа. Манипуляторы так не действуют. Манипуляция вообще становится заметна (зачастую заметна лишь после анализа проблемы) только тогда, когда основное событие уже свершилось. Причем тот, кто в результате маневров манипулятора совершил какие-либо действия против себя, в момент совершения таких действий чаще всего не подозревал о нанесении тем самым вреда себе. В этом и искусство манипулятивного воздействия, когда манипулятор тайно вынуждает кого-то выполнять его команду, но при этом тот, кто выполняет ее — искренне считает, что инициатива исходит от него. Это особенность и определенное преимущество манипулятивных методик перед просто технологиями силы и подчинения, например, страх наказания (в результате манипуляций страх тоже может быть, но в данном случае страх страху рознь: при явной угрозе страх от сиюминутного осуществления угроз, а в случае манипуляций — страх как угроза от некоего фантома, когда последствия только предполагаются).

Обычно манипулятор ни за что не признается в своих манипуляциях иной раз даже самому себе. То есть он понимает, что другие индивиды выполняют его какие-то требования, но сводит это не на требования, а на просьбы. Да и вообще, манипуляторы как маньяки: имеют приятную наружность, вкрадчивый голос, всем своим видом как бы располагают к себе. Но бойтесь их. Это волки в овечьей шкуре. Ибо, стоит им только

---

добиться необходимого от вас, и уже способны напрочь исчезнуть их манеры. А если вы, по «доброте душевной», рассчитываете на продолжение «понимания» — ошибаетесь. В большинстве случаев манипуляторы рвут контакты сразу, и вы их больше не интересуете (если, конечно, у вас больше нет того, что нужно манипуляторам).

Вообще же, говоря о манипуляциях, мы как бы волей-неволей должны поднимать вопрос доверия. Он, как никакой другой, проявляется в данном случае в наибольшей степени. Притом что сам факт манипуляций, как мы заметили, зачастую сразу не обнаруживается. А по-настоящему доверчивые лица и после свершившегося ни за что не могут предположить, что их попросту использовали.

Поэтому будьте всегда настороже, сохраняйте трезвый ум, крепкие нервы, меньше чувств и больше холодного расчета. К сожалению, только так можно противостоять врагам, которые часто скрываются под личинами добрых приятелей, знакомых, и особенно много их среди друзей. Вернее, среди тех, кто стремится всяческим образом навязаться к вам в друзья, заискивая, угождая, и проч.

Не поддавайтесь на провокации. Манипулятор это как лакей — сначала кланяется, а при случае с удовольствием обманет. А наиболее искусные манипуляторы могут походить и на дрессированных тигров. Будут прыгать через горящий обруч, давать себя гладить, показывая свою покорность и пресмыкаясь перед вами, а когда полностью усыпят вашу бдительность — загрызут без зазрения совести. Враг он и есть враг. Но враг еще опасней, если до поры до времени скрывается под личиной друга

---

или всячески норовит показать свою слабость и беспомощность. И еще хорошо, если обман вскрылся сразу, и вы не успели привыкнуть к такому человеку. Но иной раз враг таится, выдавая себя за вашего сторонника. А если это хитрый враг-манипулятор, то и действует он осторожно, потихоньку «отщипывая куски от пирога». И может пройти много времени, прежде чем становится понятно, что нас обманывали. Обман и ложь — это достаточно характерно для манипуляторов. Если что-то отняли у вас силой — это не манипуляция. А если вы сами что-то отдали, да еще чуть ли не упрашивали, чтобы у вас взяли — вот это уже похоже на манипуляцию. По крайней мере, манипуляторы действуют именно так. Они ни за что не заявят, что то, что имеется у вас, им необходимо. Но своим видом, словами, действиями, повадками и проч. будут показывать, незримо намекая, пока, наконец, вы сами не сообразите из-за внутренней порядочности, что другой человек нуждается в том, что есть у вас, и отдадите ему это, да еще уговорив, чтобы взял. Он возьмет, еще бы! Но при этом разыграет целый спектакль, и у вас еще возникнет чувство вины за то, что вы не отдали это ему раньше. Ну а после, когда обман обнаружится...

Если разобраться, кто сможет сейчас вспомнить всех, с кем мы общались 5-10-20 лет назад. С кем как будто дружили. Вряд ли вспомним всех. Потому что прошло время. Со временем все проходит, говорил библейский царь Соломон. Поэтому и ваши нынешние страсти через 20-30 лет потеряют свой накал, а скорее всего и совершенно забудутся. Так стоит ли тогда и сейчас переживать? Может, если уж произошло, забыть. А еще лучше, по возможности быть бдительным, обезопасивая себя от вмешательств в подсознание с целью навязывания вам чужой

---

воли. Воли манипулятора. По сути врага. И что уж точно — не друга.

А кому-то из манипуляторов и вовсе нужен лишь миг. Они все сделают, чтобы хотя бы на миг вы почувствовали к ним особое очарование, и стали уверены, что все, что есть у вас, вам не принадлежит, вам не нужно, вам даже мешает. Через миг вы просветлеете, сознание вновь придет в норму. Но этого мига, пока вы пребываете в измененных, или суженных состояниях сознания, достаточно чтобы манипулятор присвоил ваше добро. Манипуляторам, этим врагам в человеческой шкуре, действительно этого будет достаточно. Потому что схватят они то, что хотели, и бежать. И не настигните вы их, трудно будет настигнуть, потому что опасны эти люди на самом деле, и может в иных случаях даже лучше отдать им все что просят, и больше не связываться с ними. Потому что осуществление обмана против вас будет в таких случаях хоть какой-то гарантией, что на какое-то время (если повезет — навсегда) эти манипуляторы будут вас избегать. Да и то, что произойдет, для вас, быть может, тоже в какой-то мере окажется полезным. Ибо, во-первых, вы избавитесь от замаскировавшегося под друга врага, а во-вторых, в другой раз будете осторожными. А манипуляторам придется с каждым разом повышать свое криминальное мастерство. Но и без этого манипуляторам приходится работать над собой вдвойне, потому что для удачного осуществления, их схемы обмана должны быть выверены до мелочей, а сами манипуляторы должны быть как минимум на порядок выше «жертвы» по интеллектуальному уровню. Иначе ничего не получится. Их обман быстро раскусят. А при случае еще и побьют.

---

Но верно одно: эти люди в большинстве своем уже не исправятся. Они будут приспособливаться, всячески мимикрировать в поисках новых удачных схем обмана. Но не исправятся. Потому что это их жизнь. А исправить их может только смерть. Но манипуляторы обычно всегда как-то по-особенному живучие...

### **Подверженность манипулированию.**

Рассматривая вопрос возможности манипуляций, мы должны говорить и о том, что существует определенная категория людей, которые как бы излишне изначально подвержены манипулятивному воздействию.

Кто эти люди? Это определенная категория индивидов, исключительно честных по своей природе, которые привыкли видеть в окружающем мире только хорошее, которые привыкли доверять людям, и которые сами по себе очень мирные и добросердечные, чтобы видеть в первом встречном врага (притом что манипуляторы чаще всего как раз и выступают в роли этих самых «первых встречных», быстро входят в доверие, становятся чуть ли не близкими друзьями или родственниками, а после того как притупили бдительность — обманывают и исчезают).

Стоит заметить, что большинство подверженных манипуляциям людей населяло бывший Советский Союз, какая-то часть их еще до сих пор остается в провинции, заметно меньше их (почти не осталось) в крупных городах-мегаполисах, и особенно почти нет в двух столицах России. В свое время (после Перестройки и особенно после 1991 года) таких людей всячески высмеивали, ставя в укор устарелость их взглядов, тогда как весь

---

вопрос заключался в том, что молодость и взрослая жизнь таких людей прошла при одном режиме власти, а после внезапно пришли новые экономические отношения с демократическим уклоном, и надо было срочно «перестраиваться» (от слова Перестройка). А «перестроиться» в те времена почти в большинстве случаев означало стать спекулянтом и расхитителем социалистической собственности. Что, по вполне понятным причинам, такие люди сделать не могли, ибо их не так воспитывали. Зато могли другие, бывшие комсомольцы, фарцовщики и спекулянты, которые всегда с особой долей условности воспринимали эпоху развитого социализма (или, по мнению ряда исследователей — коммунизма), а потому вовремя среагировали на ситуацию, и «перестроились», оставив позади более честных собратьев, в большинстве случаев обобрав этих самых собратьев до нитки.

Мы еще раз обратим внимание: в большинстве своем люди, подверженные к манипуляциям, очень честные люди. А манипуляция против них становится возможной в случае, если враг-манипулятор использует неосведомленность таких людей в каких-то вопросах. Во все времена было известно: вооружен — значит защищен. Вооружен знаниями, а значит и защищен против манипуляторов, из которых состоит практически каждый второй, а еще вернее — каждый гражданин любой страны, ибо манипуляция начинается в раннем возрасте, когда ребенок замечает, что свои хныканьем сподвигает родителей или воспитателей на выполнение каких-то действий, необходимых (выгодных) ему. Вот вам и простейший пример манипуляции. Когда ребенок вырастает — становится взрослым, он просто

---

выбирает другие средства для того, чтобы заставить других выполнить свои условия, и зачастую ведь выполняют. А если выполняют, значит манипуляция осуществилась, мозг манипулятора получил соответствующий сигнал, который передается в сознание (а заодно и в подсознание) уже в виде установки, ну и дальше нечто подобное уже может осуществляться как бы бессознательно. Образуется что-то вроде условного рефлекса. Манипулятор, после удачно проведенной манипуляции, закрепляет свой успех. И уже становится неисправимым негодяем по жизни.

Однако, не все так просто. Если рассматривать вопрос индивидов, подверженных к манипулированию, то мы должны говорить, что в иных случаях они сами провоцируют нечто подобное, своим поведением, например (по типу как провоцировала бы инстинкты местного контингента зашедшая в притон подвыпившая девица в мини-юбке). Люди подверженные манипулятивному воздействию, это в большинстве своем достаточно доверчивые люди. В большинстве это интеллигенция. А отличительной чертой интеллигентности со времен Достоевского и Толстого было «непротивление злу насилею». И вот тут то и оказывается, что те, кто проповедует подобный взгляд на жизнеустройство — в первую очередь и оказываются под прицелом манипуляторов как раз вследствие своей исключительной беззащитности. А значит и доверчивости. Ведь добродушного человека намного легче облапошить.

Наличие доверчивости у таких людей словно располагает к совершению против них манипуляций. Как, например, следует говорить о неких индивидах, которые то ли внешностью, то ли

---

складом характера, а скорее всего и помимо перечисленного еще чем-то, уже как бы бессознательно располагают преступников к совершению против них преступлений. Как это ни печально. И люди становятся черствыми, потому как в современной России это почти единственная форма выживания и адаптации в новом демократическом обществе. При этом мы не такие уж противники демократии. Но демократия демократии рознь. Например, форма демократии в США — это действительная свобода (когда министра могут снять с должности увидев его с проституткой). А в нашей стране — еще и вас посадят за то, что вы увидели, что вам не полагается.

Таким образом, мы вполне можем говорить о существовании определенной категории индивидов, которые всей своей внутренней сущностью словно располагают против себя, бессознательно вынуждая к совершению против них преступного умысла. Причем здесь, по-видимому, мы действительно должны говорить о некоей бессознательности совершения подобного. Под юрисдикцию оправдания в судебной практики, конечно, подобная форма задействования подсознания не подпадает (это не состояние аффекта); но если подходить к вопросу с позиции наличия в психике индивида сознания и подсознания, то в этом случае следует обратить внимание, что обвиняемую сторону в этом случае вполне можно признать как бы и не виновной. Ну разве что виновной в том, что сознание на этот момент у такого индивида отключилось настолько, что он не смог сдержать внутреннего позыва посягнуть на другого индивида, уже получается вынудившего его своим внешним видом к манипуляциям, то есть к обману.



---

При этом следует заметить, что здесь достаточно тонкая грань, и по всей видимости в реальности доказать что-либо подобное будет весьма затруднительно (а может и невозможно). Но уже то, что подобный факт существует в природе, как бы говорит за себя. Хотя и, опять же, если провести параллель между бессознательными желаниями, возникающими в подсознании, и их реальным воплощением, то следует заметить, что как минимум больше половины подобных желаний уголовно наказуемо. Потому и существует в психике такая инстанция как цензура, функция которой как раз — не пропускать в сознание негатив, прорывавшийся из подсознания. В случае же, если цензура психики по каким-то причинам не справляется с отведенной ей ролью (подобное возможно в результате нахождения индивида в измененных состояниях сознания), тогда обычно и становятся возможны преступления против личности, различного рода убийства да изнасилования.

Если остановиться на цензуре психики, то следует обратить внимание, что как раз наличие в психике цензуры служит причиной различного рода неврозов, потому как симптоматику последние провоцирует в т.ч. и культура, т. е. цивилизованность. Удовлетворение влечений дает нам не только счастье, оно представляет собой и первопричину тягчайших страданий, когда внешний мир отказывает нам в удовлетворении потребностей и обрекает на лишения. Поэтому можно надеяться на освобождение от части страданий путем воздействия на эти влечения. Такого рода защита от страданий направлена уже не на аппарат ощущений, она желает подчинить внутренние источники потребностей. Понятно, что в таком случае индивид как бы обязан

---

держат в узде проявление своих чувств (животных инстинктов). А любого рода запрет вызывает различного рода невротические зависимости. Вопрос, что кому-то удастся с этим бороться, а кому-то нет. Те, кто борется, чаще всего сублимируют свои бессознательные желания во что-то положительное, помогающее хотя бы просто отвлечься от предмета страсти. Тогда как тем, кому не удается — совершают преступления против личности другого. Однако с развитием цивилизации — как раз большинству удается. Например, в то же творчество, когда человек достигает удовлетворения, повысив уровень наслаждения от психической и интеллектуальной работы. Тогда судьба мало чем может ему повредить. Такое удовлетворение, как, например, радость творчества художника при воплощении образов своей фантазии или радость ученого при решении проблем и познании истины.

Заметим, что подобная форма защиты доступна немногим, а лишь избранным индивидам. Тогда как у тех, кто не хочет удовлетворять свои бессознательно-первобытные инстинкты и при этом не может сублимировать их, возможно развитие психического заболевания, заключающегося посредством воссоздания для себя вымышленного мира. Такой человек не может переделать мир, но может создать вместо него другой, в котором были бы уничтожены самые невыносимые его черты — они заменяются на другие, соответствующие нашим желаниям. Тот, кто в отчаянном бунте становится на этот путь, как правило, ничего не достигает — действительность слишком сильна для него. Он становится безумцем и чаще всего не находит себе помощников в попытках реализации своих иллюзий. Впрочем, можно предположить, что у каждого из нас есть свой «пунктик», и

---

мы ведем себя подобно параноику, желая своими мечтаниями исправить ту или иную невыносимую сторону мира, привнося свои иллюзии в реальность.

Также следует отметить, что сдерживание первобытных инстинктов индивидов происходит посредством роста культуры. Причем культура в данном случае пропорциональна росту цивилизации, а элемент культуры присутствует уже в первой попытке урегулировать социальные отношения. Не будь такой попытки, эти отношения подчинялись бы произволу, т. е. устанавливались бы в зависимости от интересов и влечений физически сильного индивида. Ничто не изменилось бы от того, что этот сильный индивид в свою очередь столкнется с еще более сильным. Совместная жизнь впервые стала возможной лишь с формированием большинства — более сильного, чем любой индивид, и объединившегося против каждого индивида в отдельности. Власть такого общества противостоит теперь как «право» власти индивида, осуждаемой отныне как грубая сила. Замена власти индивида на власть общества явилась решающим по своему значению шагом культуры. Сущность его в том, что члены общества ограничивают себя в своих возможностях удовлетворения влечений, тогда как индивид не признает каких бы то ни было ограничений.

С одной стороны может показаться, что культура есть нечто навязанное противящемуся большинству меньшинством, которое ухитрилось завладеть средствами власти и насилия. И тогда уже любая культура вынуждена строиться на принуждении и запрете влечений. Надо считаться с тем фактом, что у всех людей имеют место деструктивные, то есть антиобщественные и

---

антикультурные, тенденции и что у большого числа лиц они достаточно сильны, чтобы определить собою их поведение в человеческом обществе.

Исходя из того, что важным для существования культуры является возможность убедить людей жертвовать слепым удовлетворением страстей ради культуры, можно найти истоки зарождения и возможности существования культуры, потому что, как нельзя обойтись без принуждения к культурной работе, так же нельзя обойтись и без господства меньшинства над массами, потому что массы обычно всегда просты и недалководны, они не любят отказываться от влечений, не слушают аргументов в пользу неизбежности такого отказа, и индивидуальные представители массы поощряют друг в друге вседозволенность и распущенность. Лишь благодаря влиянию образцовых индивидов, признаваемых ими в качестве своих вождей, они дают склонить себя к напряженному труду и самоотречению, от чего зависит существование культуры.

В то время, когда культура начала отход от первобытного состояния, тогда и стали появляться нормы, запреты, ограничения. При этом, до конца эти первобытные желания не были изжиты из психики. И особенно чувствительны к ним невротики, которые на эти отказы реагируют асоциальными отклонениями в виде реализации импульсивных желаний инцеста, каннибализма и кровожадности. Причем, отношение культуры к этим древнейшим импульсивным желаниям никоим образом не одинаково; лишь каннибализм представляется всеми отвергнутым и, для неаналитического рассмотрения, вполне преодоленным; силу инцестных желаний мы ещё можем почувствовать за

---

соответствующим запретом; а убийство нашей культурой при определенных условиях до сих пор практикуется. Так происходило потому, что психика индивида не развивалась с древних времен в такой мере, как это наблюдалось на примере прогресса науки и техники, и сегодня все ещё такая же, как у первобытного человека.

Развитие психики идет в том направлении, что внешнее принуждение постепенно уходит внутрь, и включает в себя цензуру психики (барьер критичности между сознанием и подсознанием). Каждый ребенок демонстрирует нам процесс подобного превращения, благодаря этому приобщаясь к нравственности. Поэтому барьер критичности в психике человека весьма ценное психологическое приобретение культуры. Личности, в которых оно произошло, являются носителями культуры. Чем больше их число в том или ином культурном регионе, тем скорее данная культура сможет обойтись без средств внешнего принуждения.

Следует помнить, что весьма значительное количество людей повинуются соответствующим культурным запретам лишь под давлением внешнего принуждения, то есть только там, где нарушение запрета грозит наказанием, и только до тех пор, пока угроза реальна. Это касается и тех так называемых требований культуры, которые в равной мере обращены ко всем. В основном с фактами нравственной ненадежности людей мы сталкиваемся в этой сфере. Бесконечно многие культурные люди, которые отшатнулись бы в ужасе от убийства или инцеста, не отказывают себе в удовлетворении своей алчности, своей агрессивности, своих сексуальных страстей, не упускают случая навредить другим

---

ложью, обманом, клеветой, если могут при этом остаться безнаказанными, и это продолжается без изменения на протяжении многих культурных эпох.

Таким образом, следует говорить, что необходимость соблюдения культурных запретов — вынужденная необходимость. На самом деле дай волю, и большинству индивидов проще положиться на те первобытные желания, которые исходят у них изнутри, прорываются из подсознания, и как раз удовлетворение подобных желаний есть как избавление от страданий, так, собственно, и недопущение зарождения симптоматики невроза.

Однако уже тут перед нами предстает достаточно тонкая грань, скорее всего подпадающая под юрисдикцию совести, да и вообще ответственности индивида перед обществом, потому как известно, что само нахождение внутри социума предполагает соблюдения определенных норм и запретов, т.е. системы ценностей, которые формируются практически у любого индивида, живущего в рамках цивилизации. Тогда как известно, что маргинально настроенные сограждане (причем таковые всегда будут в рамках любого цивилизованного общества) не стесняются себя рамками обязательств, данных обществу. И быть может как раз в душевном плане пребывают в несколько выигрышном положении.

Мы подошли к достаточно серьезной проблеме современного капиталистического общества. Известно, что богатство как таковое — предполагает и рост (чуть ли не одновременный с ростом доходов) неврозов. Причем, как оказалось, одно как бы уже не может существовать без первого, кроме как не находясь по отношению к нему в невротической

---

зависимости. И вызвано развитие невроза, прежде всего, тем обстоятельством, что индивид, которому стало что терять, как раз опасается потерять это. В нем рождается страх. Страх приводит к ожиданию свершения того, что боимся. А ожидание как раз и вызывает невротическую зависимость, потому как - дабы избежать ее, необходимо не бояться потерять доходы, что может получиться лишь у незначительного процента людей, потому что психика человека стремится во что бы то ни стало удержать завоеванное.

К тому же не вызывает сомнения тот факт, что при повышении жизненного статуса у человека происходят изменения и его сознания. Психика такого человека уже с иных позиций оценивает происходящее вокруг. И на какие-то старые обстоятельства уже не реагирует так, как то могло быть ранее. При этом следует говорить о том, что в данном случае оказывается как раз весьма важно то, что скрывалось доселе в подсознании такого человека. Ведь, как известно, любая информация, которая нами была когда-то услышана или увидена, откладывается в подсознании (бессознательном). При этом почти совсем не важно, что лишь незначительная часть проходит через сознание. Следует заметить, что когда это будет необходимо, та часть информации, которая раньше оказалась скрыта в бессознательном - окажется в сознании. А значит, человек сможет использовать эту информацию в том ключе, который тоже появится перед ним, и скорей всего бессознательно.

Действительно, информация, хранившаяся в подсознании человека, впечатляет по своим размерам. Тут можно, конечно, заметить, что речь идет об индивидах, которые всячески стремятся пополнить копилку бессознательного психики. Что для этого

---

необходимо? Читать, слушать, смотреть. Телевидение, книги, кино, — все это является средствами подобного рода «пополнения».

Суда же следует включить наблюдения в жизни. Т.е. окружающая среда также является фактором, работающим в обозначенном нами ключе пополнения информации. И не важно, что часть информации, как кажется индивиду, не усвоилась. Фактор усвоения рассматривается только через призму сознания. Тогда как хорошо известно, что необязательно (да и не бывает так), чтобы вся информация, полученная индивидом, пребывала в сознании. Но то, что она откладывается в памяти — несомненно. А значит, когда это будет необходимо, окажется извлеченным из памяти и появится в сознании.

Говоря о связи богатства и невроза, развитие посредством обретения первого - второго, мы должны отметить, что фактически само богатство тут можно понимать несколько шире. Например, если разобраться в вопросе что такое богатство в психологическом плане, то мы можем заметить, что богатство есть то, что подавляющее большинство индивидов боится потерять. Отсюда — страх утраты. А страх утраты это уже ничто иное, как следствие развития какой-либо из форм невротической зависимости.

Вспомним развитию симптоматики невроза.

Невротикам до конца не удается вытеснить идеи, с которой связано несовместимое желание. И хотя они устраняют их из сознания и из памяти и тем, казалось бы, избавляют себя от страданий, но на самом деле вытесненные из сознания желания продолжают существовать в подсознании; и ждут только первой



---

возможности сделаться активным и перейти в сознание. И, зачастую в некой искаженной форме.

Следует заметить, что люди, склонные к невроту, интересуют манипуляторов всегда в первую очередь, потому как любая невротическая зависимость это как бы уже нарушение между сознанием и подсознанием. Невротик не отдает полный отчет реальности в том плане, что он, в отличие от психотика, если и находится в этой самой реальности, то в силу развития своего заболевания (даже если только находится в пограничной стадии) вынужден заботиться в первую очередь о том, чтобы его не слишком тревожил внешний (окружающий) мир, стремясь больше находиться в мире собственном, внутри себя, внутри своей души, другими словами. В то время как манипулятор, являясь представителем внешнего мира, вызывает в случае общения с невротиком дисбаланс в душе последнего, потому тот как бы и стремится поскорее выполнить волю манипулятора, и все только для того, чтобы его оставили в покое.

Следует обратить внимание на данное обстоятельство: невротик всеми силами стремится остаться наедине с собой. Помимо невротика, подобного обычно желает индивид, находящийся по каким-либо причинам в состоянии измененного состояния сознания (ИСС). Известно, что помимо внешних факторов вхождения в подобное состояние (алкогольное и наркотическое опьянение), существует целый ряд сопутствующих обстоятельств, из-за которых в душе индивида может наступить временный душевный кризис, или, попросту говоря, дисбаланс психики. Что, заметим, почти всегда и нужно манипуляторам, потому как уже не вызывает сомнений, что в таком состоянии

---

любой человек весьма восприимчив к разного рода информации (потому как нарушается цензура психики и наступает временная потеря или снижение контроля сознанием).

Другими словами, получается так, что манипуляторам весьма необходимы те, у кого по каким-то причинам наблюдается дисбаланс психики (не путать с помешательством рассудка, речь о патологии в данном случае не идет). И вот как раз в таком состоянии, характеризующейся значительной восприимчивостью психики, манипулятор может достаточно легко протолкнуть какие-либо свои идеи, направленные, в конечном итоге, на совершение акта манипулятивного воздействия против лица, находящегося в состоянии измененного состояния сознания, или, другими словами, проведения манипуляции.

В подобное состояние, помимо прочего, человека можно свергнуть путем нарушения спокойствия его внутренней жизни. То есть мы можем заметить, что психика практически любого человека находится в некой гармонии между миром внешним (окружающей средой) и миром внутренним. Тогда как прерогатива в подобных отношениях, как бы то, что ближе человеку, является внутренний мир. Это уже позже он находит различные способы защиты для противостояния (защиты) своей психики — контакту с внешним миром. Одним из способов такой защиты является, например, т.н. маска.

Известно, что практически у каждого индивида существуют определенные модели поведения в различных ситуациях. Это уберегает его психику от чрезмерных потрясений. Кроме того, почти каждый индивид носит определенную маску при контактах с внешним миром. Маска — это своего рода некий

---

вымышленный образ, который, по бессознательному мнению индивида, обезопасивает его психику при контактах с внешним миром. У иных индивидов может быть несколько масок. Но в целом не вызывает сомнений, что внутри каждого из нас есть свой определенный сформированный образ того, каким мы на самом деле должны быть; и пусть это в какой-то мере обман, но именно этот обман позволяет индивиду в большинстве случаев безболезненно общаться с внешним миром. Можно даже сказать — противостоять этому миру.

И уже совсем не важно (это как бы отходит на второй план) каков этот окружающий мир на самом деле. Пусть даже он будет каким угодно, психика человека как раз и вырабатывает механизмы защиты (типа вышеупомянутой маски), предохраняющей психику от различного рода негативного воздействия. При этом сам человек может подстраиваться таким образом под внешнюю среду. И, в зависимости от того, каким его «хотят видеть» (что более сложно) и просто учитывая внешние обстоятельства, выдавать ту модель поведения, при которой, на его взгляд, для его психики (да и вообще жизни) будет введен механизм «наибольшего благоприятствования».

Разобрав вопрос индивидов, склонных к манипулированию, мы должны коснуться и вопроса манипуляторов. Ведь по всему это не совсем обычные люди. Что же характеризует манипуляторов? Какие есть у них особые черты, которые позволяют им воздействовать на психику других, получая свою выгоду?

### **Характеристики манипуляторов.**

---

Мы заметили, что манипулятор получает ту или иную выгоду от претворения в жизнь своих намерений. Вероятней всего следует говорить о том, что в большинстве случаев, манипулятор действительно руководствуется в выстраиваемых им отношениях с другими какой-либо выгодой, необходимой, прежде всего, ему, и совсем не обращая внимание на то душевное состояние, которое будет являть после этого психика объекта, на которого была направлена манипуляция.

Также верно то, что сам по себе манипулятор может являть или пример лидера, и явно пользоваться этим качеством собственной игры (маски), или же наоборот, демонстрирует пример внутренней забитости, и, опять же, через сострадание к нему добивается своего.

На самом деле любая немощность - все та же игра. Разыгрывая подобного рода слабость, манипулятор добивается жалости со стороны выбранного им объекта манипуляции, а также явно пользуется своей мнимой слабостью для управления психикой другого, потому как известно, что в межличностных отношениях на передний план выступает барьер критичности, помогающий одному индивиду оценивать другого, пропуская получаемую информацию из внешней среды через призму сознания. Тогда как в случае, если перед нами некий «немощный» объект, то в этом случае происходит как бы недооценка противника, что обычно приводит к поражению. Ну а манипулятор, таким образом, за счет разыгрывания слабости, явно добивается своего и управляет другими посредством манипуляций.

---

Кроме того, манипулятор, это человек, который, вероятно, в большей, чем кто-либо, степени прислушивается к своему бессознательному. Потому как известно, что главенствующую роль в психике индивида занимает именно бессознательное (подсознание). Как по объему находящейся там информации (миллиарды гигабайтов), так и по характеру выдаваемых решений. А значит при возникновении какой-либо критической ситуации, индивид, который полагается на собственное подсознание, выйдет победителем в гораздо больших случаях, нежели чем его оппонент, полагающийся исключительно на сознание. Сознание в таком случае обычно не очень надежно; уж слишком много факторов способно воздействовать на него. Ну и, как мы уже заметили, каким-то образом опытные манипуляторы почти безошибочно всегда находят свои жертвы. Да и последние оказываются настолько восприимчивы к воздействию на их психику, что им словно бы ничего иного и не остается, как подчиняться. Хотя и, вероятно, следует отделять т.н. профессиональных манипуляторов (тех, кто в силу специфики устройства собственной психики вынужден применять искусство манипуляций чуть ли не ежедневно) от любителей или полулюбителей (тех, кто лишь периодически пробует оказать манипулятивное воздействие на психику другого индивида; и естественно, выбор их возможной «жертвы» зачастую происходит хаотично, что предполагает ошибки, когда «жертва» может, как в случае нападения Шуры Балаганова и Паниковского на подпольного миллионера Корейко, оказать сопротивление, а то и побьет).

---

Вероятное отличие профи-манипуляторов от манипуляторов-любителей следующее. Профессиональные манипуляторы становятся таковыми, в первую очередь, вследствие устройства собственной психики, не позволяющей им жить иной жизнью. Тогда как манипуляторы, принадлежащие к классу «любителей», это те, кто пользуется манипуляциями время от времени, а значит, особо не рассчитывая на результат; хотя и можно заметить, что при повторяемости положительных результатов (т.е. проведения удачных манипуляций) есть вероятность, что манипуляторы-любители перейдут в следующую категорию, пополнив ряды манипуляторов профессиональных. Причем, следует понимать, что профессионализм, зачастую, только номинально может быть связан с работой. Скорей всего своими способностями управления волей других такие люди пользуются как бы в личных целях, например для повышения собственного социального статуса, или же в целях действительно личных, например, для того, чтобы влюбить кого-то в себя с различными, заметим, целями. Но при этом роднит любую категорию манипуляторов — неперенное желание воздействовать на психику других с целью получения каких-либо выгод. Причем, выгоды могут носить как материальный характер, так и просто являть собой стремление к повышению собственной самооценки, что, как известно, всегда весьма благосклонно отзывается в душе такого индивида, ибо посредством обретения подобного рода побед формируются в подсознании правильные установки и паттерны поведения, которые позволяют безошибочно выходить победителем в последующих сражениях. Ведь жизнь — это неперенное общение индивидов друг с

---

другом. А общение — почти всегда борьба, стремление одержать победу в споре; поэтому жизнь — это еще и извечное противостояние одних индивидов другим с целью решения каких-либо собственных проблем да вопросов. При этом некоторые вопросы могут исключительно базироваться в бессознательном (являя пример, например, комплексов) и только оттуда управлять сознанием такого индивида, который, заметим, уже будет использовать манипулятивные методики для отыгрывания собственных невротических состояний, а равно для удовлетворения желаний собственной души.

Возвращаясь к вопросу индивидов, склонных к осуществлению против них манипуляций, стоит говорить о том, что существует те, кто ни при каких условиях не допустит против себя наличия манипулятивного воздействия. Причем, помимо профессиональных манипуляторов и психологов, такими индивидами могут быть просто опытные люди, «прошедшие жизнь», или в силу специфики собственной жизни общавшиеся с большим количеством различных людей. Заметим, что весьма эффективными навыками обладают некоторые профессиональные преступники, особенно те, кто имел длительные сроки нахождения в тюрьмах и лагерях. Сама по себе уголовная среда уже предполагает выживание как сильнейших (они становятся «авторитетами»), так и тех, кто, играя на слабостях других — тоже находит свое место в жизни за решеткой. Хорошо известно, что как раз в том мире, где в замкнутом пространстве находится значительное количества мужчин или женщин, выжить уже само по себе не просто. Тут явно вычерчиваются все пороки, которыми наделена душа человека, поэтому любой обман становится сразу

---

заметен, и весьма наказуем. Те же, кто сумел выжить в таких условиях — наделяются бесценным опытом общения с индивидами посредством обретенных психологических навыков. И т.н. «вор в законе», отсидевший десятки лет в закрытых учреждениях пенитенциарной системы, по своему знанию человеческой психике — иной раз намного превышает знания профессора психологии, не имевшего такого опыта выживания, где за каждую ошибку ставят не двойку — а бьют заточкой под ребра или опускают.

### **Последствия воздействия на психику.**

Среди последствий в результате как атаки манипуляторов, так и направленности самой атаки, пожалуй, следует выделить три, наиболее характерных: невроз (невротическая зависимость, симптоматика невроза), чувство вины, и страх. Далее следуют все остальные.

Рассмотрим невроз и чувству вины — как факторы предрасположенности к началу манипуляций.

### **Невроз.**

При манипулировании происходит воздействие на психику с целью провокации невротической зависимости. Следует обратить внимание, что невроз, пожалуй, одно из самых печальных аспектов возможности манипуляции. В той или иной мере неврозу подвержена психика практически всех без исключения индивидов. Вопрос в том, что у кого-то невротическая зависимость проявляется в меньшей степени, и он может с ней бороться, а у кого-то невроз вызывает пограничные состояния. Ну и третья категория поистине несчастных людей вынуждена



---

существовать с неврозом, мучиться, страдать, и фактически подстраивать жизнь под эту сильнейшую форму психической зависимости.

Сами по себе неврозы оказывают весьма удручающее воздействие на психику индивида, подавляя его волю, и заставляя идти на поводу собственного невротического конфликта, разраставшегося в психике данного индивида. Согласно психоанализу, подобный конфликт возникает вследствие противостояния сознания (Эго) и подсознания (Ид).

Рассматривая природу возникновения невроза, а также различая неврозы между собой, следует отметить, что неврозы перенесения возникают благодаря тому, что Эго не хочет воспринять мощного побуждения влечений, существующих в Ид, и не хочет оказать содействия моторному отреагированию этого побуждения, или же это побуждение неприемлемо для объекта, который оно имеет в виду. Эго защищается от него с помощью механизма вытеснения; вытесненное восстает против своей участи и, пользуясь путями, над которыми Эго не имеет никакой власти, создает себе заместительное образование, которое навязывается Эго путем образования симптома невроза. Эго находит, что это угрожает психике и продолжает борьбу против симптома подобно тому, как оно защищалось от первоначального побуждения влечений, и все это дает в результате картину невроза.

Таким образом выходит, что невроз является бегством от реальности, а при неврозах перенесения Эго находится во взаимодействии с Альтер-Эго (цензурой психики) и реальностью, и попадает в конфликт с Ид. В итоге, невроз для психики индивида служит своего рода спасением от угрожающей

---

окружающей действительности. Поэтому в случае манипуляций происходит провокация некоей невротической агрессии, в результате которой в психике индивида происходит конфликт между сознанием и реальностью, и как следствие такого конфликта — различного рода отрицательные процессы (депрессия, беспокойства, психосоматика, и т.п.).

Мы уже говорили, что неврозу подвержены не только явные невротики (т.е. больные люди), или индивиды, находящиеся в пограничных состояниях психики, но и практически каждый человек в той или иной степени предрасположен к невротическим зависимостям. Вопрос только в том, что кому-то удастся отыгрывать подобные состояния посредством, например, сублимации, или какого иного рода трансфера психической энергии с психики на посторонний объект, или же, например, замещать развивающийся в душе (в психике) негатив чем-либо, после чего симптоматика уже не проявляется так остро. Хотя и подобного рода способы освобождения от невроза возможны в редких, и может даже исключительных случаях. Большинству индивидов все же приходится страдать.

Невроз негативно отражается на деятельности индивида, так как походит на дополнительный груз, который невротик вынужден все время волочить за собой. В какой-то мере невротические зависимости могут исчезать в домашней обстановке, когда индивид оказывается наедине с собой. Однако так в большинстве случаев происходит, если следствием наличия невроза является страх, выражающийся, например, в боязни контактов с другими людьми. В то время как следует заметить, что одним из способов защиты в таком случае может являться

---

нахождение индивида в толпе, так как в толпе происходит слияние индивидов в единую массу, а значит один как бы чувствует невольную поддержку другого (вот почему в толпе даже слабые духом индивиды способны на мнимые подвиги или провокации, так как уверены в собственной безнаказанности и защищенности).

Если затронуть вопрос поведения индивида в толпе в применении избавления от невроза, то еще раз заметим, что такие индивиды чувствуют всю силу и мощь толпы, которая сможет при случае за них заступиться, а потому, при нахождении в массе, даже у индивидов-невротиков могут наблюдаться черты, ранее им как бы не свойственны. Например, таких индивидов может переполнять уверенность и даже излишняя самоуверенность. Тогда как, оставаясь один на один (с собой или с другими индивидами), невротики явно в большей мере демонстрируют свою забитость и ущербность.

При этом мы должны говорить о ложном характере таких индивидов (невротиков) в сравнении с тем, когда они находятся в толпе и наедине с собой. Одной из форм избавления от невроза (любое подобное избавление, впрочем, носит временный характер) является почти обязательное периодическое посещение такими людьми мест массового скопления людей; причем желательно, чтобы все эти люди представляли не хаотичную толпу, а были связаны опосредованными связями, имели общую цель, или хотя бы таковую в перспективе (например, футбольный матч — на стадионе).

К тому же следует говорить о толпе не только подчиненной общей идеей, но и толпе, представляющей из себя большое количество индивидов, которые в обычной жизни ничем

---

друг с другом не связаны, и многие из них в другой раз уже не встретятся.

Кроме того, рассматривая вопрос снятия невротической зависимости, следует заметить, что в современных условиях невротическая зависимость может исчезать и в результате контактов, например, в интернет сети, а не только посредством общения в виде традиционной формы разговора (т.е. общения индивидов посредством речи). Причем в последнее время увеличивается возможность общения через контакты в сети (помимо собственно переписки через e-майл, это может быть общение в блогах, на форумах, и т.п.). О значимости подобного общения (и уравниваемости с традиционной формой общения) говорит тот факт, что с недавнего времени за некорректное общение в интернете (блоге, форуме, проч.) распространена уголовная ответственность. Что, опять же, свидетельствует также и о массовом распространении данного вида общения.

Что значит «массовость» в подобном контексте? Это значит, что все больше индивидов снимают подобным образом свою невротическую зависимость. Что значит «значимость» в данном случае? А это значит, что среди каких-либо иных форм коммуникаций (общения) все большая часть индивидов выбирает общение посредством интернета. И даже не то, чтобы общение. Пожалуй, уместней вести речь о том, что это еще и проведение времени. Не за глупыми и разрушающими психику и интеллект компьютерными играми, а за поиском новой информации, за общением с другими индивидами (естественно, если это конструктивный диалог, а не «трепотня ни о чем»). В таком случае именно позитивное общение — есть обогащение собственного

---

интеллекта новыми знаниями. А просто общение в сети... На наш взгляд, хотя это и несет в себе некоторое (большей частью условное) обогащение жизненным опытом, но все-таки предпочтительнее общаться с теми, кто располагает определенным запасом знаний; это во всех отношениях лучше, нежели чем вести разговор с малограмотными субъектами с суженным кругозором.

Да, интернет становится массовым явлением. И можно предположить, что через какое-то время мы будем пожинать негативные плоды от подобной массовой вседоступности общения. И самое главное, общаясь с кем-либо, помнить: любая информация откладывается в подсознании, откуда через какое-то время начинает переходить в сознание, управляя фактически жизнью индивида. Поэтому «друзей» для общения следует выбирать более тщательнее.

Если вновь вернуться к неврозу, то стоит обратить внимание, что на образование симптома невроза влияет то, что какой-то душевный процесс не прошел до конца нормальным образом, так что он не мог стать сознательным. Симптом представляет собой заместитель того, что не осуществилось. Другими словами, в основе нервных заболеваний, лежат некие психические процессы, не доходящие до сознания. А значит, смысл симптомов всегда бессознателен. И уже как следствие — эти психические процессы были когда-либо пережиты человеком, и после чего — благополучно забыты. Или, если быть точнее, — намеренно забыты им. Впоследствии того, что сознание человека по каким-либо причинам или боится или стыдиться самого воспоминания о них. Не проникая в сознание, эти забытые

---

переживания не могут быть нормально изжиты и отреагированы (разряжены); они-то и вызывают болезненные симптомы.

Таким образом можно заметить, что невротический симптом является попыткой разрешения ключевого конфликта. А согласно психоанализу Фрейда, ключевой конфликт в жизни индивида происходит в детском возрасте и такой конфликт является конфликтом, лежащим в основе невроза, и называется Эдиповым комплексом. Этот конфликт оборачивается неврозом в том случае, если под давлением возросших потребностей отказывают некогда эффективные приемы психологической переработки переживаний. Выражением этого состояния являются различные симптомы, а на уровне переживаний — душевные муки и страдания.

Главный вред психических заболеваний заключается в душевных затратах, необходимых для их преодоления. При интенсивном образовании симптомов эти затраты могут привести к чрезвычайному обеднению личности в отношении находящейся в ее распоряжении душевной энергии и тем самым к ее беспомощности при решении важных жизненных задач.

Прослеживается определенная взаимосвязь между невротическими симптомами и конфликтом, результатом которого они и являются. А причина образования конфликта заключается в том, что неудовлетворенное и отвергнутое реальностью либидо — вынуждено искать какой-либо иной путь для своего удовлетворения.

Однако бывают причины, по которым симптом еще может не развиться в невроз. Это возможно в том случае, если регрессии либидо не вызывает возражений со стороны Эго. Тогда «либидо

---

добивается какого-нибудь реального удовлетворения. Однако, если Эго не согласно с этими регрессиями, то создается конфликт. Либи́до как бы отрезано и должно попытаться отступить куда-то, где найдет отток для своей энергии по требованию принципа удовольствия». В таком случае оно должно выйти из-под влияния Эго. И подобное «отступление» ему предоставляют фиксации на его пути развития, проходимом теперь регрессивно, против которых Эго защищалось в свое время вытеснением. Занимая в обратном движении эти вытесненные позиции, либи́до выходит из-под власти Эго.

Фиксации, необходимые для подобного прорыва вытесненного, можно искать в проявлениях и переживаниях инфантильной сексуальности и в объектах периода детства. В эти «периода детства» либи́до вновь и возвращается и таким образом прослеживается явную связь либи́до невротиков с их инфантильными сексуальными переживаниями. Поэтому при психоанализе взрослого невротика зачастую оказывается что его невроз связан с детским страхом и представляет продолжение его.

### **Чувство вины.**

Известно, что в результате существования в индивиде чувства вины лежит невроз, или некая невротическая зависимость, которая и приводит к подобного рода девиациям психики. Если коснуться вопроса возникновения в природе психики индивида чувства вины, то следует говорить о совести, тогда как существование совести следует относить к существованию в человеке Бога. И когда мы нарушаем что-то, что является

---

запретным (грехом) – следует душевное раскаяние. И человек страдает.

Таким образом, чувство вины у современного человека действует и как покаяние в уже совершенных преступлениях, и как мера предосторожности против новых подобных (преступных) деяний.

Психоаналитически под сознанием вины также можно понимать то напряжение, которое возникает в психике вследствие противостояния Эго и Альтер-Эго. Поэтому в качестве двух источников чувства вины рассматриваются страх перед авторитетом и позднейший страх перед требованием совести. Страх перед авторитетом заставляет человека отказываться от удовлетворения своих влечений, в результате чего у него не остается чувства вины. Отказ от влечений, обусловленных страхом перед Альтер-Эго, не устраняет чувство вины, т. к. от совести невозможно скрыть запретные желания. С психоаналитической точки зрения, человек оказывается как бы обреченным на напряженное сознание виновности. Склонность к агрессии против отца (имеется в виду Эдипов комплекс: бессознательное желание убить отца чтобы овладеть матерью) повторяется в последующих поколениях. Чувство вины усиливается при подавлении агрессии и перенесения ее в Альтер-Эго. Не имеет значения, произошло ли убийство на самом деле или от него воздержались. Это чувство является выражением амбивалентного (двойственного) конфликта в человеке, обусловленного вечной борьбой между Эросом и Тонатосом - инстинктом разрушительности и смерти.



---

Изучение неврозов способствует пониманию прослеживаемой взаимосвязи между чувством вины и сознанием вины, а чувство вины может ощущаться в качестве некой тревоги. Т. е. являться, своего рода, разновидностью страха. Например, у Ф.М.Достоевского получалось лучше всего сочинять, когда он залезал в огромные долги (из-за его пристрастия к рулетке в казино) и срочно необходимы были деньги, чтобы рассчитываться с долгами. Таким образом чувство вины было удовлетворено наказанием, к которому он сам себя приговаривал, и заодно исчезала затрудненность в работе.

Чувство вины, развивающееся в индивиде, является общим следствием его невротического состояния. Самое печальное то, что по своей всеохватываемости чувство вины присуще не только невротикам, но и индивидам, находящимся в т.н. пограничных состояниях психики. А таких достаточно много. К тому же заметим, что чувство вины большей частью склонны испытывать люди, принадлежащие к такой прослойке общества как интеллигенция, люди ранимые и совестливые. Тогда как люди черствые душой, скорей всего вообще не знают что такое ни чувство вины, ни невроз, ни какие-либо иные душевные страдания. И не потому, что у них «нет души», а просто психика более крепче и нейтральнее к различного рода проекции интеллекта на окружающую жизнь и обратно. У «простых людей» все намного проще, и что наверняка — спокойнее для их психики и жизни (потому как психика — есть проекция информации, получаемой с внешнего мира — в мир внутренний).

Тем не менее, по своей всеохватываемости, чувство вины поражает все без исключения слои общества. В этом случае

---

следует говорить о различии в устойчивости тревоги в душе того или иного человека. Кому-то удастся найти то, что позволяет за достаточно непродолжительное время (измеряемое, иной раз, секундами-минутами, а иной раз и затягивается на сутки и долгие месяцы) избавиться от чувства вины. Тогда как в случае продолжительного воздействия подобного рода человек не просто испытывает чувство вины, но и подчиняет ему собственную жизнь. Жизнь такого человека становится несчастной. На все жизненные ситуации он реагирует с позиции разрывающего его душу невроза, который подчиняет его мысли и поступки на совершении того, что, по мнению бессознательного психики, способно или унять «боль души», или же хоть как-то снизить удручающее воздействие, оказываемое на его психику посредством нахождения в его бессознательном особого рода невротической зависимости, вызывающей чувство вины.

Притом что чувство вины проецируется почти на все мысли и поступки человека. Такой человек не может совершить шага, чтобы не соотносить необходимость этого шага с существующем в нем чувстве вины. То есть жить и действовать исключительно с оглядкой на разраставшееся безумие, которое до поры до времени ему удастся усмирять выполнением требований, вызванных невротической зависимостью. Причем самое печальное, что человек, страдающий неврозом, часто склонен объяснять свои страдания как заслуженные. У такого человека имеется тенденция по малейшему поводу чувствовать себя виновным. Если кто-то хочет увидаться с ним, его первая реакция — ожидание услышать упрек за что-либо им сделанное ранее. Если друзья не заходят или не пишут какое-то время, он задается

---

вопросом, не обидел ли он их чем-то? Он берет на себя вину, даже если не виноват. Имеется лишь неустойчивое различие между этим чувством вины, готовым проявиться по любому поводу, и тем, что истолковывалось как бессознательное чувство вины в состояниях депрессии. Последнее принимает форму самообвинений, которые часто являются сильно преувеличенными. Кроме того, вечные старания невротика выглядеть оправданным в собственных глазах и в глазах других, а сам невротик, мучившийся чувством вины, все совершенные им поступки волен трактовать как ошибочные, легко признавая правоту того, кто способен что-то сказать ему против. Кроме того, навязчивое стремление к совершенству индивида есть ничто иное как стремление возвыситься над другими и избежать таким образом каких-либо обвинений в свой адрес.

При этом следует заметить, что сам невротик как бы противиться избавлению от чувства вины. Чувство вины, подобно чувству собственной неполноценности, не является для него крайне нежелательным. Он даже сам настаивает на своей вине и сопротивляется любой попытке снять с него подозрения в невинности. Такие невротики обычно предъявляют огромные претензии на внимание и восхищение и обнаруживают явное нежелание соглашаться с малейшей критикой. Поэтому становится очевидным, что многое из того, что кажется чувством вины, является выражением либо тревожности, либо защиты от нее. Отчасти это справедливо и по отношению к относительно психически здоровому человеку. Например, некоторые мужчины, которые говорят о сохранении верности на основе велений совести, в действительности просто боятся своих жен. Вследствие

---

высочайшей тревожности при неврозах невротик чаще, чем здоровый человек, склонен прикрывать свою тревожность чувством вины. В отличие от здорового человека он не только страшится тех последствий, которые вполне могут иметь место, но заранее предвидит последствия, абсолютно несоизмеримые с действительностью. Природа этих предчувствий зависит от ситуации. У него может быть преувеличенное представление о грозящем ему наказании, возмездии, покинутости всеми, и т.п.

В итоге мы можем заключить, провокация невроза, и как следствия наличия его — чувства вины, является непременным фактором возможности манипуляций психикой как индивида, так и психикой масс.

Продолжим рассмотрение манипулирования и в т.ч. манипулирование с помощью развития невротической зависимости и рассмотрим прикладные психотехнологии манипулирования.

### **Прикладные психоаналитические технологии манипулирования.**

- Невроз — как основа манипулирования.
- Механизмы манипулирования.
- Теория сублиминального воздействия.
- Эротические аспекты манипуляций.

### **Невроз — как основа манипулирования.**

Как мы уже замечали, по направленности своего воздействия манипуляция становится возможной при атаке на психику индивида или масс и провокации вследствие этого

---

невротической зависимости. Не вдаваясь в характер возникновения и действия различных неврозов (невроз навязчивых состояний и др.) мы будем говорить о том, что сама форма существования любой невротической зависимости (невроз, истерия, прочие состояния) вызывает в психике индивида определенный дискомфорт, выражающийся в необходимости подстраивать собственную жизнь под симптоматику существующего в психике заболевания, а значит, характеризуется невозможностью человека жить той жизнью, которой он хочет. В этом случае он вынужден строить свои жизненные отношения с оглядкой на существующую в его психике симптоматику. При этом мы обратили внимание, что у каждого индивида в той или иной мере можно вызвать невроз. В зависимости от состояния нервной системы и профессиональных навыков такого индивида просто будет различаться продолжительность действия невроза, в который окажется погружена его психика; но то, что спровоцировать можно любого (будь-то профессор психологии, или простой гражданин страны) — факт, которому способен найти подтверждение каждый, стоит только внимательно понаблюдать за окружающими, вступающими друг с другом в межличностные контакты.

Невроз есть действительно у всех. И одной из форм манипулирования является провокация невротической зависимости. Остановимся здесь и рассмотрим подробнее.

Все индивиды разделяются на тех, у кого невроз представлен в значительной степени (в этом случае он обычно заметен для окружающих), на тех, кто живет с симптоматикой невроза, но при этом невроз не мешает подобному человеку

---

выполнять свои профессиональные обязанности, и может лишь иногда — затрудняет их выполнение. Многие при этом объясняются скрытностью таких людей-невротиков. Невроз ведь это не психопатия, которую скрыть трудно, а то и невозможно. То, что человек является невротиком, заметно лишь если пообщаться с этим человеком подольше, или поставить его в какое-то затруднительное положение (когда психика на грани — человек становится таким, каким он есть; играть перед смертью или в стрессе может только человек, полностью контролирующий себя).

Первичной функцией слова было внушение как команда другой особи. И только позже слово стало походить на сообщение. Эта филогенетически первичная суггестивная функция речи не утратила своей коммуникативной специфики и нередко является манипулятивным информационным воздействием.

Мы уже замечали, что психика индивида представлена тремя составляющими некоего структурного единства (сознание, бессознательное, и цензура, Альтер-Эго). В обычном состоянии, состоянии равном, т.е. не удрученном какими-либо невзгодами, трудностями, волнениями, опьянением, чрезмерной усталостью и проч., человек находится в сознании. В таком состоянии (состоянии сознания, или обычном состоянии сознания, далее ОСС) важную роль играет цензура психики, которая стоит на пути между информацией, поступающей как из внешнего мира в мозг (в психику) индивида, так и (что менее заметно) на пути информации из мира внутреннего (бессознательного, или подсознания) в ту же самую психику (т.е. оказывает влияние на психику). Цензура психики представляет собой своеобразный барьер критичности, и основная роль цензуры — перераспределять информацию,

---

поступаемую из внешнего мира между сознанием и подсознанием (бессознательным).

Известно также, что при определенном влиянии разных факторов цензура психики индивида может ослабевать, и в такое время информация, которая ранее могла быть отвергнута цензурой (и отправлена в бессознательное) оказывается в сознании, а значит, может сразу влиять на поведение индивида. Тогда как ранее ей приходилось сначала откладываться в подсознании, будучи отвергнутой цензурой психики, и только при создании определенных ситуаций, в благотворном ключе воздействующих на сформированные ранее полу-установки и полу-паттерны поведения, начинать оказывать свое влияние на сознание, т.е. на мысли и поступки.

В случае ослабления цензуры психики мы можем говорить о нахождении индивида в измененных состояниях сознания (далее ИСС). При этом следует понимать, что сами ИСС в ряде случаев являются результатом каких-либо предварительных воздействий на психику, в результате которых психика на время теряет привычное ей свойство выставлять барьер на пути любой информации, получаемой из внешнего мира, информации как посредством межличностной коммуникации, так и информации, получаемой при помощи средств массовой коммуникации (далее — СМК).

Кроме того, следует обратить внимание, что в ИСС психика индивида может погружаться как самостоятельно (в результате, например, алкогольного или наркотического опьянения, депрессии, немотивированной агрессии и проч.), так и намеренно, со стороны манипулятора. В этом случае манипулятор

---

какими-либо своими действиями (словами, поступками, проч.) провоцирует психику объекта манипуляций (жертвы), чем вызывает в психике последнего явный временный дисбаланс (психологический дискомфорт, результатом которого как раз является ослабление цензуры психики), проявляющийся в погружение на какое-то время такого человека в ИСС, в результате, например, ярости, вспышки агрессии, печали, и проч. симптоматики проявления явно деструктивного поведения, когда у человека временно исчезает способность контролировать себя (посредством сознания), и какое-то время он пребывает в т.н. «состоянии аффекта». При этом, повторимся, опытные манипуляторы (специалисты, прошедшие специальную школу подготовки в спецслужбах, врачи-психиатры, некоторые психотерапевты и психологи, иные лица, в т.ч. имеющие врожденные или интуитивно приобретенные в течении жизни способности) могут намеренно погружать нужного им человека в ИСС, провоцируя, например, у него невроз, и таким образом добиваясь «своего», потому что исходя из того, что в ИСС ослабевает барьер критичности, становится возможным запрограммировать такого индивида или на появлении у него определенных мыслей, которые приведут в последствии к определенным поступкам, необходимым манипуляторам, или сразу вызвать совершение поступков, через, например, повышение порога суггестии (внушения) в моменты ИСС.

Другими словами, человека можно сначала «вывести из себя», а после запрограммировать на выполнение «нужных» действий. И если необходимо чтобы кто-то выполнил то, что хотите вы, но это невозможно достигнуть пока этот человек



---

пребывает полностью в сознании (в ОСС), психику такого человека нужно сначала перевести в ИСС (посредством, например, провокации невроза), а после уже внушить ему выполнение действий, которые от него необходимы. При этом, заметим, в зависимости от порога внушаемости и прочих обстоятельств (жизненный опыт, уровень образования), можно добиться быстрого или замедленного результата. А значит, будут различаться и способы воздействия на психику. Например, если мы рассматриваем психику неуравновешенного человека, то если какими-либо словами, жестами, или поступками произвести воздействие на этого человека, то можно перевести его нервную систему в состояние возбуждения, а значит тем самым спровоцировать такого человека на принятия каких-либо скороспелых действий (являющихся следствием состоянием аффекта, т.е. кратковременным превалированием порывов, идущих из под сознания — над сознанием). Позже, когда режим торможения сменит гиперактивность, такой индивид будет сожалеть и раскаиваться над совершенным им; но это уже будет после. А значит акт манипулирования психическим сознанием состоялся. Тогда как для тех индивидов, у которых наоборот, в коре головного мозга преобладают периоды торможения, необходимо будет использовать другую методику. К каждому человеку можно подобрать свой ключик. Не существует тех, кто не подвержен к воздействию. Вопрос только заключается в том, чтобы для разных индивидов подбирать свои «ключи», открывая дверцы в их психику, а значит и получая возможность воздействовать на таких индивидов, в иных случаях фактически моделируя их поведение.

---

Остановимся на подобных формах моделирования. В данном случае мы должны говорить не только о воздействии на подсознание такого индивида, но и о воздействии на архетипическую часть подсознания. Известно, что в бессознательном психики (в подсознании) хранится внушительный объем информации. Это как информация, попадающая в бессознательное в процессе жизненного опыта индивида (в результате задействования репрезентативных и сигнальных систем), так и информация, полученная генетическим (через ДНК родителей) и филогенетическим (опыт предшествующих поколений) путем. Причем важность каждой части подобного пополнения бессознательного психики поистине огромна, и имеет бесконечные характеристики. При этом, фактически невозможно предсказать каким образом в тот или иной момент произойдет активность соответствующих нейронов головного мозга, вызвавших в последствие ту или иную реакцию человека. Подобное зависит от разных факторов, и трудно поддается какой-либо разгадке в масштабах того или иного индивида. Как известно, все, что психика человека воспринимает через т.н. репрезентативные (визуальные, аудиальные, кинестетические) и сигнальные системы (чувства, речь) откладывается в подсознании (независимо от того, было ли это воспринято сознанием, или оказалось сразу вытесненным последним). Далее подобная информация помещается в глубинах памяти и при необходимости может быть извлечена наружу (то есть перейти в сознание, реализуясь в поступках человека).

Кроме того, информация, перемещаемая в подсознание, может находить отклик с информацией, уже находящейся в

---

бессознательном ранее. В этом случае можно говорить о сформировании в бессознательном психики паттернов поведения, т.е. неких устойчивых механизмов, которые формируются посредством того, что в бессознательном оказывается информация, которая имеет сигнал, полярный с ранее поступившей в подсознание, и сформировавшей там полупаттерны. При таких условиях прежняя информация усиливает вновь поступившую, и служит образования полноценного паттерна.

Можно говорить, что бессознательно психика ставит некие «якоря», или «ловушки», попадая в которые новая информация почти тут же находит благотворный отклик. Такую информацию принимают «как свою», оказывают ей повышенное внимание, потому как она укрепляет информацию, находящуюся ранее, усиливает ее, и служит дальнейшей консолидации совместных усилий, когда появляется возможность перейти в сознание, а значит и претворится в действительность. При этом следует обратить внимание, что необходимость в данном случае — лишь как следствие возможности, потому как не каждая информация из бессознательного психики переходит в сознание. Причем, процесс перехода может иметь различную протяженность по времени. В ряде случаев можно несколько увеличить скорость реакции (т.е. скорость прохождения информации), и почти сразу обратить информацию, получаемую из внешнего мира — в какие-либо поступки и прочие реальные действия индивида.

Известно, что не вся информация поступающая из внешнего мира находит положительный отклик в цензуре психики, а значит попадает в сознание. Большая часть информации оказывается

---

вытесненной (в результате барьера критичности психики). Об этом мы уже говорили. Однако какая-то часть информации, поступающая из внешнего мира, действительно оказывается способной сразу поступить в сознание. Т.е. цензура психики по каким-то причинам подобную информацию пропускает. Такие факты встречаются.

Следует обратить внимание, что психика индивида с повышенным вниманием относится к информации, которая имеет схожую кодировку с той информацией, которая поступила в мозг ранее. В этом случае новая информация как бы не противоречит поступившей ранее информации, которая закрепились в подсознании, образовав или полноценные установки и паттерны (тогда новая информация усиливает уже сформировавшиеся установки и паттерны), или только наметив образование таких установок и паттернов (вследствие чего образовались полу-установки и полу-паттерны, а теперь новая информация схожей кодировки усиливает их, формируя полноценные установки и паттерны).

Процесс формирования полу-установок и полу-паттернов используют манипуляторы, которые сначала преподносят объекту манипуляций информацию, которую этот человек хочет услышать, тем самым усыпляя его бдительность (т.е. нейтрализуя цензуру психики) и вызывая предрасположенность к себе, а значит, и становятся практически полноценными управленцами души подчинившегося им человека. Подчинившегося, заметим, не по воле своей, а в результате предварительно проведенной работы манипулятивного характера. Диверсии против психики. Вражеской вылазке с последующим порабощением психики.

---

Подчинении и управлении волей. Влияния на совершаемые поступки, и даже на появление тех или иных мыслей. Т.е. злодей-манипулятор в ряде случаев может полностью подчинить себе того или иного человека, получив контроль над его психикой.

Весьма эффективным методом манипулятивного воздействия на индивида является выведение его из психоэмоционального равновесия. Простирается этот метод в спектре воздействия на сознание и закладывание установок в подсознание и устойчивых механизмов (паттернов в бессознательное психики) в то время, когда психика индивида находится в ИСС; что, в свою очередь, достигается путем сознательного погружения индивида в трансовые состояния, провокацию, например, невротической зависимости, страха, и проч., в результате чего цензура психики на какое-то время ослабевает, и как раз в этом время становится возможным навязать такому индивиду установки, которые в последствие он будет неукоснительно выполнять.

Кроме того, мы должны обратить внимание, что большинство индивидов на самом деле бессознательно желают подчиняться. Путем подчинения (выполнения воли другого) такие индивиды на время снимают с себя психологический груз ответственности (любой индивид испытывает воздействие культуры, т.е. сознательного контролирования первичных инстинктов, а значит в той или иной степени находится в состоянии невроза). Подчиняясь другому, большинство индивидов бессознательно освобождаются не только от «щемящего их душу» чувства ответственности, но и подчиняясь, бессознательно успокаивают себя тем, что идя на поводу у другого — на самом

---

деле оказывают ему своеобразную услугу, помогают ему. То есть, в данном случае, как и практически при всех видах манипуляций, перед нами искренняя заинтересованность объекта манипуляций (без этого любая манипуляция была бы затруднительна) в выполнении каких-либо действий, которые, заметим, угадал манипулятор. Угадал сознательно или бессознательно — другой вопрос. Сам факт манипулирования налицо, потому как манипулирование — это выполнение воли другого с искренним желанием эту волю выполнить. И перед нами навязывание подобного исполнительского желания со стороны манипулятора — объекту манипуляций. У самого объекта появляется желание даже не выполнить волю (это вторично), а он считает, что инициатива исходит от него, и что уж точно, никто его ни к чему не вынуждает. Наивное заблуждение. Объект не подозревает, что все его поведение было чуть ранее смоделировано злодеем-манипулятором. И, к сожалению, излишнее самомнение объекта манипуляций иной раз слишком дорого ему обходится

Но людям хочется выполнять чужую волю. В результате выполнения воли другого, индивид подспудно (т.е. бессознательно) понимает, что и ответственность за совершенные им действия как бы уже несет не он, а другое лицо (навязавшее ему свою волю). А значит, с такого индивида-ведомого словно автоматически снимается ответственность. И как следствие, исчезает тревога, потому как еще со времен развития цивилизации, культура накладывает свой отпечаток на личность индивида, погружая его психику в состояния необходимости постоянно сдерживать первичные инстинкты, что, в свою очередь, бессознательно вызывает рост обеспокоенности индивида, и как

---

следствие — развитие тревожности и прочих форм симптоматики невроза.

Мы уже говорили, что зачастую цель жизни задана принципом удовольствия и именно культура встала на пути индивида, воздействуя на его психику в русле развития симптоматики невроза, вызванного необходимостью сдерживать свои архаичные желания, потому что сама по себе культура создается принуждением и подавлением первичных позывов.

Мы также обращали внимание, что в психике любого человека присутствуют деструктивные (разрушительные) тенденции, а у некоторых людей они настолько сильны, что определяют его социальное поведение. Поэтому можно провести некие параллели между социальным устройством общества и спецификой масс. Сама по себе масса ленива и несознательна, и не любит отказа от инстинктов. А доказательствами ее нельзя убедить в неизбежности этого отказа, поэтому люди, находящиеся в толпе поддерживают друг друга в поощрении собственной разнузданности.

На самом деле удовлетворение влечений дает не только счастье, но и представляет собой первопричину страданий, когда внешний мир отказывает в удовлетворении потребностей и обрекает на лишения. Поэтому можно надеяться на освобождение от части страданий путем воздействия на эти влечения. Такого рода защита от страданий направлена уже не на аппарат ощущений, а желает подчинить внутренние источники потребностей. Крайним случаем такой защиты является работа над контролем над влечениями.

---

Наиболее легко с этим могут справиться творческие люди, которые сублимируют невроз в творчество или интеллектуальную деятельность. Понятно, что такой метод подходит не для всех, а лишь для тех, кто наделен творческими способностями. В той или иной мере, конечно, каждый человек наделен определенными творческими способностями. Особенно если понимать творчество в расширенном аспекте и не ограничиваться только таким специфическим видом деятельности как литература, музыка, живопись и проч. подобной направленности. Например, колоть дрова — тоже своеобразное творчество; или мыть посуду; или убирать квартиру. Немного условно, но, по сути, допустимо. Поэтому сублимировать, на наш взгляд, возможно любую психическую энергию, которая, как известно, наполняет любого индивида без исключения. И сублимировать (находя выход подобной энергии) можно во что угодно: в пение, в физические упражнения, в занятия спортом и т.п.

Во время развития психических заболеваний, индивид чувствует невыносимость существующего мира и всеми силами своего больного воображения стремится перейти в выдуманный мир. В этом его новом мире все происходит в соответствии с его желаниями. И такой человек, как ни странно для окружающих, чувствует душевное спокойствие, не замечая, что он сумасшедший.

Психоанализ проводит разграничения между актуальными неврозами (считая их происхождение связанным с действиями внешней среды в контексте «здесь и сейчас») и психоневрозами (прослеживая причину их возникновения в переживаниях, полученных в раннем детстве), выделяя в единую группу такие



---

актуальные неврозы как неврастения, невроз страха и ипохондрия, которые не поддаются психоаналитическому лечению (в отличие от психоневрозов). Среди психоневрозов выделяются невроз навязчивых состояний (при развитии которого больные заняты мыслями, которые им неинтересны, и вынуждены повторять однотипные действия, благодаря которым наступает временное избавление от невроза; т.е. перед нами обсессивно-компульсивное расстройство), невроз переноса (истерия, невроз страха и невроз навязчивых состояний) и нарциссический невроз (парафрения, паранойя; больные нарциссическим неврозом недоступны психоаналитическому лечению). К травматическим неврозам относятся неврозы, развившиеся вследствие перенесенных катастроф и проч. аварий (фиксация у подобных больных происходит на моменте травмы). Таким образом, все неврозы рассматриваются с травматической точки зрения.

При этом тревога может объясняться сложившейся конфликтной ситуацией. Однако, если при неврозе характера мы сталкиваемся с порождающей тревогу ситуацией, нам всегда приходится учитывать имевшие место ранее состояния тревоги, чтобы объяснить, почему в данном конкретном случае возникла и была вытеснена враждебность. Мы обнаружим, что эта тревожность являлась результатом существовавшей ранее враждебности.

Для более полного понимания вопроса нам необходимо возвращаться к детству. При исследовании историй детства людей, страдающих неврозом, общим знаменателем для всех них является окружающая среда. Главным злом является отсутствие подлинной теплоты и привязанности. Ребенок может вынести

---

очень многое из того, что часто относится к травматическим факторам, но лишь до тех пор, пока в душе чувствует, что является желанным и любимым. При этом ребенок очень тонко чувствует, является ли любовь подлинной, и его нельзя обмануть никакими показными демонстрациями. Главная причина того, почему ребенок не получает достаточной теплоты и любви, заключается в неспособности родителей давать любовь вследствие их собственных неврозов. В этом случае родители маскируют реальное отсутствие теплоты заявлениями, что делают все ради ребенка, и якобы учитывают интересы только его. Кроме того, мы обнаруживаем различные действия или формы отношения родителей к детям, такие, как предпочтение других детей, несправедливые упреки, непредсказуемые колебания между чрезмерной снисходительностью и презрительным отвержением, от временной невнимательности до постоянного вмешательства и ущемления самых насущных и законных желаний. Например, попытки расстроить его дружбу с кем-либо, высмеять проявление независимого мышления, игнорирование его интересов — будь то художественные, спортивные или технические увлечения. В целом такое отношение родителей если и не умышленно, то все равно означает ломку воли ребенка.

Дети могут выносить лишения если чувствуют что они необходимы. Ребенок не против приучения к чистоте, если родители не перегибают в этом деле палку и не принуждают к ней ребенка с утонченной или явной жестокостью. Ребенок также не против того, чтобы его иногда наказывали, но при условии, что в целом он чувствует к себе любовь, а также считает данное наказание справедливым, а не преследующим цель причинить ему

---

боль или унизить его. Ревность также может играть отрицательную роль, и быть источником ненависти как у детей, так и у взрослых. Ревность может проявляться при соперничестве детей в семье.

Рассматривая ревность относительно Эдипового комплекса, обнаруживается разрушительная роль глубинных реакций ревности в отношении одного из родителей. Ревность провоцировала страх и оказывала длительное травмирующее влияние на формирование характера и личных отношений. Предполагается, что Эдипов комплекс — это глубинная основа неврозов и установлено, что некоторые реакции ненависти легко возникают в европейской культуре как в отношениях между родителями и детьми, так и людей, ведущих тесную совместную жизнь. При этом, ревность присуща людям, и искусственно стимулируется той атмосферой, в которой растет ребенок.

Среди факторов провоцирующих ревность можно считать отсутствие теплоты и дух соперничества. Кроме того, невротичные родители обычно недовольны своей жизнью, не имеют удовлетворительных эмоциональных или половых отношений и поэтому склонны делать детей объектами своей любви. Они изливают свою потребность в любви на детей. Их выражение любви всегда крайне эмоционально насыщено. При этом именно невротичные родители своим запугиванием и нежностью зачастую вынуждают ребенка к страстным привязанностям, со всеми их скрытыми смыслами ревности.

Следует обратить внимание на те психические реакции, которые ребенок испытывает при невротичных родителях. В таком случае имеют место различные опасности, возникающие

---

вследствие вытеснения критики, протеста или обвинений, и одна из них заключается в том, что ребенок вполне может взять всю вину на себя и ощутить себя недостойным любви. Опасность, которая заключается в этом, означает, что вытесненная враждебность может породить тревожность. Имеется несколько причин, действующих в различной степени и сочетаниях, почему ребенок, растущий в такой атмосфере, будет вытеснять враждебность: беспомощность, страх, любовь или чувство вины.

Ребенок в течение многих лет проявляет свою беспомощность, находясь в зависимости от окружающих его людей в удовлетворении всех своих потребностей. После первых двух или трех лет жизни происходит переход от биологической зависимости к той форме зависимости, которая затрагивает психическую, интеллектуальную и душевную жизнь ребенка. Это продолжается до тех пор, пока ребенок не созреет для начала взрослой жизни и не станет способен взять жизнь в свои руки. Однако имеются весьма значительные индивидуальные различия в той степени, в которой ребенок остается зависимым от своих родителей. Все это связано с тем, чего хотят достичь родители в воспитании своего ребенка: или это стремление сделать ребенка сильным, храбрым, независимым, способным справляться со всевозможными ситуациями, или их главным стремлением является дать ребенку уют, сделать послушным, продлить его инфантильное неведение окружающего мира, т.е. — искусственно продлить инфантильность психики повзрослевшего ребенка до двадцатилетнего возраста и более.

При этом у детей, растущих в неблагоприятных условиях, беспомощность обычно искусственно закреплена вследствие

---

запуганности, сюсюканья или вследствие того, что ребенка воспитывают и держат в состоянии эмоциональной зависимости. Чем более беспомощным делается ребенок, тем в меньшей степени он может осмелиться на сопротивление в своих чувствах или действиях. Страх может вызываться угрозами, запретами и наказаниями, и путем наблюдаемых ребенком эмоциональных взрывов несдержанности и сцен насилия; он может возбуждаться также таким косвенным запугиванием, как внушение ему мысли об огромных жизненных опасностях, связанных с микробами, уличным движением, незнакомыми людьми, невоспитанными детьми, лазанием по деревьям и др. Чем сильнее ребенок переполняется страхами, тем меньше будет он осмеливаться показывать или даже ощущать враждебность.

Любовь может быть еще одной причиной для вытеснения враждебности. Когда отсутствует искренняя привязанность, часто имеют место обильные словесные заверения в том, сколь сильно родители любят ребенка и как они готовы всем пожертвовать для него. Ребенок, в особенности, если он запуган, может цепляться за этот суррогат любви и бояться нашалить, дабы не потерять эту награду за свое послушание.

Другими словами, ребенок вытесняет свою враждебность по отношению к родителям, потому что опасается, что любое ее проявление ухудшит его отношения с родителями. Им движет страх, что они бросят его или будут настроены против него.

Кроме того ребенку обычно внушают вину за любые чувства или проявления враждебности или сопротивления; то есть ему внушают, что он является недостойным или презренным в собственных глазах, если он либо выражает, либо чувствует

---

негодование и обиду на своих родителей или если он нарушает установленные ими правила. Эти две причины, заставляющие испытывать чувство вины, тесно взаимосвязаны. Чем сильнее ребенка заставляют ощущать свою вину, тем меньше он будет осмеливаться ощущать недоброжелательность или выступать с обвинениями в адрес родителей.

Также чувство вины может развиваться вследствие запретов против сексуального любопытства ребенка.

В итоге все перечисленные факторы вытеснения враждебности порождают тревожность. Однако инфантильная тревожность все же является недостаточным условием для развития невроза. Если условия жизни не способствуют уменьшению тревожности, тогда тревожность не только приобретает устойчивый характер, но и усиливается, приводя к неврозу. Имеется огромная разница, будет ли реакция враждебности и тревожности ограничена теми обстоятельствами, которые вызвали у ребенка такую реакцию, или она разовьется во враждебную установку и тревожность по отношению к людям вообще. Если ребенку повезет иметь любящую бабушку, понимающего учителя, нескольких хороших друзей, его опыт общения с ними может предохранить его от убеждения, что от других людей можно ожидать только плохого. Но чем более травмирующими являются его переживания в семье, тем более вероятно, что у ребенка разовьется не только реакция ненависти по отношению к родителям и другим детям, но также недоверчивость или злобное отношение ко всем людям. Чем больше ребенка изолируют, препятствуя приобретению им собственного опыта, тем с большей вероятностью развитие будет

---

идти в этом направлении. Чем больше ребенок скрывает недовольство своей семьей, например, путем подчинения установкам родителей, тем в большей степени он проецирует свою тревожность на внешний мир и, таким образом, приобретает убеждение, что мир в целом опасен и страшен. В таком случае, ребенок, выросший в подобной, негативной для его психики обстановке, будет воспринимать даже безобидное поддразнивание как жестокое отвержение. Он станет более ранимым и обидчивым, чем другие, и менее способным к самозащите. И это может привести его к одиночеству во взрослой жизни, потому что отдельные острые реакции на частные провоцирующие ситуации кристаллизуются в склад характера. А значит, у такого индивида уже может развиваться невроз, или глубинная тревожность, связанная в свою очередь с глубинной враждебностью.

Глубинная тревожность лежит в основе отношения к людям. В то время как отдельные или частные состояния тревоги могут быть вызваны действующей в данный момент причиной, глубинная тревожность продолжает существовать, даже если в наличной ситуации нет никакого специального ее возбудителя.

Если сравнить невротическую картину в целом с состоянием невротической нестабильности в обществе, то глубинная тревожность и глубинная враждебность будут соответствовать лежащим в основании такой нестабильности недовольству и протестам против режима. Поверхностные проявления могут или полностью отсутствовать в обоих случаях или же проявляться в разнообразных формах. В масштабах государства они могут проявиться в виде восстаний, забастовок, собраний, демонстраций; в психологической сфере формы

---

тревожности могут проявляться во всевозможных симптомах. При этом все проявления тревожности проистекают из общей основы. В простых ситуативных неврозах глубинная тревожность отсутствует. Она образуется вследствие невротических реакций на отдельные конфликтные ситуации, в которых участвуют люди.

Ничто не может лучше прояснить значение глубинной тревожности, чем сравнение отдельных реакций в случаях невроза характера со случаями, которые относятся к группе простых ситуативных неврозов. Последние встречаются у здоровых лиц, которые оказываются неспособными сознательно разрешить конфликтную ситуацию, неспособны ясно осознавать природу конфликта, а значит и неспособны принять ясное решение.

Одним из наиболее выступающих различий между этими двумя типами неврозов является поразительная легкость достижения терапевтических результатов в случае ситуативного невроза. В неврозах характера терапевтическому лечению приходится преодолевать огромные препятствия, и поэтому оно продолжается в течение длительного периода времени, иногда слишком долго для того, чтобы пациент мог дожидаться выздоровления; но ситуативный невроз разрешается сравнительно легко. Внимательное обсуждение ситуации часто оказывается не только симптоматической, но также каузальной терапией. В других ситуациях каузальной терапией является устранение затруднения путем смены окружающей обстановки. Глубинная тревожность проявляется как чувство собственной незначительности, беспомощности, покинутости, подверженности опасности, нахождения в мире, который открыт обидам, обману, нападкам, оскорблениям, предательству, зависти.



---

В психозах часто встречается довольно высокая степень осознания наличия такой тревожности. У параноиков такая тревожность ограничивается отношениями с одним или несколькими определенными людьми; у страдающих шизофренией имеет место острое ощущение потенциальной враждебности со стороны окружающего мира, столь интенсивное, что они склонны воспринимать даже проявляемую по отношению к ним доброту как скрытую враждебность. Однако в неврозах редко встречается осознание наличия глубинной тревожности или глубинной враждебности. Подспудное недоверие к каждому человеку может скрываться за поверхностным убеждением в том, что люди в целом являются вполне симпатичными; существующее глубинное презрение к каждому может быть замаскировано готовностью восхищаться. При этом глубинная тревожность может быть полностью лишена личностного характера и трансформирована в ощущение опасности, исходящей от грозы, политических событий, несчастных случаев, пищи, или в чувство того, что таких индивидов-невротиков преследует судьба. Но сам невротик обычно не осознает, что его тревожность в действительности относится к людям.

Глубинная тревожность влияет на отношение человека к себе и другим. Она означает эмоциональную изоляцию, и сочетается с чувством внутренней слабости «Я». Т.е. глубинная тревожность закладывает конфликт между желанием полагаться на других и невозможностью сделать это вследствие идущего из глубины недоверия и враждебного чувства к ним. Она означает, что из-за внутренней слабости человек ощущает желание переложить всю ответственность на других, получить от них

---

защиту и заботу. В то же самое время вследствие глубинной враждебности он испытывает слишком глубокое недоверие, чтобы осуществить это желание. И неизбежным следствием этого является то, что ему приходится затрачивать много энергии на укрепление уверенности в себе. Поэтому, чем невыносимей является тревожность, тем более основательными должны быть меры защиты.

Следует определять четыре основных способа защиты от базальной тревожности: любовь, подчинение, власть и реакция ухода (отстранения).

Первое средство, любовь, происходит по формуле: если вы меня любите, то не причините мне зла.

Второе средство, подчинение, условно разделяется на ряд показателей, связанных с тем, относится или нет оно к определенным лицам или институтам. Например, это может быть подчинение общепринятым традиционным взглядам, религиозным ритуалам или требованиям некоторого могущественного лица. Следование этим правилам или повиновение этим требованиям будет служить определяющим мотивом для всего поведения. Такое отношение может принимать форму необходимости быть «хорошим», хотя дополнительная смысловая нагрузка понятия «хороший» видоизменяется вместе с теми требованиями или правилами, которым подчиняются. Когда же отношение подчинения не связано с каким-либо социальным институтом или лицом, оно принимает более обобщенную форму подчинения потенциальным желаниям всех людей и избегания всего, что может вызвать возмущение или обиду. В таких случаях человек вытесняет любые собственные требования, критику в адрес других

---

лиц, позволяет плохое обращение с собой и готов оказывать услуги всем. Далеко не всегда люди осознают тот факт, что в основе их действий лежит тревожность, и твердо верят, что действуют таким образом, руководствуясь идеалами бескорыстия или самопожертвования, вплоть до отказа от собственных желаний. Для обоих случаев формулой является: если я уступлю, мне не причинят зла.

Отношение подчинения может также служить цели обретения успокоения через любовь, привязанность, расположение. Если любовь настолько важна для человека, что его чувство безопасности зависит от этого, тогда он готов заплатить за него любую цену, и в основном это означает подчинение желаниям других. А если человек оказывается неспособен верить ни в какую любовь и привязанность, тогда его отношение подчинения направлено не на завоевание любви, а на поиски защиты. Есть люди, которые могут чувствовать свою безопасность лишь при полном повиновении. У них столь велики тревожность и неверие в любовь, что полюбить и поверить в ответное чувство для них почти невозможно.

Третье средство защиты от глубинной тревожности связано с использованием власти — это стремление достичь безопасности путем обретения реальной власти, успеха или обладания. Формула такого способа защиты: если я обладаю властью, никто не сможет меня обидеть.

Четвертым средством защиты является уход. Если предыдущие три средства рассматривали борьбу, противостояние, желание справиться с трудностями любым путем, то этот способ направлен на спасение путем бегства от мира. Подобное может

---

достигаться различными способами, например накоплением определенного количества богатства для достижения независимости от других в удовлетворении своих потребностей, или же — сведением таких потребностей до минимума.

Любой из четырех способов может быть эффективным в обретении желаемого успокоения. При этом отмечается удивительная параллель: вследствие того, что зачастую невозможно следовать только одному способу из-за чрезмерных требований, предъявляемых к себе, то случается так, что невротик может одновременно испытывать настоятельную потребность повелевать другими и хотеть, чтобы его любили, и в то же время стремиться к подчинению, при этом навязывая другим свою волю, а также избегать людей, не отказываясь от желания быть ими любимым. Именно такие абсолютно неразрешимые конфликты обычно являются динамическим центром неврозов. Наиболее часто сталкиваются стремление к любви и стремление к власти.

Столкновение между желаниями человека и социальными требованиями не обязательно приводит к неврозам, но может также вести к фактическим ограничениям в жизни, то есть к простому подавлению или вытеснению желаний или к страданию. Невроз возникает лишь в том случае, если этот конфликт порождает тревожность и если попытки уменьшить тревожность приводят к защитным тенденциям, которые несовместимы друг с другом. Для избавления от глубинной (базальной) тревожности люди различаются по способам на тех, для кого главным стремлением является желание любви или одобрения, ради которых они способны идти на все, на тех, чье поведение характеризуется тенденцией к подчинению, к покорности и

---

отсутствием каких-либо попыток самоутверждения, на тех, для кого доминирующим стремлением является успех или власть или обладание, и на тех, кто склонен к уединению и обретению таким образом независимости. При этом желание любви, тенденция к подчинению, стремление к влиянию или успеху и побуждение к уходу в различных сочетаниях имеются у всех индивидов, т.е. не только у невротиков. Поэтому все эти тенденции могут послужить успокоению от тревожности.

Рассматривая жажду любви и власти, следует заметить, что жажда любви и привязанности очень часто встречается в неврозах. При этом невротик зачастую оказывается неспособен здраво судить о том, какое впечатление он производит на других, поэтому и не в состоянии понять, почему его попытки установить дружеские, брачные, любовные, профессиональные отношения часто приносят неудовлетворенность. Такой индивид-невротик склонен заключать, что виноваты другие, что они невнимательны, вероломны, способны на оскорбление, не замечая причину в себе. При этом невротик оказывается перед дилеммой: он не способен любить, но, тем не менее, ему остро необходима любовь со стороны других.

Говоря о любви, заметим, что намного легче определить, что не является любовью, чем то, что такое любовь. Можно очень глубоко любить человека и в то же время иногда на него сердиться, в чем-то ему отказывать или испытывать желание побыть одному. Но есть разница между такими, имеющими различные пределы реакциями гнева или ухода и отношением невротика, который всегда настороже против других людей, считая, что любой интерес, который они проявляют к третьим

---

лицам, означает пренебрежение к нему. Невротик интерпретирует любое требование как предательство, а любую критику — как унижение. Это не любовь. Поэтому не следует думать, что любовь несовместима с деловой критикой тех или иных качеств или отношений, которая подразумевает помощь в их исправлении. Но к любви нельзя относить, как это часто делает невротик, невыносимое требование совершенства.

Также следует считать несовместимым с понятием любви, когда видим использование другого человека только в качестве средства достижения некоторой цели, то есть в качестве средства удовлетворения определенных потребностей. Такая ситуация явно имеет место, когда другой человек нужен лишь для сексуального удовлетворения или для престижа в браке. Данный вопрос очень легко запутать, в особенности, если затрагиваемые потребности имеют психологический характер. Человек может обманывать себя, считая, что любит кого-то, а это всего лишь благодарность за восхищение им. Тогда второй человек вполне может оказаться жертвой самообмана первого, например, быть отвергнутым им, как только начнет проявлять критичность, не выполняя, таким образом, свою функцию восхищения, за которую его любили.

Однако при обсуждении глубоких различий между истинной и псевдолюбовью мы должны быть внимательными, чтобы не впасть в другую крайность. Хотя любовь несовместима с использованием любимого человека для некоторого удовлетворения, это, не означает, что она должна быть целиком и полностью альтруистической и жертвенной. Это также не означает, что чувство, которое не требует ничего для себя, заслуживает названия «любовь». Люди, которые высказывают

---

подобные мысли, скорее выдают собственное нежелание проявлять любовь, нежели свое глубокое убеждение. Конечно, есть вещи, которые мы ждем от любимого человека. Например, мы хотим удовлетворения, дружелюбия, помощи; мы можем даже хотеть жертвенности, если это необходимо.

Различие между любовью и невротической потребностью в любви заключается в том, что главным в любви является само чувство привязанности, в то время как у невротика первичное чувство — потребность в обретении уверенности и спокойствия, а иллюзия любви — лишь вторичное.

Иногда индивид-невротик стремится к любого рода привязанности в целях успокоения, т.е. он нуждается в любви и привязанности другого ради избавления от собственной тревожности. При этом такое стремление в его случае зачастую оказывается неосознанным. Невротик лишь чувствует, что перед ним тот человек, который ему нравится, или которому он доверяет, или к которому испытывает страсть. Но это может быть и не любовью, а лишь реакцией благодарности за некоторую проявленную по отношению к нему доброту, ответным чувством надежды или расположения, вызванным некоторым человеком или ситуацией. Тот человек, который явно или подспудно возбуждает в нем ожидания такого типа, станет автоматически наделяться важным значением, и его чувство будет проявлять себя в иллюзии любви. Часто такие отношения осуществляются под маской любви, то есть при субъективном убеждении человека в своей преданности, между тем как в действительности данная любовь является лишь «цеплянием за других людей для удовлетворения своих собственных потребностей. То, что это не искреннее

---

чувство подлинной любви, обнаруживается в готовности его резкого изменения, которое возникает, когда не оправдываются какие-то ожидания.

Один из факторов, важных для понимания любви, — надежность и верность чувства — отсутствует в этих случаях. Т.е., если индивид игнорирует личность другого, его особенностей, недостатков, потребностей, желаний, развития, то это, скорее всего, не любовь, а результат тревожности. Невротик, средством защиты которого является стремление к любви, оказывается не способен осознать свою неспособность любить. Большинство таких людей принимают собственную потребность в других людях за предрасположенность к любви. Кроме того, невротик фактически оказывается не способен принять любовь, к которой вроде как стремился. Притом что, даже если привязанность или любовь может дать невротiku внешнее спокойствие или даже ощущение счастья, то на самом деле это будет не так, ибо в глубине души невротик подобное воспринимает с недоверием, а то и подозрительностью или даже страхом. Он не верит в само чувство любви, потому что уверен, что никто его полюбить не сможет. Причем оказывается, уверен даже в том случае, если подобное противоречит его собственному жизненному опыту. У человека, который искренне любит других, не может быть никаких сомнений в том, что другие люди могут любить его. Но невротик может начинать искать в любви скрытые смыслы (которых там зачастую нет). Подозрительность — весьма характерная черта индивидов с внутренней, глубиной, тревожностью. Поэтому, если привлекательная девушка открыто начнет проявлять любовь к невротiku, он может воспринимать это



---

как насмешку или даже как умышленную провокацию, так как не верит в то, что такая девушка может его полюбить. Такая любовь вызывает в невротике тревогу и страх зависимости. Поэтому он всяческим образом старается избежать ее. Причем эмоциональная зависимость (а любая зависимость это манипуляции) действительно играет свою негативную роль. Обычный человек позволяет такой зависимости поглотить себя, а невротик всячески сопротивляется в ответ на любовь со стороны другого испытать позитивный отклик в собственной душе. Как вариант избегания подобного рода манипулятивного влияния на собственную психику — сознательное игнорирование любви, внушение себе, что человек проявивший любовь — на самом деле преследует свои, одному ему известные цели, причем исключительно негативного порядка. Ситуация, порожденная таким образом, сходна с ситуацией человека, который голодает, но не осмеливается принимать пищу из-за страха быть отравленным.

Рассматривая природу невротической любви, следует отметить, что первой отличительной чертой, которая поражает нас в невротической потребности в любви, является ее навязчивый характер. Всегда, когда человеком движет сильная тревожность, неизбежный результат этого — потеря непосредственности и гибкости. Проще говоря, это означает, что для невротика получение любви — не роскошь, не источник в первую очередь добавочной силы или удовольствия, а жизненная необходимость. Здесь заключена такая же разница, как в различии между «я хочу быть любимым и наслаждаюсь любовью» и «необходимо, чтобы меня полюбили, чего бы это ни стоило».

---

Образно говоря, различие между тем, кто имеет возможность быть разборчивым в еде и испытывает удовольствие благодаря хорошему аппетиту, и голодающим человеком, который должен без разбору принимать любую пищу, так как не имеет возможности потворствовать своим прихотям.

При этом основная ошибка невротика проявляется в том, что он стремится, чтобы его любили все люди, тогда как вполне достаточно (если так уж хочется) добиться любви только ряда конкретных лиц. Например, встречаются женщины, которые чувствуют себя несчастными и полны тревоги, если рядом с ними нет мужчины; они будут заводить любовную связь, вскоре разрывать ее, опять чувствовать себя несчастными и полными тревоги, начинать другую любовную связь, и так далее. То, что это не является подлинным стремлением к связи с мужчинами, видно по тому, что данные связи являются конфликтными и не приносят удовлетворения. Обычно эти женщины останавливаются на первом попавшемся мужчине, для них важно само его присутствие, а не любовная связь. Как правило, они даже не получают физического удовлетворения.

Существует схожее поведение и у мужчин-невротиков, которые всяческими путями стремятся добиться расположения многих женщин (чем больше тем лучше), ни на ком конкретно не останавливаясь и чувствуя неловкость и беспокойство в компании мужчин. При этом мы должны говорить о том, что невротик будет платить любую цену за любовь, большей частью не осознавая этого. Наиболее частой платой за любовь является позиция покорности и эмоциональной зависимости. Покорность может выражаться в том, что невротик не будет осмеливаться

---

высказывать несогласие со взглядами и действиями другого человека или критиковать его, демонстрируя только полнейшую преданность, восхищение и послушание. Когда люди такого типа все же позволяют себе высказать критические или пренебрежительные замечания, они ощущают тревогу, даже если их замечания безвредны. Подчинение может доходить до того, что невротик будет вытеснять не только агрессивные побуждения, но также все тенденции к самоутверждению, будет позволять издеваться над собой и приносить любую жертву, какой бы пагубной она ни была. Можно найти подобное родственным позиции подчинения. И в том и в другом случае явно проявляется эмоционально-невротическая зависимость, которая возникает в результате невротической потребности человека уцепиться за кого-то, дающего надежду на защиту. Такая зависимость не только может причинять бесконечные страдания, но даже быть исключительно пагубной. Например, встречаются отношения, в которых человек становится беспомощно зависимым от другого, несмотря на то, что он полностью осознает, что данное отношение является несостоятельным. У него такое чувство, словно весь мир разлетится на куски, если он не получит доброго слова или улыбки. Его может охватить тревога во время ожидания телефонного звонка или чувство покинутости, если человек, в котором он так нуждается, не может увидаться с ним. Но он не в состоянии порвать эту зависимость.

Обычно структура эмоциональной зависимости сложнее. В отношениях, в которых один человек становится зависимым от другого, присутствует сильное чувство обиды. Человек, попавший в зависимость от другого, бессознательно негодует по поводу

---

этого факта, но продолжает делать все что от него хотят из страха потерять любовь. При этом такой человек может прийти к выводу, что подчинение было ему навязано другим человеком, упуская мысль о том, что он сам спровоцировал подобное поведение своей излишней тревожностью. В любом случае он должен приложить серьезное усилие, чтобы избавиться от такого рода зависимости. Потому что любая попытка приводит к росту чувства вины и беспокойству.

К тому же у ряда невротиков эмоциональная зависимость вызывает страх, что их жизнь рушится. Поэтому одной из форм противостояния такие невротики выбирают способ не обращать внимание на любовь даже понравившегося ему человека, опасаясь, что в итоге это приведет к зависимости их от этого человека.

Также возможно, что в процессе ряда любовных неудач, подобные лица могут вырабатывать противоядие. Например, девушка, прошедшая через несколько любовных историй, каждая из которых заканчивалась ее зависимостью от очередного партнера, может выработать независимое отношение ко всем мужчинам, стремясь лишь к удержанию своей власти над ними, и не испытывая никаких чувств. В этом случае она действительно оказывается способна управлять мужчинами, но в душе (бессознательно) ощущает собственную неуверенность, умело скрывая ее, поэтому если правильно подобрать ключик к душе такой девушки, то становится возможным спровоцировать в ней невротическую зависимость, а значит и заставлять ее делать все что необходимо вам, в ответ, например, на бессознательное ощущение избавления от внутренних страданий и душевного равновесия когда вы находитесь рядом. В этом случае

---

действительно становится возможным управлять другим человеком, потому что он будет бояться потерять вас. При этом подобное можно использовать не только в любовных отношениях, но и просто в жизни, подчиняя к себе людей путем сначала провоцирования в их психике невротической зависимости, а позже умелым снятием волнения и беспокойства.

Особенностью невротической потребности в любви является ее ненасытность. Невротическая ненасытность может проявляться в жадности как общей черте характера, обнаруживаясь в еде, покупках, нетерпении. Большую часть времени жадность может вытесняться, прорываясь внезапно, например, когда человек в состоянии бессознательной тревоги (своего рода трансом состоянии) покупает много не нужных (модных) вещей. Также невротическая ненасытность может проявляться в стремлении жить за чужой счет.

Жадность может проявляться в сексуальной ненасытности, или, например, в приобретении одежды, в осуществлении честолюбивых или престижных целей. При этом любая форма жадности связана с тревожностью, и помимо сексуального удовлетворения с партнером может проявляться в чрезмерной мастурбации или чрезмерной еде. Связь между сексуальным удовлетворением и едой показана тем фактом, что жадность может уменьшаться или исчезнуть, как только человек находит некую уверенность и покой: почувствовав любовь к себе, завоевав успех, выполнив творческую работу. Например, чувство, что тебя любят, может внезапно ослабить силу навязчивого желания делать покупки. С другой стороны, жадность может возникать или усиливаться, как только возрастает враждебность или

---

тревожность; человек может чувствовать непреодолимую потребность делать те или иные покупки перед событиями, в связи с которым он очень волнуется. Но также следует говорить и о том, что существует много людей, которые испытывают тревожность, но у которых не развилась жадность. А невротики, которые ненасытны в своей потребности в любви, обычно проявляют жадность в отношении материальных благ, получении подарков, информации или сексуального удовлетворения, ради которых часто жертвуют своим временем или деньгами.

Рассматривая вопрос о роли любви и привязанности, выделяют три типа невротиков. К первой группе относятся лица, которые стремятся к любви, в какой бы форме она ни проявлялась и какие бы методы ни применялись ради ее достижения. Ко второй группе относятся невротики, которые тоже стремятся к любви, но, если терпят неудачу в каких-либо взаимоотношениях — отстраняются от людей и не идут на сближение с другим человеком. Вместо попыток установить привязанность к какому-либо человеку они испытывают навязчивую потребность в вещах, еде, покупках, чтении или, вообще говоря, в получении чего-либо. К третьей группе относятся невротики, психика которых была травмирована в раннем возрасте, и у них развилась позиция глубокого неверия в какую-либо любовь и привязанность. Их тревожность столь глубока, что они довольствуются малым — лишь бы им не причиняли какого-либо вреда. У таких людей развивается циничное отношение к любви; а потребность в любви такие невротики будут заменять потребностью в материальной помощи, совете, сексе.

---

У невротиков весьма развита и невротическая ревность, которая в отличие от ревности здорового человека, которая может быть адекватной реакцией на опасность потери чьей-то любви, заключается в силе ревности, непропорциональной опасности. Такая болезненная ревность диктуется постоянным страхом утратить обладание данным человеком или его любовь; вследствие этого любой интерес, который может быть у объекта любви невротика, представляет для невротика опасность. Такой тип ревности может проявляться во всех видах человеческих отношений: со стороны родителей к своим детям, которые стремятся вступить в брак, между супругами, в любых любовных отношениях.

Невротическое желание абсолютной любви является намного более требовательным, чем нормальное желание, и в своей крайней форме невозможно для осуществления. Это требование любви, не допускающей никаких условий или оговорок. Оно предполагает, во-первых, желание, чтобы тебя любили, несмотря на любое самое вызывающее поведение. Любая критика воспринимается как отказ от любви. Во-вторых, невротическое требование абсолютной любви включает в себя желание быть любимым, не давая ничего взамен. В-третьих, невротик (часто это женщина) хочет чтобы ее любили, не получая от этого никакой выгоды. Сама же она охотно будет пользоваться вашим богатством и влиянием, крайне неохотно соглашаясь на секс, и периодически закатывая скандалы. Это особенно распространено в семьях т.н. новых русских и служит одной из форм того, что мужья заводят себе любовниц (или жены — любовников). Поэтому следует помнить, что невротики крайне

---

подвержены внушению, поэтому с ними необходимо разговаривать директивным порядком, не оставляя им шансов к сопротивлению, и получать от них все, что вам необходимо (в т.ч. и в плане секса; причем в последнем случае можно вообще вызвать в женщине-невротике чувство вины, которое бессознательно начнется у ней, если она вдруг откажет вам в удовлетворении вашего желания; в психику человека, в т.ч. и женщины, можно ввести установки, или поставить «якорь», запрограммировав на определенный сигнал, при котором такой человек или женщина будет впадать в полутрансовое или трансовое состояние, во время которого можно делать с таким человеком все, что вам необходимо; но позже необходимо грамотно вывести такого человека из транса, сформировав у него ощущение радости, например, или еще какого-то позитивного начала; в каждом случае тут индивидуально). При этом можно обратить внимание и на любопытную особенность. Чем строже вы будете обходиться с человеком-невротиком, тем большее уважение вызовете в его глазах. Люди бессознательно хотят подчиняться другому. А у невротиков подобное желание обычно развито в гиперболической степени.

Помимо любовных провокаций невроза и собственно любви как способа снятия невроза, манипуляторами используется и такая форма снятия тревожности как обретение власти. Завоевать любовь и расположение— значит получить успокоение путем усиления контакта с другими, в то время как стремление к власти означает получение успокоения через ослабление контакта с другими и через укрепление собственного положения.



---

Невротические стремления к власти, престижу и обладанию служат не только защитой от тревожности, но также и каналом, по которому может выходить вытесненная враждебность. Стремление к власти служит защитой от беспомощности, которая является одним из основных элементов тревожности. Невротик начинает испытывать тревожность там, где обычный человек воспринял бы ситуацию как должное (например, чей-нибудь совет, помощь, руководство, и т.п.). Невротическое стремление к власти является также защитой от опасности выглядеть ничтожным. Невротик вырабатывает жесткий и иррациональный идеал силы, который заставляет его верить, что он способен справиться с любой ситуацией, какой бы сложной она ни была, и может справиться с ней немедленно. Поэтому невротик, ориентированный на власть, будет стремиться управлять другими и держать все под своим контролем. Он хочет, чтобы не происходило ничего, что не одобрялось бы им, или не возникало бы по его инициативе. При этом невротик может давать себе обратную установку, т.е. сознательно предоставлять другим возможность иметь полную свободу, за малым исключением: он должен знать все, что делает человек, получивший от него свободу на деятельность. Причем, тенденции все контролировать могут вытесняться до такой степени, что не только сам невротик, но и окружающие могут быть уверены в его великодушии. Тогда как известно, что если человек столь полно вытесняет свое желание контролировать, то он за это начинает платить различного рода психосоматической симптоматикой (например, головной болью, расстройством желудка, и т.п.) Кроме того такие невротики всегда считают себя правыми, и сильно раздражаются, если кто-то

---

попытаются доказывают им их неправоту. Источником раздражения также может являться любого рода отсрочка или вынужденное ожидание. Часто невротик не осознает существования управляющей им установки.

Такое отсутствие осознания имеет важные последствия для любовных отношений. Если любовник или муж не оправдывает ожиданий невротичной женщины, если он опаздывает, не звонит, уезжает из города, она чувствует, что он не любит ее. Вместо того чтобы признать, что ее чувства — обычная реакция гнева на неподчинение ее желаниям, которые часто не высказываются вслух, она интерпретирует эту ситуацию как свидетельство своей ненужности. Это заблуждение приводит к неврозу. Начало подобного обычно закладывается в детстве, когда деспотичная мать, чувствуя возмущение по поводу непослушания ребенка, начинает высказывать вслух, что ребенок ее не любит. Во взрослой жизни, если ребенок оказывается девушкой, это несет свои негативные последствия, потому как такая девушка-невротик не сможет полюбить «слабого» (в ее искаженном представлении) мужчину из-за презрения к любой слабости, но и не сможет сладить с «сильным» мужчиной, потому что имеет внутреннее (бессознательное) желание диктовать свою волю, а сильный мужчина ей этого не позволит. Он сам будет ей управлять, а значит, у таких девушек случится дисбаланс в психике, и последует продолжение развития таких форм невроза как истерия и проч. Эти особы хотят невозможного: мужчина должен быть сверхсильным героем, чтобы понравиться им, и в то же время стать «подкаблучником», чтобы с готовностью выполнять любые их патологические желания. Сам же невротик, будь-то мужчина

---

или женщина, обычно стремится производить впечатление на других, являться объектом восхищения и уважения. Он будет демонстративно тратить деньги, пытаться щеголять знанием книг, знакомством со знаменитостями. Такой невротик с легкостью окажется готов сделать своим другом, мужем, женой, сотрудником и проч. того, кто и восхищается, и не восхищается им. В первом случае ему это необходимо для дальнейшего оказания власти на такого человека, во втором — сделав партнером индифферентного к нему человека, невротик тем самым бессознательно приблизится к порабощению его, и будет держать подле себя пока не почувствует что последний окажется в его власти. После с таким человеком невротик будет уже не интересно.

Дополнительной особенностью, возникающей в результате навязчивого желания доминировать, является неспособность человека устанавливать равные отношения. Если он не становится лидером, то чувствует себя полностью потерянным, зависимым и беспомощным. Он настолько властен, что все, выходящее за пределы его власти, воспринимается им как собственное подчинение. Вытеснение гнева может привести к чувству подавленности, уныния, усталости. Однако то, что ощущается как беспомощность, может быть лишь попыткой обходным путем достичь доминирования или выразить враждебность из-за своей неспособности лидировать. Например, супруги решили отправиться в поездку по незнакомым местам. Жена заранее изучила карту и взяла на себя лидерство. Но в пути они отклонились от заданного маршрута, свернув не на ту дорогу. В таком случае женщина-невротик вдруг начинает чувствовать себя неуверенно, и уступает руководство поездкой мужу. До этого она

---

была веселой и активной, но внезапно стала испытывать усталость. Большинство из нас знает об отношениях между супругами, в которых страдающий неврозом партнер действует как надсмотрщик над рабами, используя свою беспомощность в качестве кнута для того, чтобы принудить других выполнять его волю. Для этих ситуаций характерно, что невротик никогда не удовлетворяется затраченными ради него усилиями, а реагирует лишь все новыми и новыми жалобами и требованиями или обвинениями, что им пренебрегают и жестоко с ним обращаются.

У людей, для которых стремление к престижу стоит на первом месте, враждебность обычно принимает форму желания унижать других. Это желание выходит на первый план особенно у тех людей, чувствуя собственного достоинства которых был нанесен унижительный удар, в результате чего они стали мстительными. Обычно в детстве они прошли через ряд связанных с унижением переживаний, которые могли иметь отношение либо к социальной ситуации, в которой они росли, например такой, как принадлежность к национальному меньшинству, бедность, или к их собственной личной ситуации, например, они испытывали к себе предвзятое отношение, терпели презрительное отвержение, постоянно являлись объектом нравоучений и недовольства родителей. Часто переживания такого рода забываются из-за их болезненного характера, но они вновь возникают в сознании, если проблемы, связанные с унижением, обостряются. Однако у взрослых невротиков можно наблюдать не прямые, а лишь косвенные результаты этих детских ситуаций, результаты, которые были усилены вследствие прохождения через «порочный круг»: чувство унижения; желание унижать других; усиление

---

чувствительности к унижению из-за страха возмездия; возрастание желания унижать других.

Тенденция унижать других обычно глубоко вытесняется потому, что невротик, зная по собственной обостренной чувствительности, сколь оскорбленным и мстительным он становится, когда подвергается унижению, инстинктивно боится сходных реакций других. Тем не менее, некоторые из этих тенденций могут проявляться без их осознания: в беспечном пренебрежении к другим людям, например, заставляя их ждать, ненамеренно ставя других в неловкие ситуации, заставляя других ощущать свою зависимость. Даже если невротик абсолютно не осознает своего желания унижать других или того, что сделал это, его отношения с этими людьми будут пропитаны смутной тревожностью, которая обнаруживается в постоянном ожидании упрека или оскорбления в свой адрес. Внутренние запреты, возникающие в результате обостренной чувствительности к унижению, часто проявляются в форме потребности избегать всего, что может казаться оскорбительным для других; так, например, невротик может быть неспособен высказаться критически, отклонить предложение, уволить сотрудника, в результате он часто выглядит в высшей степени тактичным или чрезмерно вежливым. Также тенденция к унижению других может скрываться за тенденцией к восхищению. Так как унижение и проявление восхищения диаметрально противоположны, последнее дает возможность скрыть тенденцию к унижению. Поэтому обе эти крайности часто встречаются у одного и того же человека. Имеются различные варианты распределения этих двух видов отношений, причем мотивы для такого распределения

---

индивидуальны. Они могут проявляться отдельно друг от друга в различные периоды жизни, когда за периодом презрения ко всем людям следует период чрезмерных восторгов и поклонения героям и знаменитостям; может иметь место восхищение мужчинами и презрение к женщинам, и наоборот; или слепое восхищение кем-то одним и такое же слепое презрение ко всем остальным людям.

Тенденция ущемлять или эксплуатировать окружающих не только возникает вследствие нарушенных личных взаимоотношений, но и сама в результате ведет к дальнейшему их ухудшению. Особенно если эта тенденция бессознательная, — она делает человека застенчивым и даже робким в отношениях с другими людьми. Он может вести и чувствовать себя свободно и естественно в отношениях с людьми, от которых он ничего не ждет, но будет испытывать смущение, как только появится какая-либо возможность получить от кого-либо любую выгоду. Такая выгода может касаться таких осязаемых вещей, как информация или рекомендация, или она может иметь отношение к намного менее осязаемым вещам, таким, как возможность получения благ в будущем. Это справедливо для любовных отношений точно так же, как и для любых других. Женщина-невротик этого типа может быть откровенной и естественной с мужчинами, которые ей безразличны, но чувствует себя смущенной и скованной по отношению к мужчине, которому хотела бы нравиться, потому что для нее достижение любви отождествляется с получением от него чего-либо. Причем часть таких невротиков может хорошо зарабатывать, а часть может оставаться бедными вследствие стеснения спросить об оплате, или выполнить большой объем работы за низкое вознаграждения. При этом такой невротик может

---

испытывать недовольство своим низким заработком, а может и опуститься к ведению паразитического образа жизни, и такому же бессознательному мнению о том, что другие должны заботиться о нем. Отчасти в этом случае такой невротик находит человека, кто начинает заботиться о нем, в обмен, например, если это невротик-женщина — на секс (секс в данном случае в представлении такой девушки будет являться ее платой за пользование благами, которые дает ей мужчина, т.е. платой мужчины за паразитизм и неприспособленность к жизни своей партнерши).

Одной из существенных форм манипуляции сознанием (путем воздействия на подсознание) является провоцирование в объекте манипуляций чувства вины. Чувство вины это особая форма невротической зависимости, которая может весьма пагубно сказаться на жизни индивида, ставшего объектом недобросовестных манипуляций со стороны как профессиональных манипуляторов, так и близких (жен, мужей, псевдо-друзей, знакомых, коллег и проч.) В картине проявлений неврозов чувство вины играет первостепенную роль. Специфика психики такова, что человек, страдающий неврозом, часто склонен объяснять свои страдания как заслуженные. При этом такой человек часто чувствует себя виновным чуть ли не во всем. Если кто-то хочет увидаться с ним, его первая реакция — ожидание услышать упрек за что-либо им сделанное ранее. Если друзья не заходят или не пишут какое-то время, он задается вопросом, не обидел ли он их чем-то? Он берет на себя вину, даже если не виноват. Виновников своих обид он оправдывает, обвиняя во всем случившемся только себя. Он всегда признает авторитет и мнение

---

других, не позволяя себе иметь собственное мнение или по крайней мере высказывать его.

Чувство вины оказывает серьезное влияние на изменение личности невротика. При этом сам невротик бессознательно не стремится избавиться от наличия у себя чувства вины. В этом проявляется его латентная форма т.н. морального мазохизма. Он как бы наслаждается собственными страданиями. Многое из того, что кажется чувством вины, является выражением либо тревожности, либо защиты от нее. Мы уже замечали, что многие мужчины, которые говорят о сохранении верности на основе велений совести, в действительности просто боятся своих жен, вследствие высочайшей тревожности при неврозах невротик чаще, чем здоровый человек, склонен прикрывать свою тревожность чувством вины. В отличие от здорового человека он не только страшится тех последствий, которые вполне могут иметь место, но заранее предвидит последствия, абсолютно несоразмерные с действительностью. Природа этих предчувствий зависит от ситуации. У него может быть преувеличенное представление о грозящем ему наказании, возмездии, покинутости всеми, или же его страхи могут быть совершенно неопределенными. Но какой бы ни была их природа, все его страхи зарождаются в одной и той же точке, которую можно определить как страх неодобрения.

Страх неодобрения очень часто встречается при неврозах. Почти каждый невротик, даже если на первый взгляд он кажется абсолютно уверенным в себе и безразличным к мнению других, испытывает чрезвычайный страх или сверхчувствителен к неодобрению, критике, обвинениям, разоблачению». Страх неодобрения очень важен для понимания чувства вины.



---

Неадекватный страх неодобрения может распространяться на всех людей или только на друзей, хотя невротика обычно трудно различать друзей и врагов. Такой страх может проявляться в опасении вызвать у людей раздражение. Например, невротик может бояться отказаться от приглашения, опасаться высказать несогласие с чьим-либо мнением, выразить свои желания, которые могут, по его мнению, противоречить желаниям других, и т.п. Такой страх может препятствовать общению невротика с другими людьми из-за опасения, что они что-то о нем узнают (при этом другие люди могут проявлять к этому человеку исключительно добрые намерения и симпатии).

При этом следует говорить о том, что любая форма невротической зависимости вводит человека-невротика в измененные, трансовые состояния. Находясь в таких состояниях, психика человека максимально предрасположена к различного рода внушению. Поэтому если сначала ввергнуть объект в состояние транса (например, спровоцировав у него тревожность, беспокойство, чувство вины — т.е. сделать провокацию невроза), а после внушить объекту установку (посредством формирования доминанты, очагового возбуждения в коре головного мозга), можно быть уверенным что такая установка, (т.е. информация, поданная в директивной форме) отложится в подсознание, а значит через какое-то время начнет оказывать свое влияние на сознание индивида. Тем самым будет осуществлено программирование психики объекта на выполнение заданных манипулятором действий.

### **Механизмы манипулирования.**

---

Стоит заметить, что манипуляции различаются по характеру воздействия: манипуляции направленные против отдельной личности, и манипуляции против масс. Манипуляция — это скрытое воздействие, воздействие на подсознание.

Согласно психоаналитической теории, манипулирование — это стремление навязать свою волю другому. Причем, не посредством силы (иначе это будет не манипулирование, а силовое воздействие), а через вызывание в психике индивида, на которого могут быть направленно манипулятивное воздействие — или невроза, или, например, через провокацию базового инстинкта. Что почти тут же вызывает определенный дискомфорт в психике. И заставляет такого индивида скорее принять условия манипулятора. А значит манипуляция прошла успешно, и манипуляторы достигли успеха.

Одной из защит от манипуляций является разграничение воздействия манипулятора. Ведь чаще всего манипуляции становятся возможными в случае как бы поверхностного, или рассеянного, воздействия. В случае же если несколько вопросов (или один, но весьма расплывчатый) вы разделяете на несколько составляющих — то в это в случае манипулятору приходится находиться в жестких рамках, в которые вы его ставите разграничением (разделением) вопроса на несколько составляющих. И ему волей-неволей приходится или отвечать, или искать другой объект манипуляций. И в том и в другом случае эффект противодействия манипулированию достигнут.

Рассмотрим несколько подробнее.

Как мы уже заметили, эффект противодействия часто достигается тем, что мы своими уточнениями (не бойтесь

---

уточнять, тем самым любого можно сбить с волны психической атаки) как бы вносим некий дискомфорт в психику манипулятора, решившего путем оказания на нас психологического воздействия добиться выполнения каких-либо нужных ему целей и задач. Когда наиболее возможны манипуляции? Когда нас застают врасплох. В этом случае легче побыстрее согласиться со всем, о чем говорят, чтобы вновь оказаться наедине с собой. Ведь известно, что из всех состояний для любого индивида наиболее предпочтительнее одиночество (или нахождение в кругу «поверенных» близких). Поэтому вполне объяснимо, что если кто-то внезапно вмешивается в характер наших размышлений, мы стремимся поскорее дать ответ на его вопрос, дабы вновь оказаться наедине с собой. А значит, правильно выбранный манипулятором момент вполне может привести к успеху его манипуляций. Ведь ему надо добиться своего. Задача может быть легко выполнена при удачно выбранном моменте (таким моментом может быть также: усталость, недомогание, чрезмерная радость, горе, легкое алкогольное опьянение, и т.п.). То есть в данном случае перед нами пример так называемых измененных состояний сознания, во время которых ослаблена цензура психики, а значит сама психика становится весьма подвержена манипулятивному воздействию. Тогда как, если сознание индивида все время включено, то вероятность оказания воздействия на него весьма снижена.

Известно, что манипуляторы используют различные методики воздействия на психику индивида с целью порабощения его сознания, и посредством подчинения воли — выполнения чуждых индивиду требований, санкционированных желанием

---

манипулятора навязать свою власть. Причем, как мы уже заметили, угроза подобного рода воздействий всегда скрыта мнимым добродушным поведением манипулятора. Если вас открыто принуждают что-то сделать — это уже будут не манипуляции, а насилие. Манипулятор действует искусно. Ему главное вторгнуться в ваше сознание и (или) в ваше подсознание. Для этого он должен использовать те слова или действия (жесты, поступки, проч.), которые смогут или сразу деморализовать вашу психику, и тем самым сдаться на милость победителя, или же усыпить бдительность, обмануть цензуру психики, чтобы потом — внезапно — нанести свой решающий удар, результатом которого станет победа.

Какие же способы при этом может использовать манипулятор?

Как мы уже заметили, манипулятор дает себе установку вторгнуться в вашу психику (с целью подчинения ее хотя бы на непродолжительное время), и при этом, понимает, что для осуществления подобного он должен усыпить бдительность такой инстанции психики — как цензура.

Вспомним что такое цензура психики. Психика индивида разделяется на три составляющих: Эго, Ид, и Альтер-Эго. Эго относится к сознанию, Ид -- к бессознательному (подсознанию), Альтер-Эго — или т.н. цензура психики, это то, что находится на пути между сознанием и подсознанием (бессознательным). При этом быть сознательным есть чисто описательный термин, ссылающийся на наиболее непосредственные и наиболее надежные восприятия. Но дальше опыт показывает, что психический элемент, например, представление, обычно не

---

осознается длительно. Напротив, характерно то, что состояние сознательности быстро проходит; осознанное сейчас представление в следующий момент делается неосознанным, но при определенных условиях может снова вернуться в сознание. И мы не знаем, чем оно было в промежутках; мы можем предположить, что оно было латентно, и подразумеваем под этим, что оно в любой момент было способно быть осознанным. Но и в этом случае, если мы скажем, что оно было бессознательным, мы даем правильное описание. Это бессознательное совпадает тогда с латентной способностью к осознанию.

Кроме того, бессознательное психики можно условно разделить на два составляющих, латентное, но способное к осознанию, и вытесненное — само по себе и без дальнейшего неспособное для осознания. Допускается, что и Эго в некоторых случаях может быть бессознательным. Возникновение же Альтер-Эго базируется в существовании Эдипова комплекса, в тех запретах, которые существовали в период детства индивида в результате двух биологических факторов: длительной детской беспомощности и зависимости человека, и факта наличия Эдипова комплекса, который объясняется перерывом в развитии либидо, вызванным латентным временем, т. е. двумя — с перерывом между ними — началами его сексуальной жизни. Таким образом Альтер-Эго отображает самые значительные черты развития индивида и развития вида, и, кроме того, создает устойчивое выражение влияния родителей, т. е. увековечивает те моменты, которым оно само обязано своим происхождением.

Альтер-Эго – результат нашего отношения к родителям, является наследием Эдипова комплекса и, следовательно,

---

выражением наиболее мощных движений и наиболее важных судеб либидо в бессознательном (Ид). Вследствие установления Альтер-Эго – Эго овладело Эдиповым комплексом и одновременно само себя подчинило Ид.

В то время, как Эго, в основном, является представителем внешнего мира, реальности, — Альтер-Эго противостоит ему как поверенный внутреннего мира, мира Ид (бессознательного). Конфликты между Эго и идеалам будут, в конечном итоге, отражать противоположность реального и психического, внешнего мира и мира внутреннего.

Следует обратить внимание на то, что манипуляторы люди большей частью искусные и даже в чем-то талантливые. Не совсем верно рассматривать манипуляции исключительно как зло. Да, с помощью манипуляций — манипулятор добивается для себя каких-то лучших жизненных условий, на которые он, по его мнению, претендует. Но и при этом (особенно если касается т. н. манипуляций над личностью, в противовес манипулирования массами) и повод и причина и последствия могут быть столь ничтожными, что от того не несет каких-то значительных убытков тот, на кого обращена манипуляция, а сам манипулятор получает весьма кратковременный эффект; причем и манипулятор и манипулируемый как бы знают, что в том, что произойдет — словно бы ничего страшного не будет. Да, один, в результате манипуляций, должен пойти на уступки другому. Но ведь и не более того; тем более если сами эти уступки не несут какой-либо масштабной трагедии. И это весьма важный факт, помогающий понять возможность манипуляции; ибо в большинстве случаев тот, кто идет в результате подобного на поводу у другого, как бы

---

действительно понимает, что ничего страшного не произойдет. Не замечая, впрочем, общего зла, потому как известен такой принцип запоминания как повторение. Поэтому существует опасность, что в результате того, что индивид идет на уступки другому индивиду не раз и не два, подобная установка прочно откладывается в его памяти, в его сознании, закрепляясь и в подсознании. А значит, велика вероятность того, что в последующем, при возникновении схожей ситуации, такой индивид будет реагировать уже привычным ему образом, т.е. подчиняясь. При том что манипулятор в данном случае тоже уже в следующий раз будет действовать еще более увереннее, а значит и успешнее.

Говоря о распространенности манипуляций, следует признать, что в наибольшей мере манипуляции распространены в личной жизни (в семье, на работе, и т.п.), где всегда находится кто-то один, который стремится подчинить других; причем зачастую выстраивает такие схемы, где действуют словно бы и беспроегрывные варианты манипуляций и вероятной победы. Поэтому необходимо уметь противостоять подобного рода атаке на вашу психику, уметь воздействовать на манипулятора таким образом, чтобы он понял, что по отношению к вам подобные «штучки» не проходят.

### **Теория сублиминального воздействия.**

Необходимо обратить внимание, что Фрейд, создавая психоанализ, не считал, что тот должен выполнять только терапевтическую функцию. Более того, к концу жизни Фрейд стал рассматривать психоанализ все больше как возможность, понимая механизмы психики индивида, воздействовать на массы.

---

Проследивая пути становления прикладного направления психоанализа, следует отметить, что в конце 19 века прикладной психоанализ возник как некая точка опоры в опасном деле погружения в глубинные слои неосознаваемой памяти. Символика мифа и детской сказки позволили создать основы прикладной психоаналитической процедуры. В данном своем качестве прикладной анализ был предъявлен миру в своем самом универсальном виде, применимом к буквально к каждому из нас. Властвовать собою, т.е. быть субъектом воли, а не игрушкой в руках случайных обстоятельств и внешних сил, оказалось возможным лишь на основе психоаналитически организованного диалога с вытесненными содержаниями собственной памяти.

В тот период впервые было изучено проявление бессознательного, неосознаваемого, набора мотивационных стимулов в жизни в виде языковых ошибок (оговорок и проч.), остроумия, нарушениях памяти, сексуальных предпочтениях и проч. В результате чего на рубеже двадцатого века прикладной психоанализ позволил заглянуть в глубины бессознательного.

Сталкиваясь с разного рода фобийными проявлениями для психики, большая часть людей тот час же неосознанно вытесняет подобную информацию в бессознательное, как бы отстраняясь от нее. Тогда как другая часть индивидов принимает знание о бессознательном, и формирует на основе него личностное мировоззрение. В итоге к началу 20 века психоанализ стал развиваться как гуманитарная наука и универсальная модель интерпретации культурного достояния человечества. В этот период под знаменами психоанализа собираются ученые различных направлений знаний: историки, лингвисты,



---

культурологи, психиатры, невропатологи, психологи, писатели и т.п. Сам Фрейд в этот период, помимо прочего, занимался исследованием художественной литературы (пьесы Шекспира, картины Леонардо да Винчи, скульптуры Микеланджело, и др.) Интерпретация творчества, как и авторов подобного творчества, проводилась на материале индивидуальной психопатологии, понимаемой как ключ к истолкованию скрытой специфики социальных феноменов, т.е. в качестве базового методического приема Фрейдом был предложен принцип аналогового переноса понимания природы индивидуальной невротической проблематики в область социальных и культурных феноменов. Именно в этот период в прикладном психоанализе возникла индивидуальная невротическая организация, являющаяся результатом патогенного влияния культурной среды и которая легла в основу любых культурологических изысканий.

В этот же период были проведены исследования ученика Фрейда — К.Г.Юнга (позже вступившего в полемику со своим учителем, и отдалившегося от него), работы Ш.Ференци по психоанализу воспитания и обучения детей, исследования О.Ранком мифологии и художественной культуры, работы Т.Райка, Г.Закса и пр. представителей первой волны прикладных исследователей.

При этом, в фашистской Германии мистика бессознательного в области восстановления глубинно-психологических основ третьего рейха была вытеснена мистикой арийского мифа, а в СССР психоанализ оказался под запретом новой идеологии т.н. ленинизма (т.е. силового государственного контроля, опирающегося на машину аппаратной силовой

---

диктатуры, а не на психотехнологии недирективного властвования).

Тем не менее, именно в период 20-х годов 20 века прикладной психоанализ получил активное распространение как теория и практика манипулирования массовыми психическими процессами, и стал рассматриваться как синтез психоаналитической теории бессознательных процессов и конкретной управленческой задачи. Таким образом, психоаналитические подходы показали свою эффективность не только в области власти над собой или небольшой группой единомышленников, но и как основа властвования над умами. Оказалось возможным выстраивать работу с массовыми процессами при решении как частных управленческих задач, так и проблем поддержания самой динамики массообразования, ее социальности (цивилизованности).

Кроме того, с помощью прикладного психоанализа стало возможным регулировать поведение людей (малой группы, элиты, общества), моделируя их поступки (восприятие действительности). При этом, алгоритм такого управления весьма эффективен, но столь же и разрушителен. Психоанализ не помогает преодолеть изначальный конфликт; он убивает проблему вместе с ее носителем (невротическим типом личности). В старые меха психоанализ вливает новое вино, формируя новую веру, новые иллюзии и новые смыслы. Формируя и суггестивно закрепляя их, подключая к эмоциональной и деятельностной сферам жизни людей.

Как мы уже заметили, наиболее эффективным прикладной психоанализ оказывается в управлении психикой другого человека

---

и психикой, сознанием, масс. Со времен З.Фрейда продолжались разработки именно такого воздействия, известные как психотехнологии сублиминального воздействия. Причем в последнее время с подобного частично был снят гриф секретности, и кое о чем действительно становится возможным рассказать.

Термин сублиминальный переводился как подсознательный. Начиная с конца 70-х годов 20 века в СССР и на Западе были созданы специализированные лаборатории, занимающиеся разработками психотехник сублиминального воздействия. Информация о проведении подобных исследований стала известна после того, как в прессу просочились сведения о феномене 25-го кадра и попытках скрытого манипулирования сознанием при помощи аудио и видеоматериалов.

Термин сублиминальный не противопоставляет сознание бессознательному, а позволяет анализировать психику как единство осознаваемых и неосознаваемых феноменов, что дает возможность раскрыть механизмы контроля над сознанием и психикой. Таким образом, сублиминальное воздействие — это форма не фиксируемого сознанием воздействия на психику индивида и массы. Наиболее отчетливо подобное воздействие проявляется в регулировании массового поведения.

Опыт XX века преподал урок — масса, предоставленная сама себе, т.е. фашиствующая масса, неизбежно стремится к самоуничтожению. Подобного рода эпохи тотального разрыва связи с традицией, убийства символов и ритуалов, которыми жили поколения людей, неизбежно порождают массовую и индивидуальную психопатологию. Для эффективного управления

---

массами оказались востребованы методики манипулятивного контроля как залога стабильности и демократии. Легальное применение в США пропагандистских методик манипулятивного властвования, сложившийся в Штатах продуктивный союз ответственных политиков и терапевтически ориентированных специалистов в области управления динамикой коллективного бессознательного породили ту существенную разницу, которую мы наблюдаем, изучая американский и европейский опыт решения управленческих задач общенационального уровня. Если европейские режимы либо боролись с архаической стихией массовой деструкции, насильно удерживая ее в границах традиционных механизмов властвования, либо шли у нее на поводу, используя пропагандистские приемы лишь для формирования каналов выброса этой деструктивной массовой энергии, то правящие круги Соединенных Штатов использовали пропагандистские технологии для формирования позитивного подключения граждан страны к социально значимым ценностям и практическим задачам. Более того, пропаганда «американского образа жизни» стала предметом национального экспорта. В итоге, пройдя через череду социально-психологических кризисов Америка сохранила потенциал единой общенациональной воли. Ее население гордится интенсивностью своих трудовых будней, с удовольствием поглощает еду из «Макдоналдса», с готовностью отправляет своих граждан на смерть в очередную «зону американских интересов». И постепенно весь мир становится этой зоной, поскольку ни идеологические формы социального контроля (СССР, Китай эпохи Мао), ни опора на традиционные социокультурные ценности

---

(Европа, современный Китай) не могут обеспечить социуму такой стабильности, и такой динамичности при решении социально значимых проблем, как работа с технологиями манипулятивной пропаганды.

С помощью методик сублиминального контроля становится возможным воздействовать на сферу осознаваемых желаний, программируя индивида и массы на ту или иную деятельность. При этом методики прикладного психоанализа позволяют погружать психику человека (объекта) в измененные состояния сознания (ИСС), в состояние внегипнотического транса, так называемого «трансфера», в состоянии которого объект предельно открыт для вербальной (осознаваемой) и сублиминальной (подпороговой) суггестии.

Транслируемое на психику, введенную в ИСС, сублиминальное внушение становится устойчивым и самовоспроизводимым, а эффект его — необратимым. Другими словами, с помощью прикладного психоанализа (сублиминального воздействия) становится возможным удерживать объект в ИСС, и тем самым решать по отношению к этому объекту любые манипулятивные задачи. Причем удержание это настолько эффективно, что сохраняется даже при наличии явных сопротивлений и может длиться неопределенное время. Можно даже сказать, что весь психоанализ возник как результат исследования особого рода состояния т.н. психоделической ясности (в глубинной психологии чаще обозначаемого как нуминозный опыт), пережитого Фрейдом в ходе погружения в мир собственных сновидений и дневных грез. Сновидение же (с ударением на втором слоге) является базовой

---

психофизиологической матрицей для любого рода сублиминальных механизмов контроля, работающих в среде измененных состояний сознания. Воспроизводимый в нашей психике постоянно, в фоновом режиме, а отнюдь не только в состоянии сна, процесс сновидения косвенно управляет психикой, в сублиминальном режиме запуская в ней неосознаваемые реакции и механизмы Эго-активности. Именно психологический анализ сновидения позволил создать тот алгоритм сублиминального воздействия (своего рода сновидения наяву), который лег в основание психоаналитической терапевтической процедуры. И именно этот подход, распространенный на работу современного телевидения как искусственно сконструированного сновидения, позволяет применить психоаналитические разработки к анализу и трансформации массовых психических процессов.

Психоанализ всегда занимался людьми, попавшими под контроль глубинных психических механизмов, возбужденных неосознаваемым, т.е. сублиминальным, воздействием (в психоаналитической традиции оно обозначалось как символическое) социокультурного окружения. Эти люди реально страдали от проявлений симптоматических подкреплений реактивного интрапсихического контроля. В результате подобного рода исследований классический психоанализ и производные от него школы глубинной психологии сумели выявить и прояснить природу целого ряда механизмов такого контроля: архетипических наследуемых схем, телесных травм детства и связанных с ними психосексуальных фиксаций, механизмов Эго-защиты и характерологических сценариев поведения, систем личных комплексов и форм их компенсаторной разрядки, и пр. В

---

совокупности они как раз и составляют т.н. психическое бессознательное.

К середине 20-х годов 20 века знаний о подобного рода факторах неосознаваемого контроля накопилось столько, что Фрейд призвал к прекращению клинических экспериментов и началу практики социальной терапии, обозначив возможность применения психоанализа в сфере социального контроля. Именно тогда и родился прикладной психоанализ — как глобальный проект такого социального контроля.

Рассматривая вопрос бессознательного психики, следует говорить, что это зона сопротивления сознательным намерениям, фактор негативного контроля над сознанием. Бессознательное — это констатация факта иллюзорности свободы сознательной воли индивида. Под бессознательным следует понимать поле совокупного сублиминального воздействия на психику индивида факторов искусственно организованной культурной среды.

Бессознательное всегда коллективно, ибо принадлежит всему человечеству. Более 60% воспринимаемой в социокультурной среде информации не фиксируется сознанием, а представляет собою набор факторов сублиминального воздействия. Подобное получило название «информационное поле», работа с закономерностями организации которого и механизмами его воздействия на психику индивида и масс породила все современные технологии сублиминального воздействия. Инфантильные переживания вкупе с вытесненными цензурой мыслями и побуждениями определяют собою содержание той контролирующей наше сознание инстанции, которая и называется бессознательным.

---

Бессознательное можно также понимать, как совокупность наследуемых схем и инстинктивных позывов. При этом символы инфантильного и архетипического контроля доживают свой век потому, что причиняют индивидам все более невыносимые мучения, не принося больше реальной пользы социуму. Именно поэтому психоаналитическая теория является теорией управления, основанной на суггестивно прорабатываемых гипотезах о природе трансцендентного (запредельного сознанию) основания нашего опыта. Бессознательное психики в этом случае есть суммарный результат сублиминальных воздействий, произведенных в состоянии ИСС.

Поднимая вопрос первичных и вторичных психических процессов, следует говорить, что первичным психическим материалом, определяющим собою всю форму и содержание индивидуальной человеческой психики, является запечатленный в культурной среде совокупный опыт предков, опыт проживания ими различного рода травматичных жизненных обстоятельств. Вторичным же в этом случае становится все индивидуальное, замутненное помехами подавляемых телесных влечений и поправками на персональную уникальность личностной судьбы. Подобного рода понимание природы соотношения первичных и вторичных процессов психической жизни позволяет реконструировать всю цепочку детерминации любого психического феномена — от организованного сублиминального запроса культурного окружения до акта его деятельного отреагирования и осмысления.

При этом прикладной психоанализ возник как альтернатива теории первичных и вторичных процессов, как



---

экспериментальная база для формирования иной методологии, ориентированной на привязку психики к ее действительно первичным детерминантам, т.е. к сублиминально воздействующим на нее факторам культурной среды. Психика индивида формируется и существует в процессе коммуникации, организованной факторами культурной среды, в свою очередь обусловленными некими универсальными основаниями последней. При этом воздействие устойчивых (константных) доминант культурной среды формирует в индивиде определенные психические реакции и поддерживает в относительно стабильном типе организацию всей психической активности. Константные доминанты культуры, таким образом, осуществляют глубинно-психологическое кодирование, навязывают психике стереотипы эмоциональных реакций и сценарии реактивного поведения, делают нас людьми именно данной культурной эпохи, делают нас личностями, т.е. сосредоточением навязанных культурной средой сценарных ролей и поведенческих установок.

В своей совокупности первичные культуральные доминанты константного ряда образуют основу системы неосознаваемого сублиминального контроля над сферой индивидуальных желаний, напрямую или опосредованно привязанной к влечениям тела. К важнейшим компонентам этого относятся следующие факторы сублиминального управления:

- совокупность форм непосредственного воздействия на тело;

- совокупность запретов и предписаний, касающихся сексуальной жизни индивидов;

---

— социальные стандарты организации семейной среды и стереотипов общения родителей с ребенком на ранних стадиях его развития;

— сублиминальные ресурсы родного языка как способа подключения к каналам социальной коммуникации;

— установочные коды, заложенные в детской сказке, и формы их закрепления в детской игре;

— ритуальная организация процесса обучения, когда в процессе обучения посредством сублиминального воздействия на ребенка специально отобранных элементов культурного наследия становится возможным формировать потенциал устойчивых реакций на стандартные социальные запросы;

— стереотипы историко-культурной традиции;

— социальная мифология, организующая процессы массообразования;

— символика относительно константных элементов бытовой культуры — от внешнего вида денежных знаков и атрибутов власти до стереотипов внешнего вида людей;

— воздействие культовых произведений художественной культуры, в основном — кинофильмов и телесериалов;

— символические доминанты среды обитания — природного ландшафта, городской архитектуры, стандартных элементов квартирной обстановки, и пр.

Кроме константных доминант культурной среды, определяющих собою совокупность устойчивых психических свойств и навязчиво воспроизводимых психических реакций, следует учитывать и наличие в сфере первичных процессов неких базовых переменных факторов, при помощи которых

---

осуществляется корректировка содержания и аффективного заряда модулей, производных от константных доминант.

Перечислим наиболее значимые из них:

— телевизионная реклама, кодирующая психику индивида и масс кодовыми словами и словосочетаниями, искусственными символами, и т.п.;

— компоненты телевизионной культуры (телесериалы, новостные и аналитические программы, популярные шоу и пр.), формирующие у отдельных индивидов содержание их психики;

— компоненты компьютерной культуры, которые фиксируют в относительно устойчивом фантазийном виде нереализованные желания людей;

— ведущие тенденции моды и дизайна, создающие непосредственное культуральное окружение индивида, постоянно пребывая внутри которого индивид отыгрывает запросы среды;

— «раскрученные» формы масс-культы (песенные шлягеры, культовые кинофильмы, книжные бестселлеры, и пр.), при помощи которых осуществляется виртуальное воспроизведение первичной культуральной матрицы.

Заметим, что подобного рода факторы, сублиминально определяющие собою конкретику психической и социальной жизни людей, функционируют в нашей стране абсолютно спонтанно, находясь вне поля действия механизмов социального контроля. Современный индивид находится в измененном состоянии сознания в результате просмотра телепередач как своего рода сновидения наяву. А значит, в какой-то мере упрощается и возможность манипулятивного воздействия на его психику, потому как психика в ИСС податлива внушению извне.

---

Была разработана психоаналитическая теория массы и массообразования как особо рода измененного состояния индивидуальной психики, вызванного непосредственным или опосредованным подключением индивида к эмоциям и интересам большой группы (массы, толпы). Масса, это особая среда, вводящая индивида в измененное состояние сознания, сравнимое с гипнозом и влюбленностью. Состояние это является естественным, поскольку оно генетически заложено в каждом индивиде и воспроизводится спонтанно при наличии т.н. пусковой ситуации. Кроме того, массовая психика генетически привязывается к архаике роевой психической организации первоначальных человеческих сообществ, что позволяет говорить о структурировании массовой психики мифами, иллюзиями и архаическими фантазиями. Также заметим, что архаическая природа массы проявляется в структуре тех политических режимов, которые, опираясь на массовые влечения, обрамляли их энергетiku жесткими границами тоталитарного контроля (фашизм, сталинизм).

Более подробно массовую психологию мы рассмотрим в соответствующей главе нашей книги, а сейчас лишь заметим, что говоря о природе массообразования, следует заметить, что только страх заставляет индивидов объединяться в массу, в толпу. Причем такие страхи носят искусственный характер и являются результатом целенаправленного воздействия информационного поля: сначала нагнетается базальная тревожность, а затем она снимается в обмен на некое действие коллективного характера (чаще всего — в обмен на подчинение индивидом своей воли желанию манипулятора), и такой индивид получает возможность

---

подключения к коллективной иллюзии, искусственно привязанной к объекту совершаемого им выбора. Причем касаясь нашей страны, можно обратить внимание, что поначалу подобного рода процедура носила разовый характер, и применялась лишь в ситуации очень важных пропагандистских кампаний, когда мобилизация всех информационных ресурсов обеспечивали нужный результат (например, президентские выборы 1996 и 2000 годов). Однако после разовая процедура превратилась в периодическую и регулярную «промывку мозгов». На сегодняшний же день стимулы для формирования и поддержания «информационного массообразования» носят фоновый характер, представляя собой результат совокупного воздействия на телезрителя всех четырех столпов телевизионной культуры: блоков новостей, популярных ток-шоу, телесериалов и рекламных блоков потребительского или социального характера. При этом понимание законов глубинно-психологического манипулирования дает возможность управления психикой масс, и работы с индивидуальной, групповой и массовой мотивацией.

Рассматривая термин «информация» в аспекте сублиминального воздействия в массовой психологии, надо заметить, что информация — это не знание как таковое. Знание предполагает некую объективность, т.е. является формой отображения объекта, формой перевода первичных (объективных) факторов во вторичную субъективную форму их понимания и рациональной обработки. Знание раздваивает мир на реальность и разновидности ее психического освоения. Информация же сама по себе является особого рода реальностью и не нуждается в объекте как критерии ее истинности. Понятие «истинности» не применимо

---

к информации. Информация может быть только достоверной, то есть достаточно правдоподобной, чтобы в нее поверили. Проверяется же любая информация лишь путем соотнесения ее с иными информационными модулями, полученными из других источников, т.е. все равно прямо или же косвенно решающими те или иные манипулятивные задачи. Кроме того, знание — это нечто фиксируемое, накапливаемое и противостоящее отдельному индивиду как данность, как основа для одной из форм его социализации (процесса обучения). Информация же живет только здесь и сейчас. Будучи воспринятой, она как таковая сразу же умирает, передавая энергетику своего заряда вызываемой ею реакции. При этом вербальные, и чаще всего образные, информационные модули стали для современного индивида необходимыми, так как их поступление обеспечивает устойчивую персональную, групповую и социальную идентичность. Вращаясь в информационном поле, индивид постоянно подзаряжается психической энергией, которая поддерживает потенциал его идентичности. Состояние информационного массообразования напоминает ситуацию сновидения. Окунаясь в фобийное информационное поле, любого рода индивидуальные желания лишаются большей части своей энергетики, которая уходит на формирование и поддержание состояния массообразования.

В итоге, в памяти индивидов остаются остаточные следы информационного воздействия, символический анализ которых способен реконструировать природу этого воздействия и заблокировать его эффективность в случае психопатологической реакции на него. Если же заблокировать поступления в мозг сигнала от телетрансляции, у индивидов возможны развитие

---

различно рода психопатологической симптоматики, потому что внезапная блокировка этой трансляции разрушает их псевдосоциальность и погружает в пучину страха и безумия.

Таким образом, психика индивида постоянно находится в режиме сублиминального (т.е. неосознаваемого) контроля. Сублиминальное воздействие культурной среды, полученное в период бодрствования индивидом, подключенным к состоянию информационного массообразования, формирует у него основы социального чувства, фиксирует и воспроизводит базовые иллюзии и идеалы, страхи и реактивные образования. Но виртуальная среда коллективных иллюзий, в принудительном режиме отыгранная на телеэкране, предоставляет индивиду весьма скудный набор реактивных возможностей, ограниченный рамками цивилизационных ритуалов. Все остальные реакции на культуральные раздражители вынужденно подавляются, проявляясь исключительно в разного рода формах социопатии. Подавленные страхом и вытесненные под давлением коллективного Альтер-Эго реакции (аффекты, инстинктивные влечения, агрессивные и сексуальные желания, и пр.) составляют теневой компонент нашей психики. При этом современная культура предоставляет возможность отыграть часть этих реакций на пространстве теле— и киноэкрана (т.е. в режиме сублимации). Но все же большая их часть уходит в сферу сновидческой активности. Сновидение таким образом представляет собой знаковый сигнал опасности о том, что ряд элементов культурной среды являются невротическими.

Прикладной психоанализ рассматривает в сновидческом материале те его компоненты, которые свидетельствуют о

---

наиболее значимых формах культурального воздействия, запускающих в действие энергетику первичных позывов психики. Это и есть сублиминально воспринятые в состоянии бодрствования элементы культурной среды, воздействие которых не смогло быть реализовано ни в дневной сублимированной и трансформированной форме, ни в ночном мире сновидения. В совокупности все эти элементы представляют собой остаточный ресурс для современного медиа-манипулирования.

### **Эротические аспекты манипуляций.**

Мы должны обратить внимание еще на один практически беспроявляемый прием, которым охотно пользуются манипуляторы. Воздействие на психику путем провоцирования в индивиде либидо (сексуального желания) известно с давних времен. В современное время подобная провокация выкристаллизовалась в результате времени, которое позволило манипуляторам весьма отточить собственное искусство владения методом подобного рода манипуляций. Причем, в данном случае, индивиду оказывается достаточно трудно протестовать, потому как атака манипуляторов направлена на часть его природной составляющей, которую хоть и можно усмирять, но не всегда возможно. На это и рассчитывают манипуляторы.

Взаимоотношения полов действительно серьезный фактор. Индивид всю жизнь играет в определенные игры, неся с собой по жизни соответствующую роль, которую обязан играть, соблюдая как нормы морали установленные обществом, так и правила поведения в этом обществе. Можно только предположить, что произошло бы, если бы не существовало распространенной в



---

цивилизованном обществе системы сдержек и противовесов (норм и запретов), определенных табу, регламентирующих поведение мужчины и женщины в обществе. Вполне вероятно, что при отсутствии этого подавляющее большинство мужчин и женщин стали бы вести себя с соответствием со сценариями фильмов эротического и порнографического содержания. В любом случае, провокация сексуального желания (либидо) оказывается весьма действенной, когда необходимо оказать манипулятивное воздействие на подавляющее большинство мужчин. Для этих целей используются женщины легкого поведения и соответствующей внешности, как гарантирующей успех предпринятого мероприятия (успешные переговоры в бизнесе, девочки, сауна и хороший стол для проверяющего начальства, например армейского, и т.п.). Не каждый мужчина откажется от бесплатных интимных услуг в отношении него молодой девушки; причем в иных случаях сексуально-психологическое «потрясения» от подобной доступности столь велико, что даже мужчины с частичной импотенцией (т.е. когда невозможность вступать в сексуальные отношения с женщинами вызваны психическими причинами) оказываются способны на разного рода «подвиги».

Рассматривая вопрос манипуляций посредством провокации сексуальной зависимости, мы должны говорить, что это один из единственных вопросов, для решения которого совсем не надо быть специалистом по манипулированию, чтобы знать о том, каких результатов возможно достичь путем воздействия на природу индивида, выбранного в качестве объекта для манипуляций. Тут как бы все ясно и понятно изначально, да к

---

тому же и действует безотказно, уверенно подчиняя того или иного человека.

Однако, остановимся на т.н. трудных случаях. Заметим, что в ряде случаев психика индивида вызывает некий ступор в его сексуальной жизни. Как говорилось в одном популярном фильме, есть желание — но нет возможности, есть возможность — но нет желания. В идеале, по мнению авторов фильма, словами актера Этуша, его герой товарищ Саахов желает, чтобы наши желания совпадали с нашими возможностями. Примерно этого же бессознательно желает индивид, который в силу ряда причин оказывается не в состоянии на сексуальный контакт с женщиной. При этом заметим, что большинство сексуальных проблем у мужчин находятся в ведении психологии, а не медицины, потому что, несмотря на то, что многие люди склонны объяснять свои сексуальные нарушения главным образом органическими причинами, нарушения эти часто имеют психологическую природу.

Также обратим внимание, что в жизни большинства индивидов, вследствие существующих норм и запретов, принятых в обществе (а партнерши индивидов — жены или любовницы воспитывались в этом же обществе, и несут в себе такое же отсутствие сексуальной культуры) им не удается удовлетворить свои природные (бессознательные) сексуальные желания. Поэтому, когда предоставляется возможность подобного рода удовлетворения «на стороне» — в таком индивиде тот час же оживает желание (поэтому в крупных городах России с каждым годом увеличивается число салонов интим услуг).

---

К тому же сексуальное невежество большинства индивидов играет на руку манипуляторам. Потому как, если бы такой индивид получал все, что он хочет, дома, удовлетворяя все свои бессознательные сексуальные фантазии с супругой или постоянной партнершей, то необходимость в многомиллионной армии проституток и женщин легкого поведения попросту отпала бы. Совсем бы проститутки и женщины легкого поведения, конечно, не исчезли (в психике индивида заложено стремление к разнообразию), но что таких бы объемов разврата не стало бы — наверняка.

Также обратим внимание, что, к сожалению, очень многие сексуальные расстройства порождаются невежеством и недоразумениями в области анатомии и физиологии. Например, с возрастом сексуальная функция ослабевает, и, чтобы добиться удовлетворительной эрекции, мужчине требуются более длительные и интенсивные предварительные ласки. Мужчина, который этого не знает, думает, что он заболел, впадает в панику, и его сексуальное исполнение действительно ухудшается. Очень часто всему виной недостаточная стимуляция и плохая техника. Некоторые люди не учитывают специфику эротических реакций и предпочтений своих партнеров или элементарно не умеют вести себя в постели, а все последствия этого приписывают болезни.

Нередко оказывают роль неблагоприятные психологические факторы, связанные с прошлым сексуальным опытом. Например, страх перед сексуальным наслаждением, обусловленный слишком жесткими запретами сексуального экспериментирования в детстве. Или боязнь испытать разочарование. Или тревожность, опасение показать себя

---

неумелым, неловким, неопытным. Или гипертрофированное чувство стыда, затрудняющее анальный и оральный секс, после чего мужчина ищет подобное на стороне. Или боязнь не удовлетворить, утомить или как-то иначе разочаровать партнера. Или неспособность к самозабвению, представление себя как бы зрителем, наблюдателем собственного сексуального поведения.

К индивидуальным психологическим трудностям добавляются партнерские — разного рода конфликты, например, борьба за власть, стремление мужчины утвердить свое господство над женщиной или нежелание жены пойти навстречу стремлениям супруга. Или коммуникативные проблемы: неспособность к самовыражению и сопереживанию, неумение расшифровывать мимику, жесты, мускульные реакции, взгляды партнера, уловить его тайные мечты и желания, в которых он не смеет признаться. Эти проблемы в той или иной мере существуют у каждого человека и у каждой пары. Если они не находят более или менее удовлетворительного решения, проблемы нарастают, усугубляют друг друга и в конечном итоге приводят к сексуальным расстройствам. Причем, сами люди, большей частью не отдают себе отчета в реальных причинно-следственных связях. Самое важное — избавиться от чувства тревоги и страха, которые только усугубляют проблему: чем больше мужчина старается, тем чаще его постигают неудачи и тем больше становится его озабоченность.

Исходя из того, что большинство проблем сексуального характера у индивидов пересекаются с психологическими проблемами, воздействие, оказываемое на таких людей со стороны манипуляторов зачастую становятся результативными при

---

подборе соответствующих способов, при которых у объектов манипуляций возникает либидо. А значит такие люди внутренне (т.е. бессознательно) оказываются благодарны тем, кто таким образом помог снять существующий барьер, мешающий им адекватно общаться с женщиной.

При этом мы должны обратить внимание, что по своему психологическому восприятию сексуальные отношения между мужчиной и женщиной воспринимаются как своего рода победа мужчины над женщиной. Корни сего факта простираются в глубокую древность и базируются в спектре первобытнообщинных взаимоотношений между мужчиной (самцом) и женщиной (самкой), когда мужчина-самец во чтобы то ни стало стремился удовлетворить свои животные инстинкты, не взирая на какой-либо протест со стороны женщины. (Т. е. где поймал — там и...).

Рассматривая манипуляции посредством провоцирования в психике индивида сексуального желания, мы должны говорить о том, что психика устроена таким образом, что индивид в большинстве случаев как бы оказывается готов на подобного рода контакт. Большинство индивидов вообще падки на эротическую составляющую жизни. И, собственно, манипуляторам, в иных случаях, совсем не требуется каких-то усилий, чтобы добиться своего. Ну а то, что такого индивида «подставили», зачастую сразу он и не поймет, потому как вождление на миг затуманит у такого индивида оценку критичности происходящего с ним, а значит он сначала «поддастся на искушение», а после будет анализировать — что же с ним на самом деле произошло. Это знают

---

манипуляторы, поэтому и стараются подобными схемами манипулятивного воздействия добиться своего.

## Манипулирование массовым сознанием.

Когда мы говорим о массах, должны заметить удивительную особенность психики человека, попадающей в сферу воздействия на него психики других людей: после того, как человек попал в толпу – он спускается на несколько ступенек вниз по лестнице цивилизации. А значит становится доступен для применения в отношении себя различных манипулятивных методик. Ибо в толпе – для руководства оной – реализуются более примитивные механизмы управления, нежели чем в организованных группах, где еще уместны рациональные доводы, согласование мнений и формальный приказ. В толпе подобное не действует, ибо толпа это стихийное образование, а значит там вступают в силу первобытные инстинкты, оттого и толпой может управлять вождь, по типу первобытных вождей или оголтелых фанатиков навроде фюрера 3-го Рейха и еже с ним.

Поэтому мы должны говорить о существующих законах массообразования, помогающих нам понять механизмы поведения масс. В той или иной степени подобные законы базируются на знании законов и механизмов функционирования психики. Остановимся подробнее.

Как известно, ведущую роль в восприятии человека с реальностью играет сознание и подсознание (или бессознательное психики). Таким образом, психика индивида состоит из двух слоев — сознания и подсознания. От подсознания зависит выполнения индивидом скрытых, сублиминальных воздействий. (Т.е. тех

---

воздействий, которые посредством соответствующих установок вводят в подсознание манипуляторы закладывая и формируя там соответствующие паттерны запрограммированного поведения такого человека).

Бессознательное также представлено двумя слоями: личное бессознательное и коллективное бессознательное (или т.н. филогенетическая память). Пребывая в толпе, люди бессознательно подчиняются законам массового поведения. Происходит это вследствие наличия в психике любого человека архетипических составляющих, заложенных туда -- частично еще до его рождения (опыт предков), а частично сформированному в результате личного опыта каждого индивида.

В итоге, мы должны говорить, что личное бессознательное формируется при жизни индивида посредством активации его репрезентативных (аудиальной, визуальной и кинестетической) и сигнальных систем организма (чувство, запахи, и т.п.), а формирование коллективного бессознательного напрямую зависит от опыта человечества, опыта предшествующих поколений.

При необходимости спрогнозировать поведения отдельного человека необходимо сначала заложить в его подсознание необходимые установки, а после активировать их путем введения информации имеющей схожую кодировку, направленную на усиление ранее заложенной (словесную, или, например, на запах, зрительный образ, какое-либо действие и т.п.).

Однако в массообразованиях действуют иные механизмы. Любое массообразования подразделяется на толпу и массу. Толпа – это хаотичное скопление отдельных людей собранных в одном месте. Если толпе дать идею – она превратится в массу. При

---

желании вы можете поменять местами название масса и толпа, ибо и одно и другое означает суть одно: отдельные люди собираются вместе. Отдельные – ибо у каждого свои жизненные интересы, цели и задачи. Собираясь вместе – они могут собраться случайно или рассчитывая на временный интервал совместного нахождения. Тогда как если таких собранных вместе людей увлечь – то эту массу или толпу (назовите как вам будет угодно) можно направить на все что хотите, и своим хаотичным единством толпа снесет все на своем пути. Направить – значит увлечь идеей и указать путь.

Когда мы управляем массой, такую массу обязательно необходимо увлечь какой-либо идеей. И требовать фанатичного подчинения лидеру, становившемуся в этом случае вождем массы.

Лидера (вождя) толпа может выбрать самостоятельно или же – путем манипуляций – необходимо добиться занятия данной «должности». При этом лидеру следует удерживать власть, подкрепляя собственные властные полномочия соответствующими властными действиями помня о том, что люди по природе своей хотят подчиняться кому-то одному, ибо при объединении в массу у них снимаются страхи и любые тревоги, а это дорогого стоит, ибо за это любой человек вполне готов заплатить своей свободой в принятии решений.

Таким образом, понимая, что в массе образуется особый род безличностной коллективной души (когда исчезают все признаки, свойственные цивилизованному человеку и берут вверх инстинкты), подобную особенность массообразования любому лидеру необходимо правильно использовать.

Основной признаки свойственные массовому поведению: подчинение своего «Я» - «Я» коллективному. Пребывая в массе,



---

человек испытывает чувство непреодолимой мощи, позволяющее ему предаться первичным позывам, которые он, будучи один, вынужден был бы обуздывать. Другими словами, когда человек находится в толпе, в массе, он может быть самим собой. Он может дать волю всем своим древним природным инстинктам. Все тому, что вынужден скрывать, живя в современном культурном обществе. Потому как культура накладывает незримый отпечаток на поведение индивида. Если в душе определенная часть индивидов желала бы руководствоваться принципами жизни древнего человека (с его архаическими инстинктами), то с развитием цивилизации подобные желания приходится усмирять. В итоге наблюдается развитие различной симптоматики заболеваний психики.

Еще одним принципом массообразования является т.н. эффект заразительности, когда в толпе становится заразительно любое действие и чувство и притом в такой сильной степени, что индивид легко жертвует личным интересом в пользу интересов общего.

Понимание данного факта опирается в развитие и существование цивилизации и культуры, потому как с развитием цивилизации культура накладывает на каждого индивида отпечаток в виде существования определенных норм и запретов, существующих в обществе. С помощью этого общество вырабатывает законы существования индивида в цивилизованном мире, и выйти за рамки этих законов — значит подвергнуться определенному наказанию в виде вступления в действие механизмов пенитенциарной системы и фискальных органов. А в толпе каждый индивид обезличен и может совершать любые

---

противоправные деяния, не думая о наказании, ибо думать — это уже прерогатива сознания, а в толпе берут вверх бессознательные инстинкты.

Таким образом, находясь в толпе, индивид подчиняется внутренним законам толпы, т.е. делает то, что делают другие представители толпы. В итоге толпа (масса) подчиняет индивида, блокируя его волю и сознание.

С позиции психофизиологии толпа актуализирует инстинкты правого полушария мозга (правое полушарие — мыслит образами, чувствами, а не разумом, в отличие от логики левого полушария мозга). Поэтому сознание индивида блокируется. Такой человек на какое-то время перестает мыслить логически и отдавать отчет в совершении собственных действий. Верх берут бессознательные, низменные инстинкты и человек начинает выполнять команды правого полушария мозга. Цензура психики, с ее критическим анализом к любой поступающей из внешнего мира информации, находится в левом полушарии, которое становится частично заблокированным в результате чрезмерной активации правого полушария.

Под заразительностью следует понимать циркулярную реакцию. Например, когда кто-то входит в помещение, где все смеются, такой человек бессознательно поддается общему веселью. Таким образом, циркулярная реакция — это взаимное заражение, и мы должны говорить, что циркулярная реакция стирает различия между индивидами в личном опыте и ролевой идентификации и уничтожает здравый смысл. А значит, в толпе актуализируются низшие и исторически примитивные пласты психики.

---

Исчезновение сознательной личности — главные черты, характеризующие толпу. Стоит какой-нибудь случайности свести этих индивидов вместе и все их поступки немедленно приобретают характер действий и поступков толпы. При этом, каковы бы ни были индивиды, составляющие толпу, каков бы ни был их образ жизни, занятия, их характер или ум, одного их превращения в толпу достаточно для того, чтобы у них образовался род коллективной души, заставляющей их чувствовать, думать и действовать совершенно иначе, чем думал бы, действовал и чувствовал каждый из них в отдельности.

При этом, заметим, практически любую толпу со временем охватывает коллективное возбуждение, в результате которого участники толпы становятся менее устойчивы к каким-либо воздействиям. И как следствие — рост безответственности, а значит и бессознательное желанию при совершении каких-либо поступков больше руководствоваться эмоциями и сиюминутными желаниями, нежели чем принципами здравого тестирования реальности.

Кроме того, повышенное эмоциональное возбуждение отдельных индивидов по цепочке захватывает толпу в целом, неким чудодейственным образом вторгаясь в ее энергетику. В результате чего и нарастает общее коллективное возбуждение в массах. А у отдельных индивидов такое коллективное возбуждение подавляет индивидуальные поведенческие механизмы и служит образованию новых, быть может, и не свойственных им раннее форм поведения, и уже как следствие — изменение привычек и требований, выдвигаемых к себе как к личности; что может свидетельствовать об общем снижении

---

порога цензуры собственной психики, а также устранении критичности в отношении информации принимаемой извне, и в целом значительно повышает подверженность данного индивида (и массы в целом) к суггестивным воздействиям (к внушению).

Другими словами, нам следует говорить о том, что у каждого человека в толпе формируется эмоциональное возбуждение вызывающее чувство безнаказанности, продиктованное, в свою очередь, принадлежностью к какой-либо общей идее. В результате, человек в толпе, словно загипнотизированный одинаковыми поступками других членов толпы, автоматически (бессознательно) совершает те же самые действия. Иной раз совершает их с маниакальным наслаждением и свойственной в таких случаях жестокостью, совершает, потому что нахождение в толпе позволяет раскрепостить сознание и сделать ранее запрещенное законом (светским или Божественным), который доселе являлся единственным сдерживающим фактором на пути приоритета низменных желаний, отделяя людей от скотов. Потому что не сознательность сдерживает большинство людей от претворения в жизнь низменных желаний (убить, насиловать, мучить, пытаться, и проч.), а страх перед последующим наказанием. Закон, большинство из нас сдерживает только закон. И чем он будет строже, когда за совершения преступлений будут уничтожать не только самих преступников, но и членов их семей вместе со всеми родственниками, друзьями и знакомыми, тем больше будут бояться преступники подобного рода деяний. Если бы легально начали продавать наркотики в стране, многие не удержались бы чтобы их хоть раз не попробовать. Хотя и до сих пор запрет на

---

наркотики условен, ибо наркодилерам дают лишь сроки тюремного заключения (и то если докажут еще способствование их деяниям аппарат власти и фискальные органы, «крышующих» такого рода деятельность против граждан своей страны). Тогда как надо уничтожать и наркодилеров и весь их род и пособников их, а также друзей и тех и других, ибо, скажи мне кто твой друг, и я скажу кто ты. Вот тогда еще можно надеяться на какое-то искоренение этого зла.

Только запрет наказания останавливает любых цивилизованных людей от деяний против Закона. Например, если бы перестали наказывать за насилие и убийства, тот час бы в любой цивилизованной стране начались массовые убийства и изнасилования. Такова уж природа психики человека. Ведь психика то, что почти в неизменном виде дошло к нам с древних времен. И это психика именно тех людей, которые когда-то распяли Христа.

В толпе всегда значительно легче устраивать безобразия. Легче устраивать погромы, беспорядки, поджоги, массовые убийства. За это никто не осудит. Ведь виновника в данном случае как бы и нет. Виновны все. А значит и никто. И зачастую, то, что возможно совершить толпой — невозможно в одиночку. А то, что делает человек в толпе – никогда бы не сделал он один, если бы находился в трезвом уме и здравой памяти. Причем в толпе каждый индивид чувствует за собой мощь толпы. И это многократно увеличивает его силы и возможности.

Цивилизация предполагает существование определенных правил, дисциплину, переход от инстинктивного к рациональному, высокую степень культуры, а это все условия, которых толпа,

---

предоставленная сама себе, никогда не могла осуществить. Благодаря своей исключительно разрушающей силе, толпа действует, как микробы, ускоряющие разложение ослабленного организма. Если здание цивилизации подточено, то всегда толпа вызывает его падение.

Толпа производит на отдельного человека впечатление неограниченной мощи и непреодолимой опасности. На мгновение она заменяет все человеческое общество, являющееся носителем авторитета, наказаний которого страшились и во имя которого себя всегда ограничивали. Опасно массе противоречить. А обезопасить себя можно, следуя окружающему тебя примеру.

Слушаясь нового авторитета, индивид может выключить свою прежнюю совесть, предавшись при этом соблазну услады, безусловно испытываемой при отбрасывании торможения. Поэтому не удивительно, когда мы наблюдаем человека, совершающего, находясь в толпе, действия, ранее казалось бы ему не свойственные, потому что у человека, находящегося в толпе, под ее влиянием происходят глубокие изменения душевной деятельности. Его эффективность чрезвычайно повышается, а интеллектуальные способности понижаются, и оба процесса происходят в направлении уравнивания себя с другими участниками толпы. Подобное возможно, потому что человек перестает тормозить свойственные ему первичные позывы и повиноваться тенденции подражания.

В итоге можно говорить, что отдельные индивиды могут вести какую-то свою, отличную от других индивидов жизнь, могут различаться в принадлежности к социальному классу, находиться на совсем различных ступеньках иерархической лестницы как в

---

условиях жизни, так и в рамках какой-либо даже одной структуры, предприятия; да и вообще, люди могут значительно отличаться друг от друга,--но все это не будет играть никакой роли, если они окажутся объединены в толпу или массу. В этом случае каждый из них уже не принадлежит себе. И перед нами в итоге предстанет некое обезличенное чудовище. Которое будет готово выполнить любое желание и волю своего вождя. Того, кто возглавит эту массу. Массу, слившуюся в своем архетипическом единстве со своими предками из первобытного строя, когда все было намного проще, и в споре побеждал исключительно тот, кто сильнее.

Можно только удивляться, что тысячи индивидов, отделенных друг от друга, могут одновременно подпадать под влияние сильных эмоций и приобретать черты толпы. Стоит какой-либо случайности свести их вместе, чтобы все их поступки немедленно приобрели характер поступков толпы.

И наконец, еще одним качеством, которое весьма активно распространяется в толпе – является внушаемость.

Дело в том, что индивид, находящийся в продолжение некоторого времени в лоне активной массы, впадает вскоре вследствие излучений, исходившей от нее в особое состояние, весьма близкое к зачарованности, овладевающей загипнотизированным под влиянием гипнотизера. В этом случае, в понятии внушения содержится элемент непосредственности воздействия. И независимо, будет ли внушение производиться посторонним лицом при посредстве слова или такое внушение будет производиться при посредстве какого-либо впечатления, все равно, словесное это или какое-то иное внушение, везде такое внушение влияет не путем логического убеждения, а

---

непосредственно воздействует на психику без соответствующей ее переработки (без анализа сознанием), благодаря чему происходит, как говорят агрономы, прививание идеи, чувства, эмоции или того или иного психофизического состояния.

И это важно понимать. Потому что внушение проходит сквозь сознание и воздействует сразу на чувства. Подобное весьма распространено в толпе, когда внушение, которое возбуждает у отдельных членов толпы одни и те же чувства, поддерживает одно и то же настроение, укрепляет объединяющую их мысль и поднимает активность отдельных членов до необычайной степени. Благодаря этому взаимовнушению отдельные члены толпы как бы наэлектризовываются, и те чувства, которые испытывают, нарастают до необычайной степени напряжения, делая толпу могучим существом, сила которого растет пропорционально возвышению чувств отдельных ее членов.

В массе сила внушения берет перевес над убеждением и волей и приводит к событиям, свершить которые ранее воля и сознание долга были бы не в состоянии. Таким образом, внушение это слепая сила. Вот почему путем внушения народные массы могут быть направляемы как к великим историческим подвигам, так и к самым жестоким и безнравственным поступкам. Поэтому организованные толпы, как известно, нередко проявляют свою деятельность далеко не соответственно тем целям, во имя которых они сформировались. Достаточно, чтобы кто-нибудь возбудил в толпе низменные инстинкты, и толпа, объединившаяся благодаря возвышенным целям, становится в полном смысле слова зверем, жестокость которого может превзойти всякое вероятие.



---

Поэтому в руках блестящих ораторов имеется та сила, которая может объединять народные массы для одной общей цели и которая способна привести к событиям, которые могут изменить ход истории.

Рассматривая вопрос проявлений агрессивности в толпе, можно выделить такие варианты агрессивного поведения толпы, как экспрессивная, импульсивная, аффективная, враждебная и инструментальная агрессия.

Экспрессивная агрессия -- это агрессивное поведение, главной целью которого является обозначить свои потенциально агрессивные намерения и запугать оппонентов. Примеры подобных действий — ритуальные танцы, военные парады, или факельные шествия (вспомним фашистскую Германию).

Импульсивная агрессия — агрессивное поведение, спровоцированное каким-либо внезапно возникающим фактором, и достаточно быстро проходящее. Такая агрессия может носить импульсный характер, возникая как бы волнами, в виде своеобразных приливов и отливов агрессивного поведения.

Аффективная агрессия — агрессия толпы в данном случае носит временный характер. Это особое состояние, требующее немедленных жертв и разрушений. Как правило, жертвы в таких случаях превосходят достигаемые результаты.

Враждебная агрессия — характеризуется целенаправленно-осознанным намерением нанесения вреда другому.

Инструментальная агрессия — одна из форм организованной агрессии, где цель действия субъекта нейтральна, а агрессия используется как одно из средств ее достижения.

---

Говоря о преобразованиях, которые психика индивида приобретает в толпе, выделяют следующие характеристики:

1) повышение эмоциональности восприятия всего, что он видит и слышит;

2) снижение способности рациональной переработки воспринимаемой информации;

3) усиление внушаемости и уменьшение критичности по отношению к себе;

4) подавление массой чувства ответственности за поведение индивида;

5) появление чувства своей силы;

6) возникновение ощущения анонимности и безнаказанности своих действий.

Рассматривая вопросы объединения отдельных индивидов в массу, следует обратить внимание на такую особенность поведения в массах, как бессознательную подчиненность общим идеям, и, что самое главное, желание претворять в жизнь такие идеи, если они помимо прочего исходят от лидера, вождя. При этом следует говорить также о стремлении массы добиться расположения вождя, руководителя массы, его благодарности и одобрения поступкам. Даже можно сказать, что какие-либо поступки массы как раз совершаются и ради такого одобрения, и, в первую очередь, в результате соответствующего приказа вождя.

Кстати, называя руководителя массы вождем, мы считаем, что это слово наиболее подходит тем взаимоотношениям между толпой и их лидером. В таких отношениях действительно в большей мере превалирует именно слепое подчинение, и огромное желание исполнить волю вождя. При этом массовый

---

героизм в этом случае помимо других факторов основывается еще и на том свойстве человеческой психики, что при объединении в массу у разрозненных прежде индивидов исчезает страх. В том числе и страх перед какими-либо последствиями. Кроме того сила каждого индивида значительно увеличивается. И бессознательно появляется ощущение, что не только все — как один, но и один — как все. Каждый индивид, находясь в подобной толпе (массе), ощущает в себе силу других. В том и сила массы, что любой индивид не воспринимает себя разрозненно, а исключительно в единении с остальными. А вместе, как говорится, ничего не страшно.

Говоря о вождях массы, можно предположить, что в ряде случаев масса сама находит себе лидеров, выталкивая их из своей среды. Но, несмотря на то, что такая потребность массы идет навстречу вождю, он все же должен соответствовать этой потребности своими личными качествами. И сам вождь должен быть сам захвачен глубокой верой в идею, чтобы пробудить эту веру в массе, которую безвольная масса должна перенять у лидера, т.е. вождя.

Также заметим, что таким лидером редко становится мыслитель, потому как мысли рождают сомнения, а сомневаться перед толпой — для подчинения толпы — нельзя. Толпа понимает только силу и власть. Силу разума и убеждения. Авторитетность и нетерпимость представляют собой такие определенные чувства, которые легко понимаются и усваиваются толпой и так же легко применяются ею на практике, как только они будут ей навязаны. Массы уважают только силу, и доброта их мало трогает, так как они смотрят на нее как на одну из форм слабости. Симпатии

---

толпы всегда были на стороне тиранов, подчиняющих ее себе (вспомним Гитлера). Толпе знакомы только простые и крайние чувства; всякое мнение, идею или верование, внушенные ей, толпа принимает или отвергает целиком и относится к ним или как к абсолютным истинам, или же как к столь же абсолютным заблуждениям.

Желательно также вождям (лидерам массы) дистанцироваться от массы, не показывать не только свои слабости, но и все то, что может быть расценено как слабости. При этом необходимо возвести вокруг себя некий ореол. Вещи, которые одевает вождь, или средства передвижения его, должны быть иными, чем у большинства представителей толпы, потому что толпа должна чувствовать, что вождь отличается от нее. И отличается не только своим разумом (толпа инстинктивно, т.е. бессознательно, наделяет вождей порой сверхъестественным разумом), но и что немаловажно — внешним видом. И даже если вождь ездит на том же транспорте, как и некоторые из представителей массы, она, масса, не должна видеть что этот так.

При этом важно обратить внимание, что в иных случаях вождь может представлять собой некую невротическую фигуру (А.Гитлер, Б.Муссолини), или наоборот — спокойного и расчетливого в своих действиях вождя (И.Сталин, В.Путин). Но и в том и в другом случае вождь должен быть исключительно уверен в своих действиях. И проявлять заботу, прежде всего, о людях. А в случае, если произойдут какие-то сбои — тут же найти виновных, и наказать тех; лучше всего прилюдно.

---

Кроме того, вожди должны создать в массах веру, все равно какую: религиозную, политическую, социальную, или веру в какое-нибудь дело, человека или идею.

Управление массами строится вождями различными способами. Например, когда это необходимо — внушением и повторением простых истин. Оратор, желающий увлечь толпу, должен злоупотреблять сильными выражениями. Преувеличивать, утверждать, повторять и никогда не пробовать доказывать что-нибудь рассуждениями. Толпа желает видеть в своих героях такое же преувеличение чувств; их кажущиеся качества и добродетели всегда должны быть увеличены в размерах.

Одной из форм внушения можно считать личный пример. Например, когда бывает нужно на мгновение увлечь толпу и заставить ее совершить какой-нибудь акт. Когда же есть время, вожди действуют осторожнее, методично и уверено вдалбливая в сознание масс какие-либо установки посредством утверждения и повторения. Простое утверждение, не подкрепляемое никакими рассуждениями и никакими доказательствами, служит одним из самых верных средств для того, чтобы заставить какую-нибудь идею проникнуть в душу толпы. Чем более кратко утверждение, чем более оно лишено какой бы то ни было доказательности, тем более оно оказывает влияние на толпу.

Также стоит отметить такую эффективную категорию подчинения масс, как заразительность в толпе, или подражание. Человек так же, как и животное, склонен к подражанию. Именно эта потребность и обуславливает могущественное влияние моды. Управляют толпой не при помощи аргументов, а лишь при помощи образцов. Во всякую эпоху существует небольшое число

---

индивидов, внушающих толпе свои действия, и бессознательная масса им подражает.

Однако обращаем внимание, что масса завораживает любого индивида, но не всех может подчинить. Правда, не подчиниться толпе можно одним способом — выйти из ее состава. В другом случае, общая индуцированность, разраставшаяся в массе, приведет к тому, что все индивиды в итоге окажутся подчинены единой идее.

Таким образом мы можем заключить, что с позиции прикладного психоанализа толпу можно сравнить с первобытной ордой. Она импульсивна, изменчива, возбудима. Ею всегда руководит бессознательное. Импульсы, которым повинуются толпа, могут быть, смотря по обстоятельствам, благородными и жестокими, героическими или трусливыми. Толпа не выносит отсрочки между желанием и осуществлением желаемого. Она чувствует себя всемогущей, у индивида в массе исчезает понятие невозможного. Масса легковерна и чрезвычайно легко поддается влиянию, она не критична, неправдоподобного для нее не существует. Она думает образами. Чувства массы всегда просты и гиперболичны. Она не знает ни сомнений, ни неуверенности. Масса немедленно доходит до крайности, высказанное подозрение сразу же превращается в уверенность, зерно антипатии — в дикую ненависть. Тот, кто хочет влиять на массу, не нуждается в логической проверке своей аргументации, а должен все описать ярчайшими красками, преувеличивать и всегда повторять то же самое. Толпа уважает силу и от своего героя требует силы и даже насилия.

---

Все перечисленное служит одним из доказательств того, что в наибольшей степени масса более охотно подчиняется фанатику, или же лидеру, с ярко выраженными харизматическими качествами. Также нам следует говорить, что в большинстве случаев у тех, кто стал участником массы, толпы, уже нет возможности (или подобная сведена на нет) противиться деяниям толпы. А значит такой индивид, став частью толпы, должен непременно подчиняться и ее законам, законам толпы. А какая-либо индивидуальность в данном случае не только неуместна, но и фактически бесполезна. Да и сам индивид, попадая в толпу — меняется, словно бы вынужденно подстраиваясь под нее и подчиняясь ее законам.

Таким образом мы можем заметить, что, попадая в толпу, любой индивид вынужденно (бессознательно) меняет свои привычки, желания, наклонности, становившись частью толпы. Появление новых черт, характерных для толпы и не встречающихся у отдельных индивидов, входящих в ее состав, обуславливается различными причинами. Основная из них заключается в том, что человек приобретает в толпе, благодаря численности толпы, сознание непреодолимой силы. Потому-то он и может дать волю удовлетворению тех инстинктов, которые тщательно скрывает, когда пребывает на обществе в одиночестве.

В наше время, с развитостью средств массовой коммуникации, мы можем предположить, что воздействовать на массы в какой-то мере стало легче, особенно если учитывать фактор всеохватываемости, управления гораздо большим количеством индивидов, прежде всего, путем программирования их сознания методами средств массовой коммуникации,

---

информации и пропаганды. Причем с развитием современных СМИ, а также появлении большого количества эмпирических фактов результативности психотерапевтических методик в воздействии на массы, появляется возможность говорить о возможности воздействовать на психическое сознание масс с целью формирования масс в искусственные толпы. (Примеры т.н. бархатно-оранжевых республик в бывших советских республиках, в которых в результате полит. технологий и методик манипулирования массовым сознанием удалось свергнуть законное правительство.)

И при этом также следует говорить о том, что управляются массы (в том числе и на уровне бессознательного влияния), когда сначала провоцируется та или иная невротическая зависимость в массе (страх, невроз, волнение, беспокойство, депрессия, и т.п.), а позже лидер массы (вождь толпы) снимает подобную зависимость, освобождая каждого отдельного индивида массы от симптоматики невроза; и подобное становится возможным в результате тех эффектов, которые разрастаются в любой сосредоточенной массе как снежный ком, охватывая психическое сознание участников подобного массообразования, потому как мы хорошо помним, что в толпе всегда исчезают любые страхи и сомнения, которые если и могут оставаться в психике индивида, то только в случае, если он выйдет из толпы, отделится от нее. Но для этого нужно желать стать личностью. Что для подавляющего большинства участников толпы попросту невозможно. Причем какая-либо невротическая зависимость (инициированная определенного рода установкам со стороны манипуляторов) также легко исчезает и вследствие выполнения массой (толпой) команды вождя, олицетворяющегося



---

в психике с архаичным отцом, сохранившимся в коллективном бессознательном каждого индивида.

Кроме того, представитель массы бессознательно идентифицирует вождя массы и со своим отцом, и значит и с собой. Это помогает выполнять приказы вождя, не сомневаясь как в необходимости их, так и в легитимности власти человека (вождя) отдающего такой приказ. Т.е. отсутствует принцип критичности, который не примерим в отношении своего отца. Подобная установка простирается в плоскости бессознательного психики, и в той или иной мере ей подвержен каждый индивид. Причем, если такой индивид пребывает в толпе, то в этом случае на его психику оказывает дополнительное влияние архетипические установки коллективного бессознательного, которые усиливают желание некритичного отношения к действительности и желания всецелого подчинения лидеру массу — вождю.

Таким образом, сравнивая вождя массы и архаичного отца, необходимо отметить, что в психике существует две психологии: психология массовых индивидов и психология отца как вождя. При этом, если отдельные индивиды массы были связаны, - отец первобытной орды был свободен. Его интеллект были независим, а его воля не нуждалась в подтверждении волей других. На заре истории человечества он был сверхчеловеком. До сих пор индивиды, пребывающие в массе, нуждаются в иллюзии, что все они равным и справедливым образом любимы вождем. Сам же вождь никого любить не обязан (вспомним Сталина). Вождь имеет право быть уверенным в себе и самостоятельным.

---

В итоге, первобытная орда относится к организации, посредством которой искусственная масса держится в руках. И этим средством является иллюзия, будто вождь любит каждого равным и справедливым образом. Это и есть идеалистическая переработка условий первобытной орды, где все сыновья одинаково боялись отца. Поэтому, идентифицируя вождя массы с отцом (как с архаичным, так и с собственным), каждый представитель массы, толпы, бессознательно готов выполнить любой приказ вождя, только лишь для того, чтобы заслужить его уважение, или хотя бы одобрение собственному поступку. Вспомним из истории, какое влияние на массы оказывал тот факт, что какой-нибудь из крупных военачальников лично награждал отличившихся бойцов орденами и медалями.

Таким образом, пребывая в толпе, отдельный индивид стремится отождествиться с вождем, в котором воплощается его массовый идеал. Поэтому вождю массы всегда легче управлять массой и толпой, чем разрозненными индивидами. Достаточно только производить впечатление силы и могущества, причем действие не обязательно должно распространяться на всех индивидов в массе. Используя принцип внушения, распространенный в массе, другие индивиды уже вполне могут индуцироваться (заразиться) от тех, кто попал под воздействия вождя, слившись с его образом, и тем самым, получая от него силу и исчезновение от собственного страха. Высвобождение иррациональных сил толкает к тому, что вождь становится решением проблемы существования масс. Поэтому любая партия или любое движение рано или поздно обзаведется каким-нибудь лидером, живым или умершим.

---

Средства массовой информации, вследствие тех эмоций, которыми переполняется толпа при виде какой-нибудь поп-звезды или политического деятеля, делают нас участниками и современниками всех этих восторгов. Идолопоклонство перестало быть экзотикой. Народ легко переносится от желания свободы к жесткому подчинению власти одного человека, лидера, вождя. Причем, массы находят удовольствие в своем подчинении.

Тесная связь массы с вождем наблюдается также потому, что вождь, лидер, просто и наглядно предлагает толпам ответы на их вопросы. Интуитивно они хватаются за него, как за абсолютную истину, дар нового мира, обещание новой жизни. Сказав «да» вождю, масса легко меняет веру и преобразается. Эмоциональная энергия бросает ее вперед и придает ей как мужества переносить страдания, так и бесчувственности, необходимой для совершения насилия. Энергию, которую массы черпают в своих грезах и иллюзиях, лидеры используют, чтобы нажимать на рычаги управления государством и вести множество людей к любым целям.

Рассмотрим типы толпы.

Окказиональная толпа — случайная толпа, собравшаяся, например, посмотреть на какое-либо происшествие.

Конвенциональная толпа — заранее обусловленное каким-либо событием скопление людей (например, концерт, или боксерский матч).

Экспрессивная толпа — толпа, члены которой ритмично выражают одну эмоцию (например, радость, возмущение и т.п., проявляющиеся на митингах, футбольных трибунах и проч.

---

Экстатическая толпа — толпа, доводящая себя до экстаза выполнением каких-либо действий (например, шаманские пляски и проч.)

Действующая толпа — наиболее опасный вид коллективного поведения, который подразделяется на несколько подвидов: агрессивная толпа (доминанта — агрессия), паническая (доминанта — паника), стяжательная (доминанта — жадность), повстанческая толпа (подобная толпа по ряду признаков сходна с агрессивной (преобладает чувство злости), но отличается от нее социально справедливым характером возмущения. Пример - восстание на броненосце «Потемкин»).

Кроме того, толпы делятся на активные и пассивные.

Одним из видов активной толпы является агрессивная толпа. Это толпа, которая вымещает свою внутреннюю (бессознательную) злобу (агрессию) на внешнем объекте. Также различают спасающуюся толпу, паническую, стяжательную (массовый грабёж) и демонстрирующую (демонстрация, протест). Причем спасающаяся толпа превращается в паническую, если доступ людей к средствам и способам спасения оказывается неопределенным или ограниченным.

Рассматривая вопрос об условиях возникновения толпы, следует выделить два типа таких условий: долговременного и ситуативного характера. Например, экономические, социальные, политические и другие факторы, которые создают высокий уровень напряженности в обществе, нагнетают чувства беспомощности и отчаяния. В условиях тоталитарного режима эти чувства не могут найти выхода в форме массовых и насильственных действий и поэтому трансформируются в

---

состояние общественной апатии, чтобы при первой же возможности привести к ситуации социального взрыва.

Существуют также и естественные причины образования масс. Например:

- стихийные бедствия (землетрясения, наводнения, пожары),
- общественный транспорт и транспортные узлы (вокзалы, метро и т. д.),
- массовые зрелища (спортивные матчи, эстрадные концерты и т. п.),
- политические акции (митинги, демонстрации, политические выборы, забастовки и другие акции протеста),
- места массового отдыха (стадионы, площади и улицы городов и т.д.) и др.

Рассмотрим основные характеристики поведение индивида в толпе:

— У человека усиливается зависимость от толпы, и снижаются функции самоконтроля.

— Попадая в толпу, человек легко утрачивает свою индивидуальность. Становится «как все».

— Снижение интеллектуального уровня отдельного индивида при попадании в толпу.

— Информация в толпе подвергается постоянному искажению, распространяясь по коммуникативным контактам внутри толпы, от одного индивида другому. Каждый участник толпы бессознательно стремится адаптировать подобную информацию «под себя». Вследствие этого наблюдается резкое искажение информации и отличие ее от первоначальной.

---

— Человек в толпе способен поверить в самую необычную информацию или заведомо невыполнимые обещания, а также следовать абсолютно абсурдным лозунгам и т. п.

— В толпе человек может проявить такие физические и психологические качества, которые становятся ему недоступными вне толпы, например: поднять что-то тяжелое, сломать прочное, быстро бежать, высоко прыгнуть и т. п.

— Находясь в толпе человек способен на нетипичные для него формы поведения, порой заметно отличающиеся от того его психоэмоционального состояния, когда он находится наедине с собой или вне толпы.

Следует обратить внимание на такую особенность, как управление толпой (массами). Можно предположить, что если существует какая-либо толпа (масса), то рано или поздно найдется кто-то, кто захочет такую массу подчинить. Причем подчинить, зачастую, для реализации собственных интересов (идей).

Если попытаться спектрально рассмотреть толпу, то заметим, что толпа имеет ядро и более разрозненно на периферии. При этом следует обратить внимание, что воздействие на толпу может быть различным. Например, можно воздействовать на периферию, и тогда начнет играть роль такой механизм психики масс как заражение (циркулярная реакция), появляющееся в том, что если кто-то, находясь в толпе, начнет выполнять какие-либо действия (особенно если это будет не один человек, а несколько), то через время остальные подхватят, и в этом случае толпа переключит свое внимание с недавнего объекта — на новый.

В то же время возможно и сразу воздействовать на центр толпы (на ядро), например через агентов, внедрившихся в толпу.

---

Кроме того, иной раз, если ситуация начнет выходить из под контроля, рекомендуется жертвовать чем-то малым для того, чтобы спасти целое. Например, если толпа идет убивать каких-то людей (устраивая массовые погромы), то в этом случае вполне окажется желательным переключить внимание толпы на какой-либо попавшийся на пути крупный и пустой супермаркет, начав громить который толпа успокоится, переключившись на удовлетворение такого архаичного инстинкта в психике индивида как жажда обогащения.

В истории известен пример, когда в конце 60-х годов 20 века в Турции была запрещена коммунистическая партия, она находилась на полулегальном положении, вызывая сильную неприязнь у разного рода религиозных фанатиков. При очередном всплеске антикоммунистической истерии, толпа фанатиков, под барабанный бой и с криками «Аллах акбар!» бросилась на штурм здания, в котором располагался партийный комитет. Завязался бой с применением камней и «коктейлей Молотова» (бутылок с зажигательной смесью). В разгар боя мимо по улице турецкого города неожиданно прошли четыре полубогаженные американские блондинки. В итоге толпа фанатиков забыла зачем шла и удалилась вслед за девушками, во все глаза рассматривая их прелести.

Помимо прочего, толпа подчиняется ритму. Если толпа поймалась на ритм, ее можно удерживать в подобном состоянии пока продолжается музыка.

Впрочем, о воздействии музыки (ритма) на массовое психическое сознание знали давно, поэтому те же самые оркестры во время шествия военных парадов — ничто иное как подчинение

---

психики масс единому ритму, с помощью которого становится возможно этими массами управлять.

Здесь также следует, на наш взгляд, вспомнить и о методе психического устрашения, который использовался во времена Гражданской войны, когда белогвардейские офицеры (чуть ли не в полной армейской выправке и не делая ни единого выстрела) шли ровными колоннами на пули красноармейцев, сея в рядах тех панику.

Можно также выделить четыре основные черты массы:

1. Масса хочет постоянно расти.
2. Внутри массы господствует равенство.
3. Масса любит плотность.
4. Массе нужно направление.

Кроме того обратим внимание на такую характеристику массы, как разрядка.

Под разрядкой следует понимать такое состояние, когда индивиды, находящиеся в массу, отбрасывают все различия, отделяющие их друг от друга в обычной жизни, и в массе становятся все как один. С равными условиями и правами. Тогда как в обычной жизни, вне массы, люди отличаются друг от друга по своим должностным, социальным, имущественным и прочим различиям. Человек, занимающий определенное место чувствует себя вправе никого к себе близко не подпускать. Его жизнь основана на чувстве дистанции: дом, которым он владеет и в котором запирается, должность, которую он занимает, положение, к которому он стремится, все служит тому, чтобы укрепить и увеличить расстояние между ним и другим. Освободиться от этого сознания дистанции можно лишь сообща. Именно это и



---

происходит в массе. Разрядка позволяет отбросить все различия и почувствовать себя равными. В тесноте между людьми уже нет расстояния, каждый ощущает другого как самого себя, и испытывает от этого огромное облегчение. Ради этого мгновения люди иной раз и соединяются в массу.

Рассматривая факторы противодействия толпе, можно привести наличие такого способа, как исключение анонимности. Эффективность данного приема основывается на том факте, что в толпе любой индивид безличностен. Поэтому если какими-либо способами вычертить его индивидуальность (например, записью ФИО в результате проверки паспорта, или фотографированием на камеру), то в этом случае подобный индивид способен не реагировать на индуцированность (индукция = заражение) толпы, а значит таким способом, направленным на очерчивание зачинщиков, возможно привести толпу к распаду. Например, на крышах домов размещаются хорошо заметные камеры и высылаются мобильные группы телерепортеров.

Примеры использования суггестивных методик манипулирования над большими группами (массами) наряду со своей достаточной встречаемостью, показывает нам также и допустимость подобного воздействия, и эффективность его. Притом что у индивидов, собравшихся в какую-либо массу, уже фактически нет способа избежать манипулирования над собой, потому как, находясь в толпе, в массе, индивиды невольно уже вынуждены подчиняться т. н. эффектам толпы. И какая-либо индивидуальность в данном случае не только неуместна, но и фактически бесполезна. Да и сам индивид, попадая в толпу — меняется, словно бы вынужденно подстраиваясь под нее и

---

подчиняясь ее законам, потому что мы уже замечали, что каковы бы ни были по своему интеллектуальному уровню индивиды, составляющие толпу, одного их превращения в толпу достаточно для того, чтобы у них образовался род коллективной души, заставляющей их чувствовать, думать и действовать совершенно иначе, чем думал бы действовал и чувствовал каждый из них в отдельности.

Для создания толпы необходим только повод. И тогда будет соблюдено одно из главных условий формирования толпы — накал социального беспокойства. Вожди массы и провокаторы, сознательно создавая у представителей толпы бессознательное чувство вины, страх, иные формы симптоматики невроза, формируют невротические установки, снятие которых становится возможно при выполнении условий, выдвигаемых вождем (манипулятором). Причем в толпе невроз отдельных индивидов передается друг другу посредством нарастания коллективного возбуждения, и запускается механизм манипуляций над ней: решения задач и выполнение требований поставленных манипулятором. Далее, уже как бы происходит какое-либо волнующее массу событие. Это событие приковывает внимание толпы. Тем самым вызывает у толпы некий интерес. А удовлетворение интереса вследствие поглощенности событием склоняет как отдельного индивида в частности, так и толпу в целом — к утрате части своего самоконтроля. А значит в итоге приводит к подчинению манипуляторам. Потому что, чем больше человека заводят эмоции, тем больше человек втягивается. Проявляя, фактически, способности к подчинению.

---

В результате получается, что толчея — порождает коллективное возбуждение. А коллективное возбуждение способствует тому, что индивиды становятся менее устойчивы к воздействиям на их психику со стороны власти (манипуляторов от власти), и в своих поступках больше руководствуются эмоциями и сиюминутными желаниями, нежели чем принципами здравого тестирования реальности (т.е. правое, животное, полушарие возобладает над левым, логическим).

Далее повышенное эмоциональное возбуждение отдельных индивидов по цепочке захватывает толпу в целом, вторгаясь в ее энергетику. В результате чего в массах нарастает общее коллективное возбуждение. У отдельных индивидов такое коллективное возбуждение подавляет индивидуальные поведенческие механизмы и служит образованию новых, быть может, и не свойственных им раннее форм поведения, приводит к изменению привычек, и т. п., — что говорит об общем снижении порога цензуры собственной психики и устранении критичности в отношении информации принимаемой извне, и в целом значительно повышает подверженность данного индивида (и массы в целом) к суггестивным воздействиям (к внушению).

Рассматривая способы подчинения толпы, мы говорим о том, что у каждого индивида в толпе фактически формируется эмоциональное возбуждение, вызывающее чувство безнаказанности, продиктованное в свою очередь принадлежностью к какой-либо общей идее. Заметим также, что какая-либо толчея уже рождает первичный транс. А индивидам (или группой) находящимся в измененном состоянии сознания значительно легче управлять, прежде всего потому, что снижается

---

порог критичности. И получаемая извне информация, фактически минуя цензуру психики, проходит сразу в сознание.

Когда мы говорим о манипулировании массами, то имеем в виду возможность подобного, основанную на таких эффектах толпы как заразительность, повышенная внушаемость, бескомпромиссность, фактическая безвластность. Внушение в толпе становится заразительным и как бы ни была нейтральна толпа, она все-таки находится в состоянии выжидательного внимания, которое облегчает любое внушение. При этом внушение (когда поступает команда от лидера-манипулятора) тотчас же передается вследствие заразительности всем другим участникам толпы, после чего возникает соответствующая готовность выполнять волю вождя (лидера массы).

У лиц, находящихся под влиянием внушения, идея, овладевшая умом, стремится выразиться в действии. Такая толпа легко любое действие, потому что все будет зависеть от природы возбудителя, а не от тех отношений, которые у изолированного индивида существуют между внушенным актом и интеллектом, противодействующим выполнению воли лидера массы.

Толпа, подчиненная бессознательным инстинктам, легко следует внушениям и, давая волю чувствам, не подчиняется влиянию рассудка.

Невероятное для толпы не существует, и это надо помнить, так как этим объясняется та необычная легкость, с которой создаются и распространяются легенды и самые неправдоподобные рассказы.

При этом следует учитывать повышенную агрессивность толпы. Соответствующую агрессию толпы можно использовать в

---

направлении, например, социальных изменений. Такие убеждения принимают специальную форму, которую можно определить как религиозное чувство. Это чувство характеризуется очень просто: обожание предполагаемого верховного существа, боязнь приписываемой ему магической силы, слепое подчинение его велениям, невозможность оспаривать его догматы, желание распространять их, стремление смотреть как на врагов на всех тех, кто не признает их и т.п. Относится ли это чувство к Богу, к каменному или деревянному идолу, или к герою, к политической идее, по сути не имеет значения, ведь сверхъестественное и чудесное встречаются в таком чувстве в одинаковой степени. Толпа бессознательно награждает таинственной силой политическую формулу или победоносного вождя, возбуждающего в данный момент ее фанатизм.

В вопросе манипулирования массами следует учитывать и такое обстоятельство, как уважение со стороны толпы к силе и авторитету. Причем, толпа обладает незаурядным воображением. А истинным источником мотивации толпы являются чувства. Поэтому применяемая какая-либо рациональная аргументация на толпу не действует; и т. к. рассуждения толпы основываются на свободных ассоциациях, то и возможный лидер толпы должен мыслить исключительно образами, и помимо применения трех методов воздействия — убеждения, повторения и суггестии (внушения), — использовать исключительную внутреннюю убежденность в собственной правоте.

Говоря о суггестивных механизмах в толпе, следует обратить внимание, что становятся возможны они в результате разрушения личностной структуры индивида и подчинении его

---

общей идее толпы, в результате которой внушение, собственно, и становится возможно.

Резюмируя психологию поведения индивида в толпе, мы можем заметить, что в поведении индивида в массе характерно следующее:

- сознательная личность совершенно утеряна;
- воля и способность различения отсутствуют;
- все чувства и мысли ориентированы в направлении, указанным вождем.

Законы толпы будут характеризоваться следующими позициями:

- толпа спонтанна и живет только настоящим;
- толпа непостоянна, безответственна, и легко подвергается различного рода внушениям;
- не имея каких-либо традиций, толпа руководствуется сиюминутными желаниями, и действует на основании единого порыва, направляющего ее.

Несмотря на то, что толпа является неким сосредоточением индивидов в одном месте, толпа не всегда отличается приверженностью каких-либо идей. Хотя и в случае последнего, данная толпа уже, большей частью, походит на единую, сплоченную массу, силу и возможности которой возможно использовать для претворения манипуляторами в жизнь любых идей и задач (от митингов до восстания и изменения руководства любым объектом, от завода до страны).

При этом толпа действительно до удивления легко отзывается на какие-либо манипуляции. Причем, заметим, толпа уже изначально предрасположена к этим манипуляциям

---

вследствие того, что по своему интеллектуальному значению, собрание в одном месте даже высокоинтеллектуальных индивидов (сформированных в толпу) намного ближе к психике древних людей. Решения, касающиеся общих интересов, принятые собранием даже знаменитых людей в области разных специальностей, мало отличаются от решений, принятых собранием глупцов, так как и в том и в другом случае соединяются не какие-нибудь выдающиеся качества, а только заурядные, встречающиеся у всех. В толпе может происходить накопление только глупости, а не ума. Становится возможно это благодаря тому, что в толпе удивительно легко исчезает наносной пласт, сформированный культурой и цивилизацией. В результате чего толпа руководствуется собственным бессознательным. А в бессознательном любого индивида, как известно, независимо от количества веков минувших со времен первобытнообщинного строя, живет три основных желания древнего человека: убить, съесть, изнасиловать.

При этом, как мы выяснили, индивиды, объединенные в массу, достаточно свободно пользуются собственной ненаказуемостью вследствие достаточно сложного выявления фактически совершивших тот или иной проступок. В данном случае вполне допустимо, что виновны все и никто. При этом мы можем предположить, что такая реакция индивидов, заключенных в массу, вполне может свидетельствовать и о наличии некоего социального протеста, вызванного, как мы уже замечали ранее, влиянием цивилизации, культуры, сила которой держится на законах, а значит и на наказании преступивших закон. Тогда как отдельные деструктивные элементы собираются вместе. они уже

---

ведут себя так, как говорит их бессознательное, т.е. первобытные инстинкты.

Напомним для закрепления понимания массы, толпы.

Масса напоминает вновь ожившую первобытную орду. Так же как в каждом отдельном индивидуе первобытный человек фактически сохранился, так и из любой человеческой толпы может снова возникнуть первобытная орда; поскольку массообразование обычно владеет умами людей, мы в нем узнаем продолжение первобытной орды. Мы должны сделать вывод, что психология массы является древнейшей психологией человечества; все, что мы изолировали как психологию индивидуальности, — выделилось из древней массовой психологии. Поэтому в толпе индивид способен жить по принципу несдерживаемого желания — будучи уверенным в собственной безнаказанности. И даже можно сказать, что именно эта безнаказанность, порождая новую безнаказанность, сподвигает его на совершение все новых и новых деяний. Тех, за которые в иных случаях он бы понес заслуженное наказание.

Появление новых черт, характерных для толпы, и притом не встречающихся у отдельных индивидов, входящих в ее состав, обуславливается различными причинами. Первая из них заключается в том, что индивид в толпе приобретает, благодаря только численности, сознание непреодолимой силы, и это сознание позволяет ему поддаваться таким инстинктам, которым он никогда не дает волю, когда бывает один. В толпе же он менее склонен обуздывать эти инстинкты, потому что толпа анонимна и не несет на себе ответственности. Чувство ответственности, сдерживающее всегда отдельных индивидов, совершенно исчезает



---

в толпе. Вторая причина — заразительность — также способствует образованию в толпе специальных свойств и определяет их направление. Заразительность представляет собой такое явление, которое легко указать, но не объяснить; ее надо причислить к разряду гипнотических явлений. В толпе всякое чувство, всякое действие заразительно, и притом в такой степени, что индивид очень легко приносит в жертву свои личные интересы интересу коллективному. Подобное поведение, однако, противоречит человеческой природе, и потому человек способен на него лишь тогда, когда он составляет частицу толпы. Третья причина, и притом самая главная, — это восприимчивость к внушению; заразительность служит лишь следствием этой восприимчивости. Чтобы понять это явление, следует вспомнить законы физиологии. Посредством внушения можно привести индивида в такое состояние, когда у него исчезает сознательная личность, и он подчиняется всем внушениям лица, заставившего его прийти в это состояние, совершая по его приказанию поступки, часто совершенно противоречащие его личному характеру и привычкам. К сожалению, индивид, пробыв несколько времени среди действующей толпы, приходит в такое состояние, которое очень напоминает состояние загипнотизированного человека. Сознательная личность у такого человека исчезает, а воля, рассудок, и все чувства и мысли становятся подвластны воле гипнотизера.

Такое приблизительно состояние индивида, принадлежащего к психологической массе. Он больше не осознает своих действий. Под влиянием внушения он готов приступит к

---

выполнению заданных вождем действий. Причем, сила внушения значительно возрастает при нахождении индивидов вместе.

Таким образом, сила внушения берет перевес над убеждением и волей и приводит к событиям, свершить которые воля и сознание долга были бы не в состоянии. Но в отличие от последних внушение есть сила слепая, лишенная тех нравственных начал, которыми руководствуются воля и сознание долга. Вот почему путем внушения народные массы могут быть направляемы как к великим историческим подвигам, так и к самым жестоким и даже безнравственным поступкам. Поэтому-то и организованные толпы, как известно, нередко проявляют свою деятельность далеко не соответственно тем целям, во имя которых они сформировались. Достаточно, чтобы кто-нибудь возбудил в толпе низменные инстинкты, и толпа, объединившаяся благодаря возвышенным целям, становится в полном смысле слова зверем, жестокость которого может превзойти всякое вероятие. Иногда достаточно одного брошенного слова, одной мысли или даже одного мановения руки, чтобы толпа разразилась рефлексивно жесточайшим злодеянием, перед которым бледнеют все ужасы преступников. Толпа внушаема, заразительна, подчинена стремлению к обезличиванию, исчезновению индивидуального, личного сознания и подчинению своего сознания к коллективному бессознательному толпы.

К сожалению, масса импульсивна, изменчива и возбуждима. Ею руководит бессознательное. Импульсы, которым повинуются толпа, могут быть, смотря по обстоятельствам, — благородными или жестокими, героическими или трусливыми. Толпа не выносит отсрочки между желанием и осуществлением желаемого. Она

---

чувствует себя всемогущей, у индивида в массе исчезает понятие невозможного. Масса легковерна и чрезвычайно легко поддается влиянию, она не критична, неправдоподобного для нее не существует. Она думает образами. Чувства массы всегда весьма просты и весьма гиперболжны. Она не знает ни сомнений, ни неуверенности. Масса немедленно доходит до крайности, высказанное подозрение сразу же превращается в уверенность, зерно антипатии — в дикую ненависть. Тот, кто хочет влиять на массу, не нуждается в логической проверке своей аргументации, ему подобает живописать ярчайшими красками, преувеличивать и всегда повторять то же самое, потому что масса уважает силу и требует от своего лидера силы, даже насилия. При этом масса легко подпадает под магическую власть слов. И это в какой-то мере может свидетельствовать о том, что толпой в большинстве случаев будет управлять не просто лидер, а фанатик.

Таким образом, из вышесказанного мы должны понимать, что в толпе, массе, происходит проявление таких качеств, как исчезновение сознательной личности, преобладание личности бессознательной, одинаковое направление чувств и идей, определяемое внушением, и стремление превратить немедленно в действия внушенные идеи. Попадая в толпу, человек перестает быть самим собой и становится автоматом, у которого своей воли не существует. А становясь частицей организованной толпы - такой человек спускается на несколько ступеней ниже по лестнице цивилизации. В изолированном положении он, быть может, был бы культурным человеком; в толпе — это варвар, т.е. существо, в действиях которого преобладают инстинкты. У него обнаруживается склонность к произволу, буйству, свирепости, но

---

также и к энтузиазму и героизму, свойственным первобытному человеку, сходство с которым еще более усиливается тем, что человек в толпе чрезвычайно легко подчиняется словам и представлениям, не оказавшим бы на него в изолированном положении никакого влияния, и совершает поступки, явно противоречащие и его интересам, и его привычкам. Индивид в толпе — это песчинка среди массы других песчинок, вздымаемых и уносимых ветром.

Психоанализ предлагает искать истоки всего, что происходит с человеком, в его детстве. Например оказывается, что переплетение социально-экономической структуры с сексуальной структурой общества и структурное воспроизведение общества в человеческом характере происходят в первые 4-5 лет в авторитарной семье. Таким образом, авторитарное государство проявляет большой интерес к авторитарной семье: она превращается в фабрику, на которой формируется структура и идеология государства.

Можно провести параллель между развитием авторитаризма в обществе — и авторитаризма в семье, находя, что именно семья формируют в последующем послушных членов общества, которые психологически готовы к восприятию вождя (фюрера), потому что до этого точно также идентифицировались с отцом, а отец теперь идентифицируется с вождем.

Становится возможным подобное в результате морального сдерживания естественной сексуальности ребенка. У такого ребенка развивается пугливость, робость, страх перед авторитетом, покорность, чрезмерная доброта и явное послушание.

---

Такое сдерживание парализует развития протеста в ребенке, а значит превращает ребенка в будущего послушного члена любого тоталитарного общества. И оказывается, что, к сожалению, задача морали заключается в формировании покорных личностей, которые, несмотря на нищету и унижение, должны соответствовать требованиям авторитарного строя.

Таким образом, семья представляет собой авторитарное государство в миниатюре, в котором ребенок должен научиться приспосабливаться к социальным условиям. Необходимо ясно понимать, что авторитарная структура личности в основном формируется путем погружения сексуальных запретов и страхов в живую субстанцию сексуальных импульсов. Отсюда и влияние сексуальности на внушение в массах, потому что, если вспомнить историю 3-го Рейха, оказывается, что сексуальное воздействие военного мундира и эротически провоцирующее воздействие ритмического военного шага и эксгибиционистский характер военных распорядков были более доступными пониманию немецких девушек, продавщиц и секретарш, чем речи образованных политиков.

Отсюда становятся понятными и законы массовой психологии, которые активно используются манипуляторами от власти и заключаются в активизации пассивного большинства населения, которые помогают власти одержать победу. Действия тех лидеров, которые хотели бы противостоять манипуляторам от власти, должны быть направлены на устранение торможений, препятствующих развитию стремления к свободе, которое возникает благодаря социально-политической ситуации. В таком случае освобожденная от оков и направленная на достижение

---

разумных целей психическая энергия обычных людей, которые увлекаются футболом и попсой, не позволит себя закабалить.

В лице отца авторитарное государство имеет своего представителя в каждой семье, и поэтому семья превращается в важнейший инструмент его власти. Авторитарное положение отца отражает его политическую роль и раскрывает связь семьи с авторитарным государством. Отец занимает в семье такое же положение, какое занимает по отношению к нему начальник на работе. В своих детях, особенно в сыновьях, он воспроизводит свое раболепное отношение к авторитету. Благодаря этим условиям возникает пассивно отношение простого человека к фигуре вождя массы. Из истории мы знаем, что такую особенность как женственность отдельных индивидов при попадании в толпу и руководство этими индивидами эмоциями и чувствами, нежели чем доводом и рассудком, хорошо знал и использовал вождь 3-го Рейха.

Таким образом, в силу своеобразного воспитания в авторитарной семье, происходит жесткое подавление женской и детской сексуальности. В итоге, когда дети подрастают, у девочек развивается покорность, усиленная вытесненной сексуальной непокорностью, а у мальчиков сыновей, наряду с раболепным отношением к авторитету, формируется глубокая идентификация с отцом, которая служит основой эмоциональной идентификации с любой формой авторитета.

Помимо этого происходит и идентификации индивида, находящегося в массе, с вождем (фюрером). Чем беспомощней становится такой индивид (благодаря своему воспитанию), тем отчетливей проступает его идентификация с вождем массы и тем

---

глубже детская потребность в защите таится в чувстве его единства с лидером массы. Эта склонность к идентификации составляет психологическую основу национального нарциссизма, т. е. уверенности отдельного человека в себе, которая ассоциируется с величием нации. В авторитарном государстве индивид ощущает себя в лидере (вожде массы). Благодаря такой идентификации он может себя даже ощущать защитником «национального наследия» и «нации». Это ощущение не позволяет ему презирать «массы» и противопоставлять себя им в качестве индивидуума. Ужас его материального и сексуального положения настолько затмевается возвышающей идеей принадлежности его к великой нации (как неафишируемая задача любой национальной идеи – рост национального самосознания), что подобный индивид совсем не замечает, что со временем он полностью утрачивает понимание всей ничтожности своей слепой преданности руководителю государства. Тот же Гитлер не раз говорил, что общаться с массами необходимо на языке чувств и верований, а не разумных доводов, доказательств и знания.

Таким образом, мы заключаем, что источником любого рода авторитета является отец. И влияние отца всегда возникало вместе с семьей. Такое влияние сохраняется и в массах людей, вырванных из семей. История политических режимов представляет лишь изменения власти отцовского типа. И если раскрыть механизмы этой истории, существующей под видом государства, то в руководителе любой страны всегда обнаруживается лишь определенные разновидности примитивной власти главы семьи.

---

Рассматривая психологию массового поведения, следует заметить, что, наблюдая за человеком, подсознательно верится, что он будет действовать рассудительно и руководствоваться сознанием и своими интересами, независимо, будь он один или в обществе себе подобных. Однако оказывается, что человек пассивно подчиняется решениям своих начальников и вышестоящих лиц и без размышления принимает мнения своих друзей или подруг. Помимо этого, такой человек принимает установки, манеру говорить и вкусы своего окружения, и даже становится способным на крайние формы насилия или паники, энтузиазма или жестокости. Он совершает действия, которые осуждает его совесть и которые противоречат его интересам. В этих условиях все происходит так, как если бы человек совершенно переменялся и стал другим. Вот ведь загадка, с которой мы сталкиваемся постоянно и которая не перестает нас изумлять.

Поэтому поведение человека на людях – всегда тайна и загадка, ибо зачастую, совсем он может повести себя непредсказуемо, ибо будет руководствоваться не своими интеллектуальными способностями, а попадет под чувства и эмоции других. И, к сожалению, находясь в среде подруг – девушка, а находясь среди друзей – юноша, к сожалению тотчас же начинают демонстрировать свои худшие качества. Вот ведь в чем вопрос и великий на наш взгляд парадокс. Причем подобное наблюдается и у женщин, которые пребывают среди подруг – женщин, и у мужчин, пребывающих среди друзей – мужчин. Т.е. возраст тут не играет никакой роли. Ибо все из детства. И какие установки были заложены – такие индивид и станет



---

реализовывать. А помимо личных, индивидуальных установок, еще и подчиняться коллективному бессознательному, целиком и полностью захватываемом любого, кто попадает в массу, т.е. в когда собирается уже не один человек, а их становится несколько.

В массе, толпе, группе - люди преобразуются, приобретая общую сущность, которая подавляет их собственную. Вместо личной воли, такие индивиды проявляют волю коллективную. Причем, при первой встрече человека с массой у него еще может возникнуть желание сбежать, но такое желание почти тотчас же подавляется, и человек вскоре становится человеком толпы. Следствием чему является обезличивание умов, уничтожение личной инициативы, и фактически порабощение души. Массы живут под влиянием сильных эмоций и аффективных порывов. У индивида, находящегося в массе изменяется личность. И, по сути, внушение и влияние — является неврозом, потому что наблюдается при этом уход от логического мышления и раскол в человеке его внутренней и внешней жизни. Следствием чего является утрата связи с реальностью и потеря веры в себя. Человек с готовностью подчиняется авторитету группы и становится податливым к приказам. Такое влияние может поглотить человека вплоть до его растворения в массе. Невроз подтачивает сознательный слой личности до такой степени, что его слова и действия становятся не более, чем живым повторением травмирующих воспоминаний собственного детства. Люди впадают в состояние внушаемости, сходное с гипнотическим. И пока они пребывают в этом состоянии, они верят всему, что им скажут, и сделают все, что им прикажут. Они будут подчиняться каждому призыву, каким бы бессмысленным он ни был.

---

Попадая в массу, толпу, группу людей, люди поглощаются такой массой и уже трудно им выбраться обратно, ибо со всех сторон при жизни в социуме находятся люди, подверженные влиянию средств массовой информации, газет, кино, телевидения, радио. Такие люди имеют друзей и подруг. И в итоге все становятся в какой-то миг подчинены действиям массовой психологии. Вот почему единственным способом уйти от такого влияния – является монашество, и даже скорей всего, отшельничество. Когда полностью исключается контакт с другими людьми, чтобы не поддаваться их влиянию. Вольному или невольному, ведь даже выслушивая какого-то человека – вы уже вводите себе в мозг определенного рода информацию, и даже если сразу не реагируете на нее – такая информация со временем все равно начинает оказывать на вас свое воздействие. Таковы законы психики.

Находясь в толпе, людьми начинают руководить воображение. Они возбуждены эмоциями, предпочитают верить тому, что им говорят, идентифицируют себя с лидером, который бессознательно в их воображении избавляет их от одиночества. Единственный язык, который понимают люди, попадая в массу, это язык, минующий разум и обращенный к чувству. Человек-индивид и человек-масса — это две разные вещи. Разница между ними проста: индивида убеждают, а массе внушают. Желая влиять на людей необходимо обращаться к самым древним слоям их психики. Если массы сформировались, необходимо выявить среди них лидера, и управлять массами, взывая к их страстям, верованиям и фантазии.

---

Определенные правила происходят и в вопросах преемственности власти. Для того, чтобы обеспечить себе преемственность, правящая партия рекрутирует свои кадры и своих руководителей из узкого круга. Никому другому не доверяется забота о пополнении и содержании питомника будущих государственных деятелей и пестования их будущей карьеры. Именно эта система продвижения по службе внутри аппарата и поднимает их к вершинам власти. Назначая их на должности депутата, мэра и т.п., она дает им право представлять народ. Что касается подлинных выборов, они бы восстановили свободную конкуренцию между кандидатами. Между тем, каждый из них выбирается высшим органом (руководящим комитетом, политбюро, секретариатом и т.п.) согласно степени своего соответствия человеческому прототипу и своей лояльности по отношению к партии. Затем их представляют на всенародное утверждение, которое обычно бывает формальным и закамуфлированным под выборы всеобщего голосования за тайно назначенной правящей партией лидера, вождя (руководителя государства).

Рассматривая вопрос массового поведения, мы должны затронуть тему и такого проявления массового поведения как массовая паника.

Слово «паника» происходит от имени Пана, греческого бога пастухов. Пастухи часто наблюдали картину, когда целые отары овец как будто без особых причин бросались в пропасть. Это явление они объясняли гневом Пана, бога пастухов. Позже Пан в древней Греции стал также и богом войны. Раньше войны велись большей частью в рукопашную с легким вооружением в

---

виде холодного оружия, поэтому, когда под натиском противника одна сторона не могла устоять, то спасалась бегством вследствие начавшейся паники. Кроме того, панические состояния могут быть вызваны и невротическими страхами. Чаще всего паника вызвана состоянием ужаса и сопровождается резким ослаблением волевого контроля и как следствие — ступором. В истории хорошо известна паника, охватившая США 30 октября 1938 года во время радиотрансляции в Калифорнии спектакля по роману Г. Уэллса «Война миров». Многие жители Америки побросали свои дома и в ужасе выбегали на улицу, всерьез решив, что нашествие марсиан случилось, а правительство США в ужасе, замешательстве, и не контролирует ситуацию в стране.

Можно привести четыре фактора превращения организованной группы в паническую толпу.

1. Социальные факторы — общая напряженность в обществе, вызванная происшедшими или ожидаемыми природными, экономическими, политическими бедствиями (землетрясение, наводнение, государственный переворот, и т. д.)

2. Физиологические факторы — усталость, голод, алкогольное и наркотическое опьянение и т.п. снижают контроль сознанием индивида действительности, а значит, при массовом скоплении людей могут нести в себе тяжелые последствия для попавших в панику людей.

3. Общепсихологические факторы — неожиданность, удивление, испуг, и т.п., вызванные недостатком информации о возможных опасностях и способах спасения.

---

4. Социально-психологические и идеологические факторы — отсутствие общей цели, пользующихся доверием лидеров, низкий уровень групповой сплоченности.

Рассмотрим механизмы развития паники.

Сам по себе шокирующий стимул обычно вызывает испуг сначала у одного или нескольких человек. В толпе минимальный порог возбудимости обычно имеют женщины или дети, а во время боевых действий — молодые и неопытные солдаты. Их испуг проявляется криками, выражением лиц и суетливыми телодвижениями. Такие люди становятся источником, от которого страх передается остальным. Происходит взаимная индукция и нагнетание эмоционального напряжения через механизм циркулярной реакции.

Далее, если не приняты своевременные меры, масса окончательно деградирует, люди теряют самоконтроль, и начинается паническое бегство, которое кажется спасительным, хотя в действительности только усугубляет опасность. Присутствие в толпе женщин и детей плохо еще и потому, что звук высокой частоты — женские или детские крики — в стрессовой ситуации оказывает разрушительное влияние на психику. Сразу после шокирующего стимула обычно наступает т. н. психологический момент. Люди оказываются во взвешенном состоянии и готовы следовать первой реакции.

Исходя из этого, существуют определенные правила безопасности в толпе:

1. Держаться от толпы подальше.
2. Проникая в толпу, думать, как в последствии из нее выбираться.

---

3. Оказавшись в толпе случайно, не поддаваться эмоциям.

Общество всегда было единством меньшинства и массы.

Меньшинство — совокупность лиц, выделенных особо. Масса — не выделенных ничем. Масса — это средний человек. Стихийный рост массы предполагает совпадение целей, мыслей, образа жизни. Масса — это посредственность, которая уничтожает все непохожее, личностное и лучшее. Кто не такой, как все, кто думает не так, как все, становится изгоем. Такова, к сожалению, жестокая реальность. И государство — самый наглядный продукт такой цивилизованной реальности. Человек гордится государством и знает, что именно государство гарантирует ему жизнь. Но такой человек не сознает, что государство создано людьми, а значит держится на определенных человеческих ценностях, которые сегодня есть, а завтра их может и не быть. При этом человек видит в государстве безликую силу и сливается с этой силой. А если в жизни государства возникнут проблемы, такой человек постарается, чтобы власти немедленно вмешались и взяли проблемы на себя. И вот здесь-то как раз и подстерегает цивилизацию главная опасность, ибо результатом является полная экспансия власти, поглощение государством социальной самостоятельности, уничтожение творческих начал и индивидуально-личностных порывов. А вот когда затруднения возникают у представителей массы (т.е. у обезличенных людей, входящих в государство), то начинаются проблемы, ибо государство идентично массе лишь в том смысле, в каком яблочное дерево идентично растущему рядом колючему

**Манипуляции при общении.**

---

Необходимо обращать особое внимание на возможность осуществления актов информационной агрессии в направлении психики того или иного индивида. Становится возможным подобное благодаря специфике человеческой психики, и продиктовано, в свою очередь, необходимостью достижения запланированного результата в общении одного индивида (манипулятора) с другим (объектом манипуляций).

Известно, что в процессе жизни в социуме, тот или иной индивид не может избежать необходимости соблюдения определенных требований, установленных обществом, в котором проживает индивид (обществом, или если шире — государством), и заключающихся как, например, в выполнении обязательных правил (законов), при нарушении которых может последовать наказание (правил и законов, регламентирующихся уголовным законодательством, трудовым кодексом, правила техники безопасности, правила дорожного движения, и т.п.), так и соблюдении правил т.н. негласных, действие которых распространяется на всех членов общества, а в случае нарушения несет в основном негласное порицание; такие правила постигаются индивидом главным образом в процессе обучения и воспитания в школьном и учебно-трудовом коллективе, в семье, в общении со сверстниками, в наблюдениях за поведением других людей, то есть уже так или иначе мы можем говорить о воспитании посредством наблюдения за окружающей средой, посредством проживания в социуме. В этом случае, при нарушении собственным проступком тех или иных устоев общества, подобный индивид будет заслуживать общественного порицания, что, впрочем, может привести и к изгнанию индивида,

---

совершившего проступок, из определенного социального круга, вынудив, в частности, сменить работу, место жительства, и проч. Но при этом — не привести к аресту и последующему заключению под стражу. Последнее осуществляется только в случае нарушения индивидом уголовно-процессуального, и в исключительных случаях административного, законодательства.

Ключевыми словами в любом психологическом воздействии является «слово», посредством которого уже в свою очередь и передается та или иная информация, а с помощью слова и информации — осуществляется воздействие на психику индивида (причем, как того, на кого направлено подобного рода воздействие, так и самого говорившего). При этом, информационно-психологическое воздействие как на говорившего (коммуникатора), так и на объект получения информации (коммуниканта) по силе своего воздействия иной раз сопоставимо, и, по сути, весьма опасно, так как приводит в результате осуществления подобного действия к определенному программированию, закладыванию соответствующих установок в психике (в подсознании), что в свою очередь способно привести к последующему выполнению таким индивидом подобных установок манипулятора. И не надо в данном случае слишком критически относиться к слову «манипуляции». Практически любое общение, как на межличностном уровне в общении одного индивида с другим, так и при общении в группах любой формы (собрание, коллектив, малая группа, масса, толпа, проч.), несет в себе стремление (в лучшем случае бессознательное) продемонстрировать собственное превосходство путем подчинения психики другого индивида установкам,



---

инициированными коммуникантом (манипулятором), т.е. нам следует говорить о бессознательном или сознательном стремлении одного — одержать вверх в общении над другим. Иного не только не дано, но и невозможно, если мы ведем речь об отношениях внутри социума, общества, с установленным обществом законами, нормами, системами ценностей, и выполнением прочих обязательств, которые накладывает проживание индивидов в любой социальной среде. Причем подобное характерно для любой форм общества, будь-то первобытнообщинный строй или социализм.

Рассматривая общение как форму коммуникации, мы должны говорить о том, что в большинстве случаев общение представляет собой информационно-психологическое воздействие одного индивида на другого (или на массу), и уже строится подобное воздействие на базовых законах человеческой психики. Как известно, мозг человека состоит из двух полушарий, правого и левого. Таким образом психика человека содержит в себе два противоположных психофизических начала — левомозговой положительный «духовный» и правомозговой отрицательный, или «животный». Правое полушарие мыслит чувствами и образами, поэтому языком и памятью правого полушария являются чувства и образы, так же как и у животных, и соответствует чувственно-образной бессознательной природе человека

Управляют реакциями «животного» правого полушария инстинктивные чувства, ощущения и образы, которые называются жизненными потребностями, и к каковым относятся: инстинкт сохранения жизни, половой инстинкт, инстинкты голода, жажды, жилья, территории и др. Поэтому ключами к «животной»

---

правомозговой природе человека являются чувства, образы и ощущения, удовлетворяющие его основные очеловеченные инстинкты-потребности. Мыслительная же деятельность правого полушария мозга очень проста — при удовлетворении инстинктивных потребностей человека оно генерирует положительные чувства, эмоции и образы, а при их не-удовлетворении — отрицательные. Поэтому, зная бессознательное устройство правого (чувственно-образного) полушария мозга, манипуляторы используют различные способы воздействия на глубинную бессознательную правомозговую природу человека, которую большинство людей совершенно не контролирует, а поэтому и защититься от таких трюков манипуляторов не может.

Левое полушарие мозга человека является его «словесно-духовной» природой. Запоминает левое полушарие мозга только слова. Языком левого полушария мозга являются также только слова, оформленные в человеческую речь, которая и создает идеальную духовную природу человека — его идеалы, принципы, убеждения, общие и профессиональные знания, его воспитание и нравственность, его совесть и мораль, его общественные и социальные установки и т. д.

Таким образом, психические функции распределены между левым и правым полушариями мозга. Функцией левого является оперирование словесно-знаковой информацией, а также чтение и счет. Функцией правого — оперирование образами, ориентация в пространстве, координация движений, распознавание сложных объектов (например, лиц, фигур, цвета) и др. При этом различия между полушариями определяются не тем, какой материал они получают от органов чувств, а тем, как они его

---

перерабатывают и используют. Левое полушарие заведует абстрактно-логическими способами переработки, а правое — наглядно-образными и наглядно-действенными. Левое работает прерывисто и последовательно. Правое полушарие перерабатывает информацию одновременно, мгновенно схватывая многочисленные свойства объектов восприятия в их целостности, нерасчлененности.

Функциональная асимметрия полушарий головного мозга заложена в человеке только как предпосылка, а окончательно формируется и корректируется конкретными условиями жизни, обучения и воспитания. Для некоторых видов человеческой деятельности предпочтительна такая повышенная активность правого полушария. Например, для успешного ведения рукопашного боя человеку надо активизировать функции правого полушария и ослабить, притормозить деятельность левого, так как именно правое полушарие отвечает за положение тела в пространстве и ориентацию в нем, за координированность и скорость движений.

Переживание любой ситуации в спектре ее пространственно-временных характеристик также осуществляется правым полушарием, работа которого позволяет человеку ощущать себя «здесь» и «сейчас», в конкретной данности происходящего и в текущий момент времени. Поэтому усиление активности правого полушария, его доминирование над левым, как бы раздвигает рамки ощущения времени и продлевает субъективное течение времени. Внешне это выражается в ускорении ответных реакций тела. Дело в том, что на словесном (абстрактно-логическом) уровне мышление человека успевает

---

переработать не более 100 единиц информации в секунду, тогда как на образном и сенсомоторном (двигательном) уровнях — до 10 миллионов единиц! Благодаря этому тело, освобожденное от разума, мгновенно запускает нужную в ситуации двигательную реакцию. Вот почему мастера рукопашного боя отражают нападение и контратакуют раньше, чем сами успевают об этом подумать. Однако выбор тех или иных движений (связок приемов) мозг может осуществить лишь из числа тех, которые уже закодированы в виде стереотипов в собственной психике, а чтобы загнать их туда, требуется многократное повторение (не менее 5000 раз на каждый прием) и длительное упражнение, т. е. отработка в похожих, но все же различающихся деталями ситуациях.

Иными словами, автоматизм действий в поединке требует предварительной наработки определенных серий движений. Впоследствии такие серии ударов и защит тренированный человек может выдавать практически мгновенно после общего опознания характера ситуации.

Установлено, что на опознание ситуации, осуществляемое правым полушарием, требуется всего лишь 60 миллисекунд, тогда как ее поэлементный анализ (работа левого полушария) занимает 320 миллисекунд. Но если, например, два удара идут один за другим с интервалом меньше этой величины, то человек физически не способен адекватно прореагировать на второй из них. Поэтому всякий раз, когда спортсмен пытается понять ситуацию в деталях, неизбежно опоздание с ответными ударами (и тем более с контратакой). И наоборот, воспринимая ситуацию в целом (т.е. не думая), на основе ранее отработанных приемов, которые закреплены в подсознании, спортсмен успевает выдать

---

ответную реакцию в кратчайший промежуток времени. Это и есть автоматическое, т.е. интуитивное мышление мастера рукопашного боя.

Доминирование правого полушария снижает чувствительность к боли и ослабляет критичность в оценке окружающей действительности. Соответственно, снижается выраженность реакций на реальную опасность, вплоть до полного пренебрежения ею. Если подобное состояние накладывается на готовность сражаться до конца и безразличие к смерти, то спортсмена проявляет удивительное бесстрашие. Такой человек перестает обращать внимание на что бы то ни было, кроме того, что имеет прямое и непосредственное отношение к действиям противника. Зато все, что идет от врага, даже самые слабые сигналы (выражение глаз, мимика, микродвижения конечностей и тела, интонации голоса и др.), воспринимается необыкновенно остро.

Заметим, что в психике обычного человека левое полушарие мозга стремится все время контролировать правое. Однако в случае недостатка воспитания и образования, контроль психики ослабевает, а значит, начинает доминировать правое полушарие, с его животными инстинктами. Такие люди бессознательно стремятся к удовлетворению инстинктов и низменных потребностей. И в какой-то мере становятся в значительно большей степени подвержены манипулятивному влиянию извне, со стороны манипуляторов, в роли которых могут выступать те, кто знает механизмы воздействия на психику. И психика «простого» человека в данном случае оказывается более предрасположена к внушению, поэтому и массы зачастую образуются из представителей низших и части средних слоев

---

населения, близких к низшим. Представители высших и близких к ним средних слоев предпочитают быть вне масс.

Как известно, для того чтобы информационное воздействие оказалось более успешным, необходимо снизить барьер критичности психики, что можно достигнуть, например, переведя хотя бы на непродолжительное время психику индивида в измененные состояния сознания (ИСС).

В обычном состоянии (ОСС) психика воспринимает какую-либо информацию посредством того критического барьера, который стоит на пути подобной информации. Это состояние обычной жизнедеятельности индивида, т.е. то состояние, с которой связана готовность сознания индивида к восприятию себя и окружающего мира.

Сознание делится на несколько характеристик.

Первой психологической характеристикой сознания является способность представлять действительность (реальную и воображаемую), контролировать и управлять собственными психическими и поведенческими состояниями, способность в форме образов воспринимать окружающей действительности.

Второй характеристикой сознания является мысленное представление и воображение действительности. При этом, исходя из того, что воображение и представление не всегда связаны с волевым контролем сознания, следует говорить о предсознании (предсознание — промежуточная стадия между сознанием и бессознательным). Однако волевое управление психическими процессами и состояниями всегда считались прерогативой сознания, ибо человек в такой момент сознательно отвлекается от восприятия окружающего мира и сосредоточивает свое внимание

---

на какой-либо идее, образе, воспоминании и т.п., рисуя и развивая в своем воображении то, что в данный момент он непосредственно не видит. Кроме того, сознание тесным образом связано с речью. В сознании (как и при помощи сознания) становится возможным осмысление осознаваемого, наделенность его определенным смыслом в градациях человеческой культуры. При этом в сознании отображаются только основные и главные характеристики предметов, событий, явлений, и проч.

Третьей характеристикой сознания считается способность сознания к человеческому общению. С помощью языка человек передает другим не только сообщения о своих внутренних ощущениях, но и о том, что знает, видит и т.п., то есть передает объективную информацию об окружающем мире.

Кроме того, особенностью сознания является наличие в нем интеллектуальных схем, т.е. определенных умственных структурах, в соответствии с которой человеком воспринимается, перерабатывается и хранится информация. Такие схемы включают в себя правила и понятия, используемые людьми для приведения имеющейся у них информации в определенный порядок (т.е. отбор, классификация информации, отнесение ее к той или иной категории и т.п.).

Обмениваясь друг с другом различной информацией, люди выделяют в такой информации главное. Так происходит отвлечение от всего второстепенного и сосредоточение сознания на самом существенном. Откладываясь в лексике и семантике в понятийной форме, это главное затем становится достоянием сознания человека по мере того, как он усваивает язык и научается пользоваться им как средством общения и мышления.

---

Обобщенное отражение действительности и составляет содержание индивидуального сознания. Вот почему мы говорим о том, что без речи сознание человека невозможно.

Кроме того, язык и речь образуют два пласта сознания: систему значений и систему смыслов слов. Значения слов — это содержание, которое вкладывают в слово носители языка, когда принимаются во внимание всевозможные оттенки слов, отображенные в толковых и специальных словарях. Система словесных значений составляет пласт общественного сознания, которое в знаковых системах языка существует независимо от сознания каждого отдельно взятого индивида.

Помимо прочего сознание существует также и в образной форме. В таком случае оно связано с использованием второй сигнальной системы, преобразующей соответствующие образы. Наиболее ярким примером образного человеческого сознания является искусство, литература, музыка. Они также выступают как формы отражения действительности, но не в абстрактной форме, как это свойственно науке, а в образной.

Как известно, помимо сознания существует и бессознательное психики. Именно в бессознательном отображаются скрытые желания индивида, закладываются основы мыслей, желаний, поступков, и проч. Именно в бессознательном берет основу все то, что в последствие находит отражение в сознании.

Можно даже сказать, что именно бессознательному необходимо определить главенствующую роль в психике, потому что то, что заложено в бессознательном, оказывает в последствие влияние на сознание, то есть на те реальные поступки индивида,



---

которые открываются перед нами, и согласно которым мы можем судить о непосредственных деяниях данного индивида.

Вопросы формирования бессознательного подробно нами рассматриваются в соответствующих главах нашей книги, поэтому сейчас мы лишь вскользь обозначим имеющуюся информацию.

Бессознательное психики индивида формируется различными способами. Можно говорить о том, что все эти способы в процессе жизни индивида дополняют друг друга. Перечислим их. Наиболее выделяется два. Это т. н. коллективное бессознательное, то, что уже находится в психике от рождения и является некой концентрацией опыта предков, опыта предшествующих поколений. И вторым механизмом наполнения (формирования) бессознательного является информация, поступающая при жизни индивида посредством трех репрезентативных систем: визуальной (зрительной), аудиальной (звуковой), кинестетической (мышечные ощущения, вкус, запах), а также двух сигнальных систем.

Рассматривая вопрос наполнения бессознательного, мы должны говорить о том, что частично это зависит от филогенетических схем (т.е. от коллективного бессознательного), а частично индивид сам участвует в подобном процессе. В случае последнего мы должны обратить внимание на то, что тот или иной человек в процессе жизни все время участвует в процессе пополнения информации, которая откладывается в бессознательное, поэтому необходимо обратить особое внимание на подобное обстоятельство, так как в бессознательном не только найдет отражение прочитанный, прослушанный, или увиденный вами материал (а также информация полученная органами вкуса,

---

запаха и проч.), но и позже этот материал, уже в переработанном виде (смешавшись с информацией уже имеющейся в бессознательном) поступит в сознание, а значит ваши мысли и поступки уже так или иначе будут зависеть в т.ч. и от недавно или давно услышанного, прочувствованного, и проч. Это одно из правил законов программирования психики индивида (точнее — законы управления сознанием базируются отчасти на этом правиле, являющемся одним из правил в длинном ряду требований, соблюдение которых позволяет сделать психику другого человека подконтрольным вам.)

Таким образом, бессознательное нашей психики (т.е. подсознание) представлена личным и коллективным бессознательным. Личное бессознательное — поверхностный слой психики — содержит личные содержания индивида, принадлежащие непосредственно самому индивиду, который может делать их осознанными, а значит, интегрированными в сознание. Сюда относятся бывшие содержания сознания, не доходящие до порога сознания, или подпороговые впечатления, различные комбинации слабых и неясных представлений и восприятий человек окружающей реальности, не соприкасающиеся с сознательной установкой. В личном бессознательном откладываются воспоминания обо всем, что пережито, прочувствовано, продумано индивидом или узнано им, но что больше не удерживается в осознании по причине вытеснения в подсознание в результате действия защитных реакций психики или, например, обычной забывчивости (которая тоже является следствием защиты психики, ибо мы забываем то, что нам не очень нужно или по каким-то причинам нас тревожит).

---

Коллективное бессознательное содержит общие для всего человечества паттерны психического восприятия — архетипы. В силу того, что коллективное бессознательное является сферой архетипического опыта, коллективное бессознательное следует рассматривать как более глубокий и значимый уровень, чем личное бессознательное; как уровень, содержащий в себе принципиально иной психический источник энергии, целостности и внутреннего преобразования.

Существование коллективного бессознательного связано с наследуемым опытом человечества, к которому сам индивид если имел отношение, то только фактом самого рождения. Также обратив внимание на тот факт, что коллективное бессознательное состоит из архетипов.

Причем самих архетипов существует огромное количество, сродни тому, сколько встречается ситуаций в жизни. Бесконечное повторение подобных ситуаций запечатлело эти опыты в нашей психической системе не в форме образов, наполненных содержанием, а лишь в формах без содержания, представляющих просто возможность определенного типа восприятия и действия. При возникновении ситуации, соответствующей данному архетипу, он активизируется и появляется побуждение, которое, как и инстинктивное влечение, прокладывает себе путь вопреки всем доводам и воле, либо приводит к конфликту патологических размеров, то есть к неврозу.

При этом поверхностный слой бессознательного является личностным бессознательным. Однако этот слой покоится на другом, более глубоком, ведущем свое происхождение и приобретаемом уже не из личного опыта. Этот врожденный более

---

глубокий слой и является так называемым коллективным бессознательным.

Коллективное бессознательное наиболее полно отражает природу психики, потому как, помимо личностной души включает и образы поведения, идентичными другим индивидам. Другими словами, коллективное бессознательное одинаково у всех людей.

Рассматривая вопрос архетипов, как главных составляющих коллективного бессознательного, отметим, что архетип представляет собой то содержание бессознательного, которое изменяется, становясь осознанным и воспринятым. В таком случае архетипами являются некие коллективные модели - паттерны поведения, исходящие из коллективного бессознательного и являющиеся основным содержанием сказок, мифологий, легенд, и проч.

Вернувшись к вопросу о сознании и подсознании, рассмотрим, как связаны между собой сознательный и подсознательный аспекты мышления. Возьмем знакомую каждому ситуацию, когда мы теряем мысль, забываем, что хотели сказать, хотя секунду назад слово «вертелось» на языке. В этот момент мы говорим «забыл», хотя на самом деле то что мы забыли – прошло перешло из сознания в бессознательное психики. Забывание — вполне типичный процесс, при котором отдельные осознаваемые идеи теряют свою специфическую энергию из-за отвлечения внимания. Когда мы переключаем интерес на что-то, мы тем самым оставляем в тени те вещи, о которых думали ранее. Так луч прожектора, осветив одно место, оставляет в темноте другое. И этого нельзя избежать, поскольку сознание может удержать одновременно ясными лишь несколько образов.

---

Схожая ситуация наблюдается и с органами восприятия. Например, если вслушиваться в какой-нибудь еле слышный, но долго тянущийся звук, то будет казаться, что он периодически пропадает и вновь появляется. В действительности, периодически прерывается не звук, а наше внимание. Также и когда мысль выскальзывает из нашего сознания, она не перестает существовать, по типу как машина, которая скрылась за углом, не растворилась в воздухе. Просто эта машина оказалась вне поля нашего зрения. Позже мы опять можем встретить эту машину, как можем и натолкнуться на ранее утерянные мысли.

Кроме того, забытые идеи, вместе с тем, не прекращают своего существования. Хотя их нельзя воспроизвести по собственному желанию, они пребывают под порогом сознания, как раз ниже порога памяти, — откуда могут всплыть в любой момент, иногда после многих лет, казалось бы, полного забвения. Например, встречаются ситуации, когда мы видим и слышим что-то вполне осознанно, а впоследствии забываем. Наряду с этим мы видим, слышим, чувствуем запах и вкус множества вещей, не замечая этого либо потому, что наше внимание отвлечено, либо потому, что раздражитель, воздействующий на наши органы чувств, слишком слаб для осознанного восприятия. Тем не менее, эту информацию впитывает подсознание, и подобное подпороговое восприятие играет значительную роль в нашей повседневной жизни. Хотя мы не осознаем этого, оно влияет на наше восприятие событий и людей.

Таким образом, наше подсознание бывает занято множеством временно угасших образов, впечатлений, мыслей, которые продолжают влиять на наше сознательное мышление,

---

хотя и являются потерянными. Отвлечшийся или рассеянный человек пересекает комнату, чтобы что-то взять. На полпути он останавливается в смущении — он забыл, зачем шел. Он механически перебирает вещи на столе — хотя первоначальное намерение забыто, оно подсознательно движет им. Наконец он вспоминает, что хотел. Подсознание подсказало ему.

Наблюдая за поведением невротика, кажется, что он действует осознанно и намеренно. Однако, если спросить его, окажется, что он либо не осознавал своих действий, либо имел в виду совсем не то. Он слушает, но не слышит, смотрит, но не видит, знает, но не ведает. Подобные ситуации настолько понятны, что для специалиста очень скоро становится ясным, что подсознательная часть мышления проявляет себя подобно сознательной, а значит необходимо лишь определить, осознанны или нет мысли, речь и действия человека в такой ситуации.

При этом, как настоящее может оказаться в подсознании, так и какие-либо идеи из прошлого, которые ранее никогда в сознании не были, также могут появиться из подсознания. Поэтому иной раз совсем неожиданно из подсознания могут всплывать совершенно новые мысли и творческие идеи, которые ранее никогда не посещали сознание и которые словно бы внезапно всплывают из глубин бессознательного психики. И таких примеров множество в истории науки, когда ученые, сталкиваясь с запутанными проблемами, внезапно находят идеи разрешения ситуации в подсознании. Вспомним того же Менделеева, который увидел свою таблицу элементов во сне (сон, как когда-то говорил Фрейд, королевская дорога к разгадке бессознательного).

---

Если говорить о влиянии подсознания на манипуляции, стоит отметить, что манипулятор в данном случае воздействует на тот или иной архетип в психике индивида, и уже через него добивается появления в подсознании той установки, которая при корреляте с сознанием вынуждает такого индивида слушаться воле манипулятора. Поэтому специалисты по манипулированию — это весьма искусные люди, пользующиеся механизмами психики другого индивида для подавления оной с целью исполнения собственного желания.

Как мы уже говорили, общение – это информационно-психологическое воздействие. Обычное состояние сознание (ОСС) проявляется в результате одновременной работы левого и правого полушарий мозга. Таким образом, в целях манипулятивного воздействия необходимо ввести человека в измененные состояния сознания (ИСС), в котором замедляется, а в иных случаях и исключается цензура психики, т.е. замедляется работа левого — логического — полушария, и активируется правое полушарие, с его животными инстинктами и циничными потребностями. Для достижения подобного человек вводится в трансовые состояния, т.е. состояния ИСС. Подобное достигается с помощью воздействия на подсознание, т.е. бессознательное психики. И подобное становится возможным в связи с тем, что у человека общение с внешним миром происходит не словами, как все считают, а в основном чувствами, образами, инстинктами и потребностями. Поэтому, если явно - то на человека можно действовать словами, а если скрытно – то на любого человека следует воздействовать через его представления, чувства, воображение, физиологические инстинкты и потребности. Отсюда

---

и все техники манипулирования связаны на переводе сознания человека из режима разума в режим представлений, чувств, потребностей и воображения, и воздействуют именно на это измененное состояние сознания.

То есть воздействие при манипулировании происходит на чувства, инстинкты, воображение и страсти людские. Причем важно отметить, что поведение и даже судьба большинства людей во многом зависят от того, какое полушарие мозга доминирует в их психике.

Существует семь основных психофизиологических типов человека: преобладание обычных состояний сознания, доминирование трансовых состояний, доминирование левомозгового полушария, доминирование правомозгового полушария, люди с расширенным состоянием сознания, психопатологические личности и люди, с преобладанием в поведении эмоций. Причем именно эмоции наиболее способствуют действию гипноза при общении (т.е. цыганского, например, гипноза, гипноза наяву, при общении, без погружения в сон).

Одной из проявлений эмоций является страх. Страх в данном случае выступает как аффективное переживание и является одной из форм провокации психики. Страх всегда возникает у человека при угрозе его физическому, социальному или иному благополучию. Испытывая страх, человек сразу же попадает в суженное, измененное состояние сознания. Тормозится деятельность левого мозга (а особенность левого полушария мозга — разумное, критико-аналитическое, словесно-логическое восприятие происходящего), и наоборот, активизируется правый



---

мозг — с его эмоциями, воображением и инстинктами. При этом у большинства людей страх чаще всего вызывает по нарастающей следующие переживания: неуверенность, опасение, тревогу, испуг, панику, отчаяние, ужас, аффект. Кроме того, страх резко сужает вариативность мышления и способность к разумным действиям. Иными словами, страх сковывает человека, ограничивает его умственные и физические возможности. А действия напуганных людей, как правило, нерациональны, иногда безумны и чаще всего приводят к печальным последствиям. Страх заставляет человека дрожать, визжать, кричать, плакать, смеяться. От него «сосет» под ложечкой, трясутся руки, становятся «ватными» ноги, звенит в ушах, застревает ком в горле, бледнеет лицо, колотится сердце, перехватывает дыхание, встают дыбом волосы, расширяются зрачки, по спине бегут мурашки. Страх вынуждает одних мчаться сломя голову неизвестно куда, а других — стоять без движения и тупо смотреть в одну точку.

У людей, переживающих страх, возможны следующие стереотипы состояний.

1. Ажитация—наиболее распространенное состояние, которое выражается в стремлении убежать, спрятаться, не видеть и не слышать того, что пугает. Человек совершает автоматические действия защитного характера (закрывает глаза, втягивает голову в плечи, прикрывает лицо или тело руками, пригибается к земле, отталкивается от источника опасности, бежит прочь). В организме в это время происходят серьезные изменения. Под воздействием гормона адреналина кровь в большом объеме устремляется к органам, обеспечивающим движение, преимущественно в ноги. От других органов кровь в это время отливает, особенно от головного

---

мозга. Именно поэтому его работа ухудшается и напуганный человек часто не знает толком, куда ему бежать.

2. Ступор. На людей со слабой нервной системой повышение уровня адреналина в крови оказывает обратное воздействие: оно парализует их мышцы. Это тоже часто встречающийся вариант реакции, выработанный в процессе эволюции: чтобы тебя не тронули, притвориться мертвым. Ступор проявляется в том, что человек застывает на одном месте либо становится крайне медлительным и неловким, а то и просто падает без сознания. Все это потому, что мышцы судорожно сжались, их кровоснабжение резко ухудшилось, координация движений нарушилась.

3. Сумеречное сознание с неуправляемой агрессией. Это состояние проявляется в эмоциональном перевозбуждении, алогичности мышления и провале памяти (человек не помнит того, что он только что делал). Внешне сумеречное сознание выглядит как приступ безумия с непоследовательными и бессмысленными агрессивными воздействиями в отношении источника страха. Полномасштабная агрессия в качестве формы проявления страха встречается довольно редко: это злобное выражение лица, угрожающие жесты и поза, крик или визг. В их основе кроется бессознательное (животное) стремление испугать противника, что иногда удается, а иногда — нет.

Выделяют 4 пары основных противоположных друг другу базисных эмоций, которые в основном и составляют чувственную жизнь большинства обычных людей. Учитывая, что реакциями и поведением чувственно-образного, животного правого мозга людей управляют животные чувства и инстинкты, считается, что

---

правым мозгом, т. е. глубинной бессознательной природой человека, управляют следующие чувства, расположенные по своей убывающей значимости: уверенность — страх, удовольствие — отвращение, радость — горе, торжество — гнев.

Среди эмоциональных людей процесс переработки информации, поступающей в мозг через органы чувств (зрение, слух, кинестетические ощущения, обоняние и др.) выполняется тремя способами:

1. Наглядно-действенным (основан на интенсивном и разнообразном манипулировании собственным телом и предметами окружающего пространства).

2. Наглядно-образным (основан на эмоционально-чувственном восприятии предметов и явлений вне и внутри организма).

3. Абстрактно-логическим (основан на отображении причинно-следственных связей и тесно связан с памятью о прошлом, с предвидением будущего и с осознанием самого себя).

У людей эмоционального типа ведущими видами мышления являются правополушарные, животные: наглядно-действенное и наглядно-образное. Абстрактно-логическое мышление левого мозга у людей данного типа развито плохо; более того, как только эти взрывные, эмоциональные люди зажигаются какой-либо эмоцией, то сразу же теряют и все остатки разумного, критико-аналитического словесного мышления.

Следует обратить внимание, что в действительности могут наблюдаться некие расхождения в поведении, вызванные индивидуальными особенностями отдельного человека.

Информация, которую человек получает с внешнего мира,

---

оценивается им по-разному, в зависимости от каналов восприятия. Наиболее эффективным оказывается показ с объяснением. То есть мы должны не только говорить (обычно посредством аудиального канала воспринимается только 20% информации) или показывать (визуальная репрезентативная система уже обеспечивает до 70% запоминания), но и совмещать демонстрацию (показ) и пояснение. В этом случае до 80-90% получаемой информации будет не только воспринято мозгом, но и отложится в памяти.

При этом следует обратить внимание, что автор данной работы активно использует подобный метод в своей практике обучения различным системам боя (бокс, кикбоксинг, рукопашный бой), и на протяжении последних десятилетий были полученные хорошие показатели как среди воспитанников, становившихся чемпионами и призерами крупнейших российских и международных соревнований, так и среди тех, кто в силу возраста и общественного статуса ставит перед собой задачу не участие в соревнованиях, а овладение в кратчайший срок необходимых навыков бокса и рукопашного боя и последующего закрепления подобных навыков. Подобное обучение всех желающих автор проводит в собственном Бойцовском клубе («Бойцовский клуб чемпиона мира Сергея Зелинского» в Санкт-Петербурге), в который может поступить любой желающий овладеть техникой боя и научиться пониманию себя, чтобы уже через познание себя (помните высказывание Сократа – познай себя) понимать других.

Обратим внимание, что в зависимости от целей строится та или иная форма воздействия на человека. Например, если необходимо чтобы человек что-то плохо понял — ему говорят

---

быстро, без повторов, максимально длинными фразами. Если же необходимо чтобы что-то он обязательно запомнил, необходимо употреблять короткие, простые и понятные фразы, использовать обязательную демонстрацию, объяснять и повторять. Кроме того, известно, что средний человек реально способен выразить словами только 80-85% задуманного. Из которого другой человек способен понять только 60-70% получаемой информации, а запомнить всего 10-20%.

Именно поэтому, для повышения запоминаемости необходимо вовлекать в процесс получения информации другим индивидом все его репрезентативные функции и сенсорные каналы (зрение, слух, чувства, эмоции, обоняние и тактильные ощущения). Кроме того необходимо учитывать такую особенность, как активное восприятие информации в течении первых 15-20 секунд, после чего наблюдается смена приоритетов внимания индивида: он начинает искать чтобы добавить к услышанному, а значит переключается на замедленность восприятия получаемой информации (потому что начинает слышать зачастую только себя). Именно потому, для предотвращения подобного рекомендуется помещать такого индивида в какую-либо ситуационную действительность, потому как именно ситуации большей частью управляют человеком.

Большую роль оказывает при общении обычное человеческое слово. Слово для человека является таким же условным раздражителем, как и все остальные раздражители. Слово оказывает воздействие на психофизиологию человека даже тогда, когда оно вообще не произносится, как это бывает при самовнушении. При этом первая сигнальная система человека

---

находится в неразрывном взаимодействии со второй сигнальной системой, лежащей в основе речи и мышления. Благодаря всей жизни взрослого человека, слово связано со всеми внешними и внутренними раздражениями, приходящими в большие полушария.

Также очень важно помнить, что наиболее упрощенным и типичным условным рефлексом человека является внушение. Внушать — значит прививать к психике другого человека любые идеи, чувства, эмоции и прочие физиологические состояния в обход цензуре психики вашего собеседника, т.е. воздействовать так, чтобы со стороны его не было места критике и суждению.

Внушение мы разберем подробнее в соответствующей главе нашей книги, но сейчас заметим, что действие внушения основана на быстром переходе корковых клеток в тормозное состояние. Отсюда, основной психофизиологический механизм внушения - это разорванность нормальной, более или менее объединенной работы всей коры, когда в результате внушения происходит сжигание тонуса коры больших полушарий головного мозга и неотразимо быстро, легко и автоматически возникает функциональная нервно-психическая разобщенность всей корковой деятельности.

Таким образом, внушение является раздражением определенного района больших полушарий в форме определенного раздражения и действует, т. е. переходит в движение, в тот или иной двигательный акт, потому, что при слабой коре, при слабом, низком тонусе оно как концентрированное сопровождается сильной отрицательной индукцией, изолировавшей его от всех посторонних влияний. Это и

---

есть тайный механизм внушения, когда на кору головного мозга в определенный пункт как раздражитель направляется слово (т.е. приказ гипнотизера), и этот раздражитель концентрирует раздражительный процесс в соответственном пункте и сопровождается отрицательной индукцией, которая, благодаря малому сопротивлению, распространяется на всю кору. Вот почему слово как приказ является изолированным от всех влияний и делается абсолютным действующим раздражителем, даже и после возвращения человека в обычное состояние сознания.

Воздействие внушением следует рассматривать как метод воздействия информацией. Внушение — это введение информации, принимаемой человеком без критической оценки и оказывающей влияние на нейропсихические процессы. Внушение невозможно при отсутствии смыслового содержания вводимой информации, потому что не каждая информация оказывает внушающее воздействие. В зависимости от форм подачи, источника поступления и индивидуальных особенностей индивида одна и та же информация может оказывать или не оказывать суггестивное влияние.

В мозге человека протекают процессы вероятностного прогнозирования, сопровождающиеся процессами верификации всей поступающей информации, т. е. происходит неосознаваемое определение ее достоверности и значимости. Благодаря этому организм, не загружая сознание, ограждается от неадекватного реагирования на сигналы, которые к нему не имеют отношения или несут ложную или незначущую информацию. Поэтому особенность внушения в том, что помимо основной информации, определяющей содержание внушения, вводится еще и добавочная

---

— верификационная информация, придающая неотразимую достоверность основной информации. Например, гипнотизер говорит, что 30-минутные прогулки на свежем воздухе будут очень полезны для здоровья. Но человек может на эти слова никак не среагировать. А вот если гипнотизер скажет командным, не допускающим сомнений и возражений, голосом: «Вам обязательно, начиная с сегодняшнего вечера, необходимо ежедневно совершать 30-минутные прогулки на свежем воздухе!», то во втором случае добавочную информацию несет голос, интонация, мимика, обстановка и авторитет гипнотизера. И если этой добавочной информации не будет или окажется недостаточно, то внушение не наступает. Причем, чем более уверенным тоном говорит гипнотизер, тем большим верифицирующим действием обладает его речь. Поэтому конформизм (т. е. навязывание явно ложного мнения, высказанного группой лиц одному из членов этой группы) исчезает, если хотя бы один член группы высказывает свое мнение неуверенным голосом.

В зависимости от преобладания в человеке той или иной сигнальной системы, выделяют три типа высшей нервной деятельности человека:

1. Первый — художественный тип (преобладание первой сигнальной системы).

Первая сигнальная система означает доминирование в психике активности правого полушария мозга. Правое полушарие мозга характеризуется чувственно-образной системой мышления, развитой интуицией, подчиненностью жизненным потребностям (инстинктам): инстинкту сохранения жизни, половому инстинкту



---

и др., а также бессознательным стремлением к чувственным удовольствиям.

К такому типу принадлежат эмоциональные люди, мыслящие живыми, яркими, конкретными образами. Они склонны к фантазии, подвержены воображению, мечтательны, мнительны, сентиментальны. Среди таких людей часто встречаются художники, музыканты, артисты, писатели и т. п.

2. Второй — мыслительный тип (преобладание второй сигнальной системы).

Характеризуется доминированием активности левого полушария мозга с его рациональным словесно-логическим мышлением и склонностью к абстрактному, отвлеченному мышлению.

Это, как правило, неэмоциональные люди, склонные к расчету и иногда мешающему им чрезмерному мышлению. Распространен подобный тип (за редким исключением) среди инженеров, бухгалтеров, экономистов и т.п.

3. Третий — средний тип (одинаково развиты обе сигнальные системы).

В психофизиологии лиц третьего типа нет ярко выраженного доминирования одного из полушарий мозга.

Для осуществления манипулятивного воздействия при общении необходимо правильно выстраивать сценарии воздействия на людей и уметь прогнозировать все стандартные варианты их реакций и поведенческих стереотипов. При этом, ожидаемые реакции и поведение большинства обычных людей на 90% предопределены их психофизиологией и наследственностью и на 10% — внешней средой и обстоятельствами. Это означает,

---

что ключ ко всем реакциям, поступкам и поведению людей лежит внутри человека, а не в обстоятельствах, которые его окружают.

Другими словами, внешние обстоятельства судьбы человека являются вторичными по отношению к внутренней природе человека, где и лежат в основном уже готовые реакции и поведение данного человека, способные сработать и выйти наружу в определенных ситуациях. Причем, чем ниже уровень интеллекта данного человека, тем легче срабатывает внутренняя природа данного человека, проявляя себя словами и поступками.

Как сознательная, так и бессознательная жизнь человека проявляются в дневном поведении и деятельности, а ночью — в ночном сне. Если пассивный, ночной сон полностью определяется бессознательной частью психофизиологии человека, то дневная активная часть жизни определяется бессознательной, подсознательной и сознательной частями человеческой психофизиологии. Обычное сознание человека (ОСС) есть результат одновременной работы словесно-логического левого мозга (подсознания) и чувственно-образного правого мозга (бессознательного). Но сознание человека в течение суток может находиться в следующих режимах работы: режиме ночного сна (с его быстрой и медленной фазами, т. е. со сновидениями и без), режиме обычного результирующего состояния сознания (ОСС), режиме измененного состояния сознания (ИСС). В свою очередь измененные состояния сознания делятся на: 1) просоночные (перед засыпанием и при пробуждении); 2) трансовые левомозговые (с резким доминированием активности левого словесно-логического полушария мозга); 3) трансовые правомозговые (с резким доминированием активности правого

---

чувственно-образного полушария мозга и торможением, до выключения, активности левого мозга); 4) трансовые с расширенным сознанием (резкой активизацией обоих полушарий и глубинных структур мозга с волевым контролем ранее произвольно неуправляемых функций); 5) трансовые патологические естественные и искусственные состояния (измененные состояния, вызванные болезнью, алкоголем, наркотиком, психотропным препаратом и т. д.).

Реакции и поведение любого человека необходимо прогнозировать по состоянию психофизиологии, в котором он находится. В обычном состоянии сознания (ОСС) любому человеку присуща способность осмысленного рассудочного поведения. Это значит, что его поступки, составляющие характер поведения, определяются осознанными интеллектуальными характеристиками существующих между объектами реальности связей и отношений. Поэтому в ОСС на реакции и поведение человека оказывают влияние как интеллект и психологические установки левого полушария мозга, так и чувства и животные инстинкты правого полушария мозга (половой инстинкт, инстинкт голода, жажды, и др.). В ОСС большинство поступков и особенностей поведения человека определяются его привычными автоматическими действиями (привычками). Привычки — это устойчивые мозговые связи, отличающиеся повышенной готовностью к функционированию. Система таких устойчивых нервных связей служит основой стереотипов.

Таким образом, реакциями и поведением большинства людей в ОСС управляют их привычки. Поэтому, перед осуществлением манипулятивного воздействия необходимо

---

предварительно понаблюдать за будущей жертвой, чтобы как можно больше узнать о ее привычках, привычном поведении и привычном образе жизни. Располагая информацией о привычках объекта, мы получаем инструмент для успешного прогнозирования будущего поведения объекта наших манипуляций в той ситуации нашего обманного сценария, который мы выстраиваем, окружая свою жертву разного рода искусственно созданными обстоятельствами. Жертва в этих искусственно созданных обстоятельствах действует привычным для себя образом, что, собственно, и необходимо для осуществления манипулятивного воздействия.

Подобным умело пользуются и преступники, которые предварительно наблюдают за жертвой, узнают ее привычный образ жизни, род занятий, местопребывание и т. д. и только потом совершают свои уголовно наказуемые деяния.

В некоторых преступлениях криминальные специалисты специально формируют у своих будущих жертв специальные привычки, а потом, при совершении преступления, воздействием именно на эти привычки строят сценарии преступления. Например, наиболее распространенным преступлением такого рода являются преступления с наркотиками или на сексуальной почве, когда будущую жертву вначале приучают к привычке, а затем делают с ней что хотят или добиваются от нее того, что нужно преступникам. Поэтому всем гражданам следует знать, что человек в значительной степени сам предопределяет свою судьбу, так как реализует свое повседневное поведение через хорошие или плохие привычки, вызывающие и соответствующие последствия и соответствующую судьбу, т.е. соответствующий жизненный

---

финал. Поэтому каждому из нас было бы полезно серьезно подумать о своих привычках и о том, куда они нас ведут.

Многое в поведении современного человека в ОСС определяется и теми жизненными целями и проблемами, которые он в данный момент решает. Учитывая эту закономерность в поведении и реакции людей, при манипулировании необходимо навязать своим будущим жертвам искусственные ложные жизненные цели и задачи, чтобы затем использовать это в своих замыслах. В ОСС большинством «простых» людей руководят их обычные физиологические потребности — инстинкт сохранения, половой инстинкт, чувство голода, жажды и т. д., поэтому и поведенческими целями таких людей является поиск средств и способов удовлетворения своих животных физиологических потребностей. Так возникает общество потребителей, где вся реальность представляется рынком всякого рода услуг, направленных на удовлетворение примитивных физиологических потребностей — секс, вкусная еда и питье, безопасность и т.п.

К сожалению, основная часть такой науки как психология представлена изучением сознания. И только глубинная психология (психоанализ и еще ряд направлений, в т.ч. психофизиология и др. медицинские направления в т.ч. психотерапии) изучает бессознательное психики, подсознание. Именно поэтому даже классические психологи попадают в ловушку тех, кто знает истинные секреты психики, и такие секреты являются знания о законах подсознания, а не сознания. Сознания да, но лишь отчасти. Ведь в реальной жизни каждый человек более 90% суточного времени находится не в обычных состояниях сознания (ОСС), а в измененных (ИСС).

---

В зависимости от доминирования в ИСС активности левого или правого полушария мозга, человек бессознательно мыслит и осознает все происходящее во внешней или внутренней реальности по одной из трех основных внутренних психофизиологических систем:

1. В основном воспринимает реальность через слова и мыслит вслух или про себя в основном словами (левополушарное словесно-логическое мышление).

2. В основном воспринимает реальность через визуальные образы, окрашивая их положительными или отрицательными эмоциями, и мыслит образами, картинками и чувством удовольствия или неудовольствия (правополушарное чувственно-образное или эйдетическое мышление).

3. В основном воспринимает реальность чувствами, определяющими из которых являются кинестетические ощущения.

Эти три основные психофизиологические системы взаимодействия человека и реальности называются репрезентативными системами. Как правило, каждый человек как в ОСС, так и в ИСС познает и переживает реальность или через свои органы чувств (зрение, слух, кинестетика, обоняние и вкус) в ОСС, или через раппорт суггестора (голос, интонацию, жесты и т. д.) в ИСС.

Основные репрезентативные системы функционируют непрерывно, но поскольку большая часть этого постоянного потока сенсорного опыта по множеству причин является чрезмерной или ненужной, то мы обращаем внимание не на все его элементы, а предпочитаем фокусироваться на той его системе, которая доставляет информацию, наиболее соответствующую

---

тому опыту, что у нас имеется. Таким образом, каждый человек имеет одну из трех основных репрезентативных систем в качестве ведущей, и именно ее он чаще всего, подсознательно или бессознательно, использует при своем взаимодействии с реальностью. А так как у человека весьма развиты и сигнальные системы (известны две сигнальные системы – чувства и речь), то становится возможным представлять свой жизненный опыт, основываясь на тот или иной сенсорный канал. Манипуляторы, в случае когда еще не сформировался раппорт (т. е. управляющая связь), стараются общаться с объектом (жертвой) на ее языке, т. е. устанавливают и развивают контакт с этим человеком на языке его основной репрезентативной системы, установить которую можно по словам данного человека, когда он произносит слова, обозначающие внутренние процессы (глаголы, наречия и прилагательные), например:

1. Визуальный канал: видеть, смотреть, глядеть, чертить, рисовать, светлый, яркий, ясный, смутный, мрачный, вспышка, озарение, свет, тусклый, бледный, прозрачный и др.

2. Аудиальный канал: слышать, звучать, тихий, громкий, шумный, мелодичный, звонкий, оглушительный, визжащий, неслышный и др.

3. Кинестетический канал: чувствовать, ощущать, трогать, держать, брать, схватить, терять, нащупать, притронуться, прикоснуться, теплый, холодный, сухой, влажный, мягкий, жесткий, гладкий, колючий, удобный, неудобный, тяжелый, легкий, пустота, зажатость, давление, распирающее и т.п.

4. Канал запаха, вкуса: нюхать, вдыхать, ароматный, кислый, сладкий, горький, пресный, безвкусный, вкусный и др.

---

Таким образом, используя ведущий сенсорный канал, привычки и стереотипы поведения, систему жизненных ценностей и целей своей будущей жертвы, манипулятор устанавливает контакт с объектом, а затем развивает этот контакт в управляющий раппорт, добиваясь как можно более глубокого транса, а, следовательно, и более эффективного управления над попавшим в гипнотическую ловушку человеком, объектом манипуляций.

Для того, чтобы общение с объектом ваших манипуляций было результативным, необходимо не только уметь замечать изменения в психосостоянии собеседника, но и использовать следующие правила: перед общением необходимо провести этап предварительной подготовки, заключающийся в следующем: получением первоначальной информации об объекте, прояснением того, что нужно достичь в результате разговора (максимум и минимум), обдумыванием тактики контакта (сообразно с психологией объекта и другими факторами), прогнозированием подходящего момента, места, обстановки и обстоятельств контакта с объектом.

Также следует по возможности четко обозначать следующие цели: изучение психологии и диагностика объекта, установление более тесных контактов, обеспечение сотрудничества, обсуждение конкретной проблемы, получение нужной информации, передача при необходимости дезинформации, убеждение или принуждение в чем-то.

Если контакт состоялся, выделяют следующие фазы такого общения с объектом: предварительная подготовка, начало разговора с обеспечением подходящего психоэмоционального настроения собеседника, проведение своей темы и направление



---

беседы в предусмотренном направлении, завершение диалога с закреплением достигнутого результата.

Необходимо четко улавливать любые изменения в психофизиологическом состоянии вашего собеседника. В случае появления негативных реакций (их можно заметить по резкости фраз, зажатости поз, узости зрачков и т.п.) необходимо снять подобный негатив различными психологическими приемами (мимикой, жестами, т.н. подстройкой — копированием поз, нужными словами, произносимыми с необходимой соответствующему моменту интонацией, и т.п.) Особенно важно снять негатив в начале разговора. Также следует обратить внимание на окончание разговора (чтобы оставить хорошее мнение о себе, и добиться закрепления в подсознании объекта введенных вами установок).

При установлении контакта с объектом следует помнить, что закрепление знакомства становится возможным при создании благоприятных ситуаций, часто возникающих сами по себе, поэтому иной раз становится попросту важно не пропустить момент. Оптимальные варианты знакомства часто зависят от профессии, пола, возраста, национальности, социального положения, культурного уровня, характера, привычек и прочих индивидуальных особенностей человека, а кроме того, от его настроения, места действия, окружающей обстановки и иных в различной степени влияющих факторов.

При необходимости контакта с объектом обычно сразу же выбирается программа общения: симметричная или дополнительная, которая в последствии сохраняется зачастую в неизменном виде. Симметричная модель подразумевает равенство

---

(возрастное, интеллектуальное, социальное, и т.п.) общающихся сторон. Дополнительная программа утверждает неравенство и фиксирует дистанцию общения. Исходя из специфики психики, следует помнить, что большинство людей сразу же, с первых минут контакта (по первому впечатлению), составляет мнение о новых знакомых. На 55% подобное зависит от визуальных впечатлений, на 38% от манеры говорить, и только на 7% — от того, что говорит другой человек. Поэтому для достижения необходимого результата необходимо изначально продумать свой внешний вид и манеру поведения исходя из предпочтений объекта. Если нет возможности заранее узнать о таких предпочтениях, необходимо интуитивно выявить их в процессе общения, при необходимости используя подстройки (мимика, жесты, поза, проч.) к нужному объекту.

В осуществлении этого поможет следующая информация:

— благодаря такой специфике психики, как окрашивания одним качеством всех остальных, общее благоприятное впечатление о человеке обеспечивает позитивные оценки его пока еще неизвестных (в частности моральных) качеств; и — наоборот;

— явная физическая привлекательность улучшает положительную оценку как черт личности, так и отдельного поступка;

— если мужчину сопровождает хорошо одетая женщина с симпатичной внешностью, он оценивается выше, чем в сопровождении некрасивой и неаккуратно одетой женщины;

— мужчины ниже, чем полагают женщины, оценивают их деловые и интеллектуальные качества, а женщины ниже, чем

---

полагают мужчины, оценивают их физическую привлекательность;

— когда встречаются мужчина и женщина, бессознательно они оценивают друг друга с эротических позиций, хотя и внешне в основном стараются не обнаружить подобного:

— застенчивость бессознательно воспринимается как привлекательность;

— приветливая доброжелательная улыбка способствует возникновению доверительности, сметая недоверие и недопонимание;

— честное, твердое, мужественное рукопожатие в сочетании с прямым взглядом в глаза нравится почти всем;

— энергичная выразительная жестикуляция отражает положительные эмоции и воспринимается как признак заинтересованности и дружелюбия;

— собеседник, который смотрит в глаза, симпатичен, однако пристальный или неуместный взгляд в глаза создает неблагоприятное впечатление, ибо воспринимается как признак враждебности;

— люди, отклоняющие при разговоре корпус назад или развалившиеся в кресле, нравятся заметно менее, чем те, кто наклоняет корпус к собеседнику (последнее воспринимается как заинтересованность);

— женщина обычно нравится сильнее, когда она сидит в спокойной позе с непересекающимися руками и ногами;

— скрещивание рук на груди часто разрушает уже образовавшийся контакт и отталкивает собеседника;

---

— выраженные крайности в одежде (очень модный или слишком устарелый костюм) часто могут сыграть отрицательную роль в установлении контакта;

— женщины оценивают мужчину за 45-60 секунд, обращая при этом особое внимание на его речь, глаза, причёску, руки, обувь, одежду (именно в такой последовательности);

— внешний вид часто располагает к последующему доверию;

— дружеская обстановка, вкусная пища, приятная музыка, неожиданное везение и все прочие моменты приводящие субъекта в благодушное настроение всегда способствуют благоприятному восприятию им нового знакомого;

— важную роль иногда оказывает вовремя сказанный комплимент.

При контакте с объектом, необходимо исключить (особенно в первых фразах) извинения и выказывания признаков неуверенности (кроме специальных приемов), любого проявления неуважения и пренебрежения к собеседнику, а также психологического давления на объект, вынуждающего его занимать оборонительную позицию. Исходя из тех или иных особенностей психики объекта, необходимо пользоваться следующими правилами для установления и закрепления контакта:

— с особо чувствительными и болезненно ранимыми — избегать всего, что неприятно им; при этом помнить, что если таким людям-невротикам все время потакать — они станут тиранами;

- 
- с недоверчивыми и подозрительными — быть предельно осторожным и терпеливым;
  - со сварливыми — быть твердым и решительным, а если нужно — дать отпор;
  - с теми, кто капризен — разговаривать спокойным тоном и не обращать внимание на их капризы;
  - с излишне хвастливыми и самоуверенными — прибегать к иронии;
  - с лицами застенчивыми или без чувства юмора — избегать какой-либо иронии.

Также следует помнить, что человеку обычно нравится, если вы:

- начинаете разговор на интересующую его тему или задаете вопросы, на которые приятно отвечать;
- помните его имя;
- искренне даете объекту почувствовать его значительность и превосходство в какой-нибудь области;
- проявляете внимание к объекту, и предоставляете ему возможность что-нибудь рассказать о себе;
- излагаете свое мнение — которое полностью совпадает с мнением объекта (это ему понравится и расположит вас к нему, а значит, через время можете смело начинать программировать его психику, потому что вследствие доверия к вам барьер критичности психики вашего собеседника заметно ослабнет, и исходящая от вас информация будет беспрепятственно проникать в его мозг, откладываясь в памяти и в последующем влияя на сознание, а значит и на поступки такого индивида, ставшего объектом ваших манипуляций).

---

Очень важно помнить, что для того, чтобы установился раппорт (раппорт - устойчивая психологическая связь между вами и собеседником, во время которой ваш собеседник будет пребывать в гипнотической зависимости от вас, хотя и не будет при этом спать), так вот, чтобы установился раппорт – необходимо общаться даже с незнакомым ранее объектом как со своим старым знакомым. При этом, если вы не знакомы с объектом, следует по его внешнему виду и повадкам максимально близко выявить его сущность (психоэмоциональный уклад), и далее уже в соответствии с этим строить свое общение с этим субъектом, исходя из необходимости сразу, с первых минут разговора, расположить его к себе. Тогда, позже, станет легче воздействовать на его психику в русле программирования мыслей, поступков, и различных реакций организма.

В случае, если только предполагается контакт с объектом, можно инициировать следующие способы установления подобного контакта:

1. Провоцирование объекта на оказание вам помощи:

— симулирование падения на улице, внезапной слабости и иных симптомов, связанных со здоровьем;

— имитация неловкости, выронив в удобный момент что-либо из рук;

— «забывание» своей вещи рядом с объектом;

— обращение с просьбой дать закурить или подсказать несложную (улицу, магазин, время...) информацию;

— провоцирование сочувствия к вашей беспомощности (сломанная машина, тяжелые вещи и т.п.); наиболее подходит для женщин.

---

## 2. Прибегание к помощи, которую оказываете объекту вы:

— четкое использование случайной или организованной неловкости объекта в связи с недостатком информации о чем-либо (показать определенное место, объяснить как что-то сделать, и т.п.);

— ловкое задействование случайной, предусмотренной или созданной потребности для объекта в какой-либо услуге (пособить в наладке машины, предложить лишний билетик, подвезти куда-либо и т.п.);

— ненавязчивое предложение себя объекту в качестве человека, необходимого ему в данный момент времени (для «изливания души», для распития алкогольных напитков, для игры в карты или шахматы и т.п.);

— имитация нападения на объект преступного элемента и «спасение» его в минуты «угрозы для жизни».

## 3. Знакомство через общих знакомых:

— якобы случайная встреча у определенных лиц (от которых вы предварительно получили информацию, что у них будет объект);

— непосредственная просьба к общему знакомому познакомить вас;

— подведение общего знакомого к мысли свести вас как людей с общим увлечением (хобби) или способных быть полезными друг другу (прямой просьбы при этом нет);

— заинтересовывание общего знакомого его личной выгодой в вашем знакомстве с объектом.

4. Знакомство на различных культурных или спортивных мероприятиях (в кино, театре, на концерте, стадионе и т.п.) путем

---

предварительного обеспечения себя якобы случайным соседством с объектом (билетами от общего знакомого и т.п.):

— подключение к эмоциональному реагированию объекта на зрелище;

— инсценирование роли «новичка», интересующегося мнением «специалиста»;

— выдача безадресных замечаний, могущих заинтересовать объект;

— кратковременное оставление своего места с просьбой присмотреть за ним.

5. Знакомство в очередях (в магазине, в кассе вокзала, проч.), учитывая, что общность ситуации сближает людей:

— организация общего разговора на какую-либо актуальную тему (путем подачи безадресных реплик или реагирования на таковые);

— кратковременное покидание очереди с просьбой присмотреть за оставляемой вещью и местом.

6. Знакомство на основе хобби:

— занятие одним делом с объектом (тренировка в одном фитнес-центре, бег по утрам, посещение магазина и т.п.);

— обращение к нужному человеку по чьей-то рекомендации (предложение о покупке или обмене, просьба о консультации и т.п.).

7. Знакомство через детей (в поездах, парках, детских садах и т.п.):

— дружба детей, которые в итоге и сводят вас с объектом;

— оказание помощи ребенку объекта на глазах у объекта (поднять упавшего, отогнать собаку и т.п.);



---

— инсценирование пропажи ребенка и разыгрывание роли его спасителя.

8. Вызов интереса к себе (инициатива знакомства здесь должна исходить от объекта):

— зная слабости объекта, привлечение его внимания игрой на этих слабостях (для женщин, если объект мужчина, имитация сексуальной заинтересованности, и т.п.; для всех категорий — привлечение внимания с помощью одежды, шуток, анекдотов, оригинальных суждений, интересной информации, притягательных намеков о своих возможностях что-то достать, нечто узнать, куда-то устроить и т.п.);

9. Ряд других способов в зависимости от информации, имеющейся на объект. При этом необходимо иметь в запасе несколько различных вариантов подобного рода установления отношений с объектом. Желательно не проявлять слишком явный интерес к объекту, тем более, слишком явно договариваться на последующие встречи, но и совсем упускать контакт нельзя, помня о том, что если вы не будете напоминать о себе — о вас попросту забудут. Поэтому желательно чтобы инициатива о следующей встрече исходила от объекта.

Основными побуждениями к более частому общению могут служить:

- потребность в доминировании;
- потребность во внутреннем комфорте;
- потребность в самоутверждении;
- потребность в сочувствии и понимании;
- давление со стороны других;
- деловое сотрудничество.

---

При этом завязавшееся знакомство необходимо развивать дальше. Для этого могут служить такие психологические приемы, как случайные встречи (театр, кино, магазин, проч.), игра на слабостях и проблемах (дать деньги в долг, достать дефицитный товар, например билеты в театр или на концерт, и т.п.), инсценирование неприятностей и неожиданное предложение в минуты отчаяния нового знакомого «помочь их устранить», и т.п.

Если контакт устоялся и объект оказался «на крючке», желательно слегка снизить вашу активность. Объекту необходимо показать кто вы, а кто он, для этого желательно применить особые психологические приемы, которые бессознательно укажут объекту, что ему необходимо понимать, что вы стоите выше чем он в этой жизни, а значит, вы не должны быть как другие, в т.ч. и как объект, поэтому необходимо создать некую едва уловимую дистанцию между собой и объектом, но так, что если бы вы поманили его — он тут же, бросив все, прибежал бы к вам, в искренней готовности выполнить любую вашу просьбу.

В случае если контакт по каким-то причинам срывается, или только предстоит контакт с неизвестным лицом, необходимо внимательно следить за следующими компонентами объекта: мимикой, жестами, тембром голоса, пауз в речи, походкой, движениями глаз, оговорками, повторениями в словах, возникающими ассоциациями у объекта, выбор им тем для разговора и проч. Для этого необходимо выявить объект на предмет правды и лжи, для чего, помимо прочего, следует вынудить рассказывать о себе, причем периодически, через определенный промежуток времени задавать как бы невзначай уточняющие вопросы по теме предмета его недавнего рассказа, и

---

тем самым сопоставлять озвученные ранее объектом факты. При этом ваша мимика и тембр речи должен быть максимально нейтральными, чтобы в случае если заметите у объекта тень недоверия, успеть вовремя подыграть ему, искусственно приняв его точку зрения (а самому тут же сделать надлежащие выводы).

Так же необходимо помнить, что:

- декларируемые установки людей мало связаны с их невербальным поведением (говорят одно, а делают другое);
- эмоции, вызванные заочной оценкой ситуации, часто бывают сильнее, чем возникающие при реальном контакте с такой ситуацией;
- человек быстрый и смелый в беседе может оказаться совершенно иным в экстремальной ситуации;
- человек раскрывается, когда рассказывает о себе;
- собеседник познается в споре;
- ни в чем так не проявляется характер людей как в том, что они находят смешным;
- манера смеяться является самым хорошим показателем характера человека;
- разговоры на отвлеченную тему позволяют определить интеллект, сметливость, ловкость, реакцию собеседника;
- чтобы понять симпатии и антипатии объекта, области приемлемого для него и определяющие мотивации, следует прояснить его отношение к различным известным вам личностям (историческим, киногероям, литературным персонажам и проч.);
- чем жестче стереотип, тем большую эмоцию вызывает любая попытка подвергнуть его сомнению;

- 
- ответная реакция на утверждение всегда содержит больше информации, чем ответ на точно сформулированный вопрос;
  - перемена (ухудшение) погоды часто вызывает апатию и замедление реакции;
  - не следует принимать молчание за внимание (это может быть лишь погруженность в собственные мысли);
  - когда объект во всем вас понимает и соглашается — следует с опаской доверять такому пониманию;
  - человеку свойственно преувеличивать ценность событий подтверждающих его гипотезу и недооценивать информацию, заключающуюся в противоречащих ей фактах;
  - тревожный человек охотнее обсуждает свои слабости и недостатки, чем не тревожный;
  - следует помнить, что объект слышит и понимает намного меньше, чем хочет показать;
  - стоит человеку в чем-то проявить себя лидером, как на него и в других ситуациях будут смотреть как на лидера;
  - поведение человека чаще всего меняется на публике по сравнению с поведением в одиночестве.

Также следует обращать внимание, что в общении с другими человек часто руководствуется следующими категориями, исходящими из психологического понимания личности:

- слишком жаркая погода часто действует удручающе на человека, поэтому рекомендуется важные встречи производить в прохладное время; однако, если необходимо проводить в общении какое-то свое воздействие, то следует помнить, что в жаркое время

---

человек уже немного находится в суггестивном (внушаемом) состоянии сознания;

— доверительный контакт, для лучшего восприятия индивида, рекомендуется поводить в спокойной обстановке, без громкой музыки и лишнего шума, отвлекающего объект от восприятия вашей информации;

— объект более восприимчив в состоянии сильных эмоций;

— если вы можете оказаться чем-то полезным объекту, он будет с большим вниманием слушать вас, а значит и становится более подвержен манипуляциям и вашему воздействию на его психику;

— ваша уверенность и искренняя убежденность в то, о чем вы излагаете, всегда подкупает объект;

— начиная разговор, необходимо говорить с объектом на привычном ему языке (если это простой человек — говорите проще; если ученым — вставляйте научные термины, и т.п.);

— помните, что люди любят рассказывать о себе;

— начав беседу, попытайтесь организовать благожелательную атмосферу такими вопросами, на которые человек ответит «да» с заметным удовольствием; тем самым завоевывается доверие собеседника;

— приятно беседовать с людьми, имеющими оживленное лицо и экспрессивные жесты, а также с теми, кто спонтанно принимает непринужденную позу;

— общаясь с объектом желательно подстраиваться под его эмоциональное состояние и отзеркаливать его позу;

---

— устойчивый контакт глазами с объектом выказывает вашу заинтересованность и вдохновляет объект на продолжение монолога;

— ваше искреннее сопереживание объекту способствует его большей откровенности;

— любому человеку нравится, когда ему сообщают приятные вещи;

— грамотно (ненавязчиво; по ситуации) используйте комплименты;

— не следует слишком много задавать объекту вопросов, чтобы это не походило на допрос и бессознательно не вызвало зажатость объекта;

— следует меньше говорить о себе;

— необходимо улыбаться во время общения с объектом;

— нельзя льстить, казаться высокомерным, быть грубым, угрюмым, болтливым, давать непрошенные советы.

Заканчивая диалог с объектом ваших манипуляций, помните, что необходимо уметь вовремя остановиться, иначе эффективность проведенного контакта значительно понизится. При этом нечеткий и невыразительный конец беседы способен развеять благоприятное впечатление от всех ваших высказываний, потому что последние фразы разговора запоминаются лучше всего.

В общении с объектом необходимо обращать внимание на жесты его тела. Обычно они выдают истинные взгляды объекта, так как мимика и жесты (как и оговорки, описки, и т.п.) являются бессознательным проявлением истинного взгляда человека на тот или иной вопрос.

---

Возможны следующие непроизвольные (бессознательные) реакции тела:

- покраснение лица (иной раз пятнами) — стыд, гнев;
- побеление лица — страх, признак виновности;
- расширение зрачков — интерес, удовольствие, согласие, сильная боль;

- сужение зрачков — неудовольствие, отвергание;
- усиленные биения пульса на венах рук или артериях шеи (подергивание галстука на шее из-за активного сердцебиения)
- тревога, страх, стыд, обман;

- снижение частоты пульса — повышенное внимание;
- быстрое или поверхностное дыхание — внутреннее напряжение;

- короткое дыхание через нос — злость;
- нарушение дыхания, спазматические движения горла и рефлекторные сглатывания слюны — тревога, стыд, обман;

- пересыхание рта (сглатывания, облизывание губ, жажда) — страх, обман;

- внезапное обнажение зубов — признак ярости, агрессивность;

- испарина, пот — гнев, смущение, нервозность, обман;
- дрожь (в пальцах рук и ног, мышцах лица) — внутреннее напряжение, страх, обман;

- скрип зубами — сильнейшая нервозность, стресс, отсутствие возможности осуществить задуманное.

По позам объекта также становится возможным выяснить его истинные намерения:

- Уверенность в себе.

---

Приподнятый подбородок. Руки могут сцепляться за спиной, упираться в бока, засовываться в карманы при оставлении больших пальцев снаружи и др. Если в таком состоянии объект садится на стул, но он словно «оседлывает» его. Или садится, и забрасывает ноги на стол или подоконник. Руки при этом могут закладываться за голову, либо соединяются концами пальцев при разведении ладоней. Глаза почти прикрыты веками, так что смотреть приходится при запрокинутой назад голове. Улыбка с припущенными бровями. Решительность и лаконичность речи. Скупость в передаче деловой информации. Повышенная заинтересованность проблемами, целями и обязанностями других. Спокойствие.

— Осознание своей слабости.

Убирание рук за спину с захватыванием одной рукой запястья другой. Стремление опереться на что-либо или прислониться к чему-либо. Вымученная улыбка. Сомнения в подборе слов и прерываемая речь. Поспешность и готовность в выдаче информации. Суетливость.

— Воля к сопротивлению.

Средняя громкость голоса, твердый холодный тон, четкая артикуляция, медленный темп и ритмичное течение речи, точная дикция...

— Внутреннее напряжение.

Зжатость в позах и движениях, стремление опереться или прислониться к чему-либо, скрещенные лодыжки у сидящего. Предельно сцепленные между собой руки, излишне частое сбивание пепла с горящей сигареты. Изменение тембра голоса, внезапные спазмы гортани, скрип зубами, заикание,



---

несоответствующий моменту хохот, увеличение числа шаблонных фраз, пренебрежение речевыми паузами, использование в речи слов с ласкательными и уменьшительными суффиксами.

— Усталость или угнетенность.

Тусклый и остекленелый взгляд, замедленная речь, мягкий и приглушенный голос, с падением интонации к концу отдельной фразы.

— Враждебность.

Отодвигание от партнера, сжимание кулаков при скрещенных руках, отклон головы назад и обрывание чужой речи. Пристальный или настойчивый взгляд в глаза с резко уменьшенными зрачками.

— Нервозность и неуверенность.

Суегливость, частая перемена позы, чрезмерная жестикуляция, движения руки поперек тела (взять или поправить что-то), покусывание ногтей, отбрасывание «мешающих» волос со лба, усиленная мимика рта, закусывание губ, высокий и пронзительный голос, быстрая речь, испарина, пот.

— Хорошее настроение.

Улыбка на лице, активная жестикуляция, расширенные зрачки, расстегнутый пиджак, бодрое насвистывание какой-либо мелодии, пускание дыма от сигареты вверх, общительность...

— Плохое настроение.

Походка с волочением ног, заметно суженные зрачки, взгляд, устремленный к земле, пускание дыма от сигареты вниз, замедленная речь, угрюмое молчание, раздраженный голос, придирки к совершенно безобидным словам и провоцирование на ссору, враждебность.

---

В ответ на внешний раздражитель (слово, фразу, действия) объект может реагировать следующим образом, позволяющим раскрыть его внутреннее мнение о происходящем:

— удовольствие — значительное расширение зрачков, активно расплывающаяся по лицу улыбка и мелодичный голос;

— неудовольствие — сужение зрачков, резкие удары ногой по земле или воздуху;

— заинтересованность — склонение головы набок, взгляд искоса, сопровождаемый при этом улыбкой или слегка приподнятыми бровями, вытаскивание сигареты изо рта;

— скука — смещение взгляда на соседствующие предметы и в потолок, сугубо механическое рисование чего-то на бумаге;

— смущение, стыд — закрытие, а также опускание и отведение глаз, покраснение (иной раз пятнами) лица, усиленный пульс крови, отслеживаемый в венах рук или артериях шеи, затруднения дыхания, испарина, пот;

— недоверие — складывание рук на груди, почесывание пальцем спинки носа, отвод и возвращение взгляда назад;

— неодобрение и несогласие — покачивание головой из стороны в сторону, сбивание «ворсинок» с одежды, скрещивание рук на груди, растягивание речевых пауз;

— ложь — отводы взгляда в сторону и книзу, почесывание века пальцем и растирание ладонью затылка, прикрывание рта рукой в моменты речи, «бегающие глаза», частое моргание, пересыхание рта (сглатывание слюны, облизывание губ, жажда), судорожные движения горла, проблемы с дыханием, усиленные пульсации крови, отмеченные в венах рук или артериях шеи, испарина и пот, дрожь в мышцах тела (пальцах конечностей,

---

фрагментах лица), возникновение в диалоге речевых недостатков вроде повтора слов или обрыва фраз на полуслове (перед обманом), форсирование громкости речи, а также заикание и покашливание;

— страх — заметно выраженное побледнение лица, пересыхание рта (сглатывание слюны, облизывание губ, жажда), проявленное биение пульса в венах рук или артериях шеи, дрожь в пальцах рук и мышцах лица, высокий голос, «бегающие глаза»;

— виновность — некие изменения в цвете лица (побледнение);

— злость (гнев) — сжатие кулаков, пощипывание ладони, «свиристель» раздавливание сигареты в пепельнице, пинание или грубое отбрасывание чего-либо, испарина и пот, значительное покраснение (иной раз пятнами) лица, короткое и шумное дыхание через нос;

— вероятность нападения — резкое побеление лица, внезапное сужение зрачков, оскаливание зубов.

Поэтому, общаясь с объектом, необходимо обращать внимание на:

— величину зрачков (сужение или расширение);

— цвет лица (побеление или покраснение);

— биение пульса (на шее, на висках и на запястьях рук);

— дыхание (по колебаниям грудной клетки, а также по ямочке у основания шеи);

— сухость рта (по сглатыванию слюны или облизыванию губ);

— потливость кожи (на ладонях рук и лице);

---

— тремор мышц (дрожь в руках, в пальцах конечностей и в некоторых частях лица).

Для налаживания контакта с объектом следует помнить о следующих способах.

1. Проявляйте искренний интерес к другим людям.
  2. Улыбайтесь.
  3. Помните, что человеку приятно слышать свое имя.
  4. Будьте хорошим слушателем. Поощряйте других рассказывать о себе.
  5. Ведите разговор в кругу интересов вашего собеседника.
  6. Давайте людям почувствовать их значительность.
- Двенадцать способов убеждать в своей точке зрения:
1. Уклониться от спора.
  2. Никогда не говорить человеку, что он не прав.
  3. Если вы не правы, признайте это честно.
  4. Сразу покажите свое дружеское расположение.
  5. Пусть ваш собеседник с самого начала будет отвечать вам «да».
  6. Дайте собеседнику выговориться.
  7. Пусть ваш собеседник почувствует, что идея принадлежит ему.
  8. Попытайтесь увидеть вещи с точки зрения другого.
  9. Проявляйте сочувствие к мыслям и желаниям собеседника.
  10. Взывайте к благородным побуждениям.
  11. Придавайте своим идеям наглядность, инсценируйте их.
  12. Бросайте вызов.

---

Способы изменить точку зрения собеседника:

1. Начинайте с похвалы и искреннего признания его достоинства.
  2. Обращайте внимание на ошибки собеседника, делая это в косвенной форме.
  3. Прежде, чем критиковать, скажите о своих собственных ошибках.
  4. Задавайте вопросы вместо того, чтобы отдавать приказы.
  5. Дайте возможность человеку спасти свое лицо.
  6. Хвалите собеседника за каждый даже самый скромный успех и не скупитесь на похвалу.
  7. Создайте человеку доброе имя, чтобы он стал жить в соответствии с ним.
  8. Пользуйтесь поощрением. Сделайте так, чтобы недостаток, который вы хотите в человеке исправить, выглядел легко исправимым, а дело, которым вы хотите его увлечь, легко выполнимым.
  9. Делайте так, чтобы людям было приятно исполнить то, что вы хотите.
- И самое главное – относитесь к людям так, как хотели бы, чтобы они относились к вам.

**Внушение – как средство манипулирования для лидера.**

Любые поступки человека продиктованы первоначально полученным внушением. Внушение может исходить как из внутренних побуждений (самовнушение), так и быть получено от других людей (гетеровнушение). Внушение становится

---

возможным в результате быстрого перехода клеток головного мозга в тормозное состояние. Поэтому основным психофизиологическим механизмом внушения является разорванность в результате снижения тонуса коры больших полушарий головного мозга слаженной работы коры мозга и возникновение функциональной нервно-психической разобщенности всей корковой деятельности.

Внушение — это процесс воздействия на психическую сферу человека, связанный со снижением сознательности и критичности при восприятии и реализации внушаемого содержания, с отсутствием целенаправленного активного его понимания, развернутого логического анализа и оценки в соотношении с прошлым опытом и данным состоянием субъекта. Внушение становится возможным тогда, когда удается снизить критичность сознания психики.

Внушение (суггестия) – это непосредственное воздействие речи (информации), имеющей определенную смысловую значимость или императивный, повелительный характер, на психофизиологические функции и поведенческие реакции человека, к которому обращена речь.

Внушаемость — степень восприимчивости к внушению — определяется субъективной готовностью подвергнуться и подчиниться директивному воздействию.

Гипнабельность — характеризует степень и амплитуду лабильности нервной системы человека, его готовность переходить в измененные состояния психики.

Внушение становится возможным, когда удается воздействовать на человека в обход его критической личности.

---

Поэтому внушение происходит при раздражении словом, заключающим в себе приказ гипнотизера, больших полушарий коры головного мозга, в результате чего вызывается эмоция из-за раздражения подкорки, и рождаемое вследствие этого отрицательная индукция благодаря малому сопротивлению распространяется на всю кору головного мозга. Таким образом, слово или приказ являются изолированными от всех влияний, и человеку уже ничего не остается, как подчиняться. Другими словами, внушение – это условный рефлекс.

Внушение вызывает ощущения, представления, эмоциональные состояния и волевые побуждения, а также оказывает воздействие на вегетативные функции без активного участия личности, без логической переработки воспринимаемого. Внушение можно использовать в любом виде общения, и в т.ч. в воспитании детей, потому что дети всегда находятся в состоянии первой стадии гипноза. Поэтому и легко обучаются дети как раз благодаря этому состоянию.

Нейрофизиологически внушение объясняется предварительным формированием очагового возбуждения в коре головного мозга, которое далее переходит в психологическую установку, и служит образованию паттерна поведения. Причем, устойчивые связи (установки или паттерны поведения) бессознательно оказывают влияние на психику человека, а значит влияют на его жизнь. Поэтому любые мысли, а значит и поступки человека — результат имеющихся в его психике доминант (установок, паттернов поведения).

Мысли и поступки человека не носят произвольный характер, а являются следствием сформировавшихся ранее в коре

---

головного мозга очаговых возбуждений, приводящих к паттернам поведения и установкам в подсознании.

Существуют пассивные доминанты, вследствие чего наступает состояние схожее с трансовым. То есть, если активная доминанта означает, что в коре головного мозга формируется активный очаг возбуждения коры, и вследствие этого наблюдается временное затишье соседних участков мозга, то пассивная доминанта, в этом случае, автоматически тормозит и подчиняет себе все соседние участки коры головного мозга, постепенно выключает все органы чувств кроме одного: гипнотик слышит только голос гипнотизера. Таким образом генерируется транс, т.е. измененное состояние сознания, когда максимально ослаблена (выключена цензура психики), а значит любая информация, подаваемая в данный момент, прочно отложится в подсознании и далее будет служить руководством к действию (посредством в т.ч. и сформировавшихся паттернов поведения).

Следует обратить особое внимание на то обстоятельство, что внушение в неизменном виде присутствует в нашей жизни. Всегда и везде. Любое общение — это внушение одного лица другому. Выступление или речь оратора перед собранием народа — внушение. Внушение словом, жестами, мимикой, интонацией голоса и т.п.

Как известно, информация улавливается психикой человека посредством трех репрезентативных (визуальная, аудиальная, кинестетическая) и двух сигнальных систем (чувства и речь). Любая информация, которая проходит в зоне восприятия репрезентативных и сигнальных систем человека практически в неизменном виде откладывается в его подсознании и



---

трансформируется там, смешиваясь с уже имеющейся информацией, и тем самым усиливает и закрепляет старые установки (паттерны поведения) или формирует новые. Таким образом формируется личное бессознательное. Однако существует еще один (дополнительный) способ формирования бессознательного, это коллективное бессознательное. В этом случае следует говорить о том, что весь опыт человечества, опыт предшествующих поколений представлен в бессознательном любого человека. Именно потому в состоянии гипнотического транса человек может делать то, навыков чего в сознательной жизни он не имел (например, водить машину, первоклассно драться на мечах, профессионально ездить на лошади, и т.п.).

Говоря о внушении, следует заметить, что под внушением объединяются три последовательных процесса.

Первый — это внушение программы поведения, передаваемой через одного человека другому человеку или массе (толпе). В этом случае активируется процесс самовнушения, а значит, источник и исполнитель программы совмещаются в одном человеке.

Второй процесс — мозговые психофизиологические механизмы, обеспечивающие исполнение привитой ранее программы.

Третий — выход психонервного процесса на исполнительные системы.

В таком случае поведение, восприятие и телесные функции становятся адекватной привитой ранее программе. А само внушение завершается превращением программы в действие.

---

Внушение – это закономерное психическое явление. Внушение может быть положительным и отрицательным. В последнем случае таким внушением активно пользуются люди с криминальным видением мира, которых на самом деле очень много, особенно если брать во внимание, что почти у каждого из индивидов имеется свой собственный взгляд на те или иные вопросы, а значит и на методы достижения обозначенных в подсознании результатов.

Так устроена психика человека, что у каждого есть какая-то тайна, что-то, о чем он не хотел бы, чтобы знали окружающие. А если есть тайна, то существует и тайная цель у такого человека.

Выбор цели зависит от интеллекта, прожитого опыта, образования, социального окружения и т.д. Тайное желание присутствует в бессознательном и до какого-то времени не осознается психикой. Но если не осознается, это не значит, что не существует. Существует! И только анализируя человека (его поступки, слова, и т.п.) можно понять его истинные, т.е. бессознательные, намерения. Причем особенно неприятные ситуации психика сама вытесняет в подсознание (бессознательное). А когда их удастся извлечь из подсознания — они исчезают. На этом построен психоанализ и большинство других психотерапевтических методик, когда соблюдается главный принцип: при осознании наступает исцеление и избавление от страданий. Другой вопрос, что существует определенная категория индивидов, которые не желают знать о себе больше, потому как в этом случае может наступить противоречие с имеющимся у каждого мнением о себе (а большинство людей всегда видит окружающий мир

---

исключительно со своей плоскости восприятия, поэтому и не замечает многого, что видят другие). В этом случае нарушение внутренних установок (мнения данного человека) могут позволить себе только уверенные в себе люди. Такие люди, чаще всего, как показывает практика, люди образованные, стремящиеся добиться в этой жизни большего, чем другие. И не обязательно это большее может измеряться в финансовых показателях. Хотя и следует говорить, что если все схемы выстроены правильно, то финансовый вопрос постепенно снимается с повестки дня, не отвлекая человека на выживание, потому как умеренная обеспеченность и возможность позволить себе многое, а то и все, что необходимо — помогает двигаться далее на пути достижения своей цели. И за несколько философски расплывчатым объяснением скрывается истина. Хотя и каждый такую истину зачастую понимает по-своему.

Существует такой феномен психики, как мнительность человека. Известный врачам пример — это болезнь студентов медицинского вуза на определенном курсе. Будучи совершенно здоровыми и занимаясь изучением какой-либо дисциплины, они вдруг ни с того ни с сего находят у себя подобное заболевание, явно представляя в реалии не только всю симптоматику, но и последствия болезни.

Считается, что между мнительностью, суеверием и внушением нет большой разницы. Чтобы стать действенным, внушающий импульс должен быть не только воспринят, но и переработан лицом, получившим информацию; причем процесс переработки образов не остается пассивным, а осуществляется благодаря соответствующей установке этого лица.

---

Вернемся к внушению. Наиболее эффективным внушение оказывается тогда, когда действует наряду с убеждением и активно воздействует на чувства, вызывая эмоции. В таком случае ослабляется цензура психики, и информация беспрепятственно проходит и в подсознание и в сознание. В первом случае индивид бессознательно выполняет раннее заложенные в его мозг установки (посредством того обстоятельства что информация из бессознательного раньше или позже переходит в сознание, хотя, как мы заметили, может и не до конца осознаваться таким индивидом). Во втором — если информация сразу, минуя цензуру психики, перешла в сознание, то это уже руководство к действию. Причем и в этом случае такой человек может совершать поступки, до конца не осознавая их (например, действуя в состоянии транса, или измененных состояний сознания).

Чтобы лучше понимать суть вопроса, кратко рассмотрим психику.

У человека два полушария головного мозга — левое и правое. В мозге выделяют кору головного мозга и подкорковые, сублимinalные глубинные структуры. Поверхность коры и глубинные структуры разбиты на участки, управляющие различными функциями организма. Кора головного мозга обеспечивает физиологию сознательной жизни (осознавание действительности), а подкорковые, сублимinalные слои мозга — бессознательную деятельность. Левое полушарие мозга принимает поступающую информацию, верифицирует ее, подвергая анализу. Правое полушарие — бессознательное. Левое полушарие — логика, правое — чувства. Это очень важно помнить при воздействии на человека в бодрственном состоянии, в т.н. гипнозе

---

наяву, или в одной из его разновидностей — т.н. цыганском гипнозе.

По структуре психика состоит из трех составляющих: сознания, подсознания (бессознательного), и цензуры психики (барьер критичности на пути поступающей из внешнего мира информации). Цензура психики располагается между сознанием и бессознательным. Прием и обработку информации, поступающей из внешней среды осуществляет нервная система через процесс восприятия раздражения рецепторами.

Нервная система состоит из головного и спинного мозга, а также из проводящих путей, соединяющих рецепторы (глаза, уши и др.) с эффекторами (мышцы, железы и др.).

Нервные клетки состоят из нескольких миллиардов нейронов, которые делятся на две категории: нейроны центральной нервной системы (головной и спинной мозг) и нейроны периферической нервной системы (черепно-мозговые и спинномозговые нервы).

Нейроны состоят из тела клетки, содержащего ядро, и отростков — одного аксона и одного или нескольких дендритов. Нейроны подразделяются на сенсорные (чувствительные), моторные (двигательные) и вставочные. Нервный импульс идет по пути, состоящему из трех нейронов: одного сенсорного, одного вставочного и одного моторного. Скорость прохождения информации по нервному волокну зависит от состояния самого волокна. Начинается такое движение после раздражения (т.е. после начала поступления информации и воздействия ее на репрезентативные или сигнальные системы). Аксоны и дендриты в нервных стволах объединяются в общей соединительной

---

оболочке. Соединение между последовательными нейронами называется синапсом. Через синаптическое соединение нервный информационный импульс передается с кончика аксона одного нейрона на дендрит следующего путем выделения у кончика аксона определенных химических веществ, которые вызывают появление нервного импульса в дендрите следующего аксона. Передача возбуждения через синапс происходит следующим образом: в чувствительных нейронах она идет от органов чувств к спинному и головному мозгу, а в двигательных — от головного и спинного мозга к мышцам и железам (т.е. происходит только в одном направлении). Направление информации определяется синапсом, потому что вещество, передающее информацию на другой нейрон, способен выделять только кончик аксона.

Основные информационные потоки в головной мозг идут через спинной мозг. Спинной мозг выполняет две важные функции: передает информационные импульсы, идущие в головной мозг и из головного мозга, и служит рефлекторным центром.

Головной мозг обеспечивает прием и переработку информации, а также создание программ собственных действий и контроль за их успешным выполнением. В головном мозге выделяют шесть отделов: продолговатый мозг, варолиев мост, мозжечок, средний мозг, таламус и большие полушария. Каждое полушарие мозга контролирует противоположную часть тела (правое полушарие головного мозга — левую половину тела, а левое полушарие — правую). Кору головного мозга необходимо рассматривать как самоуправляемую систему. Система корковой саморегуляции — это система взаимодействия между клетками и

---

той информацией, которая в них содержится. Подобное взаимодействие обеспечивает возникновение целостных картин.

Структура мозговой регуляции психической деятельности позволяет подойти к пониманию гипноза. Гипнотическое состояние возникает под воздействием внушающего слова гипнотизера и (или) разного рода монотонных воздействий. В итоге человек засыпает гипнотическим сном, попадает в измененное состояние сознания, состояние транса, и т.п., то есть временно теряет контроль действительности благодаря купированию информации, поступающей из внешнего мира (за исключением слов гипнотизера, который данный факт в некоторых случаях подчеркивает).

Во время гипнотического сна клетки лобных долей головного мозга затормаживаются и отключаются. Процесс торможения клеток лобных долей и приводит к состоянию сна, наблюдаемому в гипнозе. Что касается других отделов коры головного мозга, то они могут бодрствовать. Их активность обусловлена тем, что отключен высший регулятор. Связующим звеном между высшей лобной регуляцией и всеми познавательными процессами является речь. Речевые зоны коры находятся в задней части лобной доли. Гипнотизер использует речь как способ управления психикой гипнотика. Подробнее о механизмах осуществления гипнотического воздействия и происходящих в связи с этим изменений в мозге человека мы рассматриваем в соответствующей главе нашей книги, а сейчас вернемся к внушению.

Внушение становится возможным в результате того, что происходит воздействие на правое (бессознательное) полушарие

---

мозга. В этом случае временно отключается левое полушарие, а значит гипнотик не воспринимает речь гипнотизера с помощью логического левого полушария, а воспринимает то, что должно произойти — так, как будто это уже произошло. Внушение в этом случае может происходить в двух вариантах: в состоянии гипнотического сна (классический вариант гипноза) и в состоянии бодрственного состояния, т.е. гипноза наяву, гипноза с открытыми глазами. Это современный гипноз. Гипноз возможен благодаря воображению, благодаря которому гипнотик воспринимает образы, рождаемые речью гипнотизера. Образы могут быть из прошлого, из будущего, из настоящего. При эмоциональной пресыщенности воображения возможно появление галлюцинаций, которые можно вызывать и искусственным путем.

Так как воображение становится внушением, когда преобразовывается в реальность, то необходимо говорить о том, что внушение — это чувственно переживаемое воображение, которое и воздействует на человека как реальность.

Известно, что в основе деятельности мозга лежат условные рефлексы. Благодаря условным рефлексам мозг способен устанавливать устойчивые связи с внешним миром. При этом работа мозга не только не оторвана от деятельности организма, но и хорошо известно, что если мысленно воспроизводить какое-то движение или действие — мозг получает точно такие же сигналы, как если бы такое действие производилось в реальности. Отсюда мы можем говорить, что для мозга человека совершенно безразлично, совершается какая-то работа на самом деле, или же только мысленно воспроизводится. Сигналы мозг получает равнозначные. А при должной развитости воображения — и даже



---

более четко выраженные. Становится возможным это, потому что мозг, управляющий через различные нервы всеми органами нашего тела, связан с ними. Например, вы думаете о предстоящем через минуту беге, а ваше сердце уже бьется чаще, обильнее снабжая мышцы ног кровью. Вы только подумали в гневе о вашем противнике, а ваши руки уже напряжены. Вы переходите по узкой перекладине с мыслью, как бы здесь не оступиться, и сейчас же произойдет слабое непроизвольное движение, и вы упадете. Эти едва заметные движения мышц сопутствуют мыслям, и называются идеомоторным движением (весьма, кстати, распространенным в практике спорта).

Другими словами, когда вы думаете об определенном движении, вы его невольно, этого не замечая, производите.

Наряду с внушением известно понятие внушаемости. Внушаемость — это степень восприимчивости к внушению, определяемая субъективной готовностью подвергнуться и подчиниться внушающему воздействию, или готовность изменить поведение не на основании разумных, логических доводов или мотивов, а по одному лишь требованию или предложению, которое исходит от другого лица или группы людей. При этом человек не отдает себе отчета в том, что выполняет чей-то приказ, считая, что его действия продиктованы собственным желанием.

Реализации внушения содействует психологическая установка и конформность.

Психологическая установка -- это готовность человека к определенной деятельности или восприятию, т.е. готовность принять внушение. Чем больше выражена установка, тем больше

---

внушаемость. Установка снижает барьер критичности, а значит, фактически направляет поведение человека.

Конформность - это бессознательная подстройка поведения человека под поведение других людей, находящихся рядом с ним. Конформность означает что поступки, мнения, взгляды, оценки человека — зависят от поступков, мнения, взглядов и оценок других людей. Кроме того, конформность может проявляться в сопереживании, когда состояние другого человека вы ощущаете как свое собственное. В этом случае уместен термин эмпатия.

И конформность и установка направлены на увеличения эффекта внушения. Причем, если установка располагает к внушению, потому что выражает потребность, которую внушаемый может удовлетворить, то конформность не всегда является неизменным спутником внушения, но необходима людям, которые без подражания (подражание — как основной признак конформности) не могут представить себе какой-либо образ, т.е. конформность в данном случае влияет на воображение.

Внушение разделяется на два вида: прямое внушение (через речь достигается внушение конкретной психической функции, например директивное внушение чтобы прошла боль) и косвенное внушение (внушение достигается с помощью посредника, т.е. опосредованно, например, мы знаем, что, выпив таблетку, снимем боль). Посредством внушения мы можем управлять глубинными биологическими процессами нашего организма.

Известно, что прежде чем приступить к какой-либо деятельности, в мозге человека строится поэтапная модель

---

окончательного результата подобного действия. Например, если мы решили взять со стола карандаш, то об успешности нашей деятельности в головной мозг поступают сигналы из зрительной, тактильной и мышечно-суставной систем. Если мы не достигли цели и промахнулись, в головной мозг поступает информация о рассогласованности действий, и тут же вносится поправка, что позволяет вторую попытку сделать более удачной.

Когда мы рассматриваем эффект внушения, то в данном случае мозговая информационная модель оказывается как бы изолированной от действительности. А в мозг не поступают сигналы от рассогласованности. В итоге, мы можем сидеть дома, за окном идти снег, а при должном уровне внушения нам будет казаться, что находимся мы где-нибудь на пляжах Египта или Турции.

Для усиления воздействия от внушения необходимо соединить воображение с эмоциональным напряжением. Причем, следует еще раз обратить внимание на силу слова, потому что именно речь является необходимой возможностью для начала внушения.

Слово несет в себе гипнотическое воздействие. Закрывающийся в слове элемент суггестии (внушения) оказывает воздействие на психику путем формирования образов, которые в последующем могут подменять и истинную реальность. Возникновение человечества характеризовалось появлением третичных полей коры головного мозга. За счет этих анатомических особенностей человек стал отличаться от животных способностью удерживать в памяти информацию из внешнего мира — и проецировать ее на мир внутренний. Таким

---

образом, первобытный человек стал жить в двух реальностях — внешней и внутренней. Что провоцировало в нем невротическое расстройство. А одной из форм снятия подобного расстройства — была речь, потому что речь обладает суггестивными способностями.

Речь, возникнув из потребности, связанной с трудовой деятельностью, вместе с трудом вывела человека в люди, подчинила его законам социального бытия. Слово — это нить, идущая от человека к человеку, скрепляющая настоящее, связывающее нас с ушедшими поколениями и тянущееся к потомкам. Слово — способ кодирования реальной действительности, средство общения, инструмент сознания мысли, выражение обобщенного (абстрактного) отражения действительности. Мыслей, свободных от языкового материала, не существует.

Таким образом, основным средством внушения является слово. Поэтому любое слово несет в себе гипнотическое воздействие (т.к. слово формирует образы, а образы могут подменять реальность). Мимика и жесты оказывают дополнительное воздействие. При внушении поступающая от суггестора информация влияет на нервно-психические и соматические процессы. С помощью внушения вызываются ощущения, представления, эмоциональные состояния и волевые побуждения, а также оказывается воздействие на вегетативные функции без активного участия личности, без логической переработки получаемой информации.

Люди всегда испытывают потребность в речь, в слове. Если мы доверяем человеку — его слово (речь) уже оказывает на

---

нас суггестивное воздействие, т.е. перед нами внушение. Внушение, которое можно выполнить сразу, или же оно сначала откладывается в подсознании в роли установки, и позже неизменно и длительным образом оказывает влияние на мысли и поведения человека, получившего подобную установку; причем сам человек, зачастую, может и не обратить внимание, что получил когда-то какую-то установку. В этом и сила внушения, что сознанием в большинстве случаев оно не осознается, а прочно сидит в подсознании, руководя жизнью человека.

При этом мы должны говорить о том, что внушаемость свойственна человеку также, как и большинство людей бессознательно желает кому-нибудь подчиняться. В первобытном обществе вождь интуитивно угадывал эффект от собственных слов, хотя и большинство представителей раннего человечества не знали и не понимали силы внушения. В те годы внушение тесно переплеталось с религией. Смерть в результате нарушения табу — ничто иное, как результат предварительного внушения, установки на запрет, нарушение запрета, и в результате этого смерть. Причем, здоровье какого-нибудь первобытного человека могло быть отменным, но в результате нарушения табу он умирал в течение суток.

Первобытный человек боялся того чего не понимал: болезни, явления природы, смерть, все это и другое накладывало отпечаток на психическое понимание жизни таких людей, рождая способы защиты. Одним из способов защиты было внушение. Отсюда рождения первобытной религии. Люди молились, сдабривая богатствами различных богов, в надежде, что те пощадят их. Поэтому тотему и богам часто отдавали самое

---

лучшее, что было в племени: лучшую еду, лучшую одежду, лучшие украшения, лучших девушек. Все для блага избавления от страданий. Внушение в таком случае способствовало усвоению и закреплению в сознании (с последующем переводом в подсознание, и как следствие — формирование коллективного бессознательного) таких религиозно-мифологических мироощущений как антропоморфизм, олицетворение природы, анимизм. И это было естественным явлением. Мир для первобытного человека представлял собой еще большую загадку, чем для человека современного. Первобытные люди понимали окружающий мир в спектре понимания своего племени, своего рода. Отсюда и бессознательные стремления к задабриванию богов средствами, которые были необходимы и самим людям. Постепенно, с развитием человечества, на первый план стали выходить религия и магия, различные обрядовые ритуалы. В этом тоже мы видим внушение. Первобытные люди бессознательно внушали себе что это так, что их ухищрения помогают им, а значит действуют, значит эффективны. Развитие религии и магии способствовало и развитию внушения, так как целиком и полностью базировалось именно на внушении, на вере человека. Именно поэтому в истории мира не существует ни одного народа или племени, в котором не существовал бы бог.

В бессознательном современного человека, как известно, в полной мере представлены табу прошлого. В этом плане практически ничего не изменилось. Активируя тот или иной архетип — возможно и в наше время достаточно легко управлять человеком, который верит в различные предсказания, заклинания, гороскопы и прочую ересь. Ересь, если подходить к этому с

---

материалистических позиций, и вполне научно обоснованное явление — если знать особенности функционирования мозга и иметь представление о внушении. О силе внушения. Внушения — как гипнотического воздействия. Поэтому различные маги и чародеи — фактически не обманывают народ, если обращающиеся к ним люди верят в это. Внешний антураж, который при этом используется, нацелен на создание специфической обстановки, в которой активируются архетипы коллективного бессознательного, психика индивида переводится в бессознательный режим (с замедлением работы сознания посредством перевода в трансовые состояния), а значит, на этом фоне еще сильнее действует голос гипнотизера; пусть и в данном случае в роли гипнотизера выступает какой-нибудь волшебник, маг и чародей. Причем с таким же успехом лечит и священник. Просто в этом случае активируются несколько иные архетипы, но, в общем и целом, любое исцеления становится возможным только благодаря внушению, в данном случае — самовнушению. Именно поэтому когда-то В.М.Бехтерев сказал, что врач не может считаться врачом, если пациент не почувствовал улучшение после первого посещения врача. Сила внушения. Этим объясняется все и вся. И об этом необходимо помнить. Тем более что любая мысль материальна, поэтому если человек чего-то очень сильно захочет — подобное так и случиться. А если он все время «скулит да плачется», находится в подавленном, пессимистичном состоянии, то у него впереди ничего не будет хорошего. А одни неприятности и страдания. И это не мистика, а научный факт, доказанный еще более полутора столетий назад и которому мы находим постоянное подтверждение в нашей жизни. Посмотрите вокруг.

---

Рядом с вами есть люди с вечными проблемами. Лучше (если вы не психолог, психотерапевт или родственник этих людей) держаться от них подальше. Своими проблемами они не исцеляют себя, а только программируют на дальнейшие неудачи. Поэтому пока они не возьмут себя в руки — все у них будет плохо. Мысль имеют материальную направленность. Мысль человека — программирует этого человека на совершение всего, что с ним происходит. Если человек ставит цели и искренне желает этого, а значит и стремится к достижению — он достигает таких целей. Даже если человек только мечтает, уже в какой-то мере он настраивает себя на будущее приближение к достижению намеченного. И тогда ему останется только приложить усилие, и все свершится. Посредством мысли в мозге как бы уже будут проложена колея. Поэтому в какой-то момент случится так, что человек бессознательно начнет выполнять то действие, которое необходимо ему для осуществления, выполнения поставленной ранее в своих мыслях задачи. И это истина, постижение которой способно помочь человеку, ищущему выход из какой-то ситуации, или человеку, стремящемуся достигнуть намеченного. Повторим еще раз. Следует ставить перед собой любые цели. Программируя себя таким образом — мы приближаемся к выполнению поставленных целей. И это все научно объяснимо. К тому же в активной степени применяется в гипнологии (гетеро— и ауто-суггестия).

Внушение зависит от степени внушаемости (гипнабельности) человека. Внушаемость зависит от предварительной установки, т.е. психоэмоциональной готовности принять внушение. Не внушаемых людей не существует. Все в той



---

или иной степени подвержены внушению, только у одних людей подобные способности выражены в большей мере, а у других в меньшей. В педагогике необходимо учитывать то обстоятельство, что дети практически все легко внушаемы (особенно до 12 лет). Именно в детстве в подсознание закладывается большинство установок, от которых трудно, а то и невозможно избавиться во взрослой жизни (по крайней мере, для этого требуется специальная работа, например, перекодирование). Внушением можно произвести любое физиологическое состояние. Если мы внушаем сон — это называется гипнозом. Сон может быть полным и частичным (т.н. разные стадии гипноза: легкая, средняя и сильная, или глубокая стадия). При частичном сне мы говорим о дремотных состояниях, когда человек вроде как спит, и в то же время не спит, а слышит наши команды. В таком состоянии снижается барьер (цензура) психики, поэтому информация от гипнотизера сразу проникает в мозг, и оттуда начинает оказывать свое воздействие.

Таким образом, можно запрограммировать любого человека. Дело специальной психотехники и заданной необходимости — и можно совершить подобное кодирование. Можно на выполнение сиюминутных действий. Можно сделать так, чтобы гипнотик выполнил заданные ему действия через определенный промежуток времени. Через день, например. Или через год. Или через пять лет. В данном случае все зависит от знаний, навыков и таланта гипнотизера. Причем еще раз напомним, что для любого кодирования необязательно погружать пациента в сильный гипнотический сон (т.н. глубокий гипноз), так

---

как зачастую такое внушение осуществляется наяву, т.е. в бодрственном состоянии объекта (гипнотика).

К тому же необходимо говорить, что некоторые люди уже от рождения обладают сильными гипнотическими способностями. Получив такие способности от рождения (в т.ч. и способности к гипнозу наяву) такие люди закрепляют их в процессе социализации и уверенно используют. При этом стоит заметить, что для гипнотизеров, родившихся с данными способностями, дополнительное специальное образование, как правило, идет только на пользу. Образование — и постоянная практика наряду с самообразованием позволит достигнуть еще больших высот в искусстве внушения, ибо из внушения состоит вся наша жизнь, жизнь — как общение отдельных индивидов друг с другом.

Отдельный раздел внушения — внушение в состоянии естественного сна. Во внушенном сне объединяются в одно целое частичный сон (гипноз) и внушение (источник сна). При этом внушенный сон сочетает в себе особенности внушения и частичного сна.

Сон представляет собой сложно организованное функциональное состояние мозга, во время которого отмечаются выраженные физиологические изменения во всех отделах и системах. Организм начинает работать на другом энергетическом уровне.

Наиболее яркой характеристикой сна является его цикличность — чередование фаз медленного (ФМС) и фаз быстрого сна (ФБС). Периодичность состояний бодрствования и сна является циркадным ритмом, и эта ритмичность осуществляется с помощью биологических часов (свойство

---

головного мозга). Во время ФМС (обычного сна) отмечается замедление ритма дыхания и сердечной деятельности, а также появление на ЗЭГ медленных волн. Во время ФБС или сна со сновидениями наблюдаются быстрые движения глаз, изменчивость, нерегулярность вегетативных проявлений (пульса, дыхания и др.). ЭЭГ приближается к наблюдаемой во время бодрствования, хотя и имеет некоторые особенности (вспышки альфа-волн в затылочной области по частоте на 1-2 Гц меньше, чем во время бодрствования, обнаруживается низковольтная активность; вспышки острых волн частотой 2-3 в секунду в центральной области коры, длящиеся несколько секунд и связанные во времени с быстрыми движениями глаз). ФБС чередуется с ФМС, меняется в течение ночи 4-5 раз и длится каждый раз 6-8 мин, занимая около 20-25% всего времени сна. Первый период ФБС наступает через 45-90 мин после засыпания. Как для медленного, так и для быстрого сна характерен перерыв непрерывности потока сознания с утратой способности отдавать себе отчет в месте, времени и окружающем. При сновидениях — переживание иной ситуации. Между состоянием сна и бодрствования существует целая гамма переходов. Сон может быть частичным, а глубина сонного торможения — различной. Во время естественного сна у спящего нередко обнаруживают избирательную чувствительность к определенным раздражителям, в то время как другие (даже более сильные) раздражители могут не оказать заметного влияния. Это возможно в тех случаях, когда во время сна участки бодрствования образуют сторожевые пункты. Через него спящий может поддерживать контакт-раппорт с внешним миром. Сон со сторожевым пунктом будет частичным.

---

Сторожевой пункт во время естественного сна может возникнуть, если человек засыпает при восприятии речи и связь между ним и источником речи продолжает сохраняться. Особенно если при этом произносить фразы: «Спите спокойно, не просыпайтесь. Слушайте и запоминайте слова. Наутро будете все помнить». Или если человек перед сном настроит себя на восприятие речи, внушит себе, что будет спать и слушать речь, не просыпаясь. Можно образовать сторожевой пункт и при помощи других приемов, например, путем предварительного внушения наяву или в гипнотическом сне. Сам процесс восприятия речи во время сна не осознается. Обследуемые не отдают себе отчета в том, что они слушают речь, которая воспринимается ими как мысли, спонтанно появившиеся или же возникшие по логическому ходу действий, развернувшихся в сновидении. Внушение во время естественного сна происходит путем нашептывания фраз спящему. Можно записать речь на магнитофон, и включать когда установлен раппорт между вами и гипнотиком. Установить раппорт с человеком, спящим естественным сном, трудно, но возможно. Для внушения во время естественного сна необходимо сесть у изголовья спящего. Можно прикоснуться к его пальцу и слегка удерживать его так, чтобы не разбудить спящего, или положить свою руку ему на лоб (при этом глубина сонного торможения у спящего уменьшается). Далее в течение 2-3 мин тихим шепотом, в ритм дыхания, повторяют слова: «Спите глубже, спите глубже». Внушение во время сна производится тихим внушающим голосом. Затем ритм слов начинают то замедлять, то ускорять. Если при этом ритм дыхания спящего также начнет, соответственно, то ускоряться, то замедляться,

---

контакт установлен, и можно переходить к внушениям. До формул внушения следует сказать спящему: «Мой голос вас не будит, не пробуждает. Спите все глубже, глубже, глубже». Внушение делается ночью в течение первых 15-45 минут сна и далее под утро за 1-2 часа до пробуждения. Еще раз напомним, что садиться нужно на расстоянии метра от спящего, но не рекомендуется садиться на постель. И тихим голосом произносят слова: «Спите глубже, глубже. Мой голос вас не пробуждает, вы спите все глубже, глубже. Спите спокойно, не просыпайтесь. С каждым днем чувствуете себя все лучше и лучше. Спите спокойно! Ваш сон тщательно оберегается и охраняется». Далее следует формула внушения, например: «Сейчас все ваше внимание приковывается к тому, что я говорю. Ваши руки стали словно пуховыми, воздушными. Их тянет вверх». В этот момент слегка дотрагиваются до рук спящего, словно подталкивая. Удостоверившись в том, что раппорт установлен, можно закладывать в мозг формулы внушения. Кроме того можно переходить к беседе со спящим. Нужно стремиться к тому, чтобы получать ответы на все задаваемые вопросы. Это будет свидетельствовать о наличии связи между гипнотизером и пациентом. При этом вопросы следует задавать такие, чтобы получать однозначные ответы: «да» — «нет». Заканчивая сеанс гипноза спящему, следует сказать, что в следующий раз он также легко вступит в контакт и при этом не проснется.

Внушение можно производить в просоночном состоянии. Спящего переводят из состояния сна в просоночное, с ним устанавливают раппорт, затем позволяют вновь заснуть. Для этого кладут руку на голову спящего, он слегка пробуждается, и ему

---

предлагают выполнить простейшие действия: «Поднимите руку, выше, еще выше. Продолжайте спать. Спите глубже, глубже». Далее переходят к внушениям. Сеансы внушения во время естественного сна можно проводить как индивидуально, так и коллективно.

Говоря о внушении наяву, следует отметить, что такое внушение становится возможным в результате воздействия информации. Внушение это введение в мозг информации, которую человек воспринимает без какой-либо критической оценки. При этом необходимо обращать внимание на форму подачи такой информации, источник информации, индивидуальные особенности личности и другие важные моменты. Следует понимать, что в мозге человека при воздействии на него информации протекают процессы верификации, т.е. анализа такой информации и сопоставления ее с уже имеющейся информацией.

Мы должны заметить, что если раннее схожая информация уже попадала в мозг, то отложившись в подсознании в виде, например, установок или паттернов поведения, такая информация легче вступит в коррелят с вновь поступаемой информацией схожего характера. Если же какая-то информация поступает впервые, то в результате, например, очагового возбуждения в коре головного мозга (образование доминанты) вследствие, например, сильной эмоции, — такая информация может сразу перейти в психологическую установку, а значит служить командой к действию.

Для того чтобы «обмануть» сознание, и соответственно цензуру психики, наряду с прямой информацией руководства к действию, во время внушения необходимо давать еще добавочную

---

информацию, которая будет придавать эффект правдоподобности главной внушаемой информации. Причем, если добавочной информации окажется недостаточно, то эффект внушения может быть снижен. При этом важна исключительно уверенная речь при вводе какой-то информации в подсознание другого человека. Именно в таком случае левое (логическое) полушарие мозга заметно снизит свою активность за счет ослабления цензуры психики, а значит, получаемая информация при прохождении верификационного отбора сразу пройдет в подсознание и закрепившись там в роли психологических установок и паттернов поведения окажет в последующем свое воздействие на сознание. В том числе и вследствие формирования в коре головного мозга очагового возбуждения, доминанты.

Как известно, существуют две сигнальные системы: чувства и речь. В зависимости от преобладания в человеке той или иной сигнальной системы, выделяют три типа высшей нервной деятельности человека:

1. Художественный тип.

Преобладание первой сигнальной системы (чувства). Это означает, что в психике доминирует активность правого полушария мозга. Правое полушарие мозга характеризуется чувственно-образной системой мышления, развитой интуицией, подчиненностью жизненным потребностям (инстинктам): инстинкту сохранения жизни, половому инстинкту и др., а также бессознательным стремлением к чувственным удовольствиям. К такому типу принадлежат эмоциональные люди, мыслящие живыми, яркими, конкретными образами. Они склонны к

---

фантазии, подвержены воображению, мечтательны, мнительны, сентиментальны.

## 2. Мыслительный тип.

Преобладание второй сигнальной системы (речь), что значит доминирование активности левого полушария мозга. Левое полушарие — рациональное словесно-логическое мышление, склонность к абстрактному, отвлеченному мышлению. Как правило, это неэмоциональные люди, которые привыкли к расчету и иногда чрезмерному мышлению.

## 3. Средний тип.

У таких людей одинаково развиты обе сигнальные системы. В психофизиологии нет ярко выраженного доминирования одного из полушарий мозга.

Внушение повышает прикосновения к объекту (пожатия, поглаживания, и т.п.). Существует т.н. принцип якоря (якорение), когда гипнотика сначала вводят в измененное состояние сознания (ИСС) за счет провоцирования в нем какой-либо эмоции, а после закрепляют подобное состояние соответствующим прикосновением (помимо прикосновения якорем может служить и кодовое слово), чтобы после, при необходимости, свободно вызвать подобное состояние, а значит перевести режим восприятия в ИСС, когда включается правое полушарие и ослабляется работа левого полушария головного мозга, и тем самым заметно снижается верификация поступаемой информации, и формируются соответствующие паттерны поведения.

Способствует внушаемости последовательная и целенаправленная многократность воздействий и придание внушаемой информации элементов подлинности. Для этого периодически делаются ссылки на авторитеты, печать,



---

телевидение, приводятся яркие, убедительные факты, сообщаются фамилии, адреса и т.д.

Кроме того, внушаемость повышается в состоянии эмоционального возбуждения и страстного ожидания чуда. Чем выше вера и доверие, тем сильнее внушаемость.

Также следует помнить, что внушение через чувства сильнее, чем через разум. И внушение оказывается эффективнее, если воздействие происходит сразу на большую группу людей. Причем если члены массы уже знают друг друга (т.е. аудитория собралась не в первый раз), а собранная группа эмоционально возбуждена, — внушение в этом случае окажется более эффективным.

Здесь же заметим, что внушаемость в группе повышается и в зависимости от количества участников (чем больше — тем лучше), потому что в этом случае, помимо прочего, начинают работать законы и принципы массовой психологии (заразительность, подражание, повышенная внушаемость, и др.).

Для повышения внушаемости аудитории рекомендуется внедрять в группу своего человека или ряд лиц. Хотя, если вы уверены в себе как специалист по манипулятивному воздействию, то в подчинении аудитории вполне можете справиться и сами.

Необходимо помнить, что при коллективном внушении внушаемость отдельного человека в большей степени зависит от реакции коллектива на оказываемые вами воздействия, чем от его собственных психофизиологических способностей. Общность однородных переживаний большинства людей в аудитории обладает сильным дополнительным внушающим зарядом, причем психическое заражение усиливается, если оно переплетается с

---

подражанием, особенно когда аудитория сама становится участником опытов. Сила внушения в этом случае увеличивается за счет естественного проявления различных телесных явлений — пульсации сосудов в височных областях, сердцебиения, ощущения жжения в кистях рук, тепла, магнитного поля и т.д., особенно если внушающий указывает на эти признаки как подтверждающие цель внушения.

Повышает внушаемость аудитории и специально подстроенный неумный вопрос-сомнение и убедительный умный ответ с фактической демонстрацией 100% доказательства, а также привнесение в психотехнику внушения элементов тайны, чуда. Внушаемость повышает и правильное построение информации, позволяющее лучше, полнее ее усваивать.

В ряде случаев успех внушения зависит от профессиональной подготовки и личности того, кто производит внушение (гипнотизер, учитель, психолог, психотерапевт, тренер, начальник и т.п.). А также успех внушения выше и от присутствия в аудитории доброжелательных эмоциональных зрителей. Поэтому при необходимости надо осуществлять перестройку подсознательных установок зрителей (как объектов манипуляций психикой) с целью повышения их готовности и желания к восприятию внушаемой информации, так как предварительная установка имеет огромное значение для достижения успеха.

Таким образом, от внушающего лица требуется понимание аудитории, ее особенностей, необходимо хорошо ощущать контакт, отлично владеть техникой внушения, быть уверенным во всем — в голосе, манерах, жестах, движении, действиях и т.д., а

---

также умение быть и выглядеть искренним, но при этом соблюдая определенную дистанцию.

При индивидуальном внушении, для повышения эффективности можно изучить ощущения, которые испытывает объект, и вызывать в дальнейшем их у него специально. Причем, внушение будет сильнее, если целенаправленно изменять сознание, активизируя бессознательное. Это достигается настойчивым вызыванием повторяющихся представлений иллюзорного феномена, в результате чего возникает обострение чувствительности и памяти, что повышает силу внушаемых представлений.

Повышению внушаемости способствуют мечтательность, установка на последующий рассказ о происходящем, а также пассивный тип воображения, так как в этом случае все противоречащие желаниям доводы разума тормозятся или полностью устраняются эмоциями.

Усиливает внушение использование психотехники и приемов успешного образования условных рефлексов или доминант (установок, паттернов поведения).

Также можно обратить внимание на такой феномен как очарование, при помощи которого достигается сверхвнушение. Возникает такое состояние или при специальном настрое на ожидаемый суггестивный сеанс, или при неожиданном воздействии, или когда сознание и внимание человека чем-то сильно заторможены или сужены, например, внимательным чтением книги, т.е. когда имеется предварительная устойчивая концентрация сознания, резко снижающая порог критического восприятия информации.

---

У человека в состоянии сверхвнушаемости могут наблюдаться провалы сознания, когда он действует автоматически (бессознательно), не понимая, что делает, и, не помня в последующем, о некоторых своих действиях. Сверхвнушаемого состояния можно достичь у большинства людей. Это подтверждают факты поведения людей в состояниях аффекта (сильный гнев, страх и проч.)

Можно также коснуться вопроса веры и внушения, и сказать что любая вера становится возможна только на внушении и никак иначе, ибо в другом случае – будет как в словах одного из отцов христианской церкви Тертуллиана, жившего много веков назад, *Credo quia absurdum est* (верую, ибо абсурдно).

На вере к сожалению основаны и популярные у народа целители да экстрасенсы, которые своим обманом населения зарабатывают иной раз приличные деньги, хотя и народ сам платит эти деньги, ибо человеку свойственно верить в чудо, или, как говорил Сенека-старший - *Errare humnnum est* (человеку свойственно ошибаться). Причем, кстати, тот, кто верит в магов, экстрасенсов и прочих целителей – совершает тяжкий грех и перед церковью, ибо в Библии строго настрого запрещено обращаться к тем, кто занимается подобного рода промыслом.

«...не ворожите и не гадайте». (Лев.19:26).

«...к волшебникам не ходите, и не доводите себя до осквернения от них». (Лев.19:31).

«Непокорность есть такой же грех, что волшебство...».  
(1Цар.15:23).

---

«Когда скажут вам: обратитесь... к чародеям, к шептунам и чрево вещателям,- тогда отвечайте: не должен ли народ обращаться к своему Богу?..». (Ис.8:19).

«Я Господь, Который... делает ничтожными знамения лжепророков и обнаруживает безумие волшебников, мудрецов прогоняет назад и знание их делает глупостью». (Ис.44:24-25).

«Вы не слушайте... гадателей, и... волшебников, и... звездочетов». (Иер.27:9).

Но люди к сожалению слушают. А потому и надают, и ворожат, и обращаются ко всякого рода астрологам, экстрасенсам, бабкам и прочей нечисти, вместо того чтобы покаяться и обратиться к Богу, который и возьмет их под свою защиту.

Но люди предпочитают больше верить гороскопам. Особенно после того, как для кого-то прогнозы сбываются. И не понимая, что происходят чудеса с гороскопами потому, что, во-первых, такие прогнозы как бы изначально адаптированы под общую массу (как бы для всех и ни для кого, когда включается т.н. «эффект Барнума»: человек склонен принимать на свой счет общие, расплывчатые, банальные утверждения, если ему говорят, что они получены в результате изучения каких-то непонятны ему фактов), а во-вторых, обычный эффект веры и психопрограммирования с учетом общей невротичности людей, представляющих собой любителей гороскопов.

В науке известно исследование Стагнера, когда он дал заполнить 68 заведующим отделов кадров различных фирм психологическую анкету, которая позволяла составить детальное психологическое описание личности, а после этого составил общую фальшивую характеристику, использовав 13 фраз из

---

разных гороскопов. Затем Стагнер попросил испытуемых прочитать эти характеристики, сказав им, что они разработаны на основании данных научного психологического теста. Участник опыта должен был ответить, насколько каждая фраза истинно отражает его характер. Градации оценок были предложены такие: поразительно верно, довольно верно, 50 на 50, скорее ошибочно и совершенно неверно. Более трети испытуемых сочли, что их психологические портреты набросаны поразительно верно, 40% — довольно верно, и почти никто не счел свою характеристику совершенно ошибочной. И это были специалисты по кадрам.

Этот эксперимент раскрыл еще одну особенность. Две фразы участники эксперимента сочли наиболее верными: «Вы предпочитаете некоторое разнообразие в жизни, определенную степень перемен, и начинаете скучать, если вас ущемляют различными ограничениями и строгими правилами», и «Хотя у вас есть некоторые личные недостатки, вы, как правило, умеете с ними справляться». Первую сочли «поразительно верной» и «довольно верной» 91% участников, а вторую — 89%. При этом наименее верными были признаны такие утверждения: «В вашей сексуальной жизни не обходится без некоторых проблем» и «Ваши надежды иногда бывают довольно нереалистичными». Таким образом, было установлено, что эффект Барнума срабатывает на положительных утверждениях, потому что всем людям не особенно приятно узнать о себе что-то отрицательное. Читая в газете астрологический гороскоп для своего знака зодиака на будущую неделю и видя, что эти предсказания, составленные в самых общих, неконкретных и допускающих разные толкования выражениях, вроде бы сбываются, человек думает, что если бы

---

гороскоп делали лично на него, используя сведения о месте и времени рождения, он был бы еще более точным. Через некоторое время предсказания кажутся все белее и более обоснованными. На эту особенность памяти обратил внимание Фрейд. Человеку свойственно помнить положительные высказывания о себе и о своем будущем и забывать отрицательные.

Вернемся в феномену внушения. Наиболее эффективным оказывается внушение посредством влияния на бессознательное. В этом случае необходимо перевести гипнотика в состояние ИСС, состояние транса, т.е. необходимо добиться максимально суженного сознания за счет того, что следует затормозить активность коры головного мозга и перевести человека в состояние гипноза, просоночное состояние, медитативное состояние и т.п. аналоги измененного состояния сознания. Намеренно возможно усилить такое состояние соответствующей музыкой, например, записями шума прибоя, ливня, морских птиц, вечернего леса и т.п. Или расслабляющей музыкой. Так же соответствующей позой.

Другими словами, следует дополнительно вызвать чувство глубокого покоя, комфорта, умиротворения.

Дополнительный эффект оказывает также воздействие на фоне утомления. В этом случае левое полушарие с его критичностью психики уже не сможет так уверенно воспринимать поступающую извне информацию, т.е. процесс верификации будет нарушен и изменен. Важной составляющей внушения является также и развитие воображения у гипнотика. Необходимо активировать его чувства и эмоции (правое полушарие) и максимально остановить работу логики (левого полушария). Со

---

стороны гипнотика (т.е. объекта ваших манипуляций) необходимо доверие и слепое подчинение. Гипнотик не должен пытаться анализировать получаемые от вас установки. Впрочем, позже мы рассмотрим способы, которые действуют всегда с большой долей эффективности, потому что базируются на нейрофизиологии и лучших методик гипноза, так что при правильном владении подчиняться внушению будут все. К любому можно подобрать свой ключик. Даже если этот человек сам владеет гипнозом. Не важно. Возможно совершено все. Особенно если ежедневно совершенствоваться в искусстве внушения.

Внушение становится еще эффективнее, если сопровождается эмоционально-смысловой насыщенностью, а также мимикой, жестами и интонацией. Речь должна быть уверенная и четкая. Следует умело выделять ключевые слова, произносить их четче, резче, напряженнее, эмоционально насыщеннее и обязательно в повелительной форме.

При этом не прямое внушение с отставным эффектом сильнее прямого, если внушаемый образ (а слова всегда рожают какой-то образ) не только встречают сопротивления психики, но и находят отклик в душе благодаря собственному жизненному опыту гипнотика, имеющихся у него знаний, образования, установок, полученных в процессе социализации.

Внушение выше у детей и подростков, особенно у девочек. При этом внушаемость у гипнотика любого возраста выше, если внушаемая ему информация не вступает в противоречие со смысловым оттенком информации уже имеющейся у него. Если вступает — следует предварительно (или в процессе гипнотического воздействия) сломать старые психологические



---

установки в подсознании человека, для этого необходимо нацелить усилие на рождение новых доминант, т.е. сформировать в коре головного мозга новые очаги возбуждения в ущерб имеющимся, и таким образом сделать из гипнотика качественно нового человека, который будет легко подвергаться вашему внушению, а в его подсознании появятся установки, сформированные вами (т.е. перепрограммировать человека). Позже, при активации таких установок — вы получите безраздельную власть над этим человеком. Это секретные методики, потому что тот, кто владеет данными методиками, способен реализовывать практически любые свои желания.

Для повышения внушаемости хорошо предварительно показать какое-нибудь чудо. Тем самым мы задействуем определенный архетип в коллективном бессознательном гипнотика, и поэтому наше последующее воздействие будет наиболее результативным.

Следует помнить, что внушение значительно сильнее через чувство, чем через разум. При этом необходимо уметь моментально уметь оценивать личность гипнотика (особенно, если видите его в первый раз) и далее уже строить ваше воздействие на него в зависимости от ряда причин. Например, в зависимости от образования. Если это интеллигент — следует воздействовать на него цифрами, схемами, графиками, процентами. Если пролетарий — воздействие исключительно на чувства: секс, деньги, страх. Провокация подобных зависимостей (потребности, инстинкты) приведет к полному подчинению вам этого человека. При этом он будет подчиняться бессознательно и ничего не сможет с собой поделаться. В этом сила внушения. Правильного внушения.

---

Внушения, выстроенного с позиции нейрофизиологии, а также классического и современного психоанализа и различных его ответвлений (нейролингвистическое программирование и т.п.). В этом сила и чудовищная эффективность предлагаемого нами подхода к гипнотическому воздействию, к внушению. И очень важно помнить: чем выше вера и доверие, тем сильнее внушаемость. А любое внушение должно быть уверенным, искренним и честным. Гипнотик (внушаемый) должен верить личности гипнотизера и внушаемой им информации.

Притом что внушение свойственно каждому человеку. В данном случае тут следует говорить о более или менее выраженной форме внушаемости. Но те, кто считает, что как будто и не поддается гипнозу — зачастую легко внушаемы от лиц, которым доверяют больше всего. А факт внушения чаще всего ими не совсем верно интерпретируется, подменяясь синонимами: якобы они сделали что-то полагаясь на свое решение сделать так. А то, что этому решению способствовала введенная ранее в их подсознание установка — об этом многие не подозревают в силу не умения сопоставлять мельчайшие детали, а также по причине отсутствия необходимых знаний в области гипнологии. Тем более что различают прямое внушение (воздействие речью на гипнотика) и косвенное (осуществляется опосредованно через какой-либо раздражитель ЦНС – центральной нервной системы). При прямом внушении гипнотик четко определяет источник информации. Во время гипнотического сна — обычно наступает полная или частичная амнезия на сам акт восприятия речи и источник информации.

---

Необходимо помнить о том, что в подсознании любого человека таятся гигабайты информации. Определенная часть такой информации прошла верификацию сознанием, а значит, подобной информацией и будет пользоваться объект вашего манипулятивного внушения. Поэтому если вы, не зная толком личность собеседника, начнете разговаривать с ним о политике и проч., выдвигая мнение отличное от его, а собеседник не будет при этом погружен в гипнотический транс, то получаемая ваша информация наткнется на сопротивление его цензуры психики, что может привести к тому, что на пути всей последующей информации, поступающей от вас, у собеседника включится мощный барьер, и его цензура психики будет подвергать любые ваши слова повышенному контролю. А это чревато тем, что он не будет пребывать в состоянии повышенной внушаемости, и само внушение не получится.

В момент любого общения, как прямого, так и опосредованного, возникают четыре психофизиологических процесса: внушение, согласие, сопротивление, контрвнушение. Разберем их подробнее.

1) Внушение — бесконтрольное (со стороны сознания) проникновения информации прямо в подсознательные структуры мозга.

2) Согласие — способность внушаемого в моменты активных вспышек сознания согласиться с внушением. Т.е, в такие моменты общения, в результате внушения – информация не сразу проникает в подсознание объекта внушения (гипнотика), а для обработки такой информации у гипнотика включаются ранее суженные зоны сознания и возникает временный режим активного

---

нормального восприятия, поэтому мозг гипнотика реагирует в основном только на логические умозаключения и эмоциональный фон общения. В этом случае результат внушения зависит от того, согласится или не согласится гипнотик с истинностью и доказательностью приводимой аргументации. В случае, если психотерапевт не знаком с психотехникой психоаналитического убеждения, то у внушаемого происходит процесс активации деятельности всей коры головного мозга, и он полностью выходит из состояния суженного сознания. А значит, возникает обычное нормальное критическое восприятие любой информации и таким образом возникает угроза срыва процесса внушения.

3) Соппротивление — существующая у каждого человека биологическая способность к устойчивому поддержанию и сохранению т.н. психофизиологического гомеостаза. Речь идет о том, что в процессе восприятия информации у каждого человека существует определенный биологический порог, предохраняющий организм от засорения избыточной и неверной информацией. Это и есть психологическое сопротивление или психологический барьер, которые надо преодолеть, если вы хотите что-то кому-то внушить.

4) Контрвнушаемость — свойства личности, которые в процессе любого общения стремятся осознанно или неосознанно влиять на процесс общения с целью влияния на партнера по общению. Это естественное свойство личности, в норме позволяет сохранять личность в социуме. Но у очень многих людей контрвнушаемость развита настолько, что они всегда, в любой обстановке и при любых обстоятельствах, стараются навязать и внедрить в сознание своего партнера по общению только свои

---

мысли, идеи, аргументы и т. п. — при этом совершенно игнорируя ту информацию, которую пытается навязать «противник». Иногда такие люди (это люди, как правило, склонные к лидерству и навязыванию своих мыслей всем и каждому) в процессе общения могут игнорировать не только любую важную для себя информацию, но и действовать явно во вред себе, лишь бы навязать свое. Подобные индивиды с сильной, почти патологической, контрвнушаемой заикленностью часто встречаются среди различных религиозных сектантов. Как правило, активность таких людей постоянно направлена во вне, то есть они все пытаются переделать, причем по-своему.

Мы уже говорили, что внушение становится возможным в результате воздействия информации. При этом само по себе внушение – это введение в мозг информации, которую человек воспринимает без какой-либо критической оценки.

Однако не вся информация способна оказывать воздействие. В зависимости от подачи внушения и личности гипнотизера одна и та же информация может оказывать или не оказывать суггестивного воздействия. И происходит это потому, что в мозге человека протекают процессы верификации (т.е. определения достоверности) информации. Большая часть верификации происходит бессознательно (автоматически). Психика, таким образом, избавляется от проникновения не нужной информации в сознание (например, оборонительная реакция не возникнет, если ребенок, направив на вас игрушечное ружье, будет выкрикивать слова угрозы). Особенностью внушения является то, что помимо основной информации, определяющей содержание внушения, вводится еще добавочная информация,

---

повышающая достоверность основной. (Например, психотерапевт говорит больному «Руке не больно». А потом он внушает: «Руке не больно!», но уже с подключением интонации, мимики, задействия авторитета врача. Если этой добавочной информации не будет или окажется недостаточно, то эффект внушения не наступит.)

Чем увереннее говорит человек, тем более верифицирующее действие оказывает его речь. Верифицирующий эффект достигается и повторением информации. Повышенной внушаемостью обладают дети, а также суеверные и малообразованные люди, а также дебилы, уставшие, наркоманы, импотенты, психопаты.

Повышению внушаемости способствуют:

- 1) Транс или ИСС (измененное состояние сознания).
- 2) Беспокойство, тревожность, неуверенность.
- 3) Просоночные состояния.
- 4) Т.н. сенсорный голод.
- 5) Авторитетность источника внушения.
- 6) Мышечная релаксация.
- 7) Эмоциональный стресс (положительный или отрицательный).
- 8) Состояния эмоциональной эйфории и экстаза (религиозного, творческого, мистического и т. п.).
- 9) Физическая и эмоциональная усталость.
- 10) Комфортная, удобная поза.
- 11) Повторяемость информации.
- 12) Ранее не известная информации.
- 13) Нужная и давно ожидаемая информация.

---

14) Ощущение внутренней приятности получаемой информации.

15) Низкая самооценка и чувство собственной неполноценности.

16) Повышенная впечатлительность, робость, стеснительность.

Повышению внушаемости также способствует:

1) Удобное время суток для внушения (вечер, ночь).

2) Отсутствие иной, кроме внушения, информации.

3) Мягкое полутемное фиолетовое освещение.

4) Наличие в воздухе небольшого количества трансгенных ароматов.

5) Внушительный и авторитетный вид гипнотизера.

6) Ситуация полной неосведомленности и некомпетентности в обсуждаемой информации.

7) Неопределенность самой ситуации.

8) Внезапное действие суггестивных факторов с дефицитом времени для принятия решений (например, паника).

9) Разнополость гипнотизера.

10) Внушение в группе (можно с привлечение легковнушаемых лиц).

11) Участие с внушаемым в эмоционально насыщенном мероприятии (в т.ч. совместное употребление пищи или алкогольных напитков).

12) Легкое касание тела гипнотика (напр., кисти рук, плечо).

13) Прямой взгляд глаза в глаза.

14) Уверенное поведение гипнотизера.

---

15) Выраженная превосходящая физическая сила гипнотизера.

16) Профессионализм и общая эрудиция гипнотизера.

17) Безвыходность положения гипнотика.

18) Мягкая, приятная, негромкая музыка.

Формулы внушения произносят утвердительно-повелительным тоном. Фразы должны быть короткими. Несколько раз повторяться. Речь может сопровождается и соответствующей мимикой, жестами, интонацией.

Направленность внушения может быть как на улучшение общего состояния, так и на конкретные изменения в организме. Предваряет внушение разъяснительная беседа об эффективности внушения. Чем выше доверие к суггестору (суггестия – внушение, суггестор – тот, кто внушает) — тем внушение будет эффективней. Если вокруг суггестора возведен ореол таинственности, у пациента (по сути – все, над кем осуществляются внушение – пациенты по жизни) сильная вера в излечение тайными магическими средствами, и проч. — то это повышает качество и эффективность внушения (этим пользуются различные маги и проч. представители антинаучных направлений).

Различают общее и специальное внушение. Общее внушение — внушение, направленное на общее улучшение организма, снятие болезненных состояний и легко устранимых симптомов. Специальное внушение — дается конкретная формула внушения конкретному человеку. Такие формулы внушения всегда индивидуальны, и зависят от состояния пациента, а также направлены на конкретные изменения личности или избавления от



---

симптоматики, от которой в обычном состоянии сознания пациент сам избавиться не может.

Методические приемы и технику гипноза мы рассматриваем отдельно. Сейчас обратим внимание на два важных обстоятельства:

1) Для повышения эффективности внушения наяву необходимо предварительно установить раппорт (бессознательный управляемый контакт) между гипнотиком и гипнотизером.

2) Научиться определять по внешнему виду гипнотику погружение его в суггестивное состояние, и тут же начинать свое воздействие (кодирование) на его психику.

Кратко рассмотрим эти два положения.

Для повышения эффективности гипногенного (порождающего гипноз) контакта необходимо установить бессознательный управляющий контакт (раппорт) между гипнотизером и гипнотиком. Достигается подобное методом синхронизации и подстройки эмоционального состояния и поведения гипнотизера к эмоциональному состоянию, психоэнергетике, движениям, позе, дыханию, способам восприятия и обработки информации, манере поведения и реагирования гипнотика, а также к его основным психологическим стереотипам мышления, социально-мировоззренческим установкам, жизненным идеалам, убеждениям, верованиями т. д. Поэтому метод установления раппорта внешне выглядит как выражение сочувствия, желание помочь, желание что-то дать или сделать и т. п.

---

Очень часто в самом начале контакта гипнотизер сразу старается чем-то необычным и логически тупиковым озадачить гипнотика и, пользуясь секундной приостановкой логико-аналитического мышления, мгновенно перевести и изменить его сознание в правополушарный режим воображения, чувств и эмоций. При этом вводится, как правило, навязывание главного ключа к глубинной бессознательной природе человека — страха. Следует помнить, что главным фактором установления успешного раппорта считается вера и доверие. Вера — это сознательное доверие. Осознанная вера — результат работы левого словесно-логического полушария мозга, а неосознаваемое доверие — результат работы правого, чувственно-образного полушария мозга. То есть становится важным и необходимым выполнить две задачи:

- 1) снизить барьер критичности (цензуру психики) левого полушария мозга;

- 2) вызвать устойчивую бессознательную связь с глубинной психоэмоциональной сущностью правого полушария мозга методом аналитического отождествления с ней и адекватной подстройкой к бессознательным проявлениям правополушарной активности: чувствам, движениям, мимике, дыханию, позе и поведению гипнотика.

Для установления эффективного раппорта (создания очага сверхбодрствования в коре головного мозга), обязательного для внушения наяву, т.е. в бодрственном состоянии гипнотика, необходимо использовать следующие приемы:

- 1) Принять ту же позу, что у гипнотика, это называется подстройка, отражение, присоединение, отзеркаливание и т.п. Для

---

гипнотизера очень важно сделать главную часть своего поведения похожей на аналогичную часть поведения гипнотика. Что касается отражения позы, оно может быть прямой (в точности как в зеркале) и перекрестной (если у гипнотика левая нога закинута на правую, то гипнотизер делает это же).

Следует помнить, что большинство гипнотиков бессознательно «подключаются» к вам, если видят (на бессознательном уровне) что вы как бы случайно (бессознательно) начинаете подражать их поведению, манерам, привычкам, дикции речи и т.п. При этом следует остеречься слишком явного копирования. Необходимо быть особенно внимательным, если перед вами умный и хитрый гипнотик. В этом случае действуйте крайне внимательно, но вы все равно должны переиграть его. Причем так, чтобы он нисколько не заметил обмана с вашей стороны и оказался полностью под вашим влиянием. Это, как говорится, дело чести. Промахов и просчетов быть не должно. Все должны помнить, что если вы захотите — они окажутся под вашим влиянием и будут строго выполнять команды, которые вы введете им в подсознание. Причет такие команды гипнотик не должен осознавать, потому что вы воздействуете на его подсознание. И это важно помнить, потому как, именно в этом кроется исключительная эффективность гипноза наяву.

При подстройке к позе необходимо помнить, что если общаются между собой люди, которые знакомы, живут вместе, дружат и проч., то уже автоматически между ними осуществляется необходимая подстройка. Поэтому в этом случае рекомендуется замечать действия партнера во время общения. Если его поза схожа с вашей — значит, возможно одобрение с его

---

стороны ваших слов, если нет — то к согласию на словах следует относиться с осторожностью. Возможно кроется обман, и партнер не выполнит обещанного. Подстройка всегда происходит автоматически, бессознательно независимо от того, есть ли согласие или его нет. Поэтому при общении необходимо внимательно следить за реакцией гипнотика.

2) Необходимо подстроиться к дыханию гипнотика, т. е. надо скопировать манеру, частоту и глубину его дыхания. Подстройка к дыханию бывает прямая и непрямая. Прямая подстройка — вы просто начинаете дышать так же, как дышит гипнотик, в том же темпе. Непрямая подстройка — вы согласуете с ритмом дыхания гипнотика какую-то свою часть тела: например начнет качать рукой или ногой в такт его дыханию и т.п. Прямая подстройка считается более эффективной для возникновения раппорта. При этом следует иметь в виду, что у женщин дыхание грудное, а у мужчин — брюшное.

Результативностью подстройки является то обстоятельство, что гипнотик бессознательно начинает менять свою позу, тембр речи и проч. — если вы делаете тоже самое. Т.е. в этом случае он уже «подключен» к вам и бессознательно копирует ваши действия. В таком состоянии вы можете внушать ему почти все что угодно, вся информация отложится у него в подсознании, и позже он начнет следовать полученным установкам.

Итак, для создания раппорта (бессознательного доверия) вы отражаете собой поведение гипнотика. Это называется подстройкой. Когда вы присоединились к поведению гипнотика,

---

то меняете поведение у себя (при прямой подстройке), и гипнотик следует за вами. Значит, вы управляете им.

3) Необходимо учиться подстраиваться к движениям гипнотика. При общении гипнотик может жестикулировать, менять позу, кивать или качать головой, мигать и т. д.; все это может быть предметом для подстройки и присоединения к его бессознательному. Подстройка к движениям более сложна, чем подстройка к позе и дыханию, которые относительно постоянны и их можно спокойно рассмотреть и приступить постепенно к копированию. А движение — это быстрый процесс, здесь нужны наблюдательность и осторожность, чтобы гипнотик не смог осознать, что к нему подстраиваются. Движения можно подразделить на большие (походка, жесты, движения головы или ног) и малые (мимика, мигание, мелкие жесты, подергивания). Лучше всего подстраиваться к жестам рук гипнотика с помощью движений своих пальцев — отслеживайте пальцами примерное направление движений рук гипнотика и делайте какую-то разницу в амплитуде; здесь нужна скорость реакции. Не копируйте движения рук гипнотика зеркально, намечайте их, не заканчивая. Например, гипнотик почесал правой рукой лоб, а вы соответственно погладьте свой подбородок. Из мелких движений хорошо выбрать для подстройки мигание, этого никто не осознает. Мигайте с той же частотой, что и гипнотик, а потом вы можете прекратить мигать, что бы у гипнотика прекратилось мигание, или можете закрыть глаза, чтобы гипнотик сделал то же самое. И то и другое способствует возникновению гипноза.

Понять то, что гипнотик готов к вашему воздействию (при внушении наяву), возможно по следующим признакам, заметным

---

при визуальном контакте: у него расслабляются мышцы лица и тела, успокаивается дыхание, прекращаются произвольные движения, взгляд его становится неподвижным со слегка расширенными глазами, на лице выступают капельки пота, лицо розовеет или бледнеет, обмякает, могут наблюдаться легкие подрагивания в конечностях (шевеление пальцев, кивание головой, и т.п.) Способом усиления воздействия является проговаривание вслух наблюдаемых у гипнотика изменений во внешности.

При внушении выделяются два последовательных элемента:

1. Перевод сознания гипнотика со словесно-аналитического левомозгового в чувствительно-образное правомозговое.

2. Осуществление т.н. подстройки (отождествления себя с личностью гипнотика).

Таким образом оказывается возможным воздействие на правое (язык символов и образов) полушарие мозга. Гипнотизер в данном случае не только отождествляет себя с гипнотиком, но и путем мысленного приказа создает вымышленный образ отдаваемого гипнотику приказа, а после и переходит в тело гипнотика, внушая ему (себе) обязательное выполнение данного приказа.

Кроме того, для наибольшего результата воздействия на гипнотика необходимо уделять особое внимание развитию зрения, слуха, развивать тактильные ощущения.

Также на наш взгляд необходимо обратить внимание на некоторую недоговоренность, которая всегда присутствует в

---

словах. В этом случае, исходя из того что каждый желает услышать то что он хочет услышать, правильно подобранными фразами становится возможным формировать некое ложное информационное пространство вокруг гипнотика. Позже он конечно (если сопоставит факты) сможет обнаружить обман, да в связи с тем, что большинство людей мнительны и неуверенны в себе, гипнотик вполне может и не сделать правильных выводов, подозревая во всем по привычке только себя.

Кроме того, следует помнить, что для удачного воздействия на гипнотика необходима исключительная уверенность в своих словах. Чтобы вы не говорили — вы всегда правы. Только с такой установкой можно рассчитывать на результат гипнотического воздействия, на то, что вам будут подчиняться, подчиняться даже без своей воли, как бы бессознательно, не в силах ничего противопоставить вашему гипнотическому воздействию.

Вы всегда должны быть уверены в своих действиях и в своих мыслях, ни тени сомнений или замешательства, только вперед, все что вы говорите — истина в последней инстанции. А те, кто не соглашается — ваша задача сломить его волю, полностью подчинив себе и заставив беспрекословно выполнять ваши команды. Причем, эти команды выполнять, якобы, по желанию самого гипнотика. Так ему должно казаться. Он не должен подозревать, что выполняет ваши команды, в его представлении подобные действия должны носить характер следования якобы собственной инициативы. А на самом деле вы подключились к этому человеку, к бессознательному (подсознанию) его психики, и он полностью находится в вашей

---

власти. Вам решать, как и что с ним будет дальше, как он будет поступать, как он будет мыслить, действовать, жить. Если вы решите что не будет — значит, не будет. Решите, что будет — будет. Только так, только в этом случае можно говорить о том, что вы сломали его волю, что он стал полностью зависим от вас, и при этом — верх искусства гипноза наяву — сам не догадывается об этом. А вы ему не говорите. Хотя, если потребуется, для того, чтобы усилить ваше влияние — можно и сказать. А в некоторых случаях даже и нужно. Поэтому всегда необходимо давать исключительно утвердительные команды (приказы). В этих приказах должен быть посыл к действию, а не к размышлению над необходимостью выполнения этих действий. Только подчинение. Со стороны гипнотика должно быть только подчинение. Подчинение вашей воле, характеру, решительности. Следует акцентировать внимание гипнотика на его внутреннем мире, для этого и необходимо введение его в транс и последующее внушение. Если подобное становится затруднительно — необходимо умело — воздействуя на чувства гипнотика — вызвать в нем эмоции (отрицательные или положительные, в зависимости от ситуации), и путем директивных команд внушить ему необходимость выполнения ваших команд.

Рассматривая вопрос о роли различных видов внушений в организации поведения человека, можно привести схему функциональной системы для саморегуляции структуры поведенческих реакций. В соответствии с этой схемой любой целенаправленной деятельности предшествует принятие решения путем афферентного синтеза, т.е. анализа и синтеза афферентной



---

информации, имеющей четыре источника и неодинаковые значения:

--биологическую мотивацию (инстинктивные потребности пищевые, половые, оборонительные и т.п.),

--обстановочную афферентацию (условия окружающей среды),

--пусковую афферентацию (непосредственный стимул реакции),

-- память (информация, возникающая в результате жизненного опыта).

Афферентный синтез заканчивается формированием программы действия, которая состоит из двух различных элементов:

--эфферентной программы действия (определенной последовательности набора нервных команд, поступающих на исполнительные приборы — эффекторы: скелетные мышцы, железы, внутренние органы),

--акцептора результата действия (нейронной модели результата, к которому должно привести данное действие).

Осуществление программы действия приводит к результату, который оценивается организмом с помощью обратной связи. Это звено замыкает сложную разомкнутую дугу в кольцо. Информация о реально полученном результате сравнивается с прогнозом, закодированном в акцепторе результата действия. В случае, если полученный результат соответствует ожидаемому, данная функциональная система прекращает свое существование, так как это значит, что цель, стоявшая перед организмом, достигнута.

---

## Контрвнушение.

Внушаемость содействует формированию общественной психологии людей, внедрению в их психику сходных взглядов, убеждений, мнений и т.д. Внушаемости противостоит контрвнушаемость. Контрвнушаемость — Антисуггестивный барьер — негативная установка на внушение. Контрвнушаемость проявляется по-разному как к разным суггесторам, так и зависит от разного содержания внушений, исходящих от одного и того же суггестора. Контрвнушаемость способствует формированию независимости от посторонних влияний.

### Виды контрвнушаемости.

1) Ненамеренная (степень недоверия, проявляющихся на бессознательном уровне во время внушения) и намеренная (включается при сопоставлении новой информации с уже имеющейся у человека информацией).

2) Индивидуальная (жизненный опыт человека) и групповая (зависит от состава группы, степени ее сплоченности и т. п.).

3) Общая (общая критичность личности в отношении любой новой информации) и специальная контрвнушаемость (критичность в отношении конкретного человека или конкретной информации).

Радикальным способом контрвнушения может являться избегание источников информации. Способом преодоления контрвнушаемости является показная незаинтересованность (если человек считает, что его не хотят в чем-то убедить, то он легче верит).

---

Способом преодоления контрвнушаемости является также групповое внушение, улыбка, алкоголь, и т.п.

Тесты на внушаемость.

Для определения внушаемости существует множество тестов. Тесты необходимы чтобы понять предрасположенность человека к внушению и гипнозу.

Наиболее распространенным тестом является сцепление рук (по усиливающимся командам гипнотизера, гипнотика сцепливают пальцы рук, и кто не может разжать без помощи гипнотизера, является наиболее внушаемым.

Или, например, достаточно эффективный метод — чувствование запаха одеколона на шариковой ручке: гипнотизер говорит, что вчера вечером прыснул на ручку одеколоном и сейчас запах еще остался, и те, кто чувствует запах при преподнесении к носу — внушаемые.

Также разработано множество других тестов, например, падение назад или вперед (т.н. прием Баудоина, когда мы ставим гипнотика к себе лицом и даем команду смотреть нам в глаза. При этом сами встаем так, чтобы одна нога была несколько впереди другой. Такое положение необходимо для того, чтобы была возможность отклониться назад на опорную ногу. Затем вытягиваем руки, сложенными ладонями внутрь так, чтобы достать ими до виска пациента, и слегка прикасаемся к коже в этой области. Не сводя пристального взгляда с переносицы гипнотика, внушительно произносим фразу: «Как только я начну отводить свои руки от ваших висков, вас потянет вслед за ними и вы начнете падать вперед». Удаление рук следует сопровождать соответствующими «подкрепляющими» словами. Обычно человек

---

следует вслед за вашими руками. Если нет, значит он недостаточно гипнабелен, и с ним необходимо еще работать по повышению гипнабельности.

Схожий тест при падении назад. Для этого становимся сзади гипнотика, ладони прикладываем к вискам (не касаясь), и даем команду, что как только убираем руки, его будет тянуть назад.

Достаточно интересный еще один тест на внушаемость (гипнабельность).

Займите прежнюю удобную позу, обопритесь о спинку кресла и поднимите правую руку с вытянутыми пальцами, согнув в локте под прямым углом. Закройте на 2-3 минуты глаза. Займитесь самовнушением, повторяя мысленно фразу «моя правая рука тяжелеет, тяжелеет, тяжелеет, и свинцовая тяжесть тянет усталую руку вниз, вниз, вниз» и так в течении 2-3-х минут. Не открывая глаз, с дозированным фанатизмом следует верить в сказанное вами, а я для того, чтобы помочь вам, буду вслух повторять эти фразы.

В результате, по истечении отведенного времени, вы увидите следующую картину, у одних рука опустилась до коленей, у других она зависла на середине вертикального положения и коленей, у остальных она или покачивалась, или находилась неподвижно.

Самовнушение.

Самовнушение — это методика внушения каких-то мыслей, желаний, образов, ощущений, состояний себе самому.

Любое внушение — это самовнушение.

---

С помощью самовнушения можно избавиться от любого негативного образа мыслей.

Каждый человек с помощью самовнушения может достичь любых результатов и полностью изменить свое поведение.

Самовнушение содействует личностному росту.

Мысль человека материальна. Любая мысль программирует человека на совершение каких-либо действий. При самовнушении — происходят самопрограммирование.

Таким образом, самовнушение тесно пересекается с саморегуляцией, самокодированием, аутогенной тренировкой, внушением в бодрственном состоянии.

Самовнушение бывает произвольным и непроизвольным. Произвольное самовнушение — когда мы сосредотачиваем мысли на одном объекте. Непроизвольное — сопровождается дополнительными к самовнушению факторами, усиливающими ее (авторитет гипнотизера, обстановка, музыка, проч.)

Лечение с помощью самовнушения не имеет противопоказаний. Даже в тяжелых случаях истерии, когда разъяснение не помогает, а гипноз и аутогенная тренировка не дают достаточного эффекта, больной в предчувствии надвигающегося припадка с помощью самовнушения («Не должно случиться припадка!») может «отодвинуть» или не допустить его.

Формулы самовнушения должны быть простыми, состоять из нескольких фраз и быть направленными на позитивное осуществление действия, независимо что происходит в реальности, т.к. эти формулы-установки адресованы подсознанию. (Например: «С каждым днем мне становится все лучше и лучше». Или - «Я здоров, я совершенно здоров»).

---

Поза при самовнушении принимается любая удобная. А затем четким, слегка монотонным голосом повторяют фразы внушения, методично вводя их себе в подсознание.

Самовнушение является основой многих методов психотерапии (напр., аутогенная тренировка)

Процесс самовнушения осуществляется путем многократного (реже одно— или двукратного) повторения слов или определенных словесных формулировок. При целенаправленном самовнушении они должны быть заранее подготовлены и четко сформулированы. Это своеобразные модели будущего состояния, которые в ходе повторений «вводятся» в подсознательный уровень управления. Модели должны быть предельно четкими, простыми и ясными, максимально разгружающими сознание (исключение борьбы мотивов, выбора, принятия решения и пр.). Они не должны содержать отрицаний и быть реально выполнимыми в конкретной ситуации. Скажем, самоприказ «Не волнуйся» -- вызовет обратную реакцию, так как глагол активнее, чем отрицательная частица.

Кратко рассмотрим несколько методик самовнушений.

Методика самовнушения-1.

Методика включает два этапа обучения: 1) научиться самостоятельно вызывать у себя состояние покоя (предваряют формулы самовнушения создание фонового состояния с помощью упражнений на мышечное напряжение, расслабление, дыхательные упражнения, словесные формулы самовнушения, образные представления). 2) научиться реализовать самоприказы для воздействия на физиологические процессы. На начальном этапе самовнушению обучают

---

индивидуально: в первую неделю 1 раз в день, во вторую — через день и далее — 1 раз в неделю. В заключение лечебных мероприятий проводятся коллективные занятия. Методика Ромена позволяет овладеть техникой самовнушения в короткие сроки (2-4 недели).

#### Методика самовнушения-2.

Данная методика заключается в концентрированном раздражении определенного участка коры головного мозга. В результате этого происходит затормаживание остальных отделов коры головного мозга, что приводит к изменению целостности существования.

#### Методика самовнушения-3.

Такая методика самовнушения представляет собой прием самовнушения, производимого в состоянии легкого гипнотического сна, что характерно для начальных стадий гипноза. Пациент при погружении в состояние легкого гипнотического сна, трижды произносит слова самовнушения, направленного на устранение основного симптома болезни. При последующих сеансах добавляются самовнушения, направленные на устранение других болезненных нарушений. В дни между сеансами пациент должен повторять формулу внушения. Формула самовнушения произносится от первого лица, в утвердительной форме, в настоящем времени.

#### Методика самовнушения-4.

Согласно этой методике, даже самый внушаемый человек невосприимчив к внушению, если противится ему. Поэтому сначала нужно провести тесты на внушаемость (сцепление рук, падение назад-вперед), согласно которым внушаемые должны

---

убедиться, что у них развита внушаемость. После этого внушаемые должны закрыть глаза и произносить формулы самовнушения.

Исходя из того, что поведением человека управляют воображение и подсознательные влечения, при мысленном повторении одних и тех же формул автоматически возникает внутреннее сосредоточение, действующее на бессознательное. Проводить самовнушение лучше в момент пробуждения или перед засыпанием. Погружению в самогипноз способствует сосредоточение внимания на каком-то объекте (пламя свечи в темноте) или на монотонных звуках (тиканье часов). В этом случае наблюдается утомление внимания, наступает расслабление и в ряде случаев сон. В период расслабления (транса) человек характеризуется повышенной внушаемостью.

Всего не расскажешь. Существует множество нюансов, на которые необходимо обращать внимание. Но при этом следует помнить, что при должном уровне тренировки и природным способностям — возможно внушить кому угодно и что угодно. К любому человеку можно найти ключик. Даже если он сам себя считает гипнотизером. Подчиняются все. Просто сильные подчиняются не каждому. Но и у них найдется слабое место. Исходя из природы психики и нейрофизиологическим особенностям мозга человека.

## Классический и разговорный гипноз.

В современной науке гипноз рассматривается как временное состояние сужения сознания, вызываемое устойчивой концентрацией внимания и специальными действиями гипнолога.



---

Возникающее суженое состояние сознания характеризуется изменением внушаемости, что проявляется в нарастании подчиняемости пациента гипнологу и снижении волевого контроля пациента над происходящим. Другими словами, гипноз — это форма повышенной готовности психики сначала к приему информации, а затем ее переработки и реализации в деятельности. К гипнотическому состоянию также близки состояния задумчивости и внимательного слушания, когда внешние раздражители игнорируются за счет внутренней сосредоточенности.

Выделяют следующие стадии гипноза:

1-я стадия гипноза — Поверхностный гипнотический сон (сонливость).

Первая стадия характеризуется легкой мышечной слабостью и небольшой дремотой. Тело находится в состоянии полного мышечного покоя и неподвижности. В этом состоянии гипнотик по собственному желанию может открыть глаза, встать и прервать сеанс. Если поднять руку гипнотика, то он может ее опустить. Сознание человека полностью сохранено. Он просто лежит в состоянии приятного покоя и отдыха, но по субъективному отчету спящим себя не считает. После выхода из гипноза человек помнит все, что с ним было во время гипноза, его память сохранена.

Основные явления, наблюдаемые при поверхностном гипнотическом сне:

— еще возможно противостоять внушению, сохраняя связь с окружающей действительностью;

— дрожат закрытые веки;

- 
- совершаются глотательные движения;
  - расслабляются мышцы лица и тела;
  - реже и глубже дыхание;
  - наступает состояние легкой дремоты;
  - пока воспринимаются свет и посторонние звуки;
  - еще возможно двигать частями телом, но уже

ощущается слабость в теле и тяжесть век;

- еще можно напряжением воли открыть глаза;
- сохраняется память на происходящее.

2-я стадия гипноза — Легкий гипнотический сон (средний гипноз).

Вторая стадия характеризуется еще более полным расслаблением мускулатуры, полной мышечной слабостью, в этой стадии можно вызвать суггестированную катаlepsию — восковидную гибкость мышц. Сознание гипнотика частично нарушено. При словесном отчете гипнотик говорит о том, что чувствовал себя в состоянии побороть сонливость и открыть глаза, но такого желания не было, хотелось лежать и слушать голос гипнотизера. После выхода из гипноза наблюдается частичная амнезия: человек помнит о том, что с ним было в гипнотическом сне, но помнит не все. Иногда происходит частичная анестезия (снижение болевой чувствительности).

Основные явления, наблюдаемые при легком гипнотическом сне:

- притупляется восприятие окружающего;
- наступает пассивное подчинение суггестии;
- отчетливее выражена сонливость и мышечное расслабление;

---

- прекращается дрожание век;
- урежается пульс;
- понижается артериальное давление;
- усилием воли не возможно открыть глаза или изменить позу;
- хорошо слышен голос гипнотизера;
- после пробуждения память на происходящее сохранена частично.

3-я стадия гипноза — Глубокий гипнотический сон (глубокий гипноз).

Третья стадия гипноза является промежуточным звеном между естественным сном и различными формами сна. У разных гипнотиков такая стадия проявляется не одинаково. В глубоком сне наблюдается полная амнезия — человек ничего не помнит о том, что с ним было в гипнотическом состоянии.

Загипнотизированный отвечает на вопросы не просыпаясь, может делать ряд автоматических движений. В глубоком гипнотическом сне происходит утрата кожной, болевой и температурной чувствительности, а также чувствительности на прикосновение.

Признаком того, что гипнотик находится в трансе, является раппорт (устойчивая связь между гипнотизируемым и гипнотизером), внешние признаки гипноза и его феноменология (каталепсия, ускорение хода времени, возрастная регрессия, галлюцинации, амнезия, любые движения, только разрешенные гипнотизером и др.).

Главной целью начального этапа вызывания гипноза является получение у пациента наиболее простых и доступных первичных реакций: общего физического расслабления,

---

психологического успокоения, двигательного покоя, перевода внимания с внешней реальности на внутреннюю, концентрации внимания и сознания на заданных врачом внутренних ощущениях, воспоминаниях и переживаниях (внушаемых представлениях и образах), формирование состояния безмыслия и нейтральной отвлеченности от любых внешних и внутренних реальностей с достижением эффектов отсутствия тела, закрывания глаз и подчинения голосу гипнотерапевта.

Основные воздействия при гипнозе осуществляются на зрительный, слуховой, и кожный анализаторы. Кратко рассмотрим подобные методы воздействия

Воздействие на зрительный анализатор.

Наступления гипнотического сна наступает при утомлении внимания и через это засыпания. Для гипнотизации можно держать какой-то предмет (молоточек, ручку и т.п.) перед глазами гипнотика с указанием ему смотреть на предмет. Как вариант, можно заставить смотреть себе в глаза (при этом запрещено моргать). Предмет также можно легко вращать и т.п. После того как пациент, сидя в удобной позе, фиксирует взгляд на указанном вами предмете, в качестве дополнительного средства рекомендуется произносить словесное внушение.

Воздействие на слуховой анализатор.

В этом случае используются раздражители слухового анализатора (шум ветра, морской прибой, тиканье часов и проч.). Также как и в предыдущем методе, для усиления наступления транса и глубины гипнотического сна, следует добавить словесное внушение.

Воздействия на кожный анализатор.

---

В этом случае используются пассы руками, которые могут усиливаться внушением словами.

При использовании словесного внушения следует обратить внимание, что формулы внушения должны быть короткими, произноситься уверенно и исключительно в повелительно-утвердительной форме. Запрещаются любые сомнения или сложные формулы. Пациент не должен задумываться над тем, что вы сказали; он должен четко выполнять ваши установки и погружаться в транс. Кроме того гипнотик должен понимать о чем вы говорите. В гипнозе важную роль играет воображение. А воображение основывается на том, что человек пережил в реальной жизни, видел по телевизору, вообразил себе из чьих-либо рассказов и т.п. При этом следует помнить, что ваши слова должны походить на внушение. Поэтому во время счета следует говорить монотонным голосом и в ритме дыхания гипнотика; без резких выкриков, которые могут разбудить пациента, если он погружается в вызываемый вами гипнотический сон.

Гипноз развивается по тем же законам, что и сон. Связано это с тем, что гипноз и сон имеют одну природу — торможение коры больших полушарий головного мозга. В состоянии бодрствования в коре головного мозга преобладает возбуждение, а в состоянии сна — торможение; поэтому гипноз возникает при наличии очага возбуждения в заторможенной коре. Вся кора спит, но команда гипнотизера поступает в мозг через этот очаг, и поскольку спящий мозг не в состоянии их критически осмыслить, гипнотизируемый безоговорочно выполняет эти команды и тут же их забывает.

---

Рассмотрим подробнее сходство и отличия гипноза от естественного сна.

Сходства гипноза и естественного сна следующие:

1) Загипнотизированный человек внешним видом напоминает сонного: закрытые глаза, пониженная деятельность мышц и внутренних органов.

2) Приготовления ко сну напоминают процедуру гипнотизации.

3) Наличие при обычном сне слабых контактов со средой позволяет перевести естественный сон в гипнотический.

4) Наступление гипнотического состояния сопровождается изменениями, сходными с картиной естественного сна (падение кровяного давления, замедление частоты пульса на 4-12 ударов в минуту, урежение ритма дыхания на 3-5 дыханий в минуту, отсутствие движений век).

Отличия гипноза от естественного сна:

1) Непрерывная словесная связь гипнолога с гипнотиком.

2) Гипноз — это искусственный сон, вызываемый раздражителями (слуховыми, зрительными, тактильными), т.е. гипноз вызывают однообразное раздражение органов чувств (фиксация взгляда, однообразные звуки, словесная суггестия, мерные потоки тепла).

3) Человек полностью забывает все, что с ним было во время гипноза.

Важным принципом возможности гипноза является доминанта (очаговое возбуждение в коре головного мозга).

---

Доминанта можем вызываться словом. Под доминантой следует понимать временно господствующий набор рефлексов, который направляет в данный момент времени все поведение организма на решение одной, наиболее важной для него задачи. Следствием образования доминанты является установка и паттерн поведения.

Стоит обратить внимание, что под действием гипноза человек может вспомнить все что угодно. Независимо сколько прошло лет от вспоминаемого события. Объясняется это тем, что любая информация, когда-либо появляющаяся в спектре нахождения конкретного человека откладывается в его подсознании (бессознательном психики). Бессознательное — это память. С помощью гипноза становится возможным извлечь любое воспоминание человека (любое и любой давности).

Таким образом, с помощью гипноза возможно все. Гипноз оказывает ключевое воздействие на жизнь человека. Внушение человек получает от любых вещей, механизмов, людей. И этому мы находим постоянное подтверждение в нашей жизни. Например, средний по достатку человек неожиданно становится богатым. Если раньше его средством передвижения был общественный транспорт, теперь покупает себе «Hummer» («Хаммер») или «Mercedes-Benz». В этом случае автомобиль начинает оказывать влияние на психику такого человека, внушая ему уверенность в своих силах и возможностях (подобная уверенность распространяется на другие поступки и мысли этого человека).

Кроме того подобного человека уже по иному будут воспринимать и другие люди. В коллективном бессознательном человека живет преклонение перед богатством и богатыми

---

людьми. Так сложилось исторически, когда богатый человек одновременно был и человеком знатным, почитаемым, уважаемым или не совсем уважаемым — его боялись, перед ним заискивали, ему поклонялись и т.п. Из века в век сохранялось подобное отношение к богатым во всем мире. Это откладывалось в подсознании человека, передавалось генетическим путем от одного человека к другому и в итоге произошло так, что архетипически в бессознательном современного человека лежит инстинктивное (подсознательное) желание уважения к тому, кто богаче.

Если рассматриваемый нами выше человек помимо автомобиля имеет и соответствующий заработок, а помимо этого ему еще подчинялись сотни и тысячи человек, то невозможно, чтобы такой человек не испытывал постоянное внушение от ощущения (осознания) своего богатства. Со временем, привыкнув к богатству, он может о нем не думать. Но то, что наличие капитала в подсознании капиталиста (капиталист — от словосочетания «владеющий капиталом») сформировало соответствующую психологическую установку — верно. Как верно и то, что такая психологическая установка закрепляет паттерн поведения, определяя не только направление мыслей такого человека, но и его поступки, т.е. реализацию мыслей делами.

С помощью гипноза становится возможным добиться любого состояния человека. В том числе и он может сначала внушить себе наличие богатства, а после и станет богатым. Объясняется подобное тем, что любая мысль материальна.



---

С помощью мыслеобраза мы формируем в мозге алгоритм псевдо-совершенного (иллюзорного) поступка. При этом сам мозг получит одинаковый сигнал и если поступок будет совершен в реальности, и если совершение такого поступка произойдет только в нашем воображении. При наличии хорошего воображения, разумеется. Впрочем, воображение можно и нужно развивать, постоянно совершенствуясь в своем представлении каких-либо предметов или явлений, помня при этом о том, что мысленное воспроизведение любого образа приближает осознание его в реальной жизни. Во времена СССР в Ленинграде работал ученый, кандидат биологических наук Г.А.Шичко, создавший эффективный метод избавления от алкоголизма с помощью гетеро- и аудио-суггестии. Метод Г.А.Шичко основан на знании о том, что сознательной жизнью человека управляет подсознание, поэтому если специальными методами кодировать подсознание, то человеку можно внушить все что угодно, в т.ч. и избавление от вредных привычек. Для реализации подобного кодирования Шичко ввел обязательное написание дневников (анализ прожитого дня в виде ответов на специальные вопросы) и написание самовнушения перед сном, зачитывание таких дневников и т.д. Таким образом происходило массированное воздействие на мозг человека со стороны различных органов чувств и восприятия действительности (зрение, слух, речь и т.п.) — с очень приличным результатом избавления от различного рода зависимостей. Единственно, что необходимо — желание самого человека.

Желание это вообще основа достижения результата в любом виде кодирования. Если человек не желает выполнять установки — он будет сопротивляться. Правда любое

---

сопротивление можно сломать и без физического или фармакологического воздействия. Для этого используют, например, гипноз наяву (Эриксоновский гипноз, цыганский разговорный гипноз, НЛП и проч.)

Гипнотическое внушение способно увеличить способность человека концентрировать внимание, активировать мыслительные и творческие способности. Если человеку внушить, что он сильный шахматист, резко возрастает его способность к игре в шахматы. Гипноз — это высшая форма мотивации, принуждения к действию. Изучение гипноза позволяет управлять скрытыми (резервными) возможностями организма. Таким образом, гипноз является особым психическим состоянием, формой повышенной готовности психики к приему информации (любое воздействие внешней среды — это информационное воздействие, воздействие информации).

Гипноз — это состояние определенного рода восприимчивости, связанной с повышенной управляемостью психикой.

Состояние загипнотизированного человека может выглядеть следующим образом. Его мысли замедляются, путаются, обрываются, он чувствует, что не может припомнить какие-то события. Однако при некотором усилии еще возможно вывести себя из этого состояния. Но при погружении в более глубокий гипноз появляется чувство, что невозможно при помощи собственных усилий воли сделать ни одного движения, мысль как бы застывает в одном положении точно так же, как и застывают движения. Впечатления от внешнего мира доходят неясно. Чувствуется дыхание гипнотизера, невозможность сопротивляться

---

его командам. Через время наступает самый глубокий сон, сомнамбулизм. В этом состоянии человек не может мыслить, не способен двигаться помимо воли гипнотизера. Если он отвечает на вопросы гипнотизера, то его ответы неопределенны, а сам он не может решить что ответить и ждет подсказки со стороны гипнолога. Состояние загипнотизированного мозга можно сравнить с состоянием оцепенения, которое существует в мышцах. Мозговые клетки (управляющие) как бы погрузились в сон, замерли, а клетки, несущие исполнительную функцию, продолжают действовать. Благодаря прекращению административной функции мозга, исполнительная его функция, ничем не сдерживаемая и не контролируемая, легко выступает на первый план и быстро подчиняется внешнему влиянию. Поэтому во время гипноза психика загипнотизированного предрасположена восприятию разного рода внушений, т.е. подсказанных мыслей.

Кроме того, следует помнить, что внушение существует и вне гипноза. Все наше воспитание есть ничто иное, как ряд последовательных внушений, воспринятых в детстве. Психика ребенка максимально восприимчива к любого рода воздействию, поэтому у детей явно выраженные способности к обучению, а значит, любые слова или действия взрослых оставляют неизгладимый след в психике (подсознании, памяти) ребенка, и все его поступки, совершенные во взрослой жизни — есть результат информации, которую такой ребенок получил в детстве. На этом помимо гипнологии построен психоанализ и все ведущие школы психотерапии. Очень было бы полезным, если бы об этом помнили в школах, а педагогов и родителей учили знаниям о подсознании и о влиянии информации на подсознание. Можно

---

было бы уберечь от многих психических травм детей и резко сократить проблемы, проявляющиеся при наступлении взрослой жизни.

Помимо классического гипноза выделяют также т.н. гипноз наяву (когда пациент не погружается в сон). Гипноз наяву становится возможным благодаря речевым (вербальным), неречевым (невербальным) и образно-чувственным средствам. Среди таковых средств выделяют эмоции и речь. С помощью слов (речи) обогащенных эмоциями становится возможным эффективно воздействовать на чувства людей, а значит временно отключить цензуру психики и добиваться проникновения слов (их смыслового содержания) сразу в подсознание, сформировав там психологические установки, которые активируя архетипы бессознательного образуют паттерны будущего поведения человека, подвергнутого гипнотическому воздействию в бодрственном состоянии (т.н. гипнозе наяву).

Речь человека различают на внешнюю и внутреннюю. Внешняя речь делится на устную и письменную. Внутренняя речь — это мысли человека. Содержание речи определяется количеством сказанных мыслей. Результативность слов определяется воздействием на аудиторию, т.е. результативность выступления — это влияние на чувства, эмоции, разум собравшихся с целью формирования новых установок в подсознании, или укрепления прежних. Для гипнолога важно профессионально произносить слова, строить фразы, делать паузы и т.п. таким образом, как это делают талантливые профессиональные актеры. Известно, что педагог А.С.Макаренко мог фразу «иди сюда» говорить с 15-20 оттенками речи. Поэтому

---

все, к кому он обращался (в первую очередь подростки его коммуны) подходили к нему сразу.

Одним из распространенных методик введения человека в гипнотическое состояние наяву является техника цыганского психологического гипноза. Эффективность данного метода действительно не оставляет сомнений в надежности используемого воздействия на психику человека.

В основе цыганского психологического гипноза лежит феномен установления внушающего контакта (раппорта) в состоянии частичного или полного бодрствования сознания гипнотика. Подобное носит название феномен психоэнергетической суггестии, когда внушение выполняется наяву, методом формирования устойчивого фиксированного эмоционально-энергетического возбуждения на фоне активного или частично измененного состояния сознания и измененной психофизиологии.

Психотехнической основой гипногенного контакта гипнотизера и гипнотизируемого является феномен бессознательного установления управляющего контакта (раппорта) методом синхронизации и подстройки эмоционального состояния и поведения гипнотизера к эмоциональному состоянию, психоэнергетике, движениям, позе, дыханию, способам восприятия и обработки информации, манере поведения и реагирования объекта, а также к его основным психологическим стереотипам мышления, социально-мировоззренческим установкам, жизненным идеалам, убеждениям, верованиями т. д. Поэтому цыганский метод установления раппорта внешне выглядит, прежде всего, как выражение сочувствия, желание

---

помочь, желание что-то дать или сделать и т. п. Очень часто в самом начале контакта цыганский криминальный гипнотизер сразу старается чем-то необычным и логически тупиковым озадачить объект и, пользуясь секундной приостановкой логико-аналитического мышления, мгновенно перевести и изменить его сознание в правополушарный режим воображения, чувств и эмоций. При этом вводится, как правило, навязывание главного ключа к глубинной бессознательной природе человека — страха. Еще с библейских времен главнейшим фактором успешного раппорта считалась вера и доверие. Вера — это сознательное доверие, это осознанный прогноз на будущее на основании прошлых событий. Осознанная вера есть результат работы левого словесно-логического мозга, а неосознаваемое доверие - результат работы правого, чувственно-образного мозга. В технике цыганского гипноза превалируют две задачи: 1) усыпить или обойти критику и аналитические возможности левого мозга и 2) вызвать устойчивую бессознательную связь с глубинной психоэмоциональной сущностью правого мозга методом аналитического отождествления с ней и адекватной подстройкой к бессознательным проявлениям правополушарной активности: чувствам, движениям, мимике, дыханию, позе и поведению объекта.

Анализируя технику гипноза наяву, и в частности цыганского гипноза (как и эриксоновского гипноза), можно выдвинуть единое и основное условие, благодаря которому подобный гипноз становится возможен: раппорт. Т.е. для того чтобы подействовало внушение, сначала надо создать раппорт, то

---

есть создать очаг сверхбодрствования в коре головного мозга, а для этого необходимо выполнить следующие приемы:

1) Стать зеркалом, т.е. принять позу, такую же, как у партнера. Подобное носит название: подстройка, отражение, присоединение, отзеркаливание и т.п. Основным является тот факт, что гипнотизеру нужно сделать главную часть своего поведения похожей на аналогичную часть поведения объекта. А что касается отражения позы, то оно может быть прямым (в точности как в зеркале) и перекрестным (если у партнера левая нога закинута на правую, то гипнотизер делает это же).

Большинство людей чувствуют доверие к вам, если замечают, что вы бессознательно начинаете подражать им, их поведению, привычкам, оборотам и дикции речи. При этом нельзя копировать слишком явно. Во всем нужна мера. Как известно, возникающие у нас желания мы выполняем в первую очередь, нежели чем возникшие желания другого лица. Поэтому очень важно чтобы объект не заметил вашу подстройку. Установление бессознательного доверия и раппорта — это уже и есть гипноз. Подстройка к позе — первый навык создания бессознательного доверия. При этом, если люди знают друг друга (а значит и доверяют друг другу), то они уже общаются в режиме подстройки к позе.

При оценке отношения говоривших друг к другу, следует обратить внимание на их позы. Если во время разговора человек подстраивается к позе собеседника, то все нормально, по обсуждаемому вопросу мнения у них совпадают, а если в наблюдаемой паре подстройки к позе нет, то согласие, выраженное на словах, не должно вас обмануть — внутреннего

---

согласия там нет. Подстройка всегда происходит сама собой, автоматически, там, где есть согласие или хотят согласия, и наоборот, где нет или не хотят согласия, там нет и подстройки. В таких случаях желательно помнить правило: если во время спора вам нужен компромисс, то всегда умышленно сохраняйте подстройку и ваш спор обязательно закончится компромиссом.

2) Необходимо подстроиться к дыханию объекта, т. е. скопировать его манеру, частоту и глубину дыхания. Подстройка к дыханию бывает прямая и непрямая. Прямая подстройка — когда гипнотизер начинает дышать так же, как дышит объект, в том же темпе. Непрямая подстройка — гипнотизер согласует с ритмом дыхания объекта какую-то другую часть своего поведения; например, он может качать рукой в такт дыханию объекта или говорить в такт его дыханию, то есть на его выдохе. Прямая подстройка считается более эффективной для возникновения раппорта. Подстройка к позе и дыханию объекта считается успешной, когда переходит в т.н. «велеие». То есть гипнотизер незаметно меняет свою позу и дыхание и обнаруживает, что у объекта автоматически произошли аналогичная смена позы и дыхания.

Раппорт состоит из двух фаз: присоединение и ведение. В первой части гипнотизер присоединяется методом копирования позы и дыхания, а во второй части — меняя позу и дыхание, добивается схожих бессознательных изменений в позе и дыхании объекта, что и называется ведением, т. е. гипнотизер фактически завершает формирование бессознательного управления объектом.

Необходимо помнить, что обычно люди говорят на выдохе, поэтому если гипнотизер говорит на выдохе объекта, то объектом



---

это бессознательно воспринимается как иллюзия собственной внутренней речи. При очень большой разнице в ритме и глубине дыхания у гипнотизера и у объекта можно отслеживать его дыхание через раз (например, при частом дыхании гипнотизер копирует вдох, пропускает выдох и второй вдох, копирует второй выдох). Таким образом, для создания раппорта (бессознательного доверия) гипнотизер отражает собой поведение объекта. Это называется подстройкой или присоединением. Когда гипнотизер присоединяется к какой-то части наблюдаемого поведения объекта, то меняет эту часть поведения у себя (при прямой подстройке), и объект следует за ним. С этого момента гипнотизер управляет объектом, ведет его. В идеале подстройка у гипнотизера становится рефлексом на нового человека. Поэтому цыгане постоянно учатся тренироваться общаться с бессознательным объекта.

3) Необходимо учиться подстраиваться к движениям объекта. В любой беседе человек обычно как-то жестикулирует, меняет позу, кивает или качает головой, мигает и т. д.; все это может быть предметом для подстройки и присоединения к его бессознательному. Подстройка к движениям более сложна, чем подстройка к позе и дыханию, которые относительно постоянны и их можно спокойно рассмотреть и приступить постепенно к копированию. А движение — это быстрый процесс, здесь нужны наблюдательность и осторожность, чтобы объект не смог осознать, что к нему подстраиваются.

Любые движения можно подразделить на большие (походка, жесты, движения головы или ног) и малые (мимика, мигание, мелкие жесты, подергивания или подрагивания). Лучше

---

всего подстраиваться к жестам рук объекта с помощью движений своих пальцев. В этом случае следует отследить пальцами примерное направление движений рук объекта и сделать какую-то разницу в амплитуде; здесь нужна скорость реакции. Нельзя копировать движения рук объекта зеркально, следует намечать их, но не заканчивать. Например, объект почесал правой рукой лоб, а гипнотизер тут же поглаживает свой подбородок. Из мелких движений хорошо выбрать для подстройки мигание, этого никто не осознает. Следует мигать с той же частотой, что и объект, а потом резко прекратить мигать, что бы у объекта тоже прекратилось мигание, или закрыть глаза, чтобы объект сделал то же самое. Все это способствует возникновению гипноза.

Рассматривая вопрос психологического воздействия, следует выделить следующие последовательные элементы:

1) Перевод сознания объекта манипулирования со словесно-аналитического левомозгового в чувствительно-образное правомозговое.

2) Осуществление т.н. подстройки (отождествления себя с личностью объекта). Таким образом оказывается возможным воздействие на правое (язык символов и образов) полушарие мозга. Манипулятор в данном случае не только отождествляет себя с объектом, но и путем мысленного приказа создает вымышленный образ отдаваемого объекту приказа, а после и переходит в тело объекта, внушая ему (себе) обязательное выполнение данного приказа. Кроме того, для наибольшего результата воздействия на другого индивида необходимо уделять особое внимание развитию зрения, слуха, развивать тактильные ощущения.

---

На наш взгляд, важное значение необходимо уделить и некоторой недоговоренности, которая всегда присутствует в словах. В этом случае, исходя из того, что каждый желает услышать то, что он хочет услышать, правильно подобранными фразами становится возможным формировать некое ложное информационное пространство вокруг объекта манипуляций. Позже объект, конечно (если сопоставит факты), сможет обнаружить обман, но в связи с тем, что большинство людей мнительны и неуверенны в себе, такой объект будет не способен сделать правильных выводов, подозревая во всем по привычке только себя.

Кроме того следует помнить, что для удачного воздействия на объект необходимо обязательное соблюдение ряда условий, одним из которых является твердая уверенность в правильности собственных мыслей и совершаемых действий, а также всегда однозначные уверенные ответы на все поставленные вопросы даже если чувствуете что где-то не правы. Это важный принцип психологии воздействия.

При гипнозе наяву следует давать утвердительные команды (приказы), чтобы в самих приказах был посыл к действию, а не к размышлению над его необходимостью. Также следует акцентировать внимание объекта на его внутреннем мире, что предусматривает введение объекта в состояние определенного транса. А если не достигается последний — воздействуя на его эмоции — вывести таким образом его из себя и путем утвердительной команды внушить приказ к осуществлению команды.

---

Также необходимо помнить, что психика человека так устроена, что человек бессознательно не только готов подчиняться, но и испытывает желание делать это. Поэтому для удовлетворения подобного бессознательного желания человека (объекта) необходимо создать ему соответствующие условия. Для усиления эффекта подчинения следует сначала инициировать невроз, а после снять его. Объект должен бессознательно догадаться, что снимается его невроз (депрессия, страх, проч.) подчинением гипнотизеру. Любой человек в первую очередь слышит только себя, а если слушает других — то стремится услышать то, о чем думал (думает) сам. Таким образом, происходит верификация новой информации с уже имеющейся в бессознательном человека, а значит, цензура психики пропускает новую информацию, и она, усиливая старую — участвует в дальнейшем программировании его поступков посредством рождения соответствующих мыслей и идей в психике (мозге) такого человека. Кроме того, в течение некоторого времени после наступления раппорта выбранный нами объект манипуляции будет пребывать в состоянии повышенной суггестии (особенно усиливавшейся на фоне эмоций объекта, т.е. объекта, находящегося в состоянии аффекта), а значит преподнесенная в такой момент информация найдет благозвучный отзвук в его душе, и после можно быть уверенным, что объект манипуляции выполнит установки манипулятора.

В цыганском психологическом гипнозе цыгане используют такой способ быстрого наведения гипноза наяву, когда цыганка ловит момент, когда кто-то увлеченно говорит о том, что его волнует или сильно беспокоит, и тогда цыганка присоединяется к

---

этому человеку и активно ему сочувствуя и сопереживая, своими словами и вопросами специально разжигает и все больше и больше детализирует проблему рассказчика, все больше и глубже погружаясь в мир его переживаний, проблем и воспоминаний. Затем цыганка начинает стимулировать воспоминания этого человека, навязывая ему близкую его проблемам галлюцинацию. Заполучив видение, цыганка развивает его в глубочайший цыганский гипноз с сильным безотказным раппортом. И так, погружаясь в проблемы, человек погружается в транс, который даже не требует углубления — достаточно присоединиться к нему, помочь создать хорошую и знакомую ему воображенную картину (галлюцинацию) и воспользоваться этим.

Напомним, что погружению в гипнотический сон способствует все, что приводит к наступлению естественного сна. Поэтому становится легко погрузить в гипнотический сон человека, который хочет спать. При гипнотизации следует посадить человека в удобное для него положение сидя, лежа, полулежа и т.п., т.е. в ту позу, при которой он обычно легко засыпает. Наступлению гипнотического сна способствует тишина, полумрак (т.е. уменьшение потока раздражений, поступающих через слуховой или зрительные каналы) и тепло. При гипнотизации имеет значение поза гипнотизера, его жесты, мимика, речь. Психическое воздействие начинается с момента, когда гипнотик увидел гипнотизера. В этом случае окружающая обстановка должна способствовать закреплению суггестивного настроения гипнотика. Перед началом сеанса важно объяснить гипнотику (с учетом его интеллекта) специфику гипноза. Важно уберечь его от излишнего страха и убедить, что при гипнозе с ним

---

ничего страшного не случится; что он будет контролировать ситуацию, и по желанию в любой момент сможет самостоятельно выйти из состояния гипнотического сна.

Гипноз подразделяется на гетерогипноз и аутогипноз. Аутогипноз — это самогипноз. В аутогипноз человек входит самостоятельно. В гетерогипноз — с помощью другого специалиста. Следует обратить внимание, что загипнотизировать человека без его желания — невозможно. Любой гипноз — это самогипноз.

Самогипноз (аутогипноз) — это состояние повышенной внушаемости, во время которого происходит самокодирование. С помощью самогипноза можно погрузиться в глубины подсознания и избавиться от любого негативного образа мыслей и неадекватного представления о себе. Любой человек, практиковавшийся в самогипнозе, способен достичь любого профессионального успеха и изменить свое поведение. Самогипноз снимает стресс и содействует личностному росту. Гипноз, самогипноз, внушение, транс, саморегуляция — позволяют человеку общаться с собственным бессознательным, помогают другими глазами посмотреть на свои проблемы, разобраться в себе и в других людей, снять боль, стресс, депрессию, излечиться от многих болезней (особенно психосоматического характера), позволяют вернуть утраченные силы и запрограммировать себя на исключительный успех во всех делах. Мысль человека материальна. В мозге любая мысль прокладывает связи между нейронами, и программирует человека на совершения заданных мыслью действий. По схожей схеме осуществляется воздействие других людей. В этом случае

---

образуется доминанта (очаговое возбуждение в коре головного мозга), подсознание человека получает психологическую установку, а в бессознательном психики формируется паттерн поведения. Таким образом — любая мысль программирует человека на совершение каких-либо действий. При самогипнозе — происходят самопрограммирование. При гетерогипнозе — в роли «программиста» выступает другой человек. Такой человек в зависимости от его целей зовется или гипнотизер, или психотерапевт, или манипулятор, или...

### **Провокация невроза — как способ манипулирования для лидера.**

По направленности своего воздействия манипуляция становится возможной при атаке на психику индивида или масс и провокации вследствие этого невротической зависимости.

Не вдаваясь в характер возникновения и действия различных неврозов (невроз навязчивых состояний и др.) мы будем говорить о том, что сама форма существования любой невротической зависимости (невроз, истерия, прочие состояния) вызывает в психике индивида определенный дискомфорт, выражающийся в необходимости подстраивать собственную жизнь под симптоматику существующего в психике заболевания, а значит, характеризуется невозможностью человека жить той жизнью, которой он хочет. В этом случае он вынужден строить свои жизненные отношения с оглядкой на существующую в его психике симптоматику.

При этом мы должны заметить, что у каждого человека в той или иной мере можно вызвать невроз. В зависимости от

---

состояния нервной системы и профессиональных навыков такого индивида, просто будет различаться продолжительность действия невроза, в который окажется погружена его психика; но то, что спровоцировать можно любого (будь-то профессор психологии, или простой гражданин страны) — факт, которому способен найти подтверждение каждый, стоит только внимательно понаблюдать за окружающими, вступающими друг с другом в межличностные контакты.

Невроз есть действительно у всех. И одной из форм манипулирования является провокация невротической зависимости. Остановимся здесь и рассмотрим подробнее.

Все индивиды разделяются на тех, у кого невроз представлен в значительной степени (в этом случае он обычно заметен для окружающих), на тех, кто живет с симптоматикой невроза, но при этом невроз не мешает подобному человеку выполнять свои профессиональные обязанности, и может лишь иногда — затрудняет их выполнение. Многое при этом объясняется скрытностью таких людей-невротиков. Невроз ведь это не психопатия, которую скрыть трудно, а то и невозможно. То, что человек является невротиком, заметно лишь, если пообщаться с этим человеком подольше, или поставить его в какое-то затруднительное положение (когда психика на грани — человек становится таким, каким он есть; играть перед смертью или в стрессе может только человек, полностью контролирующий себя).

Как мы помним, первичной функцией слова было внушение -- как команда другой особи. И только позже слово стало походить на сообщение. Эта филогенетически первичная суггестивная функция речи не утратила своей коммуникативной



---

специфики и часто является манипулятивным информационным воздействием.

Мы уже говорили, что психика индивида представлена тремя составляющими некоего структурного единства (сознание, бессознательное, и цензура психики). В обычном состоянии, состоянии ровном, т.е. не удрученном какими-либо невзгодами, трудностями, волнениями, опьянением, чрезмерной усталостью и проч., человек находится в сознании. В таком состоянии (состоянии сознания, или обычном состоянии сознания, далее ОСС) важную роль играет цензура психики, которая стоит на пути между информацией, поступающей как из внешнего мира в мозг (в психику) индивида, так и (что менее заметно) на пути информации из мира внутреннего (бессознательного, или подсознания) в ту же самую психику (т.е. оказывает влияние на психику).

Цензура психики представляет собой своеобразный барьер критичности, и основная роль цензуры — перераспределять информацию, поступающую из внешнего мира, между сознанием и подсознанием (бессознательным).

Известно, что при определенном влиянии разных факторов, цензура психики индивида может ослабевать. В такое время информация, которая ранее могла быть отвергнута цензурой и отправлена в бессознательное оказывается в сознании, а значит, может сразу влиять на поведение человека. Тогда как ранее ей приходилось сначала откладываться в подсознании, будучи отвергнутой цензурой психики, и только при создании определенных ситуаций, в благотворном ключе воздействующих на сформированные ранее полу-установки и полу-паттерны

---

поведения, начинать оказывать свое влияние на сознание, т.е. на мысли и поступки.

В случае ослабления цензуры психики мы можем говорить о нахождении индивида в измененных состояниях сознания (далее ИСС). При этом следует понимать, что сами ИСС в ряде случаев являются результатом каких-либо предварительных воздействий на психику, в результате которых психика на время теряет привычное ей свойство выставлять барьер на пути любой информации, получаемой из внешнего мира, информации как посредством межличностной коммуникации, так и информации, получаемой при помощи средств массовой коммуникации (далее — СМК).

Кроме того, следует обратить внимание, что в ИСС психика индивида может погружаться как самостоятельно (в результате, например, алкогольного опьянения, депрессии, немотивированной агрессии и проч.), так и намеренно, со стороны манипулятора. В этом случае манипулятор какими-либо своими действиями (словами, поступками, проч.) провоцирует психику объекта манипуляций (жертвы), чем вызывает в психике последнего явный временный дисбаланс (психологический дискомфорт, результатом которого как раз является ослабление цензуры психики). Этот дисбаланс проявляется в погружение на какое-то время такого человека в ИСС, в результате, например, ярости, вспышки агрессии, печали, и проч. симптоматики проявления явно деструктивного поведения, когда у человека временно исчезает способность контролировать себя (посредством сознания), и какое-то время он пребывает в т.н. состоянии аффекта.

---

При этом, повторимся, опытные манипуляторы (специалисты, прошедшие специальную школу подготовки в спецслужбах, врачи-психиатры, некоторые психотерапевты и психологи, иные лица, в т.ч. имеющие врожденные или интуитивно приобретенные в течении жизни способности) могут намеренно погружать нужного им человека в ИСС, провоцируя, например, у него невроз, и таким образом добиваясь «своего», потому что, исходя из того, что в ИСС ослабевает барьер критичности, становится возможным запрограммировать такого индивида или на появлении у него определенных мыслей, которые приведут в последствии к определенным поступкам, необходимым манипуляторам, или сразу вызвать совершение поступков, через, например, повышение порога суггестии (внушения) в моменты ИСС.

Другими словами, человека можно сначала вывести из себя, а после запрограммировать на выполнение необходимых вам действий. И если необходимо, чтобы кто-то выполнил то, что хотите вы, но это невозможно достигнуть пока этот человек пребывает полностью в сознании (в ОСС), психику такого человека нужно сначала перевести в ИСС (посредством, например, провокации невроза), а после уже внушить ему выполнение действий, которые от него необходимы.

При этом, заметим, в зависимости от порога внушаемости и прочих обстоятельств (жизненный опыт, уровень образования, проч.), можно добиться быстрого или замедленного результата. А значит будут различаться и способы воздействия на психику. Например, если мы рассматриваем психику неуравновешенного человека, то если какими-либо словами, жестами, или поступками

---

произвести воздействие на этого человека, то можно перевести его нервную систему в состояние возбуждения, а значит тем самым спровоцировать такого человека на принятия каких-либо скороспелых действий (являющихся следствием состоянием аффекта, т.е. кратковременным превалированием порывов, идущих из под сознания — над сознанием). Позже, когда режим торможения сменит гиперактивность, такой индивид будет сожалеть и раскаиваться над совершенным им; но это будет уже после. А значит, акт манипулирования психическим сознанием состоится. Тогда как для тех индивидов, у которых, наоборот, в коре головного мозга преобладают периоды торможения, необходимо будет использовать другую методику. К каждому человеку можно подобрать свой ключик. Не существует тех, кто не подвержен к воздействию. Вопрос только заключается в том, чтобы для разных индивидов подбирать свои «ключик», открывающий дверцы в их психику, а значит и получая возможность воздействовать на таких индивидов, в иных случаях фактически моделируя их поведение.

Остановимся на подобных формах моделирования. В данном случае мы должны говорить не только о воздействии на подсознание такого индивида, но и о воздействии на архетипическую часть подсознания. Известно, что в бессознательном психики (в подсознании) хранится внушительный объем информации. Это как информация, попадающая в бессознательное в процессе жизненного опыта индивида (в результате задействования репрезентативных и сигнальных систем), так и информация, полученная генетическим (через ДНК родителей) и филогенетическим (опыт

---

предшествующих поколений) путем. Причем важность каждой части подобного пополнения бессознательного психики поистине огромна, и имеет бесконечные характеристики. При этом, фактически невозможно предсказать каким образом в тот или иной момент произойдет активность соответствующих нейронов головного мозга, вызвавших в последствие ту или иную реакцию человека. Подобное зависит от разных факторов.

Как известно, все, что психика человека воспринимает через т.н. репрезентативные (визуальные, аудиальные, кинестетические) и сигнальные системы (чувства, речь) откладывается в подсознании (независимо от того, было ли это воспринято сознанием, или оказалось сразу вытесненным последним). Далее подобная информация помещается в глубинах памяти и при необходимости может быть извлечена наружу (то есть перейти в сознание, реализуясь в поступках человека). Кроме того, информация, перемещаемая в подсознание, может находить отклик с информацией, уже находящейся в бессознательном ранее. В этом случае можно говорить о сформировании в бессознательном психики паттернов поведения, т.е. неких устойчивых механизмов, которые формируются посредством того, что в бессознательном оказывается информация, которая имеет сигнал, полярный с ранее поступившей в подсознание, и сформировавшей там полу-паттерны. При таких условиях прежняя информация усиливает вновь поступившую и служит образования полноценного паттерна.

Можно говорить, что бессознательно психика ставит некие якоря, или «ловушки», попадая в которые новая информация почти тут же находит благотворный отклик. Таковую информацию

---

принимают как свою, оказывают ей повышенное внимание, потому как она укрепляет информацию, находящуюся ранее, усиливает ее, и служит дальнейшей консолидации совместных усилий, когда появляется возможность перейти в сознание, а значит и претворится в действительность.

При этом следует обратить внимание, что необходимость в данном случае — лишь как следствие возможности, потому как не каждая информация из бессознательного переходит в сознание. Причем процесс перехода может иметь различную протяженность по времени. В ряде случаев можно несколько увеличить скорость реакции (т.е. скорость прохождения информации) и почти сразу обратить информацию, получаемую из внешнего мира — в какие-либо поступки и прочие реальные действия индивида. Поэтому отметим еще раз: не вся информация поступающая из внешнего мира находит положительный отклик в цензуре психики, а значит попадает в сознание. Большая часть информации оказывается вытесненной (в результате барьера критичности психики). Об этом мы уже говорили. Однако какая-то часть информации, поступающая из внешней среды, действительно оказывается способной сразу поступить в сознание. Т.е. цензура психики по ряду причин подобную информацию пропускает. Такие факты встречаются.

Известно, что психика индивида с повышенным вниманием относится к информации, которая имеет схожую кодировку с той информацией, которая поступила в мозг ранее. В этом случае новая информация как бы не противоречит поступившей ранее информации, которая закрепились в подсознании, образовав или полноценные установки и паттерны.

---

Тогда новая информация усиливает уже сформировавшиеся установки и паттерны, или только наметив образование таких установок и паттернов, вследствие чего образуются полу-установки и полу-паттерны, а теперь новая информация схожей кодировки усиливает их, формируя полноценные установки и паттерны.

Процесс формирования полу-установок и полу-паттернов используют манипуляторы, которые сначала преподносят объекту манипуляций информацию, которую этот человек хочет услышать, тем самым усыпляя его бдительность (т.е. нейтрализуя цензуру психики) и вызывая предрасположенность к себе, а значит и становятся практически полноценными управляющими души подчинившегося им человека. Подчинившегося не по воле своей, а в результате предварительно проведенной работы манипулятивного характера. Диверсии против психики. Своего рода вражеской вылазке с последующим порабощением психики. Подчинении и управлению волей. Влияния на совершаемые поступки и даже на появление тех или иных мыслей. Т.е. злодей-манипулятор в ряде случаев может полностью подчинить себе того или иного человека, получив контроль над его психикой.

Весьма эффективным методом манипулятивного воздействия на индивида является выведение его из психоэмоционального равновесия. Простирается этот метод в спектре воздействия на сознание и закладывание установок в подсознание и устойчивых механизмов (паттернов в бессознательное психики) в то время, когда психика индивида находится в ИСС (измененном состоянии сознания); что, в свою очередь, достигается путем сознательного погружения индивида в

---

трансовые состояния, провокацию, например, невротической зависимости, страха, и проч., в результате чего цензура психики на какое-то время ослабевает, и как раз в это время становится возможным навязать такому индивиду установки, которые в последствие он будет неукоснительно выполнять.

Кроме того, мы должны обратить внимание, что большинство индивидов на самом деле бессознательно желают подчиняться. Путем подчинения (выполнения воли другого) такие индивиды на время снимают с себя психологический груз ответственности (любой индивид испытывает воздействие культуры, т.е. сознательного контролирования первичных инстинктов, а значит в той или иной степени находится в состоянии невроза). Подчиняясь другому, большинство индивидов бессознательно освобождаются не только от «щемящего их душу» чувства ответственности, но и, подчиняясь, бессознательно успокаивают себя тем, что идя на поводу у другого — на самом деле оказывают ему своеобразную услугу, помогают ему.

То есть в данном случае, как и практически при всех видах манипуляций, перед нами искренняя заинтересованность объекта манипуляций (без этого любая манипуляция была бы затруднительна) в выполнении каких-либо действий, которые, заметим, угадал манипулятор. Угадал сознательно или бессознательно — другой вопрос. Сам факт манипулирования налицо, потому как манипулирование — это выполнение воли другого с искренним желанием эту волю выполнить. То есть перед нами навязывание подобного исполнительского желания со стороны манипулятора — объекту манипуляций. И у самого объекта в первую очередь появляется желание даже не выполнить



---

волю (это вторично), а он считает, что инициатива исходит от него, и что уж точно, никто его ни к чему не вынуждает. Наивное заблуждение. Объект не подозревает, что все его поведение было чуть ранее смоделировано злодеем-манипулятором. И, к сожалению, излишнее самомнение объекта манипуляций иной раз слишком дорого ему обходится

Но людям хочется выполнять чужую волю. В результате выполнения воли другого, индивид подспудно (т.е. бессознательно) понимает, что и ответственность за совершенные им действия как бы уже несет не он, а другое лицо (навязавшее ему свою волю). А значит, с такого индивида-ведомого словно автоматически снимается ответственность. И как следствие, исчезает тревога, потому как еще со времен развития цивилизации, культура накладывает свой отпечаток на личность индивида, погружая его психику в состояния необходимости постоянно сдерживать первичные инстинкты, что, в свою очередь, бессознательно вызывает рост обеспокоенности индивида, и как следствие — развитие тревожности и прочих форм симптоматики невроза. К сожалению, у большинства людей цель жизни задана принципом удовольствия. А потому именно культура встала на пути индивида, воздействуя на его психику в русле развития симптоматики невроза, вызванного необходимостью сдерживать свои архаичные желания, потому что любая культура (культура — как развитие цивилизации) создается принуждением и подавлением первичных позывов.

На самом деле в психике любого человека присутствуют деструктивные (разрушительные) тенденции, а у некоторых людей они настолько сильны, что определяют его социальное поведение.

---

Кроме того, можно провести параллели между социальным устройством общества и спецификой масс. Масса всегда ленива и несознательна и она не любит отказа от инстинктов.

Доказательствами массу нельзя убедить в неизбежности этого отказа, и индивиды, объединяемые в массу, поддерживают друг друга в поощрении собственной разнузданности.

Действительно, в психике каждого индивида живут первичные инстинкты, происхождение которых он прослеживал в раннем детстве (эмоциональных переживаниях, связанных с ранним детством, периодом Эдипового комплекса). Культура оказывает постоянное психологическое воздействие на индивида с целью держать в узде его чувства, не давать выход первобытным инстинктам. Т.е. в данном случае перед нами проходит такой специфический характер культуры как принуждение. Частично причина неврозов современного цивилизованного человека в том, что большинство людей вынужденно сдерживать свои бессознательные порывы. Невроз действительно в какой-то мере результат развития цивилизации. Люди с примитивным развитием интеллекта менее подвержены симптоматике различных форм невроза (депрессий и беспокойств).

Удовлетворение влечений дает человеку не только счастье, оно представляет собой причину страданий, когда внешний мир отказывает такому человеку в удовлетворении потребностей и обрекает на лишения. Поэтому можно надеяться на освобождение от части страданий путем воздействия на эти влечения. Такого рода защита от страданий желает подчинить внутренние источники потребностей. Крайним случаем такой защиты является умерщвление влечений — как об этом учит, например, религия.

---

Если это удастся, то тем самым достигается отречение от любой другой деятельности, и мы достигаем счастья покоя. На этом пути можно ставить умеренные цели, скажем, если стремиться только к контролю над жизнью наших влечений. Господствующими становятся в таком случае высшие психические инстанции, подчиненные принципу реальности. Здесь нет отречения от цели удовлетворения влечений, а определенного рода защита против страданий достигается благодаря менее болезненному ощущению неудовлетворенности контролируемых влечений в сравнении с необузданными первичными влечениями. Но следствием этого является несомненное снижение возможностей наслаждения. Чувство счастья при удовлетворении диких влечений несравнимо интенсивнее, чем насыщение контролируемых влечений.

Существует также еще один способ избавления от страданий, вызванных невозможностью удовлетворения первичных желаний. Подобное становится возможным, когда индивид сублимирует подобные желания в творческую и интеллектуальную деятельность. При этом, к сожалению, подобный метод подходит не для всех, а лишь для людей наделенных какими-либо творческими способностями. В той или иной мере каждый человек наделен определенными творческими способностями. Особенно если понимать творчество в расширенном аспекте и не ограничиваться только таким специфическим видом деятельности как литература, музыка, живопись и проч. направления подобной направленности. Например, колоть дрова — тоже своеобразное творчество; или мыть посуду; или убирать квартиру. Немного условно, конечно, но, по сути, допустимо. Поэтому сублимировать возможно не

---

только нереализованную сексуальную энергию, а вообще любую психическую энергию, которая, как известно, наполняет любого индивида без исключения. И сублимировать (находя выход подобной энергии) можно во что угодно: в пение, в физические упражнения, в занятия спортом и т.п.

Прослеживая возникновение психических заболеваний у индивидов, бессознательно ищущих избавления от воздействия культуры, можно говорить о том, что человек, когда понимает что не в силах подстроиться под окружающую реальность, начинает пытаться не изменить мир, а измениться самому, и тем самым создать под себя некий вымышленный мир, в который и погружается, сходя с ума. Впрочем, можно предположить, что у каждого из нас есть свой пунктик, и порой мы ведем себя подобно параноику, желая своими мечтаниями исправить ту или иную невыносимую сторону мира, привнося свои иллюзии в реальность.

При этом необходимо провести разграничение между актуальными неврозами (их происхождение связано с действиями внешней среды в контексте «здесь и сейчас») и психоневрозами (прослеживая причину их возникновения в переживаниях, полученных в раннем детстве). Выделяя в единую группу такие актуальные неврозы как неврастения, невроз страха и ипохондрия, можно предположить, что они не поддаются психоаналитическому лечению (в отличие от психоневрозов). Среди психоневрозов выделяю невроз навязчивых состояний (при развитии которого больные заняты мыслями, которые им неинтересны, и вынуждены повторять однотипные действия, благодаря которым наступает временное избавление от невроза; т.е. перед нами обсессивно-компульсивное расстройство), невроз

---

переноса (под этим названием можно объединить истерию, невроз страха и невроз навязчивых состояний) и нарциссический невроз (парафрения и паранойя). К травматическим неврозам относятся неврозы, развившиеся вследствие перенесенных катастроф и проч. аварий (фиксация у подобных больных происходила на моменте травмы).

Вообще же, говоря о неврозах, можно обратить внимание что такое расстройство психики как тревога или тревожность может объясняться сложившейся конфликтной ситуацией. Однако, если при неврозе характера мы сталкиваемся с порождающей тревогу ситуацией, нам всегда приходится учитывать имевшие место ранее состояния тревоги, чтобы объяснить, почему в данном конкретном случае возникла и была вытеснена враждебность. Мы обнаружим, что эта тревожность являлась результатом существовавшей ранее враждебности. Для более полного понимания вопроса нам необходимо возвращаться к детству. При исследовании историй детства людей, страдающих неврозом, общим знаменателем для всех них является окружающая среда. Главным злом является отсутствие подлинной теплоты и привязанности. Ребенок может вынести очень многое из того, что часто относится к травматическим факторам, но лишь до тех пор, пока в душе чувствует, что является желанным и любимым. При этом ребенок очень тонко чувствует, является ли любовь подлинной, и его нельзя обмануть никакими показными демонстрациями. Главная причина того, почему ребенок не получает достаточной теплоты и любви, заключается в неспособности родителей давать любовь вследствие их собственных неврозов. В этом случае родители маскируют

---

реальное отсутствие теплоты заявлениям, что делают все ради ребенка, и якобы учитывают интересы только его. Кроме того, мы обнаруживаем различные действия или формы отношения родителей к детям, такие, как предпочтение других детей, несправедливые упреки, непредсказуемые колебания между чрезмерной снисходительностью и презрительным отвержением, от временной невнимательности до постоянного вмешательства и ущемления самых насущных и законных желаний. Например, попытки расстроить его дружбу с кем-либо, высмеять проявление независимого мышления, игнорирование его интересов — будь то художественные, спортивные или технические увлечения. В целом такое отношение родителей если и не умышленно, то все равно означает ломку воли ребенка.

Дети могут выносить лишения только если чувствуют, что они необходимы. Ребенок не против приучения к чистоте, если родители не перегибают в этом деле палку и не принуждают к ней ребенка с утонченной или явной жестокостью. Ребенок также не против того, чтобы его иногда наказывали, но при условии, что в целом он чувствует к себе любовь, а также считает данное наказание справедливым, а не преследующим цель причинить ему боль или унижить его.

Ревность также может играть отрицательную роль, и быть источником ненависти как у детей, так и у взрослых. Ревность может проявляться при соперничестве детей в семье. Если рассматривать ревность относительно Эдипового комплекса, можно обнаружить разрушительную роль глубинных реакций ревности в отношении одного из родителей. В таком случае ревность провоцирует страх и оказывает длительное

---

травмирующее влияние на формирование характера и личных отношений. Сам по себе Эдипов комплекс — это глубинная основа неврозов. А некоторые реакции ненависти легко возникают в европейской культуре как в отношениях между родителями и детьми, так и людей, ведущих тесную совместную жизнь. При этом, ревность присуща людям и искусственно стимулируется той атмосферой, в которой растет ребенок.

Среди факторов провоцирующих ревность можно назвать отсутствие теплоты и дух соперничества. Кроме того, невротичные родители обычно недовольны своей жизнью, не имеют удовлетворительных эмоциональных или половых отношений и поэтому склонны делать объектами своей любви детей. Т.е. свою потребность в любви они изливают на детей. И выражение их любви всегда крайне эмоционально насыщено. Однако, именно невротичные родители своим запугиванием и нежностью зачастую вынуждают ребенка к страстным привязанностям, со всеми их скрытыми смыслами ревности.

Вообще же, стоит обратить внимание на те психические реакции, которые ребенок испытывает при невротичных родителях. В этом случае имеют место различные опасности, возникающие вследствие вытеснения критики, протеста или обвинений, и одна из них заключается в том, что ребенок вполне может взять всю вину на себя и ощутить себя недостойным любви. Опасность, которая заключается в этом, означает, что вытесненная враждебность может породить тревожность.

Имеется несколько причин, действующих в различной степени и сочетаниях, почему ребенок, растущий в такой

---

атмосфере, будет вытеснять враждебность: беспомощность, страх, любовь или чувство вины.

Ребенок в течение многих лет проявляет свою беспомощность, находясь в зависимости от окружающих его людей в удовлетворении всех своих потребностей. После первых двух или трех лет жизни происходит переход от биологической зависимости к той форме зависимости, которая затрагивает психическую, интеллектуальную и душевную жизнь ребенка. Это продолжается до тех пор, пока ребенок не созреет для начала взрослой жизни и не станет способен взять жизнь в свои руки. Однако имеются весьма значительные индивидуальные различия в той степени, в которой ребенок остается зависимым от своих родителей. Все это связано с тем, чего хотят достичь родители в воспитании своего ребенка: или это стремление сделать ребенка сильным, храбрым, независимым, способным справляться со всевозможными ситуациями, или их главным стремлением является дать ребенку уют, сделать послушным, продлить его инфантильное неведение окружающего мира, т.е. — искусственно продлить инфантильность психики повзрослевшего ребенка до двадцатилетнего возраста и более.

При этом у детей, растущих в неблагоприятных условиях, беспомощность обычно искусственно закреплена вследствие запуганности, сюсюканья или вследствие того, что ребенка воспитывают и держат в состоянии эмоциональной зависимости. Чем более беспомощным делается ребенок, тем в меньшей степени он может осмелиться на сопротивление в своих чувствах или действиях. Страх может вызываться угрозами, запретами и наказаниями, и путем наблюдаемых ребенком эмоциональных



---

взрывов несдержанности и сцен насилия; он может возбуждаться также таким косвенным запугиванием, как внушение ему мысли об огромных жизненных опасностях, связанных с микробами, уличным движением, незнакомыми людьми, невоспитанными детьми, лазанием по деревьям и др. Чем сильнее ребенок переполняется страхами, тем меньше будет он осмеливаться показывать или даже ощущать враждебность.

Любовь может быть еще одной причиной для вытеснения враждебности. Когда отсутствует искренняя привязанность, часто имеют место обильные словесные заверения в том, сколь сильно родители любят ребенка и как они готовы всем пожертвовать для него. Ребенок, в особенности, если он запуган, может цепляться за этот суррогат любви и бояться нашалить, дабы не потерять эту награду за свое послушание.

Другими словами, ребенок вытесняет свою враждебность по отношению к родителям, потому что опасается, что любое ее проявление ухудшит его отношения с родителями. Им движет страх, что они бросят его или будут настроены против него. Кроме того, ребенку обычно внушают вину за любые чувства или проявления враждебности или сопротивления; то есть ему внушают, что он является недостойным или презренным в собственных глазах, если он, либо выражает, либо чувствует негодование и обиду на своих родителей или если он нарушает установленные ими правила. Эти две причины, заставляющие испытывать чувство вины, тесно взаимосвязаны. Чем сильнее ребенка заставляют ощущать свою вину, тем меньше он будет осмеливаться ощущать недоброжелательность или выступать с обвинениями в адрес родителей.

---

Кроме того, чувство вины может развиваться вследствие запретов против сексуального любопытства ребенка.

В итоге, все перечисленные факторы вытеснения враждебности, порождают тревожность. Однако инфантильная тревожность все же является недостаточным условием для развития невроза. Если условия жизни не способствуют уменьшению тревожности, тогда тревожность не только приобретает устойчивый характер, но и усиливается, приводя к неврозу. Имеется огромная разница, будет ли реакция враждебности и тревожности ограничена теми обстоятельствами, которые вызвали у ребенка такую реакцию, или она разовьется во враждебную установку и тревожность по отношению к людям вообще. Если ребенку повезет иметь любящую бабушку, понимающего учителя, нескольких хороших друзей, его опыт общения с ними может предохранить его от убеждения, что от других людей можно ожидать только плохого. Но чем более травмирующими являются его переживания в семье, тем более вероятно, что у ребенка разовьется не только реакция ненависти по отношению к родителям и другим детям, но также недоверчивость или злобное отношение ко всем людям.

Чем больше ребенка изолируют, препятствуя приобретению им собственного опыта, тем с большей вероятностью развитие будет идти в этом направлении. Чем больше ребенок скрывает недовольство своей семьей, например, путем подчинения установкам родителей, тем в большей степени он проецирует свою тревожность на внешний мир и, таким образом, приобретает убеждение, что мир в целом опасен и страшен. В таком случае, ребенок, выросший в подобной,

---

негативной для его психики обстановке, будет воспринимать даже безобидное поддразнивание как жестокое отвержение. Он станет более ранимым и обидчивым, чем другие, и менее способным к самозащите. И это может привести его к одиночеству во взрослой жизни, потому что отдельные острые реакции на частные провоцирующие ситуации кристаллизуются в склад характера. А значит, у такого индивида уже может развиваться невроз, или глубинная тревожность, связанная, в свою очередь, с глубинной враждебностью.

Глубинная тревожность лежит в основе отношения к людям. В то время как отдельные или частные состояния тревоги могут быть вызваны действующей в данный момент причиной, глубинная тревожность продолжает существовать, даже если в наличной ситуации нет никакого специального ее возбудителя. Если сравнить невротическую картину в целом - с состоянием невротической нестабильности в обществе, то глубинная тревожность и глубинная враждебность будут соответствовать лежащим в основании такой нестабильности недовольству и протестам против режима. Поверхностные проявления могут или полностью отсутствовать в обоих случаях или же проявляться в разнообразных формах. В масштабах государства они могут проявиться в виде восстаний, забастовок, собраний, демонстраций; в психологической сфере формы тревожности могут проявляться во всевозможных симптомах. При этом все проявления тревожности проистекают из общей основы. В простых ситуативных неврозах глубинная тревожность отсутствует. Она образуется вследствие невротических реакций на отдельные конфликтные ситуации, в которых участвуют люди.

---

Ничто не может лучше прояснить значение глубинной тревожности, чем сравнение отдельных реакций в случаях невроза характера со случаями, которые относятся к группе простых ситуативных неврозов. Последние встречаются у здоровых лиц, которые оказываются неспособными сознательно разрешить конфликтную ситуацию, неспособны ясно осознать природу конфликта, а значит и неспособны принять ясное решение. Одним из наиболее выступающих различий между этими двумя типами неврозов является поразительная легкость достижения терапевтических результатов в случае ситуативного невроза. В неврозах характера - терапевтическому лечению приходится преодолевать огромные препятствия, и поэтому оно продолжается в течение длительного периода времени, иногда слишком долго для того, чтобы пациент мог дожидаться выздоровления; но ситуативный невроз разрешается сравнительно легко. Внимательное обсуждение ситуации часто оказывается не только симптоматической, но также каузальной терапией. В других ситуациях каузальной терапией является устранение затруднения путем смены окружающей обстановки. Глубинная тревожность проявляется как чувство собственной незначительности, беспомощности, покинутости, подверженности опасности, нахождения в мире, который открыт обидам, обману, нападениям, оскорблениям, предательству, зависти.

В психозах часто встречается довольно высокая степень осознания наличия такой тревожности. У параноиков такая тревожность ограничивается отношениями с одним или несколькими определенными людьми; у страдающих шизофренией имеет место острое ощущение потенциальной

---

враждебности со стороны окружающего мира, столь интенсивное, что они склонны воспринимать даже проявляемую по отношению к ним доброту как скрытую враждебность. Однако в невротизмах редко встречается осознание наличия глубинной тревожности или глубинной враждебности. Подспудное недоверие к каждому человеку может скрываться за поверхностным убеждением в том, что люди в целом являются вполне симпатичными; существующее глубинное презрение к каждому может быть замаскировано готовностью восхищаться. При этом глубинная тревожность может быть полностью лишена личностного характера и трансформирована в ощущение опасности, исходящей от грозы, политических событий, несчастных случаев, пищи, или в чувство того, что таких индивидов-невротиков преследует судьба. Но сам невротик обычно не осознает, что его тревожность в действительности относится к людям.

Глубинная тревожность влияет на отношение человека к себе и другим. Она означает эмоциональную изоляцию, и сочетается с чувством внутренней слабости своего Я.

Т.е. глубинная тревожность закладывает конфликт между желанием полагаться на других и невозможностью сделать это вследствие идущего из глубины недоверия и враждебного чувства к ним. Она означает, что из-за внутренней слабости человек ощущает желание переложить всю ответственность на других, получить от них защиту и заботу. В то же самое время вследствие глубинной враждебности он испытывает слишком глубокое недоверие, чтобы осуществить это желание. И неизбежным следствием этого является то, что ему приходится затрачивать много энергии на укрепление уверенности в себе. Поэтому, чем

---

невыносимей является тревожность, тем более основательными должны быть меры защиты.

Можно выделить четыре основных способа защиты от базальной тревожности: любовь, подчинение, власть и реакция ухода (отстранения).

Первое средство, любовь, происходит по формуле: если вы меня любите, то не причините мне зла.

Второе средство, подчинение, условно разделяется на ряд показателей, связанных с тем, относится или нет оно к определенным лицам или институтам. Например, это может быть подчинение общепринятым традиционным взглядам, религиозным ритуалам или требованиям некоторого могущественного лица. Следование этим правилам или повиновение этим требованиям будет служить определяющим мотивом для всего поведения. Такое отношение может принимать форму необходимости быть хорошим, хотя дополнительная смысловая нагрузка понятия «хороший» видоизменяется вместе с теми требованиями или правилами, которым подчиняются. Когда же отношение подчинения не связано с каким-либо социальным институтом или лицом, оно принимает более обобщенную форму подчинения потенциальным желаниям всех людей и избегания всего, что может вызвать возмущение или обиду. В таких случаях человек вытесняет любые собственные требования, критику в адрес других лиц, позволяет плохое обращение с собой и готов оказывать услуги всем.

Далеко не всегда люди осознают тот факт, что в основе их действий лежит тревожность, и твердо верят, что действуют именно так, а не иначе – руководствуясь идеалами бескорыстия

---

или самопожертвования, вплоть до отказа от собственных желаний. Для обоих случаев формулой является: если я уступлю, мне не причинят зла.

Отношение подчинения может также служить цели обретения успокоения через любовь, привязанность, расположение. Если любовь настолько важна для человека, что его чувство безопасности зависит от этого, тогда он готов заплатить за него любую цену, и в основном это означает подчинение желаниям других. А если человек оказывается неспособен верить ни в какую любовь и привязанность, тогда его отношение подчинения направлено не на завоевание любви, а на поиски защиты. Есть люди, которые могут чувствовать свою безопасность лишь при полном повиновении. У них столь велики тревожность и неверие в любовь, что полюбить и поверить в ответное чувство для них почти невозможно.

Третье средство защиты от глубинной тревожности связано с использованием власти — это стремление достичь безопасности путем обретения реальной власти, успеха или обладания. Формула такого способа защиты: если я обладаю властью, никто не сможет меня обидеть.

Четвертым средством защиты является уход. Если предыдущие три средства рассматривали борьбу, противостояние, желание справляться с трудностями любым путем, то этот способ направлен на спасение путем бегства от мира. Подобное может достигаться различными способами, например накоплением определенного количества богатства для достижения независимости от других в удовлетворении своих потребностей, или же — сведением таких потребностей до минимума.

---

Любой из четырех способов может быть эффективным в обретении желаемого успокоения. При этом отмечается удивительная параллель: вследствие того, что зачастую невозможно следовать только одному способу из-за чрезмерных требований, предъявляемых к себе, то случается так, что невротик может одновременно испытывать настоятельную потребность повелевать другими и хотеть, чтобы его любили, и в то же время стремиться к подчинению, при этом навязывая другим свою волю, а также избегать людей, не отказываясь от желания быть ими любимым. Именно такие абсолютно неразрешимые конфликты обычно являются динамическим центром неврозов. Наиболее часто сталкиваются стремление к любви и стремление к власти.

Несмотря на то, что мы говорили, что неврозы являются результатом конфликта между инстинктивными влечениями и социальными требованиями или тем, как они представлены в Альтер-Эго, можно также заметить, что бывает ряд случаев, когда столкновение между желаниями человека и социальными требованиями не обязательно приводит к неврозам, но может, например, привести к фактическим ограничениям в жизни, то есть к простому подавлению или вытеснению желаний или к страданию. Невроз возникает лишь в этом случае, если этот конфликт порождает тревожность, и если попытки уменьшить тревожность приводят к защитным тенденциям, которые несовместимы друг с другом.

Для избавления от глубинной (базальной) тревожности люди различаются по способам на тех, для кого главным стремлением является желание любви или одобрения, ради которых они способны идти на все, на тех, чье поведение



---

характеризуется тенденцией к подчинению, к покорности и отсутствием каких-либо попыток самоутверждения, на тех, для кого доминирующим стремлением является успех или власть или обладание, и на тех, кто склонен к уединению и обретению таким образом независимости. При этом желание любви, тенденция к подчинению, стремление к влиянию или успеху и побуждение к уходу в различных сочетаниях имеются у всех индивидов, т.е. не только у невротиков. Поэтому все эти тенденции могут послужить успокоению от тревожности.

Если рассматривать жажду любви и власти, следует отметить, что жажда любви и привязанности очень часто встречается в неврозах. При этом невротик зачастую оказывается неспособен здраво судить о том, какое впечатление он производит на других, поэтому и не в состоянии понять, почему его попытки установить дружеские, брачные, любовные, профессиональные отношения часто приносят неудовлетворенность. Такой индивид-невротик склонен заключать, что виноваты другие, что они невнимательны, вероломны, способны на оскорбление, не замечая причину в себе. При этом невротик оказывается перед дилеммой: он не способен любить, но, тем не менее, ему остро необходима любовь со стороны других.

При этом, если говорить о любви, следует заметить, что намного легче определить, что не является любовью, чем то, что такое любовь. Можно очень глубоко любить человека и в то же время иногда на него сердиться, в чем-то ему отказывать или испытывать желание побыть одному. Но есть разница между такими, имеющими различные пределы реакциями гнева или ухода и отношением невротика, который всегда настороже против

---

других людей, считая, что любой интерес, который они проявляют к третьим лицам, означает пренебрежение к нему. Невротик интерпретирует любое требование как предательство, а любую критику — как унижение. Это не любовь. Поэтому не следует думать, что любовь несовместима с деловой критикой тех или иных качеств или отношений, которая подразумевает помощь в их исправлении. Но к любви нельзя относить, как это часто делает невротик, невыносимое требование совершенства.

Точно также несовместимо с понятием любви, когда видим использование другого человека только в качестве средства достижения некоторой цели, то есть в качестве средства удовлетворения определенных потребностей.

Такая ситуация явно имеет место, когда другой человек нужен лишь для сексуального удовлетворения или для престижа в браке. Данный вопрос очень легко запутать, в особенности, если затрагиваемые потребности имеют психологический характер. Человек может обманывать себя, считая, что любит кого-то, а это всего лишь благодарность за восхищение им. Тогда второй человек вполне может оказаться жертвой самообмана первого, например, быть отвергнутым им, как только начнет проявлять критичность, не выполняя, таким образом, свою функцию восхищения, за которую его любили.

Однако при обсуждении глубоких различий между истинной и псевдолюбовью мы должны быть внимательными, чтобы не впасть в другую крайность. Хотя любовь несовместима с использованием любимого человека для некоторого удовлетворения, это, не означает, что она должна быть целиком и полностью альтруистической и жертвенной. Это также не

---

означает, что чувство, которое не требует ничего для себя, заслуживает названия «любовь». Люди, которые высказывают подобные мысли, скорее выдают собственное нежелание проявлять любовь, нежели свое глубокое убеждение. Конечно, есть вещи, которые мы ждем от любимого человека. Например, мы хотим удовлетворения, дружелюбия, помощи; мы можем даже хотеть жертвенности, если это необходимо.

Различие между любовью и невротической потребностью в любви заключается в том, что главным в любви является само чувство привязанности, в то время как у невротика первичное чувство — потребность в обретении уверенности и спокойствия, а иллюзия любви — лишь вторичное.

Иногда индивид-невротик стремится к любого рода привязанности -- в целях успокоения. Т.е. он нуждается в любви и привязанности другого - ради избавления от собственной тревожности. При этом такое стремление в его случае зачастую оказывается неосозанным. Невротик лишь чувствует, что перед ним тот человек, который ему нравится, или которому он доверяет, или к которому испытывает страсть.

Но это может быть и не любовью, а лишь реакцией благодарности за некоторую проявленную по отношению к нему доброту, ответным чувством надежды или расположения, вызванным некоторым человеком или ситуацией. Тот человек, который явно или подспудно возбуждает в нем ожидания такого типа, станет автоматически наделяться важным значением и его чувство будет проявлять себя в иллюзии любви. Часто такие отношения осуществляются под маской любви, то есть при субъективном убеждении человека в своей преданности, между

---

тем как в действительности данная любовь является лишь цеплянием за других людей для удовлетворения своих собственных потребностей. То, что это не искреннее чувство подлинной любви, обнаруживается в готовности его резкого изменения, которое возникает, когда не оправдываются какие-то ожидания. Один из факторов, важных для понимания любви, — надежность и верность чувства — отсутствует в этих случаях. Т.е., если индивид игнорирует личность другого, его особенностей, недостатков, потребностей, желаний, развития, то это, скорее всего, не любовь, а результат тревожности. Невротик, средством защиты которого является стремление к любви, оказывается не способен осознать свою неспособность любить. Большинство таких людей принимают собственную потребность в других людях за предрасположенность к любви. Кроме того, невротик фактически оказывается не способен принять любовь, к которой вроде как стремился. Притом что, даже если привязанность или любовь может дать невротiku внешнее спокойствие или даже ощущение счастья, то на самом деле это будет не так, ибо в глубине души невротик подобное воспринимает с недоверием, а то и подозрительностью или даже страхом. Он не верит в само чувство любви, потому что уверен, что никто его полюбить не сможет. Причем оказывается, уверен даже в том случае, если подобное противоречит его собственному жизненному опыту.

У человека, который искренне любит других, не может быть никаких сомнений в том, что другие люди могут любить его. Но невротик может начинать искать в любви скрытые смыслы (которых там зачастую нет).

---

Подозрительность — весьма характерная черта индивидов с внутренней, глубиной, тревожностью. Поэтому, если привлекательная девушка открыто начнет проявлять любовь к невротiku, он может воспринимать это как насмешку или даже как умышленную провокацию, так как не верит в то, что такая девушка может его полюбить. Такая любовь вызывает в невротике тревогу и страх зависимости. Поэтому он всяческим образом старается избежать ее. Причем эмоциональная зависимость (а любая зависимость это манипуляции) действительно играет свою негативную роль. Обычный человек позволяет такой зависимости поглотить себя, а невротик всячески сопротивляется в ответ на любовь со стороны другого испытать позитивный отклик в собственной душе. Как вариант избегания подобного рода манипулятивного влияния на собственную психику — сознательное игнорирование любви, внушение себе, что человек проявивший любовь — на самом деле преследует свои, одному ему известные цели, причем исключительно негативного порядка. Ситуация, порожденная таким образом, сходна с ситуацией человека, который голодает, но не осмеливается принимать пищу из-за страха быть отравленным.

Рассматривая природу невротической любви, отметим, что первой отличительной чертой, которая выделяется в невротической потребности в любви, является ее навязчивый характер. Всегда, когда человеком движет сильная тревожность, неизбежный результат этого — потеря непосредственности и гибкости.

Другими словами, это означает, что для невротика получение любви — не источник удовольствия, а жизненная

---

необходимость. Здесь заключена такая же разница, как в различии между «я хочу быть любимым и наслаждаюсь любовью» и «необходимо, чтобы меня полюбили, чего бы это ни стоило».

Образно говоря, наблюдается в любви, как и в еде - различие между тем, кто имеет возможность быть разборчивым в еде и испытывает удовольствие благодаря хорошему аппетиту, и голодающим человеком, который должен без разбору принимать любую пищу, так как не имеет возможности потворствовать своим прихотям.

При этом основная ошибка невротика проявляется в том, что он стремится, чтобы его любили все люди. Тогда как вполне достаточно (если так уж хочется) добиться любви только ряда конкретных лиц.

Например, встречаются женщины, которые чувствуют себя несчастными и полны тревоги, если рядом с ними нет мужчины. Такие женщины будут заводить любовную связь, потом разрывать ее, опять чувствовать себя несчастными и полными тревоги, начинать другую любовную связь, и так далее. То, что это не является подлинным стремлением к связи с мужчинами, видно по тому, что данные связи являются конфликтными и не приносят удовлетворения. В последствии обычно такие женщины останавливаются на первом попавшемся мужчине, потому что для них важно само его присутствие, а не любовная связь. Как правило, они даже не получают физического удовлетворения в отношениях, испытывая явное затруднение с оргазмом, будучи от природы не фригидными.

Впрочем, схожее поведение наблюдается и у мужчин-невротиков, которые всяческими путями стремятся добиться

---

расположения многих женщин (чем больше тем лучше), ни на ком конкретно не останавливаясь и чувствуя неловкость и беспокойство в компании мужчин.

При этом мы должны говорить о том, что невротик будет платить любую цену за любовь, большей частью не осознавая этого.

Наиболее частой платой за любовь является позиция покорности и эмоциональной зависимости. Покорность может выражаться в том, что невротик не будет осмеливаться высказывать несогласие с взглядами и действиями другого человека или критиковать его, демонстрируя только полнейшую преданность, восхищение и послушание. Когда люди такого типа все же позволяют себе высказать критические или пренебрежительные замечания, они ощущают тревогу, даже если их замечания безвредны. Подчинение может доходить до того, что невротик будет вытеснять не только агрессивные побуждения, но также все тенденции к самоутверждению, будет позволять издеваться над собой и приносить любую жертву, какой бы пагубной она ни была. Это тоже является родственной позиции подчинения. И в том и в другом случае явно проявляется эмоционально-невротическая зависимость, которая возникает в результате невротической потребности человека уцепиться за кого-то, дающего надежду на защиту. Такая зависимость не только может причинять бесконечные страдания, но даже быть исключительно пагубной. Например, встречаются отношения, в которых человек становится беспомощно зависимым от другого, несмотря на то, что он полностью осознает, что данное отношение является несостоятельным. У него такое чувство, словно весь мир

---

разлетится на куски, если он не получит доброго слова или улыбки. Его может охватить тревога во время ожидания телефонного звонка или чувство покинутости, если человек, в котором он так нуждается, не может увидеться с ним. Но он не в состоянии порвать эту зависимость.

Обычно структура эмоциональной зависимости сложнее. В отношениях, в которых один человек становится зависимым от другого, присутствует сильное чувство обиды. Человек, попавший в зависимость от другого, бессознательно негодует по поводу этого факта, но продолжает делать все, что от него хотят, из страха потерять любовь. При этом такой человек может прийти к выводу, что подчинение было ему навязано другим человеком, упуская мысль о том, что он сам спровоцировал подобное поведение своей излишней тревожностью. В любом случае он должен приложить серьезное усилие, чтобы избавиться от такого рода зависимости. Потому что любая попытка приводит к росту чувства вины и беспокойству. К тому же у ряда невротиков эмоциональная зависимость вызывает страх, что их жизнь рушится. Поэтому одной из форм противостояния такие невротики выбирают способ не обращать внимание на любовь даже понравившегося человека, опасаясь, что в итоге это приведет к зависимости их от этого человека.

Также возможно, что в процессе ряда любовных неудач, подобные лица могут вырабатывать противоядие. Например, девушка, прошедшая через несколько любовных историй, каждая из которых заканчивалась ее зависимостью от очередного партнера, может выработать независимое отношение ко всем мужчинам, стремясь лишь к удержанию своей власти над ними, и



---

не испытывая никаких чувств. В этом случае она действительно оказывается способна управлять мужчинами, но в душе (бессознательно) ощущает собственную неуверенность, умело скрывая ее, поэтому если правильно подобрать ключик к душе такой девушки, то становится возможным спровоцировать в ней невротическую зависимость, а значит и заставлять ее делать все что необходимо вам, в ответ, например, на бессознательное ощущение избавления от внутренних страданий и душевного равновесия когда вы находитесь рядом. В этом случае действительно становится возможным управлять другим человеком, потому что этот человек будет бояться потерять вас. При этом подобное можно использовать не только в любовных отношениях, но и просто в жизни, подчиняя к себе людей путем сначала провоцирования в их психике невротической зависимости, а позже умелым снятием волнения и беспокойства.

Особенностью невротической потребности в любви является ее ненасытность. Невротическая ненасытность может проявляться в жадности как общей черте характера, обнаруживаясь в еде, покупках, нетерпении. Большую часть времени жадность может вытесняться, прорываясь внезапно, например, когда человек в состоянии бессознательной тревоги (своего рода трансом состоянии) покупает много не нужных (модных) вещей. Также невротическая ненасытность может проявляться в стремлении жить за чужой счет.

Жадность может проявляться в сексуальной ненасытности, или, например, в приобретении одежды, в осуществлении честолюбивых или престижных целей.

---

При этом любая форма жадности связана с тревожностью, и помимо сексуального удовлетворения с партнером может проявляться в чрезмерной мастурбации или чрезмерной еде. Связь между сексуальным удовлетворением и едой показана тем фактом, что жадность может уменьшаться или исчезнуть, как только человек находит некую уверенность и покой: почувствовав любовь к себе, завоевав успех, выполнив творческую работу. Например, чувство, что тебя любят, может внезапно ослабить силу навязчивого желания делать покупки. С другой стороны, жадность может возникать или усиливаться, как только возрастает враждебность или тревожность; человек может чувствовать непреодолимую потребность делать те или иные покупки перед событиями, в связи с которыми он очень волнуется.

Но также следует говорить и о том, что существует много людей, которые испытывают тревожность, но у которых не развилась жадность. А невротики, которые ненасытны в своей потребности в любви, обычно проявляют жадность в отношении материальных благ, получении подарков, информации или сексуального удовлетворения, ради которых часто жертвуют своим временем или деньгами.

Говоря о вопросе любви и привязанности, выделим три типа невротиков. К первой группе относятся лица, которые стремятся к любви, в какой бы форме она ни проявлялась и какие бы методы ни применялись ради ее достижения. Ко второй группе относятся невротики, которые тоже стремятся к любви, но, если терпят неудачу в каких-либо взаимоотношениях — отстраняются от людей и не идут на сближение с другим человеком. Вместо попыток установить привязанность к какому-либо человеку они

---

испытывают навязчивую потребность в вещах, еде, покупках, чтении или, вообще говоря, в получении чего-либо. К третьей группе относятся невротики, психика которых была травмирована в раннем возрасте, и у них развилась позиция глубокого неверия в какую-либо любовь и привязанность. Их тревожность столь глубока, что они довольствуются малым — лишь бы им не причиняли какого-либо вреда. У таких людей развивается циничное отношение к любви; а потребность в любви такие невротики будут заменять потребностью в материальной помощи, совете, или сексе.

Обратив внимание, что у невротиков весьма развита невротическая ревность, которая, в отличие от ревности здорового человека - как адекватной реакции на опасность потери чьей-то любви, заключается в силе ревности, непропорциональной опасности.

Такая болезненная ревность диктуется постоянным страхом утратить обладание данным человеком или его любовь. Вследствие этого любой интерес, который может быть у объекта любви невротика, представляет для невротика опасность. Такой тип ревности может проявляться во всех видах человеческих отношений: со стороны родителей к своим детям, которые стремятся вступить в брак, между супругами, в любых любовных отношениях.

Невротическое желание абсолютной любви является намного более требовательным, чем нормальное желание, и в своей крайней форме невозможно для осуществления. Это требование любви, не допускающей никаких условий или оговорок. Оно предполагает, во-первых, желание, чтобы тебя

---

любили, несмотря на любое самое вызывающее поведение. Любая критика воспринимается как отказ от любви. Во-вторых, невротическое требование абсолютной любви включает в себя желание быть любимым, не давая ничего взамен. В-третьих, невротик (часто это женщина) хочет чтобы ее любили, не получая от этого никакой выгоды. Сама же она охотно будет пользоваться вашим богатством и влиянием, крайне неохотно соглашаясь на секс, и периодически закатывая скандалы. Это служит одной из форм того, что мужья заводят себе любовниц (или жены — любовников). Поэтому следует помнить, что невротики крайне подвержены внушению, поэтому с ними необходимо разговаривать директивным порядком, не оставляя им шансов к сопротивлению, и получать от них все, что вам необходимо, в т.ч. и в плане секса. Причем, в случае с сексом, можно вообще вызвать в женщине-невротике чувство вины, которое бессознательно начнется у ней, если она вдруг откажет вам в удовлетворении вашего сексуального желания. В психику женщины в этом случае необходимо ввести соответствующие психологические установки, или поставить «якорь», запрограммировав на определенный сигнал, при котором эта женщина будет впадать в полутрансовое или трансовое состояние, во время которого можно делать с таким человеком все, что вам необходимо. Но позже необходимо грамотно вывести такого человека из транса, сформировав у него, например, ощущение радости или еще какого-то позитивного начала; в каждом случае тут индивидуально.

При этом можно обратить внимание и на любопытную особенность. Чем строже вы будете обходиться с человеком-невротиком, тем большее уважение вызовете в его глазах. Люди

---

бессознательно хотят подчиняться другому. А у невротиков подобное желание обычно развито в гиперболической степени.

Помимо любовных провокаций невроза и собственно любви как способа снятия невроза, манипуляторами используется и такая форма снятия тревожности как обретение власти.

Завоевать любовь в этом случае -- значит получить успокоение путем усиления контакта с другими, в то время как стремление к власти означает получение успокоения через ослабление контакта с другими и через укрепление собственного положения.

Невротические стремления к власти, престижу и обладанию служат не только защитой от тревожности, но также и каналом, по которому может выходить вытесненная враждебность. Стремление к власти служит защитой от беспомощности, которая является одним из основных элементов тревожности. Невротик начинает испытывать тревожность там, где обычный человек воспринял бы ситуацию как должное (например, чей-нибудь совет, помощь, руководство, и т.п.). Невротическое стремление к власти является также защитой от опасности. Невротик вырабатывает жесткий и иррациональный идеал силы, который заставляет его верить, что он способен справиться с любой ситуацией, какой бы сложной она ни была, и может справиться с ней немедленно. Поэтому невротик, ориентированный на власть, будет стремиться управлять другими и держать все под своим контролем. Он хочет, чтобы не происходило ничего, что не одобрялось бы им, или не возникало бы по его инициативе. При этом невротик может давать себе обратную установку, т.е. сознательно предоставлять другим возможность иметь полную свободу, за малым исключением: он должен знать все, что делает человек, получивший от него свободу

---

на деятельность. Причем, тенденции все контролировать могут вытесняться до такой степени, что не только сам невротик, но и окружающие могут быть уверены в его великодушии. Тогда как известно, что если человек столь полно вытесняет свое желание контролировать, то он за это начинает платить различного рода психосоматической симптоматикой (например, головной болью, расстройством желудка, и т.п.) Кроме того, такие невротики всегда считают себя правыми, и сильно раздражаются, если кто-то попытается доказать им их неправоту. Источником раздражения также может являться любого рода отсрочка или вынужденное ожидание. Часто невротик не осознает существования управляющей им установки.

Такое отсутствие осознания имеет важные последствия для любовных отношений. Если любовник или муж не оправдывает ожиданий невротичной женщины, если он опаздывает, не звонит, уезжает из города, она чувствует, что он не любит ее. Вместо того чтобы признать, что ее чувства — обычная реакция гнева на неподчинение ее желаниям, которые часто не высказываются вслух, она интерпретирует эту ситуацию как свидетельство своей ненужности. Это заблуждение приводит к неврозу. Начало подобного обычно закладывается в детстве, когда деспотичная мать, чувствуя возмущение по поводу непослушания ребенка, начинает высказывать вслух, что ребенок ее не любит. Во взрослой жизни, если ребенок оказывается девушкой, это несет свои негативные последствия, потому как такая девушка-невротик не сможет полюбить слабого (в ее искаженном представлении) мужчину из-за презрения к любой слабости, но и не сможет сладить с сильным мужчиной, потому что имеет внутреннее

---

(бессознательное) желание диктовать свою волю, а сильный мужчина ей этого не позволит. Он сам будет ей управлять, а значит у таких девушек случится дисбаланс в психике и последует продолжение развития таких форм невроза как истерия и проч. Эти особы хотят невозможного: мужчина должен быть сверхсильным героем, чтобы понравиться им, и в то же время стать подкаблучником, чтобы с готовностью выполнять любые их патологические желания. Сам же невротик, будь-то мужчина или женщина, обычно стремится производить впечатление на других, являться объектом восхищения и уважения. Он будет демонстративно тратить деньги, пытаться щеголять знанием книг, знакомством со знаменитостями. Такой невротик с легкостью окажется готов сделать своим другом, мужем, женой, сотрудником и проч. того, кто и восхищается, и не восхищается им. В первом случае ему это необходимо для дальнейшего оказания власти на такого человека, во втором — сделав партнером индифферентного к нему человека, невротик тем самым бессознательно приблизится к порабощению его, и будет держать подле себя, пока не почувствует, что последний окажется в его власти. После с таким человеком невротик будет уже не интересно.

Дополнительной особенностью, возникающей в результате навязчивого желания доминировать, является неспособность человека устанавливать равные отношения. Если он не становится лидером, то чувствует себя полностью потеряннным, зависимым и беспомощным. Он настолько властен, что все, выходящее за пределы его власти, воспринимается им как собственное подчинение. Вытеснение гнева может привести к чувству подавленности, уныния, усталости. Однако то, что ощущается как

---

беспомощность, может быть лишь попыткой обходным путем достичь доминирования или выразить враждебность из-за своей неспособности лидировать. Например, супруги решили отправиться в поездку по незнакомым местам. Жена заранее изучила карту и взяла на себя лидерство. Но в пути они отклонились от заданного маршрута, свернув не на ту дорогу. В таком случае женщина-невротик вдруг начинает чувствовать себя неуверенно, и уступает руководство поездкой мужу. До этого она была веселой и активной, но внезапно стала испытывать усталость. В жизни мы встречаем такие отношения между супругами, в которых страдающий неврозом партнер действует как надсмотрщик над рабами, используя свою беспомощность в качестве кнута для того, чтобы принудить других выполнять его волю. Для этих ситуаций характерно, что невротик никогда не удовлетворяется затраченными ради него усилиями, а реагирует лишь все новыми и новыми жалобами и требованиями или обвинениями, что им пренебрегают и жестоко с ним обращаются.

У людей, для которых стремление к престижу стоит на первом месте, враждебность обычно принимает форму желания унижать других. Это желание выходит на первый план. Особенно у тех, чувству собственного достоинства которых был нанесен унижительный удар, в результате чего они стали мстительными. Обычно в детстве они прошли через ряд связанных с унижением переживаний, которые могли иметь отношение либо к социальной ситуации, в которой они росли, например такой, как принадлежность к национальному меньшинству, бедность, или к их собственной личной ситуации, например, они испытывали к себе предвзятое отношение, терпели презрительное отвержение,



---

постоянно являлись объектом нравоучений и недовольства родителей. Часто переживания такого рода забываются из-за их болезненного характера, но они вновь возникают в сознании, если проблемы, связанные с унижением, обостряются. Однако у взрослых невротиков можно наблюдать не прямые, а лишь косвенные результаты этих детских ситуаций, результаты, которые были усилены вследствие прохождения через «порочный круг»: чувство унижения; желание унижать других; усиление чувствительности к унижению из-за страха возмездия; возрастание желания унижать других.

Тенденция унижать других обычно глубоко вытесняется потому, что невротик, зная по собственной обостренной чувствительности, сколь оскорбленным и мстительным он становится, когда подвергается унижению, инстинктивно боится сходных реакций других. Тем не менее, некоторые из этих тенденций могут проявляться без их осознания: в беспечном пренебрежении к другим людям, например, заставляя их ждать, ненамеренно ставя других в неловкие ситуации, заставляя других ощущать свою зависимость. Даже если невротик абсолютно не осознает своего желания унижать других или того, что сделал это, его отношения с этими людьми будут пропитаны смутной тревожностью, которая обнаруживается в постоянном ожидании упрека или оскорбления в свой адрес. Внутренние запреты, возникающие в результате обостренной чувствительности к унижению, часто проявляются в форме потребности избегать всего, что может казаться оскорбительным для других; так, например, невротик может быть неспособен высказаться критически, отклонить предложение, уволить сотрудника, в

---

результате он часто выглядит в высшей степени тактичным или чрезмерно вежливым. Также тенденция к унижению других может скрываться за тенденцией к восхищению. Так как унижение и проявление восхищения диаметрально противоположны, последнее дает возможность скрыть тенденцию к унижению. Поэтому обе эти крайности часто встречаются у одного и того же человека. Имеются различные варианты распределения этих двух видов отношений, причем мотивы для такого распределения индивидуальны. Они могут проявляться отдельно друг от друга в различные периоды жизни, когда за периодом презрения ко всем людям следует период чрезмерных восторгов и поклонения героям и знаменитостям; может иметь место восхищение мужчинами и презрение к женщинам, и наоборот; или слепое восхищение кем-то одним и такое же слепое презрение ко всем остальным людям.

Тенденция ущемлять или эксплуатировать окружающих не только возникает вследствие нарушенных личных взаимоотношений, но и сама в результате ведет к дальнейшему их ухудшению. Особенно если эта тенденция бессознательная, — она делает человека застенчивым и даже робким в отношениях с другими людьми. Он может вести и чувствовать себя свободно и естественно в отношениях с людьми, от которых он ничего не ждет, но будет испытывать смущение, как только появится какая-либо возможность получить от кого-либо любую выгоду. Такая выгода может касаться таких осязаемых вещей, как информация или рекомендация, или она может иметь отношение к намного менее осязаемым вещам, таким, как возможность получения благ в будущем. Это справедливо для любовных отношений точно так же, как и для любых других. Женщина-невротик этого типа может

---

быть откровенной и естественной с мужчинами, которые ей безразличны, но чувствует себя смущенной и скованной по отношению к мужчине, которому хотела бы нравиться, потому что для нее достижение любви отождествляется с получением от него чего-либо. Причем часть таких невротиков может хорошо зарабатывать, а часть может оставаться бедными вследствие стеснения спросить об оплате, или выполнить большой объем работы за низкое вознаграждения. При этом такой невротик может испытывать недовольство своим низким заработком, а может и опуститься к ведению паразитического образа жизни, и такому же бессознательному мнению о том, что другие должны заботиться о нем. Отчасти в этом случае такой невротик находит человека, кто начинает заботиться о нем, в обмен, например, если это невротик-женщина — на секс (секс, в данном случае, в представлении такой девушки будет являться ее платой за пользование благами, которые дает ей мужчина, т.е. платой мужчины за паразитизм и неспособность к жизни своей партнерши).

Одной из существенных форм манипуляции сознанием (путем воздействия на подсознание) является провоцирование в объекте манипуляций чувства вины. Чувство вины это особая форма невротической зависимости, которая может весьма пагубно сказаться на жизни индивида, ставшего объектом недобросовестных манипуляций со стороны как профессиональных манипуляторов, так и близких (жен, мужей, псевдо-друзей, знакомых, коллег и проч.) В картине проявлений неврозов чувство вины играет первостепенную роль. Специфика психики такова, что человек, страдающий неврозом, часто склонен объяснять свои страдания как заслуженные. При этом такой

---

человек часто чувствует себя виновным чуть ли не во всем. Если кто-то хочет увидаться с ним, его первая реакция — ожидание услышать упрек за что-либо им сделанное ранее. Если друзья не заходят или не пишут какое-то время, он задается вопросом, не обидел ли он их чем-то? Он берет на себя вину, даже если не виноват. Виновников своих обид он оправдывает, обвиняя во всем случившемся только себя. Он всегда признает авторитет и мнение других, не позволяя себе иметь собственное мнение или по крайней мере высказывать его.

Чувство вины оказывает серьезное влияние на изменение личности невротика. При этом сам невротик бессознательно не стремится избавиться от наличия у себя чувства вины. В этом проявляется его латентная форма т.н. морального мазохизма. Он как бы наслаждается собственными страданиями. Многое из того, что кажется чувством вины, является выражением либо тревожности, либо защиты от нее. Многие мужчины, которые говорят о сохранении верности на основе велений совести, в действительности просто боятся своих жен.

Вследствие высочайшей тревожности при неврозах невротик чаще, чем здоровый человек, склонен прикрывать свою тревожность чувством вины. В отличие от здорового человека, он не только страшится тех последствий, которые вполне могут иметь место, но заранее предвидит последствия, абсолютно несоразмерные с действительностью. Природа этих предчувствий зависит от ситуации. У него может быть преувеличенное представление о грозящем ему наказании, возмездии, покинутости всеми, или же его страхи могут быть совершенно неопределенными. Но какой бы ни была их природа, все его

---

страхи зарождаются в одной и той же точке, которую можно определить как страх неодобрения.

Страх неодобрения очень часто встречается при неврозах. Почти каждый невротик, даже если на первый взгляд он кажется абсолютно уверенным в себе и безразличным к мнению других, испытывает чрезвычайный страх или сверхчувствителен к неодобрению, критике, обвинениям, разоблачению. Страх неодобрения очень важен для понимания чувства вины. Неадекватный страх неодобрения может распространяться на всех людей или только на друзей, хотя невротика обычно трудно различать друзей и врагов. Такой страх может проявляться в опасении вызвать у людей раздражение. Например, невротик может бояться отказаться от приглашения, опасаться высказать несогласие с чьим-либо мнением, выразить свои желания, которые могут, по его мнению, противоречить желаниям других, и т.п. Такой страх может препятствовать общению невротика с другими людьми из-за опасения, что они что-то о нем узнают (при этом другие люди могут проявлять к этому человеку исключительно добрые намерения и симпатии).

При этом следует говорить о том, что любая форма невротической зависимости вводит человека-невротика в измененные, трансовые состояния. Находясь в таких состояниях, психика человека максимально предрасположена к различного рода внушению. Поэтому, если сначала свергнуть объект в состояние транса (например, спровоцировав у него тревожность, беспокойство, чувство вины — т.е. сделать провокацию невроза), а после внушить объекту установку (посредством формирования доминанты, очагового возбуждения в коре головного мозга),

---

можно быть уверенным что такая установка, (т.е. информация, поданная в директивной форме) отложиться в подсознание, а значит, через какое-то время начнет оказывать свое влияние на сознание индивида.

Тем самым будет осуществлено программирование психики объекта на выполнение заданных вами действий.

## Психологический анализ телевидения.

Рассмотрим влияние телепередач на массовое сознание.

Как известно, крупнейшее значение в факторе оказания влияния на массовое сознание имеет телевидение. Во время просмотра телевизора человек попадает в состояние транса, т.е. гипнотической зависимости. В данном состоянии максимально усиливается внушаемость индивида. А значит, в его мозг можно водить любого рода информацию, которая сначала откладывается в его подсознании, а после, переходя в сознание, является ключевым фактором совершения данным индивидом каких-либо действий, запрограммированных введенной ранее информацией.

Мы рассматриваем современное телевидение. Телевидение несет в себе очень сильную суггестивную направленность. Суггестия – это внушение. При просмотре передачи по ТВ у человека работает преимущественно правое полушарие. Как известно, у нас два полушария. Левое и правое. Левое полушарие отвечает за логику. Правое – это образы. Когда выключается левое полушарие, человек перестает аналитически мыслить и беспрепятственно верит всему, в чем его хотят убедить с экранов ТВ.

---

Психика человека состоит из сознания и подсознания. Сознание представлено левым полушарием мозга, тогда как правое полушарие это бессознательное психики, отражающее низменные желания человека. Между сознанием и бессознательным находится цензура психики, являющаяся барьером на пути поступления информации из внешнего мира в психику человека. Если ослабить контроль цензуры психики, то удастся сразу переводить информацию, поступающую из внешнего мира, в сознание; причем попутно она все равно откладывается в подсознании, так как в подсознании откладывается любая информация, которая проходит в спектре действия его репрезентативных (визуальной, аудиальной, кинестетической) и сигнальных систем (чувства, речь). Иными словами, все, что человек увидел, услышал, почувствовал, что прошло около него, недалеко от него, рядом с ним, непосредственно с его участием или он только находился поблизости и т.д. — все это самым прямым образом откладывается в подсознании (в бессознательном).

Быстрая смена изображения во время просмотра телепередач и невозможность просмотреть еще раз недостаточно понятые кадры затрудняют процесс осмысления. Кроме того, через время после просмотра любой передачи человек погружается в гипнотический сон наяву, а информация с просмотренной передачи проникает в подсознание, где формирует психологические установки и паттерны поведения. В результате этого руководители телеканалов программируют население страны на выполнение заданных действий, практически не оставляя человеку шансов к сопротивлению.

---

После погружения человека в состояние транса телевидение способно часами удерживать человека в таком состоянии, а значит, все время вводит в его подсознание информацию необходимую руководству каналов. И опять же, тем самым наркотически подсаживая человека на зависимость от ТВ.

Принцип психологической провокации при просмотре телепередач связан с той особенностью психики человека, что попадая в состояние транса, зритель поглощает любую информацию, которую ему вводят в подсознание, т.е. показывают с экранов ТВ. Связанно это также и с тем, что у человека две сигнальные системы, а это значит, что люди одинаково реагируют как на реальный чувственный раздражитель (правое полушарие мозга), так и на человеческую речь (левое полушарие мозга). Другими словами, для человека, в отличие от животных, слово является реальным физическим раздражителем. Погружение при просмотре телепередачи в транс усиливает действие слов (левое полушарие мозга) и эмоционально воспринимаемых картинок-образов (правое полушарие мозга), поэтому, отдыхая у телевизора, любой человек именно в этот момент и в этом состоянии становится чрезвычайно психофизиологически уязвим, так как сознание человека переходит в гипнотическое состояние.

Рассмотрим, каким образом информация проникает в сознание человека, поговорим о роли подсознания, а также обратим внимание, каким образом происходит психологическое программирование человека путем просмотра последним телевизионных передач.

Как мы уже говорили, человек воспринимает внешний мир через сознание. Помимо сознания существует бессознательное



---

психики, т.е. подсознание. Таким образом, психика человека состоит из двух слоев — сознания подсознания. Именно от подсознания зависит реализация человеком скрытых, сублиминальных воздействий, или воздействий со стороны манипуляторов, которые, профессионально разработанными психотехнологиями вводят в подсознание человека те или иные психологические установки, оказывающие в последствие эффект предначертанности действий человека через нахождение в его подсознании раннее введенных установок..

Подсознание или бессознательное в свою очередь тоже представлено двумя слоями. Это личное бессознательное и коллективное бессознательное (или т.н. филогенетическая память). Поведение человека зависит от раннее бессознательно заложенные в их психику психологических установок. Установки являются в т.ч. и следствием архетипических составляющих психики, которые частично перешли к такому человеку филогенетическим путем (т.е. были сформированы до его рождения), а частично сформировались в результате личного опыта каждого человека. Т.е. личное бессознательное формируется при жизни человека посредством задействования его репрезентативных и сигнальных систем, а формирование коллективного бессознательного зависит от опыта предшествующих поколений.

Кратко рассмотрим вопрос прохождения информации. Головной мозг человека состоит из двух больших полушарий. Левое полушарие — это сознание, правое — бессознательное. На поверхности полушарий находится тонкий слой серого вещества. Это кора головного мозга. Под ней содержится белое вещество.

---

Это подкорковые, сублиминальные, отделы мозга. Психика человека представлена тремя составляющими: сознанием, бессознательным и барьером между ними — т.н. называемой цензурой психики. Цензура психики участвует в обработке информации, поступающей из внешнего мира и является своего рода заградительным щитом, перераспределяя такую информацию между сознанием и бессознательным (подсознанием). Таким образом, часть информации, в результате работы цензуры психики, поступает в сознание (цензура пропускает такую информацию в сознание). А большая часть — вытесняется в подсознание. При этом какая-то информация может проникнуть как в подсознание, так и в сознание сразу, минуя барьер критичности. Это особенно необходимо в тех случаях, когда специальными психотехнологиями ослабляется цензура психики.

Итак, любая информация, поступающая в подсознание, через время начинает оказывать влияние на мысли, поступки, желания, на поведение в целом. Причем мы должны напомнить, что в подсознание откладывается информация, которая вообще когда-либо находилась в зоне восприятия репрезентативных и сигнальных систем человека. И не важно, запомнил человек содержание этой информации или нет. Правило едино для всех: любая информация, которую конкретный человек мог увидеть, услышать, почувствовать, т.е. если она проходила с задействованием его органов зрения, слуха, обоняния, осязания, воображения и проч. — практически в неизменном виде откладывается в подсознании, где позже смешивается с уже имеющейся там информацией или с вновь поступающей (а мозг человека все время получает информацию, иначе бы наступила

---

смерть или деградация личности), и в зависимости от ряда причин — или просто хранится в памяти, превращаясь со временем в архетипы,— или доформирующая архетипы, усиливает часть имеющейся информации, и если оказывается подкреплена доминантой (очаговым возбуждением в коре головного мозга), то формирует психологические установки или устойчивые образования (паттерны поведения); или же просто хранится до поры до времени, чтобы всплыть когда появится соответствующее подкрепление со стороны мозга, который начнет испытывать воздействие от того или иного раздражителя. Причем времени может пройти год, а может и вся жизнь. Информация хранится в бессознательном бессечно.

Различают личное и коллективное бессознательное. Личное бессознательное отображает жизненный опыт, знания, образование и т.п. конкретного человека. Коллективное бессознательное — это опыт предков, опыт всего человечества, полученный конкретным индивидом филогенетическим путем. С рождения мозг человека содержит огромнейшую информацию. В процессе социализации, постижения знания, методик направленных на внутренний рост и т.п. удается извлечь на поверхность (т.е. перевести из подсознания в сознание посредством осознания) какую-то малую часть этого опыта человечества, хранившегося в мозге.

Говоря об эффекте телевидения, мы отмечаем получение информации, например, посредством просмотра телепередач или художественных и документальных фильмов. Однако в данном случае существует явный минус. Как известно, телевидение оказывает огромнейшее влияние на психику человека. Связанно

---

это с особенностями восприятия психическим сознанием человека телетрансляции. Если мы читаем книгу, у нас задействуется в большей мере левое полушарие мозга, наше сознание. В меньшей части включается бессознательное психики, которое посредством воображения помогает представить описываемое в книге. При этом усваивается только малая часть материала. Для понимания и запоминания необходима память и интеллект. Телевидение в этом случае может позволить себе действовать иначе. Во время просмотра, например, художественного фильма, работает сразу несколько органов репрезентативных и сигнальных систем. Во-первых, это зрение (визуальная репрезентативная система). Во-вторых, слух (аудиальная репрезентативная система). В третьих чувства (первая сигнальная система). Кроме того активно включается воображение, а запоминание происходит намного легче, так как во время просмотра на психику оказывается такое воздействие, что человек погружается в трансовое состояние. В любом трансовом состоянии наступает эффект ярко выраженного суггестивного воздействия. Другими словами, резко возрастает внушаемость. Таким образом, уже через 25-30 минут просмотра любой телепередачи мозг человека полностью впитывает любую информацию. Происходит мощнейший процесс запоминания. Вся получаемая информация откладывается исключительно в подсознание. Во время этого, за счет эмоций (любой хороший фильм рождает эмоции; а если мы смотрим фильм в течение получаса и не переключаем канал, значит фильм нам нравится или чем-то заинтересовал, заигнотизировал ли нас сюжет, или понравилась игра актеров, не суть важно) происходит очаговое возбуждение коры головного мозга, а значит мы говорим о

---

формировании доминант. Процесс формирования доминант сопровождается формированием в нашем подсознании психологических установок. Наполняемость бессознательного психики во время телепросмотра ведет к формированию паттернов поведения. Также мы должны говорить о том, что после просмотра художественного фильма, вызвавшего в человеке эмоции, какое-то время этот человек смотрит на мир другими глазами вследствие временного нарушения процесса собственной инициализации, а также активного задействования таких феноменов психической деятельности, как идентификация, сублимация, проекция, реактивное образование, рационализация, аннулирование, расщепление, отрицание, смещение, регрессия, для творческих личностей может включиться процесс самоограничения, кроме того у всех включается вытеснение и интроекция. Кратко рассмотрим защитные механизмы психики при просмотре телевизионных передач.

Наибольшее воздействие на психику во время или после просмотра художественного фильма оказывает идентификация. Идентификация определяется как отождествление себя с кем-нибудь другим. В процессе идентификации зритель бессознательно отождествляет себя с тем или иным персонажем фильма (с объектом идентификации). Идентификация приводит к подражанию действиям и переживаниям объекта.

Вторым по значимости можно назвать сублимацию. Сублимация выражается в том, что зритель, ранее испытывающий какой-либо душевный конфликт, находит замещение внутренней тревожности переключением на такое позитивное занятие для его психики, как просмотр

---

художественного фильма. В этот момент включается в действие механизм идентификации (поэтому приводимый нами порядок будет весьма условен, потому что состояния психики постоянно перетекают друг в друга, взаимодополняясь), а также механизм проекции.

Проекция означает, что человек приписывает свои собственные нежелательные черты другим, и таким образом защищает себя от осознания этих черт в себе. В случае телепросмотра, зритель наделяет какими-то своими негативными чертами (которые есть у каждого, потому что человек в процессе социализации самосовершенствуется, стремясь избавиться от каких-то комплексов и привычек) отрицательного героя, и тем самым хотя бы на время избавляется от них.

Интроекция. Интроецироваться могут черты и мотивы лиц, к которым зритель формирует самые различные установки. Часто интроецируется тот объект, который утрачен: эта утрата заменяется интроекцией объекта в свое Я. Таким образом телезритель бессознательно видит не героя фильма, а похожего на него человека, связь с которым когда оборвалась и которого нет рядом с ним (бывший друг, знакомый, родственник и проч.; причем важен именно факт отсутствия этого человека на данный момент; сам потерянный объект может быть жив, но находится на расстоянии, или умереть, и тогда в процессе интроекции как бы возвращается память о нем).

В процессе просмотра художественного фильма становится возможно появление такого механизма как реактивное образование. Реактивное образование означает бессознательную трансформацию одного психического состояния в другую

---

(например, любовь — в ненависть, и т.п.) Часто подобное встречается в жизни, когда один человек испытывает бессознательную привязанность к другому, а сознательно стремясь оградить себя от этого — гневается по любому поводу на этого человека. Например, начальник-мужчина может быть тайно влюбленным в свою подчиненную, но сознательно понимая невозможность проявления собственных чувств — мучает ее различными придирками и проч. Тогда как на самом деле страстно любит. Причина подобных конфликтов заключается в развитии цивилизации и общем окультуривании общества, и подробно описана нами в ряде наших других исследований.

Самоограничение. Подобное свойственно творческим личностям, которые видя какие-то достижения людей схожих профессий достигших значительных высот, бессознательно прекращают или замедляют собственную творческую деятельность, объясняя себе, что никогда не достигнут таких же высот, а делать что-то, заведомо зная, что у другие это делают лучше, не хотят. Это, конечно, больше вопрос совести, но именно совесть (или лучше сказать излишняя совестливость) часто служит преградой для саморазвития невротических личностей, коих весьма много среди творческих натур. У зрителей, у которых слишком развито воображение, также могут возникнуть бессознательные проблемы, так как после отождествления себя с героем, например, их возраста, добившегося несравненно большего, чем они, у таких зрителей включаются механизм самоограничения, как защитной реакции психики от депрессии и прочих форм развития симптоматики невроза. Любые защитные механизмы — это бессознательный способ психики замедлить

---

развития собственной невротической и (или) психической симптоматики.

**Вытеснение.** Вытеснение является процессом исключения из сферы сознания мыслей, чувств, желаний и влечений, причиняющих боль, стыд или чувство вины. Действием этого механизма можно объяснить многие случаи забывания человеком выполнения каких-то обязанностей, которые, как оказывается при более детальном рассмотрении, для него неприятны. Часто подавляются воспоминания о неприятных происшествиях. Если какой-либо отрезок жизненного пути человека заполнен особенно тяжелыми переживаниями, амнезия может охватить такие отрезки прошлой жизни человека. Во время просмотра художественного фильма зритель избавляется от многих собственных комплексов, бессознательно вытесняя их. Тем самым у него возникает неосознанное желание продолжать смотреть фильмы дальше, потому что подобный процесс оказывает релаксирующее воздействие на психику, фактически исцеляя такого человека-зрителя.

**Рационализация или защитная аргументация.** Рационализация как защитный процесс состоит в том, что человек бессознательно изобретает логичные суждения и умозаключения для объяснения своих неудач. Для психики это необходимо для сохранения собственного положительного представления человека о себе. Фильм, сюжетная линия, игра актеров и прочее значительно помогают зрителю в подобном процессе.

**Аннулирование.** Аннулирование — психический механизм, который предназначен для предотвращения или ослабления какой-либо неприемлемой для человека мысли или



---

чувства. Когда человек просит прощения и принимает наказание, то тем самым его плохое деяние как бы аннулируется, и он может продолжать жить с чистой совестью. В процессе отождествления во время просмотра художественного фильма зритель бессознательно отождествляет себя с героем фильма, потому что за счет последнего он избавляется от внутренних страданий. В этом заключена исцеляющая роль телевизионного фильма в частности и телевидения в целом.

**Расщепление.** В результате включения данного механизма зритель бессознательно разделяет свою жизнь на императивы «хорошо» и «плохо», словно бы убирая нечто неопределенное, что может в последствие затруднить анализ им какой-то критической ситуации, вызывающей дискомфорт психики в результате развития, например, тревоги. Расщепление является неким искажением реальности, как, собственно, и другие механизмы защиты, посредством действия которых человек стремится уйти от реальности, подменяя истинный мир — ложным. Кинематограф в этом случае наиболее способствует к уходу из реальности, а значит мы также можем говорить о его исцеляющем воздействии.

**Отрицание.** В случае действия данной бессознательной защитной реакции психики зритель, при возникновении в зоне его восприятия негативной для него информации, бессознательно отрицает существование ее. Следует заметить, что наличие факта отрицания человеком каких-то фактов или событий в большинстве случаев позволяет узнать о том, что на самом деле его беспокоит, что является для него наиболее важным, потому что обычно в первую очередь отрицается то, что человек бессознательно

---

старается скрыть. Поэтому прослеживая жанровое предпочтение зрителя появляется возможность узнать о нем немного больше.

Смещение. Подобная защитная функция выражается в бессознательном стремлении человека переключить внимание с объекта действительного интереса на другой, посторонний, объект. Таким образом, во время телетрансляции путем подобного переключения становится возможным избавиться от каких-то внутренних конфликтов.

Изоляция. В данном случае происходит бессознательное абстрагирование от чего-то, погружение в которое способно вызвать тревогу и волнение. Во время просмотра фильма зритель полностью погружается в действие на экране и тем самым не думает о проблемах, беспокоивших его в обычной жизни.

Регрессия. Регрессия может проявляться в том, что зритель-невротик бессознательно возвращается в прошлое, где ему было намного лучше, чем в настоящем времени. Подобное особенно проявляется при просмотре старых кинолент, фильмов времен молодости данного зрителя.

Рассмотрев далеко не полный список защитных механизмов психики, включавшихся при просмотре художественных фильмов (как и телетрансляции в целом), мы должны напомнить, что защитные механизмы являются способом избежать невроз. Телевидение весьма легко справляется с подобной психотерапевтической функцией, поэтому любая телевизионная трансляция бессознательно притягательна для человека.

Фактором противодействия негативному манипулятивному влиянию телевидения должны являться не только знания о

---

функционировании мозга в восприятии информации с внешней среды (в данном случае посредством просмотра телепередач), но и представление о кинематографических приемах, которые используются для оказания психологического (манипулятивного) воздействия на зрителя.

На информацию, поступающую из внешнего мира, оказывает частичное влияние сам человек, а также среда обитания, которая формирует направленность его мыслей в спектре определенных знаний. Бессознательное психики — это багаж знаний, накопленный человеком в процессе жизни. Причем следует обратить внимание что информация личного бессознательного постоянно пополняется в течении жизни. Информация, поступающая из окружающего мира, со временем будет переработана с задействованием глубинных слоев бессознательного, а также находящихся в бессознательном архетипов и паттернов поведения, и далее эта информация перейдет в сознание в виде возникновения у человека определенных мыслей и как результат — совершения соответствующих поступков. Именно в бессознательном психики сосредоточены желания, инициативная составляющая поступков, да и вообще все, что позже переходит в сознание, т.е. становится осознанным тем или иным человеком. Таким образом, если говорить об архетипах бессознательного в факторе влияния на подсознание с использованием манипулятивных методик современного телевидения, мы должны говорить что это становится возможным посредством определенной провокации архетипических пластов бессознательного психики. Руководители каналов в этом случае наполняют таким смысловым значением

---

информацию, поступающую в мозг зрителя, чтобы путем задействия того или иного архетипа вызвать в психике человека соответствующие реакции, а значит и сподвигнуть последнего к выполнению тех установок, которые закладываются после просмотра той или иной телепередачи в его подсознание.

Кроме того, архетипы присутствуют не только в коллективном, но и в личном бессознательном. В этом случае архетипы состоят из остатков информации, которая когда-то попала в психику человека, но не была вытеснена в сознание или в глубины памяти, а осталась в личном бессознательном будучи обогащенной ранее полусформированными доминантами, полу-установками, и полу-паттернами; т.е. в свое время такая информация не явилась созданием полноценных доминант, установок или паттернов, но как бы наметила их формирование; поэтому, при поступлении в последующем информации схожего содержания (т.е. информации со схожей кодировкой, или иными словами, схожими импульсами от афферентных связей, т.е. связей между нейронами мозга), ранее полусформированные доминанты, установки и паттерны доформируются, в результате чего в мозге появляется полноценная доминанта, а в подсознании появляются полноценные установки, переходящие в паттерны поведения; доминанта в коре головного мозга, вызванная очаговым возбуждением служит причиной надежного закрепления психологических установок в подсознании, а значит и появление соответствующих мыслей у индивида, переходящих в последующем в поступки вследствие предварительного перехода установок в подсознании в паттерны поведения в бессознательном.

---

Таким образом, рассматривая вопрос формирования нового паттерна поведения, необходимо говорить о том, что подобное становится возможным благодаря тому, что любая информация, которая находится в зоне восприятия индивида (информация, которая улавливается его визуальной, аудиальной, кинестетической репрезентативными системами, а также сигнальными системами психики) откладывается в подсознании, а значит, при управлении психикой необходимо учитывать сформированность в бессознательном психики установок, жизненного опыта данного индивида, уровня его образования, воспитания, интеллекта и проч. индивидуальные особенности.

Информация, которая попадает подсознание, вступает в коррелят с уже имеющейся в психике информацией, т.е., она вступает в ассоциативные контакты с информацией, накопленной архетипами личного и коллективного бессознательного, и, обогащаясь информацией от них — значительно усиливается, формирует новые или доформирует, усиливая, уже существовавшие паттерны поведения, и по прошествии определенного времени (индивидуального в случае каждого человека) начинает оказывать влияние на сознание, потому что, при появлении какой-то новой информации, психика начинает ее бессознательно оценивать с позиции ранее накопленной информации в бессознательном (личном и коллективном), т.е. информации, как приобретенной в процессе жизнедеятельности данного индивида, так и перешедшей к бессознательному с помощью генетических и филогенетических схем.

Руководители каналов с помощью телевидения и путем показа тех или иных телепередач или художественных фильмов,

---

формируют в мозге зрителя соответствующую доминанту, которая в последующем переходит в установку в его подсознании, участвуя в формировании устойчивых механизмов (паттернов), роль которых направлять жизнедеятельность человека. Если злодей чувствует что он злодей — это в итоге негативно сказывается на его жизни, усиливает раскаяние и в итоге в жизненной системе такого человека начинается сбой, который и приводит к различного рода негативным последствиям (невроз, депрессия, агрессивность, суицид и проч.) В случае же если злодей уверен в правильности своих действий — с ним ничего не происходит. Поэтому и профессиональные мошенники и обманутые ими люди — могут одинаково прожить долго. При этом мошенник финансово может жить намного лучше. Большинство крупных гангстеров США начала прошлого века в последующем стали солидными бизнесменами, и сейчас, когда сменилось несколько поколений их детей, внуков и правнуков — стерлась память о том, каким образом был заработан первоначальный капитал. Память стерлась — а деньги остались. Схожая ситуация наблюдается в нашей стране. На волне 90-х большинство современных олигархов криминальным путем сколотили капитал. Пройдет еще десяток-другой лет и в памяти современников (которых олигархи уничтожают самым подлым образом за счет алкоголизации, наркотизации, и общего обнищания населения средних и старших возрастных групп) не останется информации о том, каким образом был собран первоначальный капитал этих врагов народа. В то время как их дети и внуки будут жить утопая в роскоши, и бессознательно презирая остальную часть населения, считая их черню и

---

неудачниками. И даже винить детей и внуков криминальных олигархов как будто не в чем, потому что они не только продукты своей эпохи, но и генетически запрограммированы своими родителями и дедами на ведение подобного образа жизни. И если такие дети будут кому-то верить — то в большей степени своим родителям и прочим родственникам, чем даже самым отчаянным журналистам, которые пытаются писать правду. Правда никому не нужна. Тем более что такая правда не будет опубликована, потому что владеют средствами массовой информации все те же «владельцы заводов, газет, пароходов», которым легко отслеживать публикации в прессе и видеосюжеты на телевидении, что повсеместно и делается.

Телевидение — это мощнейшее информационное оружие. Причем эффект телевидения через воздействие на подсознание с целью психопрограммирования становится возможен и тогда когда человек не смотрит телевизор (он, например, у него просто включен, а он занимается другими делами), и когда зритель вообще уснул во время телесеанса. Нельзя тешить себя иллюзиями что, мол, телевизор включен просто для фона. Подобный взгляд исключительно антинаучный. Мы уже отмечали, что любая информация, попадающая в спектр действия репрезентативных или сигнальных систем человека, откладывается в подсознании. А значит — программирует человека, формируя паттерны поведения и психологические установки. Такой человек может не смотреть передачу, занимаясь другим делом (например, гладить белье, или готовить обед), но информация все равно входит в бессознательное психики. И усваивается такая информация намного быстрее, потому что цензура психики в этом случае

---

практически бесконтрольно ослабевает. А через время человек может удивляться, почему он сделал тот или иной поступок, совершил то или иное деяние. И не понимает, что совершил он это из-за раннее введенной в его мозг информации на совершение заданных действий. И информация такая вошла в него, когда он смотрел телепередачу.

Рассматривая вопрос влияния телевидения на психику зрителя, необходимо говорить о том, что в результате подобных телевизионных воздействий человека отучают думать, вынуждая пользоваться готовыми схемами, предлагаемыми редакторами телевидения и спонсорами каналов (капиталистами). А, как известно, любой капиталист заинтересован в извлечении максимальной прибыли в ущерб интересам других людей. В результате проведения подобного психического геноцида, психика обработанного зрителя бессознательно тянется к подсказкам со стороны властей, уже психологически подготовленная выполнять команды, потому что такие команды дают возможность жить в относительном спокойствии и относительном достатке. При этом важно не думать что это иллюзия обмана, потому что правда ничего хорошего большинству людей не принесет, так как они привыкли жить в иллюзорном мире, сформированным для них посредством телевидения властью страны. Если люди будут как все, то у них будет относительно приемлемое существование. Восьмичасовой рабочий день, просмотр телевизора утром перед работой и вечером, за пивом и развлекательными передачами или очередным сериалом. Зарплата раз в месяц, или два раза, если с авансом. Пенсия по старости. В общем, обычная жизнь простого человека. Такой жизнью жили их родители и родители родителей.



---

Поэтому архетипически уже сформировано в их бессознательном «не высовываться», делая все как все. Таких людей подавляющее большинство и они составляют массу. Ту массу, которой легко управлять, и на управление которой рассчитаны методики манипулирования психическим сознанием (посредством воздействия на подсознание) человека. Отдельный человек, объединенный с такими же как и он, это уже масса. Толпа. Причем любое собрание даже высокоинтеллектуальных людей в одном месте с помощью психотехнологий манипулирования массовым сознанием возможно превратить в сборище безумцев, которыми легко становится управлять, активируя природные инстинкты и рефлексы головного мозга. И в этом жестокая правда, ибо каждый является личностью - только пока находится в одиночестве.

Как известно, массу образует скопление людей в определенное время и в определенном месте. Таким образом, массу определяет собрание людей в одном месте. Для того, чтобы управлять такой массой, необходимо любую массу предварительно превратить в толпу. Воздействие на массы в таком случае окажется более результативным, если общаться с подобной массой (толпой) в вертикальной иерархии, т.е. отдавать команды директивным образом. Раздумывать массе не позволено, поэтому приказы должны быть максимально упрощены, состоять из нескольких слов, и быть понятны даже самым интеллектуально отсталым слоям населения. При этом рекомендуется активно использовать хорошо зарекомендовавший себя метод «кнута и пряника», сначала инсценируя путем накала страстей соответствующими программами про криминал и проч. в массе

---

страхи, а вводя в массовое сознание соответствующие психологические установки, необходимые властям.

Необходимо говорить, что телевидение как ничто иное способно собирать разрозненные личности вместе, превращая их в массу. В массе образовывается безличностный род коллективной души. Каждый человек сам по себе может быть личностью, но оказываясь в массе, у таких людей исчезают признаки, свойственные признакам цивилизованного человека, потому что в толпе берет вверх бессознательное психики, т.е. инстинкты, исчезает все те нормы поведения, которые были инсценированы культурой и цивилизацией, а у человека вверх берут первобытные желания и потребности.

Из-за признака заразительности, распространенного в толпе, человек толпы должен подчиняться внутренним законам толпы, т.е. делать то, что делают другие представители массы. В итоге масса подчиняет индивида, блокируя его волю и сознание. Если рассматривать с позиции психофизиологии, толпа актуализирует инстинкты правого полушария мозга (правое полушарие, как помним, мыслит образами, чувствами, а не разумом, в отличие от логики левого полушария мозга). Поэтому сознание индивида блокируется. Такой человек на какое-то время перестает мыслить логически и отдавать отчет в совершении собственных действий. И вверх берут бессознательные, низменные инстинкты, и человек начинает выполнять команды правого полушария мозга. Цензура психики, с ее критическим анализом к любой поступающей из внешнего мира информации, находится в левом полушарии. А левое полушарие частично

---

заблокировано в результате чрезмерной активации правого полушария.

Со временем толпу охватывает коллективное возбуждение, в результате которого участники толпы становятся менее устойчивы к каким-либо воздействиям. И как следствие — рост безответственности, а значит и бессознательное желанию при совершении каких-либо поступков больше руководствоваться эмоциями и сиюминутными желаниями, нежели чем принципами здравого тестирования реальности. Кроме того, повышенное эмоциональное возбуждение отдельных индивидов по цепочке захватывает толпу в целом, вторгаясь в ее энергетику. В результате чего нарастает коллективное возбуждение в массах. И у большинства людей такое коллективное возбуждение подавляет индивидуальные поведенческие механизмы и служит образованию новых, быть может, и не свойственных им раннее форм поведения, и уже как следствие — изменение привычек и требований, выдвигаемых к себе как к личности; что может свидетельствовать об общем снижении порога цензуры собственной психики, а также устранении критичности в отношении информации принимаемой извне, и в целом значительно повышает подверженность данного индивида (и массы в целом) к суггестивным воздействиям (к внушению). Другими словами, нам следует говорить о том, что у каждого индивида в толпе фактически формируется эмоциональное возбуждение, вызывающее чувство безнаказанности, продиктованное в свою очередь принадлежностью к какой-либо общей идее. В результате, человек в толпе, словно загипнотизированный одинаковыми поступками других членов толпы, автоматически (бессознательно) совершает

---

те же самые действия. Иной раз совершают их с маниакальным наслаждением и свойственной в таких случаях жестокостью, совершают так, потому нахождение в толпе позволяет раскрепостить сознание и сделать раннее запрещенное законом, который фактически и является единственным сдерживающим фактором на пути приоритета низменных желаний. Не сознательность сдерживает большинство людей от претворения в жизнь низменных желаний (убить, насиловать, мучить, пытать, и проч.), а страх перед последующим наказанием. Подавляющую часть любого цивилизованного общества сдерживает только опасность наказания за совершенное.

Телевидение как ничто иное усиливается образование масс. Во время просмотра какой-нибудь популярной телепередачи мозг зрителей (независимо от удаленности их друг от друга) подключается к единой системе, которая посредством знаков и символов, представляющих кодированный сигнал, формирует соответствующие психологические установки в подсознании человека. Таким образом зрители получают определенный код. Будучи закодированными — они начинают мыслить в заданных манипуляторами алгоритмах. Для активации кода достаточно дать сигнал. Методики кодирования тщательно разработаны в различных направлениях психотерапии (НЛП, психоанализ, гипноз и т.п.). Вопрос в том, что с развитием информатизации (21 век — век супертехнологий) появилась возможность проводить кодирование сразу огромной аудитории. У каждого телеканала имеются свои, так называемые, целевые аудитории. Поэтому те, кто хочет избежать кодирования, полагая, что он не смотрит один, а смотрит другой канал, искренне заблуждается. Он все равно

---

попадает под кодировку сигналом в процессе телетрансляции. Целевые аудитории телеканалов хорошо известны, достаточно посмотреть в программу ТВ и сопоставить количество развлекательных и научных передач, фильмов и проч. Рейтинги составляются по приказу владельцев и руководителей каналов, так как приносят деньги спонсоров за рекламу. Каждая передача стоит определенную сумму. Сняв передачу, продюсер продает ее телеканалу, а телеканал прогнозирует ее рейтинг и в соответствии с этим рассчитывает стоимость рекламного времени. Если передача не будет приносить прибыль (основная прибыль за счет рекламы), такой передачи на ТВ не будет. Все просто. Рынок диктует законы программирования масс. Целевая аудитория, «подсевшая» на тот тили иной канал или телепередачу — становится еще более зависимой от ТВ.

Нам также следует говорить о том, что любая телевизионная трансляция служит как обязательная ежедневная доза духовного наркотика, позволяющая снять зависимость хоть на какое-то время. Снимается такая зависимость, в том числе, и путем подключения к коллективному разуму. На наш взгляд это весьма важная деталь.

Как мы уже отмечали, если большое количество людей занимаются одним и тем же делом (например, смотрят телевизор), то они объединяются в массу. Причем совсем неважно, что по отдельности каждый будет находиться у себя дома. В массу эти люди объединяются посредством т.н. коллективного разума. Что означает, что над такими людьми распространяются законы толпы (внушаемость, заразительность, подражание и т.п.), а значит, становится возможным управлять такими людьми из единого

---

командного центра. Какое-либо противостояние масс манипуляциям практически исключено. Все люди проживают в социуме, т.е. находясь между равномерно излучаемых друг от друга сигналов, взаимодействуют друг с другом в рамках одного общества схожего социального устройства, а значит и имеют почти одинаковые страхи и радости, заботы и проблемы и т.п. Причем первоначальное подключение разума отдельных людей в единый разум происходит еще в детском саду и школе (т.н. дисциплинарных пространствах, где всех учат ходить строем и делать общее дело, иначе нарушится система: занятия в школе начинаются в единое время для всех, опаздывать на урок, значит вызывать недовольство и пропускать часть материала, уроки имеют заранее запланированное время, по истечении которого заканчиваются, необходимо сдавать экзамены, ходить в форме, и т.п., что подпадает под определение дисциплинарных пространств). Таким образом, с детства в психике человека формируются механизмы, воздействие на которые в последующем позволяет объединять людей в массы и подчиняться вождю (лидеру, главе государства, и т.п.) А что такое подчинение? Подчинение это снятие невроза. Делая как все, человек не подвергается давлению со стороны своих руководителей. В ином случае на него обрушивается поток критики, бессознательно провоцирующий в психике различного рода невротические зависимости (беспокойство, чувство вины, страх, тревожность, неуверенность в себе, и т.п.), и снятие этих зависимостей путем объединения в единую группу, где человек начиная играть по принятым в обществе правилам, перестает выделяться (за исключением сознательного формирования лидеров, как опоры

---

воспитателей), а значит у него исчезает и симптоматика невротической зависимости. В результате чего мозг человека запоминает подобное, и в последующем, когда такой человек хочет сделать что-то отличное от общепринятого, он становится перед выбором: сделать это сознательно и пойти по пути противостояния обществу (а значит вновь ввергнуть себя в невроз), или делать все так как все, и относительно счастливо жить дальше.

Большинство выбирает последнее. Поэтому когда вечером показывают развлекательные передачи — они смотрят их, потому что кроме всего прочего знают что и другие люди, приходя с работы, смотрят такие передачи. Пьют пиво за просмотром — потому что знают, что и другие пьют пиво. И не только знают — но и чувствуют это бессознательно. Потому что в бессознательное откладывается любая информация, которую мозг человека получает за день, накапливаясь там и рождая паттерны поведения, которые появляются в том случае, если в течении длительного времени в бессознательное психики попадает информация схожего характера.

Телевидение своей деятельностью изменяет привычки людей, вводя им в подсознание новые установки, инициируемые властью и (или) или капиталом. Таким образом происходит зомбирование массового сознания. И закодированные таким образом люди действуют в интересах правящей элиты, об этом даже не подозревая.

При проведении телетрансляции происходит воздействие на психику посредством задействования различных форм передачи информации; одновременное участие органов зрения и

---

слуха активно задействуют пласты подсознания, за счет чего достигается максимальный манипулятивный эффект. Менее чем за полчаса просмотра телевизионной передачи мозг начинает впитывать любую информацию, которая поступает посредством телетрансляции. Вспомним, один из принципов манипуляции массами — внушение. На этом принципе основано действие телерекламы. Например, человеку показывается какой-нибудь рекламный ролик. Предположим, поначалу у такого человека происходит явное отторжение демонстрируемого материала (т.е. представление человека об этом товаре иное). Такой человек смотрит, слушает, оправдывая себя тем что ничего подобного покупать не будет. Этим как бы успокаивает себя. На самом деле, если на протяжении длительного времени в информационное поле попадает какой-нибудь сигнал, то информация неизбежно откладывается в подсознании. А значит, если в последующем станет выбор между тем какой товар купить, такой человек бессознательно отдаст предпочтение тому товару, о котором уже «что-то слышал». Более того. Именно этот товар в последующем будет вызывать в его памяти положительный ассоциативный ряд. Как чего-то знакомого. В итоге, когда такой человек оказывается перед выбором товара, о котором ему ничего не известно, и товара, о котором он уже что-то слышал — то инстинктивно (т.е. подсознательно) потянется к знакомому товару.

Говоря языком нейрофизиологии, у такого человека происходит очаговое возбуждение коры головного мозга, в результате чего появляется доминанта. И если последует повторение раннее показываемой информации, при этом информация будет достаточно эмоционального характера (эмоции



---

необходимо чтобы сломать барьер критичности), то возникнет высокая вероятность того, что в подсознании такого человека возникнет психологическая установка. В итоге подобная информация, отложившись в подсознании и закрепившись там вследствие многократного повторения, сформирует паттерн поведения, тем самым определив в последствие возникновение у такого человека соответствующих мыслей, желаний, и поступков, как результат удовлетворения желаний. Если же такая информация откладывается в детском или подростковом возрасте, то в этом случае мы получаем практически стопроцентный результат, так как чем больше проходит времени, тем более действенна (важна и необходима) для подросткового ребенка становится заложенная в детстве в его подсознание информация, потому что для большинства период детства психоаналитически ассоциируется с радостью, поэтому возникновение подобной информации уже будет относиться к воспоминанию, а психика так устроена, что воспоминания о хорошем всегда наиболее приятны. Поэтому анализировать поведения взрослого человека значительно легче, если имеется информация о его детстве. Да и детство по отношению к взрослой жизни это еще и прохождение определенного фактора времени, за который как раз и формируются те или иные установки в подсознании человека. Таким образом, причину большинства поступков человека совершенных во взрослом возрасте необходимо искать в глубинах памяти, анализируя его бессознательное.

В современном обществе, с развитием технологий, еще более повышается роль рекламы. Любая реклама действует исключительно на подсознание, активируя те или иные

---

архетипические пласты коллективного бессознательного. Реклама тех специалистов, которые понимают это, становится необычайно эффективной. А зритель-читатель-покупатель в результате правильно построенной рекламы уже не принадлежит себе. Он подчиняется навязываемым ему принципам и нормам жизни. И даже если сознательно еще противится некоторым из них, подсознательно делает выбор в пользу той или иной психологической установки со стороны манипуляторов. Подсознание у большинства людей всегда одерживает вверх. Кроме того некоторыми манипуляторами может формироваться комплекс неполноценности у определенных групп населения, не имеющих возможности купить товар, соответствующий тому или иному образу жизни. Например, телевидение, с помощью передач определенной направленности, формирует у населения образ успешных людей, имеющих средства, чтобы покупать себе любимые товары. Народ в своей основной массе желает приблизиться к такому же уровню потребления как элита, отсюда увеличение кредитования населения со стороны играющих на инстинктах народа банкиров и поддерживающих их СМИ, а значит, уже как следствие, и такое же резкое увеличение невротичности населения. Кредиты ведь надо отдавать.

Использованием современных технологий становится возможным сформировать в сознании человека информационную культуру, заключающуюся во владении различными методиками, позволяющими извлекать пользу из просмотра ТВ. Присутствие минимального негатива на этом этапе может объясняться несовершенным владением методик верификации получаемой посредством ТВ сигнала информации, и в последующем подобный

---

негатив сходит на нет при должном уровне как овладения навыками позитивного просмотра, так и закрепления оных.

Просмотр телепередач является формой снятия невротической зависимости, развившейся в результате просмотра передач по телевизору. Каждый, кто смотрит телевизор, находится в зоне действия развития подобного рода зависимостей, поэтому отказаться от просмотра очень трудно. Необходимо иметь сильную волю, такую же когда человек избавляется от алкогольной или наркотической зависимости полным отказом от употребления затуманивающего сознание яда. Телесигнал кодирует психику человека. Основано кодирование на том факте, что любая информация из внешнего мира поступает в подсознание человека, а после начинает оказывать влияние на сознание, а значит и на появление у такого человека мыслей, желаний, поступков, фактически программируя его на выполнение заданных манипулятором действий.

## **Часть 3. Законы для лидеров.**

14. Психологические законы бытия.
15. Мысли о главном.
16. Десять правил личностного развития.
17. Психология как стиль жизни.
18. Основа лидерства – подчинение желаний.
19. Один миг до ошибки или успеха.
20. Усмирение страстей.
21. Честность – как качество лидера.
22. Уверенность – как основа успеха
23. Типы и характеристики лидеров.

---

24. Деловой стиль управления.

25. Жизненные трудности – как дорога жизни.

26. Искусство отступить.

27. Контроль счастья.

28. Кротость и смирение – как неперемненное качество

лидера

29. Новый человек через призму прошлого.

30. О любви и женщинах.

31. Религия и Вера – как образ душевного равновесия

лидера.

32. Философия лидера.

33. Самое главное.

## Психологические законы бытия – или манипуляции, как путь к лидерству

Лидерство – это управление. Как бы изначально.

Манипуляции – это управление. Управление – это подчинение одного человека другому. В зависимости от уровня руководителя – это подчинение одного или нескольких лиц. Там где несколько – там миллионы. Просто уже над одними ставятся другие, создается высшее командное звено, среднее, и т.д. Суть одна и та же.

Можете управлять несколькими лицами – сможете управлять миллионами.

Психологические законы в равной мере работают всегда и во всех областях жизнедеятельности человека. Независимо чем вы занимаетесь, наемный вы работник, или управляете собственной компанией, вы всегда должны понимать, что любое ваше общение

---

с людьми базируется на психологических законах. И совсем не зависит это от того, знаете ли вы эти законы, или не знаете. Они существуют. Они действуют. Они направлены на улучшение вашего общения. А значит тот, кто ими пользуется, может оказаться в заметно лучшем положении, чем другие. Поэтому лучше знать.

Сама по себе психология, конечно же, знакома всем людям без исключения. В той или иной мере психологическими приемами пользуется каждый, кто хоть раз общался с другими людьми. Даже если мы общаемся с животными – мы используем поведенческую психологию. Как говорится, волей-неволей. И это правда. И это факт. Но мы люди, и основное свое общение проводим в общении с людьми. Именно поэтому необходимо знать психологические законы, которые в своей основной части представлены различными манипулятивными методиками управления над другими людьми, ибо психология это уже сама по себе и манипуляция. Ну, или способ, средство, возможность управления над другими людьми. Управление – значит манипуляций.

Сейчас уже действительно без разницы, в какой области вы нашли применение своим знаниям. Психология бизнес-консалтинга говорит сама за себя. Именно психологический бизнес-консалтинг все больше и больше выходит на первый уровень, ибо все в нашем мире действительно не только взаимосвязано, но и базируется на психологическом общении. Точнее – на общении. А любое общение – это манипуляции. А без общения – нет никакого бизнеса, ибо бизнес строится уже на общении одних с другими. И уже не важно цель. Извлечение это

---

сверхприбыли или хоть какой-то дохода, управление это персоналом для того чтобы этот самый персонал работал над извлечению прибыли, или вообще чтобы то ни было – совсем и правда становится не важно. Там где люди соприкасаются между собой – всегда психология. А профессиональная психология – это манипулирование. Значит – если вы хотите действительного управления над другими – вы должны владеть не только основами психологии, но и знать те психологические приемы, которые вам помогут в жизни. Опять же, и правда независимо где вы станете применять полученные знания. В отношениях в семье, или на работе. В жизни, или в бизнесе. Неважно где. Важно – что эти законы существуют, эти законы реально работают, и мы сможем научить вас этим законам.

### Мысли о главном.

Порядок психологических инсинуаций, придуманных человечеством, поистине впечатляет. Тут и ущемление личного достоинства во благо процветания собственного «Я», и прочие экзекуции человечества, но почти непреложным фактором выживания является следование догматам поведения и привнесение в них чего-то своего с целью выхода из создавшейся ситуации.

Действительно, как нет ничего тайного, что не стало бы явным – и это верно на протяжении как минимум последних нескольких веков – так и не существует ничего, что смогло бы перевернуть сознание человека в том ключе, в котором ему не свойственно мыслить. Даже эти строчки, что мы пишем сейчас, способны понять не все, ибо для полного и осмысленного

---

понимания их необходимо все-таки прожить такую же жизнь, что попросту невозможно, ибо каждый человек индивидуален, а значит уникален.

Уникальность. Задумайтесь над этим словом, приведите его в соотношение себя, и перед вами откроются порою безграничные тайны человеческого бытия в частности и общества в целом. Да, все мы живем в той социальной парадигме, в которой нас обустроило существование в социуме. Но может быть это уже и не так плохо и отрицательно, нежели чем было бы иначе. Тем более что как иначе – никто и не знает. Все другое это фантазии и внутриличностные психопатические отклонения. Которые совсем не вступают в коррелят с единством единым и законоутвержденным. И это тоже истина.

.....

Каждый человек действительно уникален. Опыт, который проживаете вы, не сравнится с жизненным опытом ни одного человека. Только вы вершите мир и строите свою семью. Да, в рамках собственной жизни. Но задумайтесь только, что в жизни вы никогда не бываете одиноки. А значит, волей-неволей вступаете в какое-либо общение с кем-либо. И вот всегда в любого рода общении вы также должны проецировать лидерскую успешность, потому что даже сиюминутное общение может отложить в подсознание человека такую силу, которая после будет управлять всей его жизнью. Вспомните высказывания великих людей, которые стали великими после того, как на каком-то этапе соприкоснулись с вечностью. Это могло быть только одобрение и рукопожатие какого-то кумира или великого человека, это мог быть даже только взгляд его или даже просто переданные от него

---

слова в ваш адрес, и от этих слов у вас закружилась голова и выросли крылья. Это факт и очень важный факт, что в одночасье все в вашей жизни может измениться в лучшую сторону. Как, впрочем, и в худшую. Но вот, чтобы не было худшего, а если и произошло оно – достойно вынести удар судьбы, записав себе не поражение, а реконгсценировку – для этого необходимо всегда быть исключительно уверенным в себе, а из любого урока жизни извлекать только опыт.

Помните слова Ницше, который сказал, что то, что нас не убивает – делает нас сильнее. Так вот поистине верно, что любое происходящее в вашей жизни вы должны рассматривать как еще один урок судьбы. А все мы помним, что, чем больше сделали уроков – тем лучше знаем предмет. Так вот предмет, в данном случае, это жизнь. Ибо уроки у нас не гуманитарно-технического профиля – а уроки жизни. Значит, после каждого такого урока у вас должна вырастать уверенность, что все что произошло – это не просто так, это не случайно, это очень и очень здорово и сверх-замечательно. Повторим – любую ситуацию в жизни необходимо рассматривать исключительно как урок этой жизни и урок для лучшей последующей жизни. А как иначе, если вы все мы нацелены жить. А даже если не нацелены – то вынуждены, ибо если приходим мы в этом мир, то должны прожить все-таки жить, или хотя бы элементарно выжить.

Запомните правило – любят и уважают всегда только сильнейших. Это также верно, как и то, что к тем, у кого есть успех – последующий успех придет в еще большей мере. Сильному воздастся, а у слабого отнимется и его слабость.



---

Только сильный во всех отношениях человек может быть по настоящему успешен в этой жизни, и может быть уверен – что будет у него все и еще больше, если не отступится перед своей целью, а будет всегда идти только вперед. Вперед, на встречу к новым свершениям. Вперед, на встречу к мечте. Вперед, на встречу к удаче. Так и только так, и никак невозможно иначе.

Задумайтесь над этим и идите вперед. Всегда и во всех ситуациях помните, что все, что происходит сейчас – это лишь временная ситуация, которая изменяется каждую секунду, ибо даже то, чтобы было всего лишь секунду назад – уже прошлое. Ваше прошлое. И необходимо настоящее. Будущее. Жить в настоящем и верить в будущее. Или скажем так: жить в настоящем, анализировать прошлое, и верить в будущее.

И тогда не будет уже перед вами никаких преград на пути к вашему внутриличностному величию, то есть величию себя как личности. А значит только вперед и только на встречу новым свершениям!

## Десять правил личностного развития.

Прежде всего, независимо от того, в каком возрасте вы находитесь, вам необходимо запомнить ряд правил, если хотите, чтобы результаты обновления личности оказались успешными.

Правила эти работают при условии соблюдения их. Соблюдение – это значит следование с такими правилами по жизни. Понятно, что на начальном этапе это еще может быть весьма сложным, так как потребует в т.ч. и детальной проработки себя как личности. Также необходимо понимать, что данные

---

правила лишь частица в море ваших изменений. Ибо жизнь – это море. Море, но не океан, ибо, как любое море впадает в океан, так и наша жизнь имеет свои четко очерченные границы существования на земле и последующего, после смерти, - если вы верующий православный христианин – загробной жизни, а если вы не верующий: растворения в космосе, потому как космос, хаос, ад или рай - все это для вас тогда становится абсолютно неважным, ибо после смерти для вас уже ничего нет. А жизнь ваша ограничена определенными годами, из которых знаем мы лишь условные границы человеческого бытия на земле. В среднем это 70-80 лет, но точно, что никогда не больше 90, максимум 100, от силы 110-120 лет. Вот на этот период и должны вы рассчитывать.

Сколько вам сейчас лет? Приплюсуйте сюда примерное предполагаемое число лет продолжения вашей жизни, и вот уже исходя из того что осталось – сделайте так, чтобы прожить эти годы с пониманием того, что после наступит смерть, а значит сейчас нужно расставлять приоритеты и очерчивать четкие границы понимания того, что вы сможете, а что нет. И... умеете расставаться с прошлым. Это первое правило на пути вашего обновления как личности, пути достойного проживания оставшейся жизни, и пути к лидерству. Ибо потому вы и читаете сейчас эту книгу, чтобы стать лидерами. Кто-то, конечно, может сказать, что он уже лидер. Но ведь нет границ совершенству. И опыт человечества всегда познаваем и необходим любому из нас для лучшего осмысления уже своего пути.

Итак, первое правило, отказаться от прошлого.

---

На первом этапе это действительно необходимо. И порой становится настолько важным, что является краеугольным камнем на пути к собственному обновлению, а значит и на пути к лидерству.

Вам необходимо понять, что все, что вы делали раньше, требует детального переосмысления и обновления. Нельзя оставаться таким, как вы были, если хотите измениться. Тут или изменения или возвращение на круги своя. Если вы продолжаете читать, значит, выбрали обновление. Обновление – это в первую очередь, избавление от негативных привычек прошлого. Что такое негативные привычки? Что такое вообще привычки? Привычки это устоявшиеся стереотипы. Человек строит свою жизнь в т.ч. и основываясь на те правила и нормы поведения, которые происходят в обществе. То, что происходит в обществе – транспортируют окружающие. Наблюдая за соплеменниками (живущими в одной социальной среде – вспомним Достоевского с его словами о том, что социум формирует человека) мы формируем в своем подсознании те или иные модели поведения. А то, что оказывается в подсознании – через определенный промежуток времени переходит в сознание. И иного не дано. Поэтому умение отказываться от своего прошлого, умение избавляться от всего ненужного (а прошлое всегда становится ненужным, если мы идем на пути к будущему) – есть неперемное условие и значительный шаг на пути к будущему.

Избавление от прошлого ведет и к избавлению от старых привычек. Если вы до сего дня жили с таковыми и не смогли от них избавиться, значит, вы или не смогли определить негативную сущность таких привычек, или не понимали, нужно ли от них

---

избавляться. А может эти привычки вообще довели над вами страшным образом и казалось, что избавиться от них попросту невозможно.

Возможно. И в этом случае правильным вариантом для вас будет вообще избавление от всего прошлого. Прошлое это в т.ч. и люди, и вещи, и поступки, и желания, и вообще все, что вас окружало раньше. Именно поэтому вам следует избавиться от всего, что связывало вас с прошлым. И касается это не только книг, журналов, круга общения, кино, театра и проч. – но и вообще всего. Только таким образом, только безжалостно избавившись от оков былого – можно вступить в новую жизнь.

Избавление от опыта прошлого может быть достаточно болезненным, поэтому это невозможно сразу, а требует серьезной работы над собой. И в первую очередь, требует высокого морального мужества. Только очистив место, можно это место заполнить другим. В ином случае будет наслоение одного на другое (нового на старое), что принесет душевный разлад и может послужить причиной психопатических и невротических расстройств личности, а это никому не нужно. Особенно тем, кто хочет идти вперед. На встречу к изменениям собственной души. Тем, кто действительно хочет стать лидером своей жизни.

Второе правило – оставить из прошлого только самое ценное.

И это так. Когда мы говорили об избавлении от прошлого, имели в виду то обстоятельство, что какие-либо масштабные изменения возможны лишь в случае такого же масштабного очищения себя. Однако в прошлом любого человека наверняка бывали и положительные моменты. И вот именно, сначала на

---

нахождении оных, а в последующем и переработке их – необходимо сосредоточить свое внимание на втором этапе. Взять все лучшее. Лучшее, опять же, с позиции того нового, что сейчас привносится в вашу жизнь. И это очень важно понимать, ибо без этого становятся весьма затруднительными какие-либо изменения, ибо весьма удлиняются сроки.

Помните слова, сказанные героем одного из советских кинофильмов: «Куй железо пока горячо». Так и в нашем случае, необходимо уверенное сочетание первого и второго этапов роста личности. Сначала первый этап – избавление от прошлого. А незадолго до завершения первого этапа – второй этап: оставить из прошлого все лучшее. Причем, если вдруг по каким-то причинам вы замечаете, что этого «лучшего» нет – тогда безжалостно и бесповоротно избавляйтесь от всего, что даже напоминает вам о прошлом. Ибо оказывается в таком случае, что серьезной помехой вообще была ваша прошлая жизнь. И тогда вы попросту меняете ее. Жизнь. Начиная новую.

Третье правило – корректировка личной жизни.

Мы не зря говорили, что для обновления вашей личности необходимо избавиться от влияния прошлого. Избавление от прошлого говорит также и о том, чтобы очистить сознание. Сознание может очиститься, если в нем как можно меньше будет всего того негативного, что, во-первых, переходит туда из подсознания (из нашего бессознательного), во-вторых, того, что непосредственно в режиме здесь и сейчас оказывает влияние на нас. На наши чувства, прежде всего, ибо то, что совершает человек – происходит под влиянием его чувств. Чувства это психика. Если

---

мы приведем в порядок психику – сможем контролировать чувства и последующую жизнь свою.

На чувства (как и на психический аппарат в целом) оказывает влияние личная жизнь. Личная жизнь – это любовь, влюбленность, страсть, забота о ком-то и проч., что, так или иначе, подчиняет человека и руководит его мыслями, а значит и поступками.

На пути к личностным инновациям следует отказаться от всего того, что вызывает в вас лишние (ненужные в данном контексте) чувства. А значит необходимо скорректировать личную жизнь таким образом, чтобы вам действительно ничего не мешало. При этом мы не говорим о том, что необходимо расстаться со всеми и остаться одному. Хотя в иных случаях это может и вариант. Но опять же – для исключительно сильных людей. А такие единицы.

У всех есть слабости и такими слабостями в т.ч. является то обстоятельство, что человек не может быть один. В процессе социализации рядом с нами все время оказываются те или иные люди, которые каким-то образом (реальным и непосредственным или незримым) влияют на нас. Повторим: мало кто в силах полагаться только на самого себя. Мы не имеем в виду общение с людьми, которые необходимы для работы или продвижения нас вперед. Но вот именно так и относятся те, кто скорректировал свою жизнь на одиночество и всех остальных людей рассматривает лишь как для достижения своей цели.

Но это сильные люди. Настоящая сила всегда одинока.

Однако, для подавляющего большинства, одиночество вызывает сильную внутреннюю боль. Именно поэтому мы

---

говорим о том, что необходимо не отказаться от личной жизни, а скорректировать ее.

Коррекция – это изменения. Коррекция – это подчищение. Т.е. необходимо, внимательно понаблюдав за собой (оптимально для этого, оставшись наедине, погрузиться вглубь себя во время, например, медитации; но если медитация все-таки предполагает отстранение от реальности, здесь мы лишь погружаемся вглубь себя для понимания себя), так вот, погрузившись вглубь себя, нам следует проанализировать личную жизнь и расставить в ней те точки и наметив приоритеты, которые нам необходимы для будущего. Что оставить в будущем, а от чего навсегда избавиться – это решать каждому отдельно про себя и только для себя. Опыт других здесь не играет никакой роли, равно как и ваш собственный опыт прошлого, точно также не будет оказывать никакого положительного воздействия, ибо каждый день мы растем и формируемся, а значит то, о чем мы думаем сейчас, значительно отличается от того, что было в прошлом, т.е. в то время, когда мы сами были другими. Поэтому только самостоятельно, поэтому только без какой-либо помощи, поэтому только так следует идти вперед к лидерству. А это станет возможным, если вы станете в своей жизни соблюдать четвертое правило.

Четвертое правило – совесть как преграда.

Совесть это то качество, которое отличает человека от животного. И в то же время именно совесть это то, от чего человек страдает. Именно из-за подвига совести – жалости – в человеке начинает появляться чувство вины, которое является уже признаками невротической личности. Поэтому тут необходимо –

---

или жить по совести, дабы не мучиться, вниая себя, или выбрать сатанинский путь наступления на горло своей совести и тогда Вы в полной мере должны отдавать отчет, что будет весьма трудно, ибо как говорил Тертуллиан – душа человека по природе христианка. А значит неминуемо рано или поздно начнутся душевные мучения и терзания различные ненужные, и что уж точно – мешающие вам стать полноценными лидерами выбранной вами сферы человеческого бытия. Хотя и каждый должен понимать, что все, что происходит вокруг – зависит от нашего восприятия. Бог никогда никого не наказывает при жизни, потому что Бог есть любовь. Тем более никакого влияния на вас не могут иметь всякие там заговоры и прочие шарлатанские иллюзии экстрасенсов, гадалок, ведьм, бабок и прочих людей, воздействующих внушением на вашу психику.

И принимая во внимание, что определенная категория людей все-таки выбирает, ради достижения материального успеха, все что угодно, только не совесть, мы еще раз предупредим, что для тех, кто не совсем прочен в своих желаниях идти до конца, лучше не начинать, если нет внутренней твердой убежденности в совершаемом вами. Ведь тогда вступает в действие совесть со всеми последствиями нарушения духовных законов, одним из следствий коих – невротическое расстройство личности. Ибо слаб человек, верит всем и вся, и такое самовнушение зачастую имеет болезненные последствия для психики и нервно-психического аппарата человека, вызывая, например, невроз.

Невроз мешает любому продвижению вперед. Невротичный человек уже изначально ориентирован на построение той матрицы собственного поведения, когда он будет



---

именно своим подчинением снимать с самого с себя невротическую зависимость. Такому человеку легче выполнять то, что от него требуется, чем думать самому. Думать – это уже прерогатива лидерства. Думать – значит нести ответственность за собственные принятые решения. Невротикам (если они не сублимируют невроз в творчество, бизнес и проч.) легче подчиняться. Правда эффект подчинения зачастую мимолетен. И через время невроз развивается вновь. Но для невротиков это вполне типичное развитие жизненного сценария. И понятно, что тут совсем не идет речь о каком-либо лидерстве. Отнюдь. Тогда как характеристика лидера, это, прежде всего, умение брать на себя ответственность. Причем, ответственность за других – даже больше, чем ответственность за себя. Психопатическая личность и так в большинстве случаев пребывает наедине с собой, довольствуясь общением с собой. С собой ведь всегда проще договориться чем с другими. Почему? Потому что общение с другими уже означает некий дуализм: в результате любого общения или подчинят вас или подчиняться вам. Иного не дано.

Как таковой отказ от совести необходим, конечно, в весьма условном аспекте. Когда мы говорим об отказе от совести, тогда имеем в виду отказ от всего того лишнего, наносного, что мешает человеку идти вперед. Вот в чем дело. Как таковая совесть необходима. Но если вы действительно решили стать лидером и желаете идти вперед – вы непременно должны отказаться от всего, что, так или иначе, может заставить других влиять на вас. А это оказывается весьма эффективным, если, например, сначала вызвать в вас чувство вины, а после влиять на вас, активируя нотки вызванного у вас чувства вины. И это действительно порой

---

весьма и весьма распространенный прием. Причем большинство пользуется им как бы неосознанно, т.е. без научно-психологического понимания возможности свершения оногo. Да и выбора у вас как будто и нет иного. Ведь в ином случае нужно быть или совершенно безгрешным (и через это уверенным в себе) человеком, или ставить себе другие жизненные цели, ибо совесть напрямую связана с чувством вины, ибо является производным этого чувства вины. И если сделать даже самый минимальный анализ настоящих сильных лидеров, увидим, что уже изначально у них отсутствовало чувство вины как таковое. Они не мучились за принятые им жесткие меры, ибо понимали, что только так можно достигнуть результата.

Например, Маргарет Тэтчер, являющаяся воплощением жесткости руководства. Когда она пришла к власти, в Англии имели значимый вес профсоюзы и были распространены забастовки шахтеров. Тэтчер, вместо того чтобы идти на поводу бастующих, увеличила штат полиции, которая разгоняла эти забастовки, сведя их практически на нет. А когда стал вопрос с образовательными институтами страны – она пустила их все в конкурентное правило, приравняв институты к бизнес-проектам, где выживают сильнейшие. А когда Аргентина решила напасть на Англию, чтобы завоевать Фолклендские острова – Тэтчер распорядилась поднять британский флот и выбить захватчиков. Причем, заметим, именно жесткие меры помогли Тэтчер вывести Англию на первые строчки самых преуспевающих стран Европы. Как в свое время сделал Сталин, жесткими мерами внутри страны приведший малограмотную страну (на момент прихода к власти большевиков в России более 80% населения не умели читать и

---

писать) к ядерной державе. Или Гитлер, который приняв отсталую страну с сильнейшей безработицей и Версальскими соглашениями, ущемляющими права немцев, вывел Германию в число самых передовых стран мира. Или Жуков, который своими жесткими мерами, не считаясь с людскими потерями (когда люди телами закрывали амбразуры, а чтобы взять высоту или город гибли ротами, полками или дивизиями) победил фашистов и взял Берлин. Или Тамерлан, который строил бастионы из тел погибших врагов.

И таких примеров множество. В историю, в качестве безусловных лидеров, вошли только те, которые самыми жесткими мерами достигали превосходства над другими. Победы и превосходства. Либеральность хороша сама по себе, но, к сожалению, не имеет практической ценности, ибо вытесняется зачастую грубой силой. Падение Рима и захват его варварами тоже из этой серии. И это все примеры из истории. История необходима, чтобы понимать современность. Все в мире повторяется. Любой пример из истории рано или поздно повторяется как в самой истории, так и, несколько переформатированный, в нашей жизни. И иного не дано. Жесткость и суровое руководство всегда приводили к достижению поставленных задач и ожидаемых результатов. Причем таковых результатов, как ни странно, ожидали и сами жертвы. Не секрет, что многие узники сталинских лагерей из числа интеллигенции, почти поголовно попадавшие по политическим статьям, называют лучшим временем в своей жизни именно нахождение в сталинских лагерях. И это парадокс лишь только отчасти, ибо на самом деле любят сильнейших. Всегда и везде. Сильному легко подчиняться,

---

сняв с себя ответственность. Ответственность, как мы помним, несет за собой чувство вины. Если вы не лидер. А не лидерами является подавляющее большинство жителей каждой страны, образующих массу, т.е. народ. Демократия – власть народа. Англия тоже демократия. Читай выше.

Пятое правило – повышение уровня образования (фундаментальное образование, плюс самообразование как последующее и основное)

Следует ясно понимать, что для того, чтобы достигнуть целей и задач, необходимо постоянное повышение уровня собственного образования. Изначально требуется получить базовое, т.н. фундаментальное образование. В последующем вы должны заниматься повышением собственной квалификации посредством самообразования, попутно при необходимости осваивая смежные профессии или сосредотачиваясь всецело на самообразовании.

Самообразование, помимо того, что дисциплинирует, также дает по-настоящему необходимые знания. Высшее образование -- это фундамент. После того как возвели фундамент и построили дом – требуется индивидуальная отделка. Да, отделка дома может быть и такая как у всех. А может быть согласно индивидуальному дизайну. И вот так, как такой дизайн выбирают обеспеченные люди-лидеры (богатый чудаки всегда сэкономят на дизайнерах), так и ваше самообразование является дополнительными камешками уже индивидуальной отделке и совершенствованию вашего общего (первого, базового, фундаментального) высшего образования.

---

Чем больше вы знаете – тем легче вам общаться и понимать других людей.

Чем больше вы знаете – тем труднее вами управлять.

Чем больше вы знаете – тем легче вы чувствуете собственное превосходство над другими, а значит и становитесь лидерами. И иного не дано.

Шестое правило – дифференцированное поступление информации.

Исходя из того, что любая информация оказывает воздействие как на ваши поступки, так и на принятие вами решений – следует весьма избирательно относиться к информации, поступающей в мозг, например, смотреть не все передачи по ТВ, тщательно подбирать круг общения и т.п.

Человеком управляет подсознание. Все его поступки являются следствием того, что находится у него в подсознании. Подсознание – это бессознательное человека. В подсознание попадает любая информация, которая впитывается его репрезентативными и сигнальными системами. Другими словами, то, что человек когда-либо увидел, услышал, почувствовал и проч. – откладывается в подсознании. А значит – влияет на сознание.

Рассмотрим данный вопрос несколько подробнее.

Любая новая информация поступает из внешнего мира. Обработывает такую информацию сознание и подсознание. Сознание – кора головного мозга. Подсознание – подкорковые, сублиминальные слои мозга. Мозг состоит из двух полушарий. Правое полушарие отвечает за чувства, левое за логику. Два полушария взаимодействуют между собой.

---

Далее. Психика человека представлена тремя структурными единицами:

Сознание («Я» или «Эго»), бессознательное («Оно»), и «Альтер-Эго» («Сверх-Я» — цензура психики или барьер критичности).

Альтер-Эго (цензура психики) — это барьер между мозгом и внешней средой. Информация из внешнего мира при восприятии мозгом (психикой) сразу наталкивается на цензуру психики. Роль цензуры — отбор и распределение информации между сознанием и бессознательным (подсознанием). Большую часть информации, поступающей из внешнего (окружающего) мира, цензура не пропускает, и такая информация вытесняется, т.е. откладывается исключительно в подсознании. Часть информации — цензура психики пропускает в сознание (при этом сначала такая информация попадает в предсознание, своего рода «прихожую», а уже оттуда — или переходит в сознание или вытесняется в бессознательное психики). При этом информация из подсознания (бессознательного) все равно, рано или поздно, оказывается в сознании. Поэтому следует говорить, что любая информация, которая прошла в зоне внимания индивида (в зоне восприятия его мозга), оказывает влияние на психику (а значит и сознание), независимо от того, была ли такая информация осознанной, т.е. прошла в сознание, или была вытеснена из сознания в подсознание.

Информация задействуется мозгом посредством репрезентативных и сигнальных систем. Сигнальных систем две: чувства и речь. Репрезентативных систем пять: слух, зрение, ощущение, вкус и обоняние. Репрезентативные системы — это с

---

помощью чего человек воспринимает внешний мир: аудиальная система (органы слуха), визуальная (зрения), кинестетическая (ощущения), а также обонятельно-вкусовая.

Мозг человека способен впитывать в себя значительные объемы информации. От перенасыщенности мозга информацией (и, соответственно, перегрузкой, а значит психическими и невротическими кризисами) спасают механизмы биологической саморегуляции, благодаря которым подавляющая часть информации из внешнего мира не усваиваются, а переходит в подсознание. Таким образом, благодаря саморегуляции, на какое-то время мозг блокирует поступление новой информации. Человек как бы продолжает получать сигналы из внешнего мира (посредством репрезентативных и сигнальных систем), но смысловое содержание информации блокируется цензурой психики, а значит не проходит в сознание, или задерживаясь в предсознании, или же сразу вытесняется, оказываясь в бессознательном, т.е. в подсознании.

Кроме того, следует обратить внимание, что информация максимально усиливается при нахождении человека в трансом состоянии. Состояние транса может вызвать множество факторов, как-то: усталость, длительный просмотр телепередач, длительного рода разговоры (общение) и проч. Кроме того, на то, чтобы информация прочно отложилась в подсознании, влияют состояния аффекта, в котором пребывает человек. В этом случае информация, поступающая в мозг человека из внешней среды, может, например, вследствие эмоциональной насыщенности, сразу вызывать очаговое возбуждение в коре головного мозга, рождая доминанту, а значит и закрепляться таким образом в памяти (в

---

бессознательном) в т.ч. вследствие формирования психологической установки в подсознании и паттерна поведения в бессознательном. Весь процесс будет выглядеть в таком случае следующим образом: внешний мир воздействует информацией на кору головного мозга конкретного человека, вследствие этого в коре головного мозга формируется активный очаг повышенной возбудимости (образуется доминанта), формирующая в последующем психологическую установку и образуя паттерн поведения; таким образом, информация, полученная из внешнего мира, закрепившись в подсознании в виде установки и паттерна поведения, начинает оказывать влияние на возникновение у человека тех или иных мыслей, и, как следствия, управлять поведением человека.

При этом образование установок и паттернов поведения может происходить не только благодаря предварительному возбуждению в коре головного мозга (активная доминанта), но и благодаря предварительному торможению в коре головного мозга (пассивная доминанта), в результате чего блокируются все другие участки мозга, кроме задействованных в процессе общения. Кроме того, как мы обращали внимание в ряде собственных исследований уже более чем десятилетней давности, доминанты, установки и паттерны поведения могут формироваться также вследствие усиления ранее уже имеющихся полу-доминант, полу-установок и полу-паттернов. Становится возможным подобное вследствие того, что в подсознании, ко времени попадания туда новой информации, могут уже иметься определенные, ранее сформированные полу-доминанты, полу-установки, полу-паттерны. Кроме того, в психике человека,



---

помимо того, что постоянно формируются новые и усиливаются ранее существующие доминанты, установки и паттерны, происходит постоянное формирование новых архетипов (в личном бессознательном).

На наш взгляд, архетипы присутствуют не только в коллективном бессознательном, но и в личном. Как образуются архетипы личного бессознательного? В свое время, попавшая в мозг информация, не послужила образованию полноценных доминант, установок и паттернов поведения, но как бы наметила их формирование. В результате произошло образование полу-доминант, полу-установок, полу-паттернов поведения, которые остались как бы на поверхности личного бессознательного, на границе между сознанием и бессознательным, т.е. не были окончательно вытеснены в глубины памяти, но создали определенный код. В последующем, при поступлении информации схожего содержания (т.е. информации со схожей кодировкой, или иными словами, схожими импульсами от афферентных связей, т.е. связей между нейронами мозга), ранее полу-сформированные полу-доминанты, полу-установки и полу-паттерны доформируются, в результате чего в мозге появляется полноценная доминанта, а в подсознании — полноценные установки, переходящие в паттерны поведения; в этом случае доминанта в коре головного мозга, вызванная очаговым возбуждением, служит причиной надежного закрепления психологических установок в подсознании, а значит и появление соответствующих мыслей у индивида, которые в последующем переходят в поступки вследствие предварительного

---

перехода установок в подсознании в паттерны поведения в бессознательном.

Таким образом, новая информация, поступаемая в мозг и в психику в результате такой функции сознания как отражение, способна, или сразу переходить в паттерны поведения, формируя их и усиливая раннее существующие, или, предварительно обогащаясь остатками информации, хранящейся в личном бессознательном, подкрепляться схожей информацией (со схожей кодировкой) из коллективного бессознательного. Раннее у подобной информации не хватило силы для формирования отдельного архетипа (поэтому был сформирован полу-архетип). Теперь же, вследствие повторения сигнала, старый сигнал усиливается (в результате дополнения новой информацией старой), а значит и образуется (формируется) новый архетип бессознательного (архетип личного бессознательного).

Таким образом, следует весьма и весьма избирательно относиться к источникам, передающим вам информацию, ибо вся информация, которую Вы видите, слышите, чувствуете и проч. (т.е. информация, которая улавливается репрезентативными и сигнальными системами организма) рано или поздно окажет на вас свое воздействие. И не всегда положительное.

Седьмое правило – пиар себя как личности.

Если о вас не знают – значит, вы ничего не достигли. Можно делать самые великие открытия и сохраняя их втайне оставаться никем. Можно тайно скупать на аукционах дорогие художественные полотна – и держать их взаперти в тайной комнате, а можно выставлять на показ и после смерти завещать народу как, например, купец (бизнесмен) Павел Третьяков.

---

Основа процветания – известность. Основа известности – публичность. Основа лидерства – известность, являющаяся производной известности. Уже давно не секрет, что для того, чтобы вы стали таким, как вы себя представляете в собственной душе (речь идет как мы помним о лидерах и только от них) -- вам необходимо, чтобы о вас знали. Т.е. необходима известность. Известность это публичность. Замкнутый круг. В который можно попасть только одним способом – самому себе помогая стать таковым. Иного тоже не дано. Запомните: никому вы не нужны – если вы не расскажете о себе. Это простое правило жизни, которому следует все известные люди (любой бизнес основан на рекламе – не будет рекламы – о товаре нее узнают другие, а значит не будут его покупать, а значит у вас не будет денег и власти, ибо деньги – это власть). Так вот, любое маломальское предприятие, любая идея может зачихнуть, если о вас не узнают. Далее читай выше.

Чтобы добиться какой-либо популярности необходимо себя рекламировать. Законы рынка, законы предпринимательской деятельности, эти законы идут в прямом соотношении с законами бытия. Иного не дано. Если вы хотите стать лидерами – о ваших идеях, делах, поступках, миллионах и проч. – должны знать остальные. Богатство само по себе ничего не значит, если вы как Плюшкин храните все в чуланах. Богатство также притягательно и служит причиной того, чтобы вас уважали остальные. Уважение – значит подчинение. Лидер – это человек, которого уважают. Как понимаете, везде и всегда должна быть цепочка логических умозаключений, которая доказывает одно для другого. Это также

---

верно, как одно вытекает из другого. Или впадает. Река впадает в море. Море впадает в океан. Иного не дано.

Поэтому если вы хотите стать дилером – люди должны узнать о вас.

Восьмое правило – уверенность в себе.

Необходимо всегда и во всем быть уверенным в себе. Это прописная истина, которую, уверены, знают все, но далеко не все пользуются правилами верховенства своего «Я» в этой жизни.

Если вы уверены в себе – подсознательно вы проецируете такую уверенность на остальных. А значит, волей-неволей становитесь лидерами. Лидерами, начиная в той области, которой вы занимаетесь, и заканчивая лидерством абсолютно во всем, ибо по настоящему великому человеку действительно совершенно не важно знать какой-то один конкретный предмет, потому как, если он лидер, если в нем существуют эти лидерские качества, то он незримо становится лидером абсолютно во всем. И это очень важно понимать и стремиться: 1) к получению общего фундаментального образования, 2) стремится достигнуть в области применения своего «Я» высших степеней отличия, а значит и значимости, что непреложно приводит к тому, чтобы вы становитесь главным. Т.е. лидером. Лидер – это уверенность. К чему мы, собственно, и стремимся.

Когда человек уверен в себе – он может по-праву считаться экспертом в выбранной им области применения собственных знаний. Эксперт – это лидер. Лидер, который проецирует собственную уверенность на собственное взаимодействие в с другими в социуме. И это тоже очень важно понимать.

---

Девятое правило – аутотренинг (визуализация, самогипноз, любые аналоги).

В данном случае мы говорим о развитии в себе умения, во-первых, погружаться вглубь себя (не замечая окружающей реальности), во-вторых, путем вхождения в особые трансовые состояния в результате различных психотехник (аутотренинг, самогипноз, медитация, проч.), вызывать эффект визуализации, т.е. мысленного образа, который видим как бы в реальности, но все происходит в нашем воображении, и тем самым мы программируем себя на достижение того идеала, который сами в себе сфокусировали желанием актуализации собственной мечты. Ведь визуализация – это мечта, которую человек во всех красках, оттенках и тонах представляет в своем воображении. Тем самым наше подсознание прокручивает возможные модели будущего поведения, попутно рождая в психике соответствующие паттерны поведения, и таким образом происходит воздействие на сознание. Другими словами, то, что мы когда-то представляли – вдруг окажется в реальности.

Десятое правило – Боксинг-Терапия как путь лидера.

Непременным и важным условием как вашего становления на пути к лидерству, так и удержания лидерских позиций являются занятия боксом (или другими контактными единоборствами), которые не только дадут вам уверенность в собственных силах и собственном значении себя как личности, но и помогут снять ряд психологических дисфункций, которые волей-неволей возникают у лидеров.

Что является обратной стороной лидерства? Обратной стороной лидерства является ежесекундное нахождение на острие

---

лезвия жизни, т.е. при позиционировании себя как лидера на протяжении всей собственной жизни (или всего периода подобного позиционирования). И обратной стороной подобного является повышенная психоэмоциональная возбудимость, которая снимается или алкоголем или спортом. Мы предлагаем спорт. Из спорта для вас мы выбрали бокс и наш авторский метод: «Боксинг-Терапия» (практикуемый в Бойцовском Клубе чемпиона мира Сергея Зелинского в Санкт-Петербурге).

Кратко суть метода в следующем: во время занятий боксом как терапией у человека снимаются психологические комплексы, появляется уверенность в себе, воспитывается воля и характер, человек начинает увереннее смотреть на мир, а значит, купирует возникновение симптоматики нервных заболеваний (пограничных расстройств личности).

Следует заметить, что сами по себе занятия боксом еще не оказывают психотерапевтический эффект в необходимой для лидера мере. Важна методика преподавания. Поэтому в свое время мы разработали метод подобного преподавания, названный нами как боксинг-терапия, где бокс преподается в спортивно-оздоровительном варианте, т.е. не ставится цель участия в соревнованиях, что в корне меняет и систему подготовки. Причем, в преподавании по методу боксинг-терапия изучаются те же приемы бокса (удары, защиты, передвижения и проч.), как и в спортивном направлении. Но так как отсутствует проверка знаний через участие в соревнованиях, то изначально снимается излишняя психологическая нагрузка, и что самое главное – исключаются любые ограничения для начала занятий.

---

Вследствие чего приступать к тренировкам боксом по методике боксинг-терапия можно в любом возрасте и с любыми ограничениями по здоровью. Становится не важным, сколько вам лет, какой у вас вес тела, занимались ли вы вообще когда-нибудь спортом, имеете ли хронические заболевания и проч. – в нашем случае это не играет никакой роли.

Кроме того, еще одним принципиальным отличием методики боксинг-терапия является психологический подход, предусматривающий наличие у тренера, помимо педагогических, еще и психологических знаний, позволяющих лучше понимать учеников. Поэтому и тренеры по методу боксинг-терапия называются не просто тренеры, а тренеры-психологи.

Кстати, отсутствие соревнований, не только меняет систему подготовки, но и оказывает на вас особый благоприятный психологический климат для тренировок. Ведь, если вы придете в обычную секцию – вас (за редким исключением) сразу начнут бить более опытные спортсмены, готовящиеся к спортивным турнирам. Это и понятно. Тогда как, если вся секция ориентирована на тренировки в режиме «для себя» (как это в методе боксинг-терапии), то с вами рядом окажется такой же новичок, как и вы, пришедший в таком же возрасте как и у вас, и ставящий перед собой такие же цели, как и ваши. И это очень важно понимать и делать правильный выбор при вопросе чем заниматься. Ибо, обучаясь по методу боксинг-терапия, перед вами возможность изучения приемов бокса в щадящем режиме, когда осваивается весь арсенал приемов бокса, проводятся спарринги, ставится нокаутирующий удар, шлифуется техника, формируется физическая подготовленность, снимается психологическое

---

напряжение и проч. – но в исключительно правильно подобранном режиме. Да и ваши противники уже не противники как таковые, а партнеры, которые удары проводят в щадящем режиме, перчатки и шлемы используют, а если надо и жилеты специальные применяют, что все вместе заметно снижает опасность получения каких-либо травм, а то и исключает оные. Причем, в случае возникновения экстремальной ситуации вне спортивного зала – ваш арсенал приемов и полученные навыки помогут справиться с любыми обидчиками. А значит, вы сможете защитить свое мужское достоинство и честь не занимающейся боксом женщины.

И если подытожить, то оказывается что, в результате тренировок по методу боксинг-терапия снимаются внутренние комплексы, происходит воспитание воли, характера, уверенности в себе, исчезает страх, сомнения, беспокойство, неуверенность, человек научается психопрограммировать собственную жизнь, и за минимально короткий срок происходит овладение навыками ведения боя в целом и навыками бокса в частности.

## Психология как стиль жизни.

Необходимо понимать, что психологические законы работают 24 часа в сутки на протяжении всей жизни человека. Причем они работают независимо, пребывает человек один или находится среди людей. Понятно, что сама по себе психология направлена на наше понимание другого человека и лучшее общение с ним. Но и находясь в одиночестве – мысли ведь наши никуда не уходят. А значит, тут же включаются и психологические детерминанты, позволяющие нашему мозгу (сознанию) более четко анализировать прожитый опыт. Или



---

думать о будущем. Или жить настоящим. Главное чтобы не сойти с ума.

Механизмы анализа человеческого бытия ежесекундно вступают в коррелят с реальностью. Какой-либо дифференцированный подход в данном случае зачастую не получается а может и вовсе невозможен, ибо ежесекундное происходит обновление информации в сознании и подсознании, а значит мозгу всегда есть работы, также как и всегда есть время психологии.

Психология фактически означает управление и для знающих ее (равно как и для незнающих) становится стилем жизни. Причем нет людей, которые не знают психологию. Они могут не знать названия терминов или научные психологические школы, но то, что у каждого в процессе социализации (а значит невольного взаимодействия с другими) появляется свой жизненный опыт, рождающий те или иные шаблоны, нормы и стереотипы поведения – непреложный факт. Причем, чем больше человек работает с людьми, тем легче со временем у него сформировывается собственное направление психологии. И то, что он не оформляет его в виде запатентованной научной школы, говорит скорее о нежелании ононого, нежели чем о слабости психологической базы. Да это и понятно. Ведь любую теорию изучать легче, когда есть солидная практика.

Детерминанты психологического научения основаны на предыдущем опыте ученых, который они когда-то запечатлели для других. Каждый из вас может точно также описать свой опыт общения с людьми и вывести свои законы, работающие в подобном общении. Именно поэтому в психологии не существуют

---

догм и устаревших правил. Работает абсолютно все, а что конкретно будет работать в том или ином случае не знает никто, ибо в каждом отдельном случае существуют конкретные правила, работающие в индивидуальном порядке. И это так. И это правда. Именно поэтому зачастую мы видим какого-либо лидера, который строит жизнь не на всем известных психологических законах, а на собственном восприятии оного и понимании себя как личности. Это уже позже, анализируя путь такого лидера, можно подогнать те или иные его поступки мысли, желания и проч. Под существующие (и открытые задолго до него) психологические законы, следуя которым он и добился всего. Но вот в том-то и дело, что добился-то он сам по себе. Совсем не зная о существовании таких законов. И не факт что если бы знал смог бы достигнуть своего положения быстрее. Как раз может быть и вообще бы ничего не достиг. Также как и многие психологи, являющие живое воплощение собственной жизнью поговорки «сапожник без сапог», ибо тот, кто может помочь другим – совсем не значит, что поможет себе. И это тоже следует понимать. Именно поэтому при вашем выборе психолога вы должны также выбирать не только психологов-теоретиков, но и психологов практиков и только тех, кто и сам достиг успеха в жизни. Если то, о чем учит Учитель, не работает в жизни и не помогает ему самому – чему может научить такой человек? Об этом тоже необходимо задумываться и выбирать по-настоящему сильных и успешных специалистов.

И вот когда вы поймете что такое психология на самом деле, вот когда вы почувствуете, что психологические законы подчинены вам и работают на вас – тогда во всех сферах

---

собственной жизнедеятельности (дом, семья, работа, личные отношения и проч.) у вас неизменным будет только одно – уверенный прорыв по всем фронтам! Так, только так, и никак иначе.

### Основа лидерства – подчинение желаний.

Что такое лидерство? Этой темой занимаются многие философы уже множество веков. Тема лидерства обыгрывалась у Ницше, с его теорией сверхчеловека. Как стать лидером учил Макиавелли, в своей книге «Государь». Над темой лидерства работал даже Гитлер, итогом чего стал его труд «Майн Камф» («Моя борьба»).

Тема лидерства находится в прямой взаимосвязи с темой манипулирования и управления психикой как отдельного человека, так и управлением массами. Лебон в своем классическом произведении «Психология масс» подробно описывал механизмы массовой психологии. Фрейд, в произведении «Психология масс и анализ человеческого Я» также подробно освещал данные вопросы. Ученые всех веков и народов не могут обойти в своем творчестве тему лидерства. Однако психологию масс и индивида мы затрагиваем в отдельной, специально выделенной для этого, главе нашей книги. А сейчас попробуем подойти к теме лидерства с несколько иной стороны, и осветим те вопросы, без которых стать лидером в современном мире попросту невозможно.

Каким должен быть современный лидер? И вот здесь стоит заметить, пожалуй, самое главное. Чтобы стать лидером – необходимо стать полностью самостоятельным и независимым ни

---

от кого. Запомните эту фразу. Независимым ни от кого. В том числе – независимым и от самого себя. А это, пожалуй, самое сложное. Ибо подчинен человек от рождения своего всяческим порокам и наклонностям, которые властвуют над ним. Властвуют – значит манипулируют. А как вы можете управлять другими, когда не можете управлять самим собой. Поэтому на первое место выходит именно умение подчинения собственного «Я» себе. Полный контроль над собственной психикой. Что очень-очень сложно, и уж точно, требует приложения кардинальных усилий. Не временных, а постоянных, ибо пока мы живем – дьявол все время стремиться увести нас в сторону. Желает, чтобы мы поддались искушению, а значит, расслабились хоть на миг, позволили себе что-то, что, по идее, должно послужить нам благодарностью за период трудов и воздержаний, а на самом деле отбрасывает нас далеко назад, ибо приводит к беде и несчастью. Ибо стоит лишь раз поддаться искушению жалости к себе – и нет уже в нас лидерских качеств, потому как лидер – это человек, который полностью управляет своими желаниями. В таком случае его невозможно подчинить. В таком случае им невозможно манипулировать. А значит и невозможно им управлять. А значит – он сам, если захочет, будет управлять. И даже если не захочет, к нему волей-неволей будут притягиваться другие. Более слабые. Потому как слабость всегда притягивается к силе. Вспомним Серафима Саровского. Удалился он в глухой лес. Стал жить один среди волков. А через время потянулись к нему богатые люди. Построили монастырь, провели дороги, развили цивилизацию. Учил Серафим Саровский, что страсти истребляются страданием и скорбью, и сам весьма преуспел в этом. Даже когда напали на него

---

разбойники в лесу, избili жестоко, после чего стал Серафим сгорбленным, он не дал им отпора, как и позже, когда поймали тех, упросил не заключать их в темницу. Это ли не сила? И как человека с подобной силой можно подчинить? Никак невозможно.

Вообще же, именно среди святых русской православной церкви так много действительно сильных людей, так много лидеров. Подчинение своих желаний – вот основа лидерства. Запомните это, и когда перед вами возникнет какой соблазн – преодолите его. Преодолеете – и прибавится к вам частичка силы. Не преодолите – убудет от вас. Выбирайте сами.

### Один миг до ошибки или успеха.

Тем, кто стремится к лидерству (не только к завоеванию, но и удержанию данных позиций) следует помнить незыблемую истину: между пропастью и успехом всего один миг. У вас не будет время на раздумья. Думать можно дома, или по дороге к дому, в парке, в лесу даже, но совсем бывает невозможно думать тогда, когда судьба в одиночасье ставит на конь жизнь или смерть. Счастливую или удачливую жизнь, или вашу смерть как лидера, предпринимателя, человека.

Наша жизнь так устроена, что никогда человек не может быть готовым к тому, что с ним произойдет. Более того. Зачастую то, к чему готовимся мы, не происходит. И тогда уже ошибка случается словно сама собой, а мы становимся неготовыми к последствиям ее.

Именно поэтому необходимо помнить: расслабляться в жизни нельзя вообще. В любой миг, когда вы расслабитесь и подумаете грешным делом, что все схвачено и незачем

---

волноваться да переживать, может наступить непоправимое. Именно поэтому все время вы должны контролировать ситуацию. Чтобы какая внезапная ситуация в жизни не застала вас врасплох и не привела к беде. Это очень важно понимать.

Также как важно для лидера учиться на ошибках других. В том числе и исторических примерах. Благо, что подобных примеров множество во всех временах, странах и эпохах. Например, возьмем древний Восток. В 17 веке в Японии жил учитель и непревзойденный мастер фехтования Миямото Мусаси. Он все время ходил с мечом и совсем не спал, опасаясь, что на него нападут именно во сне, т.к. все хотели, даже ценой своей жизни, сразиться с непобедимым мастером меча. Кстати, Мусаси умело преодолевал и жизненные пороки, дабы не стать уязвимым не только во время боя, но и в жизни, в которой он руководствовался собственными правилами: не искать удовольствий плоти, ни о чём не сожалеть, не иметь любовных влечений, не ведать страха смерти и т.п.

Живший в конце 4 начале 5 века преподобный святой Алексей, человек Божий, родился в семье римского сенатора-христианина, который ему подобрал невесту из знатного рода. В ночь после обручения Алексей, отдав супруге обручальное кольцо и благословив ее, ушел из дома, раздал все имущество, одел лохмотья и странствовал нищим 17 лет, питаясь только хлебом и водой и все время молился, добившись великой славы как подвижника и целителя. После скитаний он так изменился, что когда возвратился в родной дом (не в силах нести на себе крест известности, ибо был скромн, а где бы он ни был – люди весьма почитали его), родители его не узнали и разрешили страннику

---

жить в доме, поселив под лестницей, где он жил еще 17 лет (не признаваясь кто он, хотя видел слезы родных по нему, ибо считали они его умершим). Только после смерти Алексия, из свитка, который он сжимал в руке, узнали о нем. Хоронили Алексия с почестями, его тело было выставлено для прощания на площади, а гроб лично несли император Рима и римский Папа.

Многотысячная толпа, прикасаясь к гробу, исцелялась: слепые прозревали и прокаженные очищались. Похоронили Алексия в гробнице из мрамора, украшенной золотом и изумрудами.

Значительное количество людей, ставших святыми, ибо уединялись от мирского, дабы усмирить дух и плоть и не поддаться грехам, жило на Руси. Серафим Саровский, уйдя в глухой лес, кормил с рук медведя и был совершенно безгрешен. Сергей Радонежский, став монашествовать, обрел такую силу, что смог убедить и благословить Дмитрия Донского на победу над татаро-монгольским игом (на три столетия остановившим развития христианства на Руси). Последние слова завещания Сергея Радонежского обращены, в том числе, и к современным лидерам: «Внимайте себе, братие. Прежде имейте страх Божий, чистоту душевную и любовь нелицемерную...».

Подытоживая, хочется сказать главное: жизнь наша непредсказуема. Мы не можем влиять на нее, не может предугадывать события, не знаем, что нас ждет завтра или даже через доли секунд. Поэтому следует жить, подчиняясь правилу лидера: быть всегда наготове, никогда не расслабляться, и знать, что всего лишь из-за одной ошибки в один миг может быть перечеркнуто все, чего вы добивались ранее таким трудом. Помните об этом.

---

## Усмирение страстей.

Истинно, зло в мире от женщин. Если стремитесь вы к лидерству – необходимо полностью усмирить собственные инстинкты и не общаться с женщинами вообще. Не то, что вступать с ними в половые контакты, нет, даже дружить, общаться и проч., ибо неминуемо все равно в общении будет проскальзывать сексуальная подоплека. Особенно на фоне полового воздержания или практики самоудовлетворения. А коварство женщин безгранично. Даже если сам по себе человек женского пола кажется ранимой, кроткой, и проч. – не верьте, ибо сама себе никакая женщина не принадлежит, и самой природой в женщине заложена ложь и коварство. Которое рано или поздно все равно проявится в ней. Поэтому совет – не общайтесь с женщинами вообще. Бегите от них как от огня. Если не хотите страдать после и себе не принадлежать. А какие ж вы тогда лидеры, если вами можно управлять?

Вообще же, чтобы исключить любую возможность управления вами, необходимо полностью усмирить и контролировать собственные инстинкты. Что человек больше всего боится и что ему больше всего необходимо? Обычному среднестатистическому человеку.

Боится больше всего он смерти. А необходимо ему – удовлетворение инстинктов. Таковых несколько из основных: жажда, голод, секс. Еще человеку нужен кров и одежда с обувью. И нужно общение.

Из перечисленных невозможно полностью исключить только жажда и голод. Иначе человек умрет вследствие остановки



---

жизнедеятельности организма. От секса и общения можно отказаться. Кров, одежду и обувь свести до минимума. Если хотите стать святым. Но так как вы хотите стать лидерами, то ваш дом, одежда и обувь должны быть удобными и богаче тех, что имеет большинство. Это даст вам психологическое преимущество в деле развития лидерских качеств. Общаться можете сами с собой. Сексом тоже заниматься самостоятельно, удовлетворяя накопившиеся желания. Так, чтобы никто не видел. И никому не говорите. Люди вообще должны знать о вас то, что вы сами решите им рассказать. Ни больше, ни меньше.

Что вам даст, когда вы станете ограничивать себя в страстях своих и лишь частичном удовлетворении инстинктов? Это даст вам огромную внутреннюю силу. Которую вы направите на достижение поставленных себе целей и решения задач, возникающих на пути к этим целям.

Мы не зря заговорили о христианских святых. Эти люди, сумевшие полностью усмирить собственные страсти, не только стали поистине бессмертными (ибо и после смерти почитаются всем христианским миром, о них молятся в церквях и дома, лики их изображены на иконах), но и при жизни обрели такую духовную силу, что у них открылись различные дары: целительства, предсказаний, и что самое важное – огромной внутренней силой, перед которой падали ниц даже императоры.

Усмиряйте свою плоть – и вы укрепите свой дух. А это для лидера бесценно.

**Честность – как качество лидера.**

---

Непремнейшим условием не только лидерских качеств, но и успешного существования в жизни (и, пожалуй даже, вообще существования) является честность. Честность по отношению в первую очередь к себе (ибо, если вы будете честным к себе – значит станете честным к другим), и честность по отношению к другим.

Почему к другим выделено во вторую очередь? Потому что можно сколько угодно говорить о честности в отношении к другим людям, но когда коснется дела – исходя из того, что поступки человека являются следствием той программы или алгоритма действий, которое заложено в подсознании, человек бессознательно поступит именно так, как он считает необходимым в собственной душе. Именно поэтому, даже когда человек внешне кажется честным и искренним, в поступках, вызванных экстремальными ситуациями (когда нет времени на анализ мозгом ситуации) человек поступит так, какова его внутренняя сущность. Поэтому, зачастую, люди через какое-то время открываются нам совсем с другой стороны.

И вот отсюда, честность должна быть в первую очередь по отношению к себе; честность в собственных мыслях, желаниях, помыслах. То есть честность и искренность уже на уровне помыслов даже, а не самих мыслей. И это важно понимать.

Что значит быть честным? Честность, это не значит говорить всегда только правду. Это было бы слишком просто. И негодяй вдруг может сказать правду, и даже может порадоваться этому, а в душе же останется таким же негодяем, только честно в своем морально-нравственном ничтожестве признавшимся в подлом поступке. Поэтому честность – это в первую очередь

---

искреннее желание жить по совести. Совесть – это от Бога. Жить по совести – значит не совершать грехи. Если мы знаем, что совершаем что-то, что принесет страдания другому человеку – значит мы в отношении к этому человеку поступаем не совсем честно. Почему не совсем? Ну, например, если алкоголик просит у нас выпить, а мы дадим ему, зная, что он напьется и побьет семью свою – какая же это честность, ибо мы потворствуем греху этого человека. Если не дадим ему выпить – он будет страдать. Но страдание в данном случае – во благо.

Вообще же, если разобраться, честность, как таковая, приносит любому человеку более пользы, нежели чем вреда. Во-первых, когда человек честен – ему нечего скрывать. Если ему нечего скрывать – значит нет никакой тайной новости. Потому как если допустить, что такая новость была бы, и далее допустить, что о такой новости рано или поздно кто-то бы узнал (ибо нет ничего тайного, что не стало бы явным), и если допустить, что этот кто-то, узнав о сей тайной новости, весьма опечалился бы, а то и разъярился, и гнев свой обрушил бы на того, кто скрыл эту тайную новость, то вот вам и итог сокрытия и обращения в совсем ненужную тайну того, что, если бы стало явью сразу, не вызвало бы столь печальные последствия.

И получается, что если все по честному, то значит нет ничего тайного, а если нет ничего тайного – то, соответственно, нечего скрывать, а если нечего скрывать – никто ни о чем не узнает, ибо знает обо всем и так. Выходит, говорить правду – исключительно во благо. И прежде всего для того, кто говорит правду и ничего не скрывает. Как говорится, меньше проблем. А если, опять же, меньше проблем, так значит все силы

---

собственного душевного спокойствия можно направить на то, что необходимо, т.е. на достижение внутриличностных целей. Quod erat demonstrandum (что и требовалось доказать).

## Уверенность – как основа успеха.

Для лидеров невероятно важно быть уверенным всегда и везде, и не только быть (оставаясь таким в душе), но и позиционировать себя как человека уверенного и всезнающего.

Несравненно лучше (и правильнее), конечно, не казаться уверенным, а быть таковым. Почему не казаться, а быть? Потому что любой обман рано или поздно раскроется, а падать с вершины, теряя достигнутые позиции, намного болезненнее и опаснее, чем потерять что-то не имея или не иметь – тоже не имея. Почему быть уверенным? Потому что, когда вы уверены в себе, вокруг вас создается особая эфирная оболочка, которая незримым образом предохраняет вас от какого-либо поражения. Почему от какого-либо? Потому что предохраняет вас от любого поражения, ибо, даже если вы в чем-то проигрываете, то если внимательно разобраться – в этом тоже есть выигрыш (например, поражение в малом - уберегает вас от поражения в большем), и таким образом ваша уверенность носит завораживающий характер, вам нечего бояться, ибо вы ничего не боитесь, и тогда обстоятельства внешней жизни уже сами по себе оберегают вас от любого поражения.

Уверенность – это качество лидера. Только уверенный в себе человек уверен во всех собственных делах. А значит такой человек не может никогда проиграть, потому что: 1) знает, что

---

делает; 2) делает только то, в чем уверен; 3) если уверен всегда – чтобы не делал – всегда одерживает победу.

Уверенность, кроме прочего, свидетельствует исключительно о здоровой психике. А если психика человека здорова (т.е. находится в норме, ибо мы имеем в виду, конечно же, психическое здоровье), такому человеку не страшны никакие беды и несчастья. Из любого, для кого-то, поражения – он находит выход обращения этого якобы поражения исключительно во благо самому себе. Следовательно, если вы уверены в себе – значит вы уверены и в других, а если уверены в других – значит другие люди будут жаждать с вами находиться рядом. А если они жаждут находиться с вами рядом – значит для вас это поддержка, ибо один человек ничто в сравнении с массой, особенно если он лидер и вождь, т.е. руководитель массы. В таком случае этот человек-лидер знает, куда направить массу (масса – хаотичное скопление людей, не подчиненных единой цели и потому сроднимой с толпой). А если человек сможет направить массу – значит он предварительно смог ее организовать. А организованные массы – это поистине страшное оружие, ибо такая масса – толпа сметет на своем пути любого; такими массами во все времена меняли политический строй государства, такими массами – меняли мировоззрение целых стран, ибо люди подсознательно заражены стереотипами, и в первую очередь готовы делать то, что делают другие. В ином случае, те, кто не делает, являются потенциальными лидерами. Но между потенциальными лидерами и лидерами реальными – такая же пропасть, как между грудой металлолома и готовым изделием, т.к. не все люди, имеющие задатки лидеров – реализуют их, со временем превращаясь в

---

единицу толпы. И вот чтобы такого не случилось – необходимо не только обладать лидерскими качествами от природы, и не только знать теоретические основы управления (реализации лидерских качеств на практике), но и иметь опыт подобного управления посредством воплощения лидерских качеств и знаний. Другими словами, на лицо явное триединство: природа (главным образом генетика), знания (соответствующее образование; причем именно образование, а не образованщина), и опыт (руководства).

Однако не все, у кого есть опыт руководства, являются лидерами. Также как не все, кто генетически обладает ярко выраженными лидерскими качествами, являются лидерами. И уж тем более и не все, кто имеет знания управления – могут управлять. Поэтому повторим еще раз: обязательным условием является воссоединение в одном человеке всех трех составляющих. Только так и никак иначе. Тем более, что помимо этих трех основных составляющих – существует еще целый конгломерат сопутствующих факторов, которые имеют наиважнейшее значение, потому как и свита украшает короля и делает его значимым, так и армия делает значимым главнокомандующего. В ином случае, перед нами может быть даже самый ярко выраженный лидер (имеющий опыт, знания и прирожденные лидерские качества), но никто о его лидерстве знать не будет. А сам он со временем сойдет с ума от собственного величия и не реализации имеющегося потенциала.

Чтобы мы могли порекомендовать тем, которые достигли подобного (стали лидерами), но являются непризнанными всеми, и вынуждены лишь тешить собственное самолюбие, реализовывая собственные знания по типу стрельбы из пушки по воробьям? Мы

---

могли бы порекомендовать таким лидерам следующее: если общество реально не готово принять вас в качестве лидера и вы не реализуете себя – сублимируйте собственные знания в позитив: становитесь писателями, философами, проповедниками. То есть все равно, вы должны найти тех, кому будут необходимы ваши знания. При этом отдавая себе отчет, что нет пророка в отечестве своем, как пел когда-то Высоцкий, и как сказал два тысячелетия назад Иисус Христос. Поэтому мы должны вас уберечь уже вначале вашего пути к тому, чтобы стать лидером. Ибо, из-за неправильной последующей реализации, может начаться горе от ума. И это, зачастую, оказывается плачевно.

Но если вы все-таки решили становиться лидерами – становитесь ими и никого не слушая, позиционируйте (научитесь это делать) исключительную уверенность в собственных силах (через проекцию взглядов, мыслей, реализации – воплощения желаний в соответствующие поступки). И тогда вам окупиться сторицей. Подумайте над этим.

## **Типы и характеристики лидеров.**

### **Типология лидеров.**

Типология лидеров определяется по предпочитаемому ими стилю лидерства. Существуют различные типы руководителей — авторитарный, демократический, либеральный, бюрократический, лидер мнений, номинальный, харизматический, и проч.

Традиционно принято различать три основных стиля лидерства, используемого в управлении другими людьми: авторитарный, демократический и либеральный. В последнее

---

время стали различать еще такие стили лидерства, как комбинированный и гибкий.

Кратко рассмотрим перечисленные стили управления.

1) авторитарный — лидер, для которого характерны следующие особенности поведения по отношению к подчиненным: властность, стремление единолично принимать решения, навязывать другим свое мнение; игнорирование других как личностей, избегать личных взаимоотношений с зависимыми людьми, использовать приказы и подчинения — как основные методы работы.

2) демократический лидер — преобладание уважение к подчиненным, признание права других на свое мнение, общение с подчиненными как с равными, обращение к другим — с просьбами и советами, а не с приказами и распоряжениями.

3) либеральный — тип лидерства, когда руководитель предоставляет подчиненным полную свободу действий, когда наблюдается отсутствие любого контроля, когда подчиненные наделяются полномочиями и принятия любых решений (вплоть до снятия лидерства лидера).

4) бюрократический — предпочтение отдается формально-бюрократическим методам руководства, т.е. власть и авторитет поддерживается бюрократическими методами.

5) лидер мнений — человек, к мнению которого больше всего прислушиваются остальные.

6) номинальный лидер — человек, который возглавляет группу лишь формально, но к его мнению не прислушиваются. Вместо него группой или руководит другой, или не руководит никто.



---

7) лидер, ориентированный на людей — лидер, для которого главным в деятельности является благополучие составляющих группу людей.

8) лидер, ориентированный на работу — лидер, для которого главным в руководстве группой является решение стоящей перед группой задачи.

9) харизматический лидер — лидер, наделенный от природы лидерскими качествами.

10) ситуационный лидер — лидер, становящийся таковым на время, в зависимости от сложившихся обстоятельств.

Комбинированный лидер — лидер, использующий в руководстве группой элементы трех основных стилей лидерства (авторитарный, демократический, либеральный).

Гибкий лидер — лидер, использующий комбинацию трех основных стилей руководства, но все время — в зависимости от обстоятельств — преобладает какой-то один.

Обратим внимание, что лидерство – это власть. И власть над другими людьми всегда завораживает обладателя подобной власти. Потому по все времена люди будут делать все, чтобы достигнуть власти. Любой формы и степени власти. Что такое власть? Власть предполагает наделенность определенными полномочиями.

Однако власть — это, прежде всего, ответственность. Ответственность перед другими людьми. При этом следует обратить внимание, что те, над которыми будут распространяться властные полномочия, всегда представляют из себя некую массу (группу, толпу, сообщество, собрание, и проч.) При этом каждый из представителей подобной группы (массы) наделен своими

---

мелкими полномочиями (простиравшимися в специфике адаптации такого индивида к социуму). А значит вполне вероятно, что в собрании таких индивидов на каком-то этапе запустится процесс критического отношения к обладателю власти.

Также заметим, что любую власть всегда критикуют. Поэтому со стороны представителей власти происходит своеобразный отсев. И остаются как раз те, кто не только готов принять на себя какие-либо властные полномочия, но и готов принять всю форму обладания властью, т.е. власти, со всеми вытекающими из этого обстоятельства как возможностями (плюсами), так и недостатками (минусами).

И тут следует обратить внимание, что само обладание властью если и необходимо многим, то выдержать подобное может не каждой. Как раз из-за наличия дополнительного рода обязанностей, которые всегда и незримо присутствуют в психике человека после наделения его властными полномочиями. И при этом важно обратить внимание, что даже, несмотря на то, что сама по себе власть завораживает, нести подобное бремя может не каждый еще и потому, что природе психики большинству индивидов свойственно подчинение.

Что такое подчинение? Подчинение это избегание какого-либо угнетения психики. Вызывание в психике индивида и масс своего рода дискомфорта. А принятие на себя решений (что предполагает наличие или обладание властью) всегда несет на себе печать необходимости брать на себя различного рода обязательств, что, в свою очередь, предполагает — ответственность.

---

Большинство индивидов стремятся уйти от какой-либо ответственности. Ответственность вызывает в их психике дискомфорт, который может вылиться в обострение симптоматики душевных заболеваний, и в первую очередь вызывает тревогу, беспокойность, иной раз чувство вины, то есть — специфику симптоматики невроза. А значит для большинства индивидов наиболее предпочтительным (комфортным) является выполнение воли другого, чтобы не брать на себя какую-либо ответственность.

Что касается специфики самой власти, то тут следует обратить внимание, что проявление власти или подчинения начинается с первых лет жизни индивида. Ребенок подчиняется старшим, но может реализовать властные амбиции в общении со сверстниками. При этом периодически делает попытки достижения подобного результата и в общении с более старшими по возрасту, теми же родителями, воспитателями, учителями, и т.п.

Если проследить вопросы обладания властью, то следует заметить, что само проявление власти, так сказать, наделенность властными полномочиями, может быть и в семье (одного члена семьи в отношении другого), и в общении с друзьями-подругами (сам факт подбора подруг и друзей уже иной раз говорит о том, что тот, кто наделен стремлением к власти, подбирает себе зависимых в отношении него подруг или друзей и наоборот), или простирается в плоскости каких-либо иных форм межличностных взаимоотношений.

При этом следует обратить внимание, что в рабочем или учебном коллективе используется несколько иная схема проявлений власти или подчинения. Тут, зачастую, начинает

---

играть роль дополнительный фактор, выражающийся, например, в официальном наделенности какими-либо полномочиями (в рабочем коллективе, т.е. в коллективе между сотрудниками по работе) или фактор обладания большими знаниями, большей приспособляемостью к обучению, нахождение в исключительной роли вследствие обращения повышенного положительного внимания со стороны педагогов (в учебном коллективе: в школе, вузе, на курсах повышения квалификации, проч.)

Следует помнить, что власти хватит на всех; и это служит верным признаком возможности реализации властных полномочий всех желающих. Причем следует говорить не только о том, что властью обладают полицейские, пожарники, врачи, продавцы, официанты и т.п. (властью на низшем уровне в иерархии социальных отношений, но властью, позволяющей им реализовать собственные властные амбиции), или прокуроры, министры, депутаты Госдумы и проч. (властью на высшем уровне); причем, отличие между низшим и высшим уровнем минимален, потому как следует в подобном случае говорить лишь о возможностях обладателя подобной власти, об уровне его размаха и душевных притязаний — кому-то достаточно стать бригадиром над несколькими рабочими и он уже реализует свои властные желания в его представлении об этом, а кому-то мало и поста министра, чтобы в должной мере успокоиться, испытать собственное величие). Но и помимо такой формы власти, существует власть в рамках какой-либо одной группы (речь идет о, своего рода, наделенности временной власти). Например, при выполнении какого-либо задания, из нескольких человек, обладающим равным статусом, выделяется один, который как бы

---

«за главного». Скажем, на выполнение задания по разноске праздничных подарков от магазина посылаются несколько посыльных и одному из них говорится, что он «за старшего», потому что, например, дольше работает на этом предприятии, магазине. Подобное ничего не значит, не несет наделенность действительными властными полномочиями (которые в данном случае носят кратковременный характер), но как бы все довольны: одни — за то, что в случае чего — несут меньшую ответственность за произошедшее, другие — за то, что им предоставили временное право возвыситься над окружающими. Причем этого времени зачастую оказывается достаточно, чтобы реализовывать собственные властные амбиции. Вопрос размаха, как говорится.

И при этом обратим внимание, что во все времена находились люди, которые стремились возвыситься над массами, бессознательно предполагая, что власть как таковая, приобщение к власти, способно увеличить фактор выживаемости. Ну и (или) теша свои самолюбивые амбиции (что тоже нельзя забывать; как и помнить тот факт, что для некоторых индивидов — власть, это спасение от симптоматики невроза).

Почему те, кто достигает власти, имеют возможности уберечь себя? Подобное бессознательно становится понятно, например, из истории. Даже если вспомним суд над вождями 3-го Рейха, офицерами Гестапо, Абвера и простыми солдатами, то большинство из оказавшихся в лагерях — были как раз простые солдаты Германии. Многим из вождей Рейха и более-менее значимым руководителям фашистской Германией удалось или бежать или же они получили минимальный тюремный срок и

---

вскоре вышли на свободу (например, как шеф политической разведки 3-го Рейха Вальтер Шелленберг, который в возрасте 26 лет возглавил политическую разведку фашисткой Германии, на Нюрнбергском процессе предстал лишь в роли свидетеля, в 1948 году был осужден на шесть лет, но через три года вышел на свободу, переехав сначала в Швейцарию, а после в Италию, где получил контракт с издательством на свои мемуары).

И при этом заметим еще раз, что как раз представители простого народа, представители массы зачастую подвержены различного рода негативным воздействиям. Ведь масса обезличена (в масштабе района, города и тем более страны - мы не знаем имен представителей массы). Тогда как те, кто выбивается наверх, находятся как бы «на слуху». Например, мы не знаем имен десятков тысяч людей, каждый год в рассвете лет погибающих в нашей стране в результате автокатастроф или нападений преступников, но хорошо знаем как зовут президента США или звезд шоу-бизнеса.

К тому же массы как бы изначально формируются из простых людей. Те, кто ориентирован на достижение результата в жизни, старается не допустить своего поглощения массами и стараются быть вне масс.

В свое время проводилось множество исследований в желании узнать качества современного лидера, и оказывалось, что наиболее важные черты лидера — это организаторские навыки, избегание бюрократии, терпимость к человеческим слабостям, прямота суждений, способность выслушать чужое мнение, энергичность, потенциал личностного роста и юмор. Речь о высоком интеллекте к сожалению не ведется.

---

Выделяются семь основных подходов к проблеме лидерства.

- 1) Теории героев и теории черт.
- 2) Теории среды.
- 3) Личностно-ситуационные теории.
- 4) Теории взаимодействия-ожидания.
- 5) «Гуманистические» теории лидерства.
- 6) Теории обмена.
- 7) Мотивационные теории лидерства.

Рассмотрим их в кратком варианте.

- 1) Теории героев и теории черт.

Основные качества, которые инициируют сторонники подобной теории следующие:

- сильное стремление к ответственности и завершению дела;
  - энергия и упорство в достижении цели, рискованность и оригинальность в решении проблем;
  - инициативность;
  - самоуверенность;
  - способность влиять на поведение окружающих, структурировать социальные взаимоотношения;
  - желание принять на себя все последствия действий и решений;
  - способность противостоять фрустрации и распаду группы.
- 2) Теории среды.

---

Подобная теория объясняет функцию лидерства средой обитания. Тип лидерства в группе зависит от природы группы и проблем, которые ей предстоит решать. Само лидерство — функция группы, которая передается лидеру, только когда группа желает следовать выдвинутой им программе: а) каждая ситуация определяет как качества лидера, так и самого лидера; б) качества индивида, которые определяются ситуацией как лидерские качества, являются результатом предыдущих лидерских ситуаций. Например, количество генералов в Англии в разные времена было прямо пропорционально количеству военных конфликтов, в которых участвовала страна. И получается, что ситуация вызывает лидера, который и должен стать инструментом разрешения проблемы.

### 3) Личностно-ситуационные теории.

Данная теория является неким симбиозом первых двух и согласно различным исследователям рассматривает как психологические черты лидера, условия среды обитания, которая выдвинула подобного лидера, и, соответственно, сторонников лидера, той группой, которая его поддержала и готова ему подчиняться для выполнения совместных целей и задач.

### 4) Теории взаимодействия-ожидания.

Согласно данной теории, теория лидерства должна рассматривать три основные переменные: действие, взаимодействие и настроения. Это предполагает, что усиление взаимодействия и участие в совместной деятельности связано с усилением чувства взаимной симпатии, а также с внесением большей определенности в групповые нормы. Лидер в этой теории определяется как, прежде всего, инициатор взаимодействия.



---

#### 5) Гуманистические теории лидерства.

Данная теория на первый план выдвигает развитие организации. Согласно гуманистической теории лидерства, человек по своей природе изначально мотивирован на работу во взаимодействии с другими, а организация — структурирована и контролируема. Отличительной чертой лидерства в данном случае будет являться модификация организации с целью обеспечения свободы индивидов для реализации их мотивационного потенциала и удовлетворения своих нужд — при одновременном достижении целей организации.

Создается некий конфликт между индивидом (лидером) и организацией, предполагая, что участников организации необходимо контролировать, мотивировать, и давать возможность реализации собственных амбиций, т.е. самореализовываться.

#### 6) Теории обмена.

Согласно этой теории считается, что общественные отношения представляют собой форму особого обмена, в ходе которого члены группы вносят определенный не только реальный, производительный, но и сугубо психологический вклад, за что получают некий психологический «доход». Взаимодействие продолжается до тех пор, пока все участники находят такой обмен взаимовыгодным. Таким образом получается, что группа предоставляет лидеру статус и уважение - в обмен на его необычные способности к достижению цели.

#### 7) Мотивационные теории лидерства.

Согласно этой теории, для лидерства важен мотив плюс возможность его реализации (так как мотив без возможности его реализации равен движению в никуда), т.к. само по себе такое

---

лидерство возникает в процессе трансформации человеческих желаний (мотивы, исходящие из чувств) в потребности, социальные стремления, коллективные ожидания и политические требования, т. е. в мотивы, зависящие от среды. Выделяют два типа властных потребностей:

- а) потребность в силе, достижениях, автономности и свободе; и
- б) потребность в доминировании, репутации, престиже, успехе, статусе и т. д.

### **Современные типологии лидерства.**

В настоящее время выделяют следующие типологии лидерства:

Западные:

- 1) Психопатологическая типология Г. Лассуэлла.
- 2) Типология политических лидеров Д. Рисмана.
- 3) Типология «макиавеллистской личности».
- 4) Типология президентов Дж. Барбера.
- 5) Типология Д. Варне.

Отечественные:

- 1) Психиатрический подход.
- 2) Клинико-психологический подход к типологии лидерства.
- 3) Тестологический подход.
- 4) Психо-семантический подход.
- 5) Соционический подход.

---

Кратко рассмотрим соответствующие типологии лидерства в обозначенной последовательности.

Западные.

1) Психопатологическая типология Г.Лассуэлла.

Роль становления лидеров рассматривается в направлении движения бессознательных факторов поведения в критических ситуациях каждого из обозначенных трех типов: агитатора, администратора, теоретика.

— Агитатор.

С психоаналитической точки зрения подобный тип лидерства является нарциссическим (нарцисс, нарциссический — самовлюбленный). Функция подобных лидеров — убеждение общества в собственной позиции в отношении того или иного вопроса.

— Администратор.

В отличие от «агитаторов», влияние подобного типа распространяется на конкретную целевую аудиторию. Внешне они хладнокровны и независимы.

— Теоретик.

Стремятся к абстракции, их привлекают больше идеи, чем сами действия (действия — как реальное воплощение идей). Это теоретики. Абстракции таким лидерам необходимы для отыгрывания собственных эмоциональных состояний. Обычно такие лидеры характеризуются высоким развитием интеллекта.

2) Типология политических лидеров Д.Рисмана.

Согласно этой теории, характер определяется типом общества. Выделяется три типа характера-общества.

---

— Безразличный (сознательно и бессознательно дистанцируется от руководства, не стремится к абсолютной власти);

— Морализатор (лидер, чрезмерно эмоционально реагирующий на какую-либо ситуацию, не сдерживающий себя в проявлении эмоций);

— Внутренний наблюдатель (контролирующий эмоции человек, стремящийся войти в суть проблемы или вопроса, но не показывающий вида, если не может управлять какой-либо ситуацией, реалист).

### 3) Типология макиавеллистской личности.

Шкала макиавеллистской личности выделяет два типа подобной личности с высоким (оказывает сопротивление социальному влиянию) и низким (восприимчив к социальному влиянию) МАК-коэффициентом.

### 4) Типология президентов Дж.Барбера.

Была рассмотрена типология президентов США и выделилось три типа индивидуального стиля лидерства: индивидуальный (привычный способ исполнения политической роли), взгляд на мир (та призма личностно-психологического восприятия действительности, через которую такой президент смотрит на мир), и характер (жизненная ориентация). Так же, на личность президента дополнительно влияют два аспекта политической ситуации: характер властных отношений (система власти) и так называемый «климат ожиданий» (основные нужды и требования граждан, обращенные к президенту). Выделяют три типа ожиданий:

---

а) Народ нуждается в уверенности, что все будет хорошо и президент обо всем позаботится.

б) Народу нужно ощущение прогресса и динамики.

в) Народу необходима президентская легитимность.

Кроме того, в этой теории выделяются четыре типа президентского характера:

— Активный-позитивный тип (стремится к постоянному развитию, испытывает удовлетворение от работы, активно претворяет собственные решения в жизнь);

— Активный-негативный тип (непостоянен и непоследователен, ищет спасения от внутреннего беспокойства и тревоги в чрезмерной работе, амбициозен и стремится к власти);

— Пассивный-позитивный тип (низкая самооценка, стремление получить поддержку-одобрение у других, ложный — психологическо-вынужденный — оптимизм);

— Пассивный-негативный тип (характеризуется бегством от проблем, низкую самооценку компенсирует чувством долга, склонен к неопределенности, адаптирован к различным неполитическим ролям).

##### 5) Типология Д. Варне.

В этой теории различают два типа взаимоотношений между лидерами и ведомыми: трансформационное и трансдейственное.

Трансформационное лидерство — динамический тип лидерства, характеризующийся тем, что в результате взаимодействия индивиды мотивируют друг друга, поднимаясь на более высокий социальный уровень. Лидер в таком случае

---

формирует мотивы, ценности и цели ведомых, а те, в свою очередь, начинают действовать активнее и результативнее.

Также выделяют четыре вида трансформационного лидерства:

— Интеллектуальное лидерство (подобное лидерство возникает и реализуется внутри общества, в соответствии с его условиями, требованиями, и необходимостью их реализации, выполнения);

— Реформаторское лидерство (преобразовывают существующие институты власти в результате осуществляемых ими реформ);

— Революционное лидерство (преданность делу, идеалам, стремление к переустройству общества);

— Героическое лидерство (исключительная вера в лидера, в его качество, легитимность власти, умение преодолевать трудности, разрешать кризисы и т.п.).

Трансдейственное лидерство — напоминает сделку, и возникает тогда, когда один человек проявляет инициативу в контактах с другими в целях обмена ценностями (экономическими, политическими, психологическими и т. д.), а прекращается в случае достижения результатов.

Рассматривают пять типов подобного лидерства:

— Лидерство мнений (мобилизация мнений через обращение к желаниям и потребностям граждан, реализация подобных потребностей в результате власти);

— Групповое лидерство (происходит совместная и взаимодополняемая деятельность группы и лидеров; лидер

---

помогает понять группе ее потребности, и тем самым становится незаменим, ну или же — чрезвычайно полезен);

— Партийное лидерство (характеризуется стремлением лидера задействовать различные ресурсы — социальные, экономические, психологические — для реализации потребностей и ожиданий группы);

— Законодательное лидерство (сводится к функциям мониторинга действий группы и лидера. На этом этапе выделяются такие подразделы законодательного лидерства и дополнительных ролей лидеров, как:

а) идеолог — стремится оказать воздействие как бы наверняка — на избирательную и небольшую группу, о которой заранее знает, что она поддержит его выступление;

б) трибун — местечковый лидер, считающий что знает чаяния жителей своего района, и от того охотно представляет их интересы;

в) карьерист — использует любые способы для поднятия вверх по карьерной лестнице;

г) парламентарий — стремится сочетать роль эксперта в области парламентских процедур с желанием сохранить парламентский институт в целом;

д) брокер — выполняет роль посредника в трениях между законодателями;

е) стратег — лидер мыслящий масштабными категориями (например — работа над партийной программой и т.п.);

ж) политолог — концентрирует внимание на какой-либо проблеме.

---

— Исполнительное лидерство (представлен почти исключительно харизмой самого лидера, его талантом, способностями, и проч.).

### **Отечественные типологии лидерства.**

#### 1) Психиатрический подход.

Согласно этой теории, проявление стиля лидерства в экстремальных ситуациях описывается с использованием психиатрической терминологии. Так, подобный стиль определяют пять параметров:

--темперамент (в т.ч. и черты характера, поведенческое отреагирование и проч.),

--когнитивные процессы (индивидуальные особенности лидера, проявляющиеся в способности работы с информацией),

--подход к управлению (позиционирование лидера как руководителя);

--личная модель лидерства (лидерство на собственном примере);

--общение с народом (с публикой, избирателями, и т.п.).

Выделяют пять стилей индивидуального поведения:

— Параноидальный стиль (подозрительность, недоверие к другим);

— Демонстративный стиль (показной артистизм);

— Компульсивный стиль (желание все сделать наилучшим образом, стремление действовать исключительно по разработанному плану; вызывание тревоги и беспокойства, когда что-то нарушает привычный ход вещей);



---

— Депрессивный стиль (пессимистично настроенный политик);

— Шизоидный стиль (выражен уход от решения вопросов; стремление выступать в роли стороннего наблюдателя за событиями).

2) Клинико-психологический подход к типологии лидерства.

В этой теории типы политиков описываются, используя терминологию «пограничных» состояний личности, акцентуированных черт характера и индивидуальных особенностей (истерики, параноики, эгоисты, альтруисты и т. д.).

3) Тестологический подход.

Основан на тесте цветовых предпочтений Люшера (синий цвет предпочитают те, кто стремится к надежности и работе в команде, зеленый — цвет индивидов с хорошей эмоциональной памятью, красный цвет — агрессия, желтый — оптимизм и фантазия, и проч.).

4) Психо-семантический подход.

В этой теории выделяются три фактора оценки лидеров: популярность (способность решать проблемы, жертвовать своими интересами ради общественных, и т.п.), фактор предпочтения свободного рынка или плановой экономики (включает шкалы-позиции: сторонник свободного рынка; сторонник демократических преобразований; сторонник позитивного отношения к религии; сторонник плановой экономики; ставленник мафиозных структур), и фактор авторитаризма.

5) Соционический подход.

---

Согласно данной теории, существуют 16 психологических типов, которыми исчерпываются все возможные разновидности людей и описываются их возможности. Эти 16 типов разбиты на четыре четверки — квадры. Каждая из них — своего рода психологическая семья, в которой каждому из четырех типов отводится свое место, и все со всеми находятся в теплых, дружелюбных отношениях. В каждой квадре — особая атмосфера, свой стиль общения, свой дух. Квадра — психологическое убежище от невзгод социума, способное утешить, дать смысл и цель жизни и доказать, что ты ценен, нужен и не одинок. Квадра — особая группа, формирующаяся на принципах психологической взаимной дополнительности ее членов.

В соответствие с этой точкой зрения, политика есть, прежде всего, отражение динамики смены доминирования таких групп («квадр») на общественно-политической арене. Они существуют в обществе все одновременно, но выполняют разные функции. Периодически к власти приходит та или иная квадра — и тогда происходят перемены.

В альфа-квадре обычно рождаются, но не реализуются идеи.

Реализация, воплощение — удел бета-квадры, где вместо интеллектуалов верховодят сильные люди, способные сплотить всех во имя достижения реальной цели.

Гамма-квадра — группа реформаторов, обычно подвергающих переоценке достижения своих предшественников. Как правило, этой квадре особенно свойственны либеральные идеи равных возможностей, конкурентности и экономического процветания.

---

Наконец, дельта-квадра — группа, где ценятся традиции, гуманизм, экологическое равновесие, комфорт, поиск баланса между индивидом и обществом.

Сторонники соционики своеобразно иллюстрируют свои идеи.

Идея коммунизма, как и положено всякой идее, вызрела в альфа-квадре (в нее входили явно близкие по типу К.Маркс, Ф.Энгельс, все социалисты-утописты и поздние теоретики — Г.Плеханов, Мартов и даже ренегат Каутский). Однако ничего практического они сделать не могли.

Воплощать в жизнь призрак, бродивший по Европе выпало революционерам-практикам из бета-квадры, в которую входили также близкие по психотипу люди — например, Л.Троцкий, В.Ленин, И.Сталин, Г.Зиновьев, Л.Каменев, Ф.Дзержинский и др. Партийно-революционная верхушка «ленинского призыва», весь ленинский ЦК — яркие представители бета-квадры. Свойственный ей стиль отношений и управления — тоталитарный, жестко иерархический. Во главе вождь, под ним покорная масса, стройная социальная пирамида жестко сцементирована религиозно-идеологической доктриной (в данном случае — коммунизма). Структура жесткая, унитарная, базирующаяся на единообразии и централизме. Собственность обобществляется и управляется централизованно. Командно-административное строение общества и потребность во враге для поддержания постоянной мобилизованности со временем приводят к поиску внутренних врагов, по мере истребления внешних.

---

С естественным (возраст) и искусственным (взаимоистребление) ослаблением данной квадры на смену ей пришла (начиная с Н.С.Хрущева и с Л.И.Брежнева) гамма-квадра: М.С.Горбачев и Б.Н.Ельцин. Начался отход от прежних целей, отступление от восточных ценностей в пользу более западных. Поэтика героизма и патриотизма (бета-ценности) сменилась на индивидуальные ценностные ориентации.

Теоретически, на смену гамма-квадре должны придти успокоители, гармонизаторы и гуманизаторы из дельта-квадры. Однако В.В.Путин — достаточно типичный представитель бета-квадры. Соционики объясняют это тем, что альфа и дельта-квадры принципиально не способны на первые роли в политике — не хватает силы воли. И люди типа А.Собчака или Г.Явлинского (типичные представители дельта-квадры) не способны занимать кресло № 1. Как, впрочем, не способны к этому были ни Т.Компанелла, ни К.Маркс. Реальные политические действия возможны только по направлениям бета или гамма. Альфа и дельта-квадры осуществляют необходимую, но не первостепенную роль идейно-ценностного обеспечения. Исторический опыт показывает: в абсолютном большинстве случаев власть принадлежала представителям бета или гамма-квадр».

Рассматривая вопрос власти и властных отношений, мы должны говорить и о том, что желание или нежелание обладания властью зависит от психического уклада того или иного индивида. Зависит, можно сказать, от невростиничности психики. Ну и, кроме того, не всякий желает оказаться наделенным какой-либо властью еще и потому, повторим, что любая власть — это

---

ответственность за судьбы доверивших власть людей. А ответственность, как известно, накладывает соответствующий отпечаток на психическое состояние индивида, вызывая различного рода невротические расстройства, хотя и зачастую они не выходят за рамки пограничной симптоматики. При этом было бы не совсем верным говорить о том, что во власть идут исключительно те, кто наделен психопатологическими чертами. Скорей всего это не так, хотя и определенное количество индивидов, наделенных властными полномочиями, действительно, отыгрывают в процессе работы свою симптоматику, но говорить о массовости было бы, на наш взгляд, преждевременно.

### Деловой стиль управления.

Психология управления простирается в глубокие плоскости понимания себя как личности с последующей транспортировкой на психологическое подчинения других. В подчинении не следует искать нечто отрицательное, ибо само по себе подчинение это лишь следствие человеческих взаимоотношений, происходящих в обществе. Только так и никак иначе. Судите сами. Если все были бы равны – не было бы общества. Равный не может подчиняться равному по самому факту равенства. Всегда кто-то должен быть ниже, слабее, глупее или умнее, и проч., ибо на этом всем построены основы бытия. Отсюда и получается, что всегда кто-то оказывается в подчинении другого. А если есть подчиненные – значит и существуют лидеры. То есть те, кто смог добиться, чтобы им подчинялись. Смог добиться – значит применил особые манипулятивные приемы для того, чтобы им подчинялись. Причем сами приемы могут быть

---

весьма и весьма различны. Даже не касаясь специальной манипулятивной техники воздействия, которую мы изложим отдельно, само по себе манипулирование – или подчинение – становится возможным по той причине, что кто-то лучше и умнее чем другие. Кому-то просто повезло. Кто-то хитрее и приспособленнее к жизни. Различные тут могут быть варианты. Но неизбежно одно – любые варианты простираются в плоскости бессознательного желания одних – подчиняться другим. Даже в армии, где подчинение младшего по званию само собой разумеющееся вещь и прописана уставом – подчинение младших по званию вызвана, помимо требований устава, еще и бессознательным желанием подчиниться тому, кто достиг большего. С целью опять же бессознательной, со временем стать на их уровень и тогда тебе будут подчиняться также. Поэтому начиная от рядового и сержантского состава с пресловутой дедовщиной и заканчивая старшим и высшим офицерским составом – подчиняются, испытывая внутреннее удовольствие от подчинения. Ведь что такое, какому-нибудь младшему лейтенанту при случае подчиниться генералу. В радость.

Несколько иначе, видимо, обстоит с подчинением в бизнес-кругах. И если подчинение младшего продавца директору магазина еще может вызывать бессознательную радость у продавца (какой солдат не мечтает стать генералом), то подчинение какого-нибудь клерка владельцу бизнеса уже весьма условно в радостном отношении, ибо, как сказано в Библии – кто все имеет, у того преумножится, а у кого ничего нет – отберется последнее. («Сказываю вам, что всякому имеющему дано будет, а у неимеющего отнимется и то, что имеет» (Лука 19:26)).

---

И все же, все же. В любом подчинении всегда есть своя оправданная истина, вызванная стремлением тех, кто подчиняется, со временем стать на уровень того, кто руководит. Это обычное течение жизни. Это нужно как минимум понимать.

Однако никакое лидерство не вечно. И быть лидером – это значит не только приложить усилия для достижения одной категории возвышения на окружающими, но и требование поддержание данной формы самовыражения. Другими словами, лидеру необходимо постоянно работать над собой и совершенствовать себя. В ином случае – и с дерева можно упасть, и любой банкир может разориться, а олигарх потерять все и покончить жизнь самоубийством. Или убийством. Тут уж как повезет, ибо все, кто возвышаются над остальными, уже изначально находятся под обстрелом (как моральным, так и физическим) остальных, ибо человеку свойственна жадность, зависть, зло – и прочие смертоносные грехи, от коих еще много тысяч лет назад предостерегал Христос.

### Жизненные трудности – как дорога жизни.

Сама по себе жизнь устроена таким образом, что каждый должен испытывать лишения и трудности. Он и испытывает. Но вот только не все знают, что именно в таких трудностях есть возможность закалить характер.

Когда все у человека хорошо в жизни (а подобное случается, если ограждают такого человека от забот внешнего мира), то растет и формируется человек весьма своеобразно. И при первой опасности в виде трудностей – оказывается зачастую

---

настолько обескуражен, что способен моментально сникнуть. А сникнув – проиграть.

Иное дело человек, который оказался (в результате обрушившихся на него жизненных трудностей – неприятностей) сначала вылит как железо из руды, потом выкован как чугун из железа, а после и закален как сталь из чугуна. Пройдя, как говорят в народе, все круги ада. И нигде не смалодушничал. И учился на любых трудностях закалять собственный характер. Выстаивать. Становиться исключительно сильнее. И после результатов собственного труда – ему уже было все ни по чем. Как мало кто мог и сродниться с ним. Ибо в том-то и дело, что надо всячески благодарить Бога за то, что потворствует он посылаемым нам дьявольским искушениям и трудностям. Потому что только в преодолении таких трудностей становится возможно научиться тому, как преодолевать трудности. А жизнь и действительно ведь состоит из различных неприятностей, сочетающихся с радостными событиями. Вот только нельзя расслабляться, ибо, как говорится: «*Si vis pacem, para bellum*» («хочешь мира — готовься к войне»).

Несмотря на первоначальное впечатление от кажущихся неприятностей (когда с нами действительно имеют место быть таковые), мы должны всячески преодолевать искушение «поплакаться в жилетку», и не только не проявлять даже минутной слабости, но и наоборот – искренне радоваться, что подобное стало возможно с ним. Ибо это практически единственная возможность закалить собственный характер.

Другими словами, когда с вами случается какая-то беда – это на самом деле не горе, а радость. Потому что именно только благодаря подобным неприятностям вы сможете – путем



---

преодоления оных – идти вперед. И даже если вы сделаете только шаг – то именно этот шаг приблизит вас к лидерству (а значит и успеху) намного ближе, нежели чем любая теоретическая и практическая работа, проходящая в щадящих условиях.

Можно даже утверждать, что только преодоление трудностей способно позволить вам двигаться на пути к лидерству. А после хоть относительного достижения оно – закрепиться и идти дальше. Причем, совсем нельзя останавливаться в собственном развитии, ибо поблажки, даваемые самому себе – это есть отступление. А любое отступление неминуемо ведет сначала к возвращению на ранние позиции, а после – потерю и этих позиций и порой резкое отбрасывание назад. Что есть фактически поражение.

Давайте попробуем пошагово разобрать ситуацию, когда с вами случается какое-то несчастье и что вы должны делать.

Итак. Прежде всего, любое несчастье в жизни трактуется собственно несчастьем с позиции самого человека. Если мы обратимся к теологии, то узнаем, что Бог попустительствует любым событиям, которые трактуем мы как некое горе – исключительно для исправления в нас греховности. Грех – это то, что исключительно вредно для нас сейчас и несет в себе вредные последствия в будущем. Причем то, что ожидает – будет значительно суровее того, что есть сейчас. Таким образом, путем того, что с нами случается какая-то неприятность – нам предоставляется возможность некоего испытания, преодолевая которое мы закаляемся внутренне путем исправления. Так и никак иначе. Если же мы снижаем перед трудностями и рассматриваем

---

их как лишения, то тяжесть совершаемого греха усиливается, а количество трудностей постепенно (и значительно) возрастает.

Сама по себе жизнь действительно сурова и порой весьма непредсказуема. Если кто-то ошибочно считает, что жизнь можно прожить в спокойствии – подобного не будет. Да, может так сложиться, что на какое-то время установится тишина и спокойствие. Но эта ситуация будет временная. Ибо жизнь состоит, в том числе, и из людей, населяющих ее (если рассматривать жизнь – как окружающий мир). А люди подвержены множеству различных страстей. Это именно те люди, которые распяли в свое время Христа, не поверив в Спасителя. Это именно те люди, которые являются инициаторами и исполнителями многочисленных человеческих страданий в результате насилия, убийств, воровства, взяточничества, т.е. это люди, подверженные порокам. А если это так уже на протяжении всех веков существования человечества и ничто их не меняет (вспомним Вселенский Потоп, Содом и Гоморру и т.п.), то понятно, что ничто не изменится ни сейчас, ни после. Пока будет существовать человечество. А если это так – к чему тогда переживать и расстраиваться, тратя собственное душевное спокойствие на переживание происходящего с вами. Того, что вы рассматриваете как несчастье, тогда как это как раз и не несчастье, а благодать, ибо позволяет каждому из вас возможность закалить свой характер. Изменить собственную психику таким образом, чтобы не обращать внимание на существование зла в этом мире. И даже не только не замечать, но и переводить зло в добро. Или, как минимум, нивелировать его.

---

И вот когда каждый поймет, что нужно действовать именно так – наступит мир и душевное спокойствие внутри него. А это самое главное и, пожалуй, единственное, что необходимо извлечь из того, что существуют и периодически случаются с нами какие-то неприятности. И даже когда все вроде как спокойно – надо благодарить Бога (как Создателя это мира) и просить какие-то сложности в жизни для укрепления и тренировки собственного духа. Собственной природы. Собственного характера.

### Искусство отступать.

Иногда необходимо отступить назад. В историческом масштабе, в свое время это прекрасно продемонстрировал Кутузов, отдавший Москву, чтобы освободить страну и мир.

Точно также и в жизни лидера со временем случаются такие моменты, когда необходимо остановиться и сдать захваченные рубежи. Для собственного блага, опять же. Ибо незачем упираться рогом и терять деньги. Ведь иной раз отступив – эти деньги можно не только сохранить, но и приумножить. Пример? Скажем, занимаясь бизнесом в сфере услуг, вы видите как ваш бизнес увеличивается за счет вновь появляющихся клиентов, и, прогнозируя дальнейший рост - увеличивается площадь арендуемых помещений. И вдруг замечаете что ошиблись, и клиентов не приходит больше. Через время, после принятия всех мер, как-то, увеличение рекламы и проч., убеждаетесь, что больше чем уже пришло, клиентов не будет. Ведь везде есть свои пределы. А арендные ставки высоки и заставляют вас тратить ненужные средства, которые вы и сохраняете и даже приумножаете, отказавшись от лишней аренды,

---

ставшей для вашего бизнеса обузой. В итоге, потеряв на малом – вы получаете больше.

## Контроль счастья.

Для того, чтобы стать лидером в современном мире, необходимо помнить еще одно (помимо перечисленных в этой книге) условие: необходим контроль счастья.

Наш мир так устроен, что если вы дадите волю соблазнам (а все соблазны при воплощении являют собой первоначальную радость бытия), то все потеряете.

Это очень важное замечание, которое, на первый взгляд, весьма противоречиво, но, к сожалению, все в итоге оказывается именно так.

Когда вы больны – волей-неволей вынуждены вносить ограничения (в соответствии с болезнью) в собственную жизнь. И это понятно, а даже если и не понятно (или не хочется), нет иного выбора. И внося такие ограничения – со временем вы излечиваетесь (исцеляетесь). Точно также следует принимать все как должное и когда вы здоровы. Просто необходимо во всем иметь умеренность. Просто необходимо вносить ограничения во всю свою жизнь. И тогда – у вас будет хоть какая-то относительная гарантия (полную гарантию может дать только Господь Бог), что жизнь ваша, во-первых, продолжится, во-вторых, продолжится в заданном вами направлении, и в третьих, вы сможете жить эту жизнь без явных последствий, как было бы в случае, если бы вы хотели насладиться всем в режиме здесь и сейчас.

---

Странная вещь на первый взгляд, но только полнейшим контролем радости и счастья (того, что вызывает это) вы сможете уверенно смотреть в будущее. Только так и не иначе. И это по настоящему секрет этой жизни.

Практическое применение данного секрета поражает своими безграничными возможностями на пути последующих изменений в жизни. Иные изменения видны только со стороны, но это и понятно, если вы нацелены на результат, и строите жизнь в соответствии с ранее заданными целями. Непреложно только единое правило: полный контроль счастья. Не нужно давать волю собственным эмоциям, чтобы наслаждаться счастьем. Не нужно, чтобы вообще было в вашей жизни счастье. Да, относительная радость. Да, в идеале и отсутствие страданий. Но лишь относительное отсутствие, ибо без страданий (без того, что вызывает страдания) вы перестанете тренировать собственную психику и окажетесь подверженными различным социальным заболеваниям жизни, вследствие которых страдания уже будут такие, что вы с ними не справитесь.

Запомните: если случается какое-то несчастье, то необходимо рассматривать это несчастье исключительно как благодать, как меньшее (и необходимое) зло, в сравнении с тем, что могло бы произойти. Ведь именно этим (меньшим) злом вам ставится защита Создателем, чтобы вы не окунулись в большее зло и тем самым сгубили свою жизнь и те начинания как лидера, по которым вы идете. Потеряв малое – вы сохраняете остальное. Это как при гангрене пожертвовать ногой – чтобы сохранить жизнь. Хотя и, разумеется, какая это уже будет жизнь (без ноги) другой вопрос. И может захочется, чтобы жизни вообще не было.

---

Но если говорить о примере сохранения самой жизни – тогда да, идет жертва малым, чтобы сохранить большее. Ибо в бизнесе, если вы уже вложили определенные средства, но видите, что прибыли не только это не приносит, но и идут убытки, из-за которых через время вы станете банкротом и должником – лучше отказаться от бизнеса (или отдельного убыточного проекта), но сохранить имеющиеся деньги, инвестировав их в другие проекты.

Всегда в жизни приходится чем-то жертвовать. Всегда. Так вот и со счастьем – лучше сейчас ограничивать себя в поступлении его, но получать это счастье регулярно (просто малыми порциями, достаточными для выживания, а не полноценной жизни), нежели чем единожды насладиться счастьем и после этого потерять все.

В жизни если применить, то счастье – это соблазны. А что такое соблазны? Для мужчины это женщины, карты, вино. Женщины – как любовные сексуальные отношения. Развитие оных рано или поздно приводит к страданиям и потере финансового достатка и морального (душевного) благополучия. Карты – это игры, развлечения. Потворство оным также приводит к финансовому краху и душевному неблагополучию. Вино – это алкоголь и наркотики. И то и другое и третье приносит первоначальную радость, но после (рано или поздно, но точно, что всегда) следует расплата. И когда случается такая расплата – каждый говорит себе, что уж лучше бы этого не было, потому как понимает, что и того, что было (до того, как дал волю соблазнам) – было вполне достаточно для жизни. Достаточно для того, чтобы осуществлять жизнь. Жить и знать, что постепенно и со временем будет лучше.

---

И тогда зачем доводить до того, чтобы понять это только тогда, когда все потеряете? Не лучше ли раньше остановиться? Причем у женщин существуют такие же соблазны, разве что вместо женщин у них мужчины (хотя случается и обратное), вместо карт – шопинг (т.е. развлечения), ну а вино как алкоголь и наркотики, к сожалению, повторяет мужчин практически полностью, ибо очень большое количество женщин не отказывает себе в удовольствии снять напряжение дня или жизни бокалом вина (начиная с бокала, обычно следует продолжение). И как итог при подступлении сорокалетнего возраста – одиночество. Главное самой себе в этом признаться.

Да главное вообще признаться себе, что следует внести ограничения в собственную жизнь во избежание последствий. И такие ограничения должны касаться счастья. Не нужно оно в полной мере. Приведет к беде. Поэтому ограничение счастья, как ни парадоксально, необходимо для самого же счастья. Чтобы испытывать его. Потому как, если случится горе – уже будет не до того.

## Кротость и смирение – как неперенное качество лидера.

На первый взгляд, кротость и смирение не должны являться краеугольными основами философии победителя, ибо в мире, где превалирует дарвинистский закон выживания сильнейших, кротость да смирение неминуемо приведут к поражению. Но это кажется так лишь на первый взгляд, ибо на самом деле видится обратное.

Попробуем разобраться.

---

Итак. В первую очередь обозначим, что говоря о лидерстве, мы рассматриваем лидерство - как лидирование в любых сферах жизни, а не только в бизнесе. Во-вторых, когда говорим о лидерстве, имеем в виду лидерство в масштабных вариантах, ибо можно, конечно, лидировать только у себя в семье, но увы, это совсем не те масштабы, которые нас интересуют. Поэтому давайте уж изначально стремиться к большему.

Теперь начнем разбираться в нашем вопросе. Что такое смирение, что такое кротость? Смирение и кротость для лидеров - это ни в коем случае не внутреннее желание подставлять себя под психологические удары нечестивцев. Отнюдь. Ведь даже в христианстве, где вопрос кротости и смирения освещен самым надлежащим образом, также не говорится о полном смирении, если дело ваше правое. Иначе бы враг завоевал давно уже русскую землю, а отцы церкви разводили бы руками, сетуя на кротость и смирение, которая помешала ударить врага, если он первый нанес тебе удар. Отнюдь. Христианская церковь никогда не призывала пасть ниц перед захватчиками, а призывала дать отпор. Поэтому и вошли в лик святых православные христиане-полководцы Дмитрий Донской и Александр Невский, флотоводец Федор Ушаков, и многие-многие другие, которые, когда ударили их по одной щеке, не подставили другую, а убили противника. Ради спасения Руси, разумеется, но нам важен сам факт возможности и необходимости применения насилия против насильника. И Донской и Невский и Ушаков – канонизированы. В церквях есть их иконы.

Вообще, если проследить историю воинства и православного христианства, в дореволюционной России



---

покровителем воинства считался архангел Михаил. В постсоветской России – Георгий Победоносец (до революции у Георгия Победоносца искали покровительства казаки). Кроме того, у каждого рода войск есть свои небесные покровители (ВДВ – пророк Илия, ВМФ – Николай Угодник, МВД – равноапостольный князь Владимир, погранслужба ФСФ – преподобный Илья Муромец, ракетные войска стратегического назначения – святая великомученица Варвара, и т.д.).

Небесными покровителями воинства нашей страны являются 32 особо почитаемых святых русской православной церкви (именно поэтому кокарда имеет 32 луча): великомученик Никита, великомученик Артемий, великомученик Дмитрий, Архангел Михаил, преподобный Сергей Радонежский, великомученик Георгий Победоносец, благоверный князь Дмитрий Донской, равноапостольный великий князь Владимир, благоверный князь Александр Невский и др.

Однако мы несколько не имеем в виду сейчас, что смирение и кротость в необходимости для лидеров имеют какую-либо условность. Отнюдь. Ведь именно и смирение и кротость – это как бы основа поведения лидеров. Должна быть такой. В ином случае что будет: буйство ненужное и разудаль несусветная, которая неминуемо со временем приведет к поражению лидера. Именно кротость и смирение. Каждое из этих слов включает в себя много важного для понимания. Ведь это и усердие (как в учебе, так и в делах), это и почитание (как святых, так и близких), это и человеколюбие (а значит невольное уже ограждение тем самым от нанесения случайных увечий и побоев другим, а значит

---

ограждение себя от расплаты в виде мук совести и кандалов тюрьмы), и т.д. и т.п.

Все, что не является смирением и кротостью – порой значительно отдаляет от лидерства, ибо лидером не становятся по наследованию, а только в результате развития собственных лидерских качеств. И постоянного развития, заметим.

Древнекитайская поговорка гласит: стоять на месте, значит идти назад. Поэтому лидер должен все время развиваться, дабы не только удерживать собственные лидерские позиции, но и все время идти вперед. А как тут обойтись без кротости и смирения? Что, в ином случае, может унять дух беспокойный? Ведь самое важное - это психическое здоровье. Не меряется оно ни деньгами, ни благами. Можно и денег иметь вдоволь, и богатства разные, и власть, и все и столько, что казалось бы способствует жизни такой, как ее представляют многие, кто не имеет ничего, но нет. Если нет душевного спокойствия – так и не захочется ничего иметь, ибо гармония важнее всего. Гармония душевная, и именно к ней очень важно стремиться.

И тогда уже все остальное, как-то: навыки профессиональные, богатство, и проч. – будут являться лишь следствием получения оного. И это следует понимать, и особенно тем, кто выбрал для себя путь лидерства, а через лидерство – управление земными благами, будь-то в отношении себя, или близких, не важно. Важно одно: развитие в себе смирения и кротости – помогут сохранить душевное спокойствие. А будет душевное спокойствие – будет и все остальное.

Вступление: новый человек через призму прошлого.

---

Что такое новый или обновленный человек? Дает ли преимущество изменение личности для человека уже в возрасте? Не в том возрасте юношества или формирования молодежной зрелости, когда еще кажется что все пути открыты и вы сможете стать (или не стать) таким, как хотите. А когда вам уже минул определенный возраст собственного формирования, и вы понимаете, что дальше все пойдет по накатанной дорожке, если не измените себя.

Мы не претендуем на истину в последней инстанции. А просто расскажем вам о возможности такого изменения и опишем психологические механизмы совершенствования себя. Расскажем, как на анализе любого опыта каждый из вас может взять понимание того, что, во-первых, любое изменение возможно, во-вторых – изменить себя можно выбирая новый путь развития, и, соответственно, совершенствования. В-третьих – для возможности такого изменения необходимо совершить ряд шагов, а порой и достаточно серьезных (в зависимости от предварительной подготовленности вашей психики). И шаги эти, зачастую, требуют порой кардинальных усилий по поводу изменения себя как личности, ибо, если вы лидер – вы не читаете сейчас эту книгу, а уже итак все знаете и добились этого собственным путем и вам не нужны никакие новые знания, а если все-таки читаете – значит нужно все-таки вам что-то, что поможет еще быстрее взойти на олимп или достигнуть психического спокойствия и душевного совершенствования.

И вот еще. На наш взгляд, никакие изменения не нужны людям, которые не стремятся измениться уже изначально. Людям, которые остановились в своем развитии, считая собственное

---

формирование личности в процессе социализации и пройденного опыта окончательным и без необходимости какого-либо обновления. Равно как и обновление не поможет тем, кто никогда не считал, что какое-либо образование поможет им в жизни. Такие люди пусть довольствуются тем, что у них есть; тем более никакой иной опыт кроме собственного им не поможет, ибо только редкая категория людей учится на чужих ошибках, а для остальных необходим собственный болезненный опыт жизненной фрустрации чтобы изменится. Ведь что такое изменения? Как они становятся возможными?

Нами управляет сознание и в еще большей мере бессознательное (подсознание). Все, что человек когда-либо видел, слышал, чувствовал, ощущал и т.п. – откладывается в подсознании. Подсознание оказывает свое воздействие на сознание. То, что мы совершаем в реальности, основано на сознании. Но неоспоримым фактом является то, что сознательную жизнь человек строит исходя из содержания своего бессознательного. И вот на этот факт бытия необходимо обратить ключевое внимание в собственном отношении к жизни. К пониманию ее. К желанию (и еще больше – к возможностям) инноваций индивидуального личностного роста.

Нужен ли такой рост? Мы можем заметить, что необходим он не каждому. Причина развития психических, неврологических, сексуальных и прочих девиаций еще и в том, что тот или иной индивид волей-неволей взваливает на себя ношу, которую не может нести. Понимаете, у каждого из нас есть определенный путь, которому подчиняется и жизненный сценарий. Когда мы что-то говорим, делаем, с кем-то встречаемся, общаемся и прочее

---

– это все не просто так, не по прямой воле нашей, а, во-первых, следствие нашего бессознательного, и во-вторых – подобное происходит согласно сформированному ранее жизненному сценарию. Сформированному фактически не нами. Человек лишь проводник того, что сформировано свыше. Каждый из нас действует, живет и прочее – не по той причине, что так этого он хочет сам (речь идет о совершении тех или иных поступков и проч.), а лишь согласно ранее, подчеркиваю, ранее сформированной информации в его подсознании.

Подсознание это бессознательное. Бессознательное индивида формируется иной раз весьма хаотичным образом, ибо попадает в подсознание любая информация, которая проходит вокруг его репрезентативных путей. Мы уже не раз подробно рассматривали и формирование бессознательного, и структуру психики и механизмы поступления информации в мозг (бессознательное), анализ его сознанием, возможность формирования устойчивых паттернов поведения или установок, согласно которым фактически формируется последующая жизнь индивида, и проч., ибо все в нашем мире взаимосвязано, и каждый наш последующий шаг является следствием шага предыдущего. И это так. И это верно. И это правильно.

А даже если было бы неправильно, мы сами по себе ничего не можем сделать, ибо слаб по натуре человек, а сильным может стать (если иметь в виду хотя бы условную силу) только обучаясь, познание происходит черед процесс научения, и вот после обучения такого можно хоть как-то противостоять стихийным порокам цивилизации и этого мира, подчиняющего каждого из вас и уводящего в пучину неизведанного, когда мозг иной раз

---

отказывается понимать что происходит, и только путем глубокого анализа можно нащупать какой-то свой путь и хотя бы если не контролировать его, то понимать, а понимая – уже корректировать движение.

## **О любви и женщинах.**

**--О любви.**

**--О женщинах.**

### **О любви.**

Говоря о любви, заметим, что намного легче определить, что не является любовью, чем то, что такое любовь. Можно очень глубоко любить человека и в то же время иногда на него сердиться, в чем-то ему отказывать или испытывать желание побыть одному. Но есть разница между такими, имеющими различные пределы реакциями гнева или ухода и отношением невротика, который всегда настороже против других людей, считая, что любой интерес, который они проявляют к третьим лицам, означает пренебрежение к нему. Невротик интерпретирует любое требование как предательство, а любую критику — как унижение. Это не любовь. Поэтому не следует думать, что любовь несовместима с деловой критикой тех или иных качеств или отношений, которая подразумевает помощь в их исправлении. Но к любви нельзя относить, как это часто делает невротик, невыносимое требование совершенства.

Также следует считать несовместимым с понятием любви, когда видим использование другого человека только в качестве

---

средства достижения некоторой цели, то есть в качестве средства удовлетворения определенных потребностей. Такая ситуация явно имеет место, когда другой человек нужен лишь для сексуального удовлетворения или для престижа в браке. Данный вопрос очень легко запутать, в особенности, если затрагиваемые потребности имеют психологический характер. Человек может обманывать себя, считая, что любит кого-то, а это всего лишь благодарность за восхищение им. Тогда второй человек вполне может оказаться жертвой самообмана первого, например, быть отвергнутым им, как только начнет проявлять критичность, не выполняя, таким образом, свою функцию восхищения, за которую его любили.

Однако, при обсуждении различий между истинной и псевдолюбовью, мы должны быть внимательными, чтобы не впасть в другую крайность. Хотя любовь несовместима с использованием любимого человека для некоторого удовлетворения, это, не означает, что она должна быть целиком и полностью альтруистической и жертвенной. Это также не означает, что чувство, которое не требует ничего для себя, заслуживает названия любовь. Люди, которые высказывают подобные мысли, скорее выдают собственное нежелание проявлять любовь, нежели свое глубокое убеждение. Конечно, есть вещи, которые мы ждем от любимого человека. Например, мы хотим удовлетворения, дружелюбия, помощи; мы можем даже хотеть жертвенности, если это необходимо.

Различие между любовью и невротической потребностью в любви заключается в том, что главным в любви является само чувство привязанности, в то время как у невротика первичное

---

чувство — потребность в обретении уверенности и спокойствия, а иллюзия любви — лишь вторичное.

Иногда индивид-невротик стремится к любого рода привязанности в целях успокоения, т.е. он нуждается в любви и привязанности другого ради избавления от собственной тревожности. При этом такое стремление в его случае зачастую оказывается неосознанным. Невротик лишь чувствует, что перед ним тот человек, который ему нравится, или которому он доверяет, или к которому испытывает страсть. Но это может быть и не любовью, а лишь реакцией благодарности за некоторую проявленную по отношению к нему доброту, ответным чувством надежды или расположения, вызванным некоторым человеком или ситуацией. Тот человек, который явно или подспудно возбуждает в нем ожидания такого типа, станет автоматически наделяться важным значением, и его чувство будет проявлять себя в иллюзии любви. Часто такие отношения осуществляются под маской любви, то есть при субъективном убеждении человека в своей преданности, между тем как в действительности данная любовь является лишь «цеплянием за других людей для удовлетворения своих собственных потребностей. То, что это не искреннее чувство подлинной любви, обнаруживается в готовности его резкого изменения, которое возникает, когда не оправдываются какие-то ожидания.

Один из факторов, важных для понимания любви, — надежность и верность чувства — отсутствует в этих случаях. Т.е., если индивид игнорирует личность другого, его особенностей, недостатков, потребностей, желаний, развития, то это, скорее всего, не любовь, а результат тревожности. Невротик, средством



---

защиты которого является стремление к любви, оказывается не способен осознать свою неспособность любить. Большинство таких людей принимают собственную потребность в других людях за предрасположенность к любви.

Кроме того, невротик фактически оказывается не способен принять любовь, к которой вроде как стремился. Притом что даже если привязанность или любовь может дать невротикам внешнее спокойствие или даже ощущение счастья, то на самом деле это будет не так, ибо в глубине души невротик подобное воспринимает с недоверием, а то и подозрительностью или даже страхом. Он не верит в само чувство любви, потому что уверен, что никто его полюбить не сможет. Причем оказывается, уверен даже в том случае, если подобное противоречит его собственному жизненному опыту.

У человека, который искренне любит других, не может быть никаких сомнений в том, что другие люди могут любить его. Но невротик может начинать искать в любви скрытые смыслы (которых там зачастую нет). Подозрительность — весьма характерная черта индивидов с внутренней, глубиной, тревожностью. Поэтому, если привлекательная девушка открыто начнет проявлять любовь к невротикам, он может воспринимать это как насмешку или даже как умышленную провокацию, так как не верит в то, что такая девушка может его полюбить. Такая любовь вызывает в невротике тревогу и страх зависимости. Поэтому он всячески старается избежать ее. Причем эмоциональная зависимость (а любая зависимость это манипуляция) действительно играет свою негативную роль. Обычный человек позволяет такой зависимости поглотить себя, а невротик всячески

---

сопротивляется в ответ на любовь со стороны другого испытать позитивный отклик в собственной душе. Как вариант избегания подобного рода манипулятивного влияния на собственную психику — сознательное игнорирование любви, внушение себе, что человек проявивший любовь — на самом деле преследует свои, одному ему известные цели, причем исключительно негативного порядка. Ситуация, порожденная таким образом, сходна с ситуацией человека, который голодает, но не осмеливается принимать пищу из-за страха быть отравленным.

Рассматривая природу невротической любви, следует отметить, что первой отличительной чертой, которая поражает нас в невротической потребности в любви, является ее навязчивый характер. Всегда, когда человеком движет сильная тревожность, неизбежный результат этого — потеря непосредственности и гибкости. Проще говоря, это означает, что для невротика получение любви — не роскошь, не источник в первую очередь добавочной силы или удовольствия, а жизненная необходимость. Здесь заключена такая же разница, как в различии между «я хочу быть любимым и наслаждаюсь любовью» и «необходимо, чтобы меня полюбили, чего бы это ни стоило».

Образно говоря, различие между тем, кто имеет возможность быть разборчивым в еде и испытывает удовольствие благодаря хорошему аппетиту, и голодающим человеком, который должен без разбору принимать любую пищу, так как не имеет возможности потворствовать своим прихотям.

При этом основная ошибка невротика проявляется в том, что он стремится, чтобы его любили все люди, тогда как вполне достаточно (если так уж хочется) добиться любви только ряда

---

конкретных лиц. Например, встречаются женщины, которые чувствуют себя несчастными и полны тревоги, если рядом с ними нет мужчины; они будут заводить любовную связь, вскоре разрывать ее, опять чувствовать себя несчастными и полными тревоги, начинать другую любовную связь, и так далее. То, что это не является подлинным стремлением к связи с мужчинами, видно по тому, что данные связи являются конфликтными и не приносят удовлетворения. Обычно эти женщины останавливаются на первом попавшемся мужчине, для них важно само его присутствие, а не любовная связь. Как правило, они даже не получают физического удовлетворения.

Существует схожее поведение и у мужчин-невротиков, которые всяческими путями стремятся добиться расположения многих женщин (чем больше тем лучше), ни на ком конкретно не останавливаясь и чувствуя неловкость и беспокойство в компании мужчин. При этом мы должны говорить о том, что невротик будет платить любую цену за любовь, большей частью не осознавая этого. Наиболее частой платой за любовь является позиция покорности и эмоциональной зависимости. Покорность может выражаться в том, что невротик не будет осмеливаться высказывать несогласие с взглядами и действиями другого человека или критиковать его, демонстрируя только полнейшую преданность, восхищение и послушание. Когда люди такого типа все же позволяют себе высказать критические или пренебрежительные замечания, они ощущают тревогу, даже если их замечания безвредны. Подчинение может доходить до того, что невротик будет вытеснять не только агрессивные побуждения, но также все тенденции к самоутверждению, будет позволять

---

издеваться над собой и приносить любую жертву, какой бы пагубной она ни была. Можно найти подобное родственным позиции подчинения. И в том и в другом случае явно проявляется эмоционально-невротическая зависимость, которая возникает в результате невротической потребности человека уцепиться за кого-то, дающего надежду на защиту. Такая зависимость не только может причинять бесконечные страдания, но даже быть исключительно пагубной. Например, встречаются отношения, в которых человек становится беспомощно зависимым от другого, несмотря на то, что он полностью осознает, что данное отношение является несостоятельным. У него такое чувство, словно весь мир разлетится на куски, если он не получит доброго слова или улыбки. Его может охватить тревога во время ожидания телефонного звонка или чувство покинутости, если человек, в котором он так нуждается, не может увидаться с ним. Но он не в состоянии порвать эту зависимость.

Обычно структура эмоциональной зависимости сложнее. В отношениях, в которых один человек становится зависимым от другого, присутствует сильное чувство обиды. Человек, попавший в зависимость от другого, бессознательно негодует по поводу этого факта, но продолжает делать все что от него хотят, из страха потерять любовь. При этом такой человек может придти к выводу, что подчинение было ему навязано другим человеком, упуская мысль о том, что он сам спровоцировал подобное поведение своей излишней тревожностью. В любом случае он должен приложить серьезное усилие, чтобы избавиться от такого рода зависимости. Потому что любая попытка приводит к росту чувства вины и беспокойству.

---

К тому же у ряда невротиков эмоциональная зависимость вызывает страх, что их жизнь рухнет. Поэтому одной из форм противостояния такие невротики выбирают способ не обращать внимание на любовь даже понравившегося ему человека, опасаясь, что в итоге это приведет к зависимости их от этого человека.

Также возможно, что в процессе ряда любовных неудач, подобные лица могут вырабатывать противоядие. Например, девушка, прошедшая через несколько любовных историй, каждая из которых заканчивалась ее зависимостью от очередного партнера, может выработать независимое отношение ко всем мужчинам, стремясь лишь к удержанию своей власти над ними, и не испытывая никаких чувств. В этом случае она действительно оказывается способна управлять мужчинами, но в душе (бессознательно) ощущает собственную неуверенность, умело скрывая ее, поэтому если правильно подобрать ключик к душе такой девушки, то становится возможным спровоцировать в ней невротическую зависимость, а значит и заставлять ее делать все что необходимо вам, в ответ, например, на бессознательное ощущение избавления от внутренних страданий и душевного равновесия когда вы находитесь рядом. В этом случае действительно становится возможным управлять другим человеком, потому что он будет бояться потерять вас. При этом подобное можно использовать не только в любовных отношениях, но и просто в жизни, подчиняя к себе людей путем сначала провоцирования в их психике невротической зависимости, а позже умелым снятием волнения и беспокойства.

Особенностью невротической потребности в любви является ее ненасытность. Невротическая ненасытность может

---

проявляться в жадности как общей черте характера, обнаруживаясь в еде, покупках, нетерпении. Большую часть времени жадность может вытесняться, прорываясь внезапно, например, когда человек в состоянии бессознательной тревоги (своего рода трансом состоянии) покупает много не нужных (модных) вещей. Также невротическая ненасытность может проявляться в стремлении жить за чужой счет.

Жадность может проявляться в сексуальной ненасытности, или, например, в приобретении одежды, в осуществлении честолюбивых или престижных целей. При этом любая форма жадности связана с тревожностью, и помимо сексуального удовлетворения с партнером может проявляться в чрезмерной мастурбации или чрезмерной еде. Связь между сексуальным удовлетворением и едой показана тем фактом, что жадность может уменьшаться или исчезнуть, как только человек находит некую уверенность и покой: почувствовав любовь к себе, завоевав успех, выполнив творческую работу. Например, чувство, что тебя любят, может внезапно ослабить силу навязчивого желания делать покупки. С другой стороны, жадность может возникать или усиливаться, как только возрастает враждебность или тревожность; человек может чувствовать непреодолимую потребность делать те или иные покупки перед событиями, в связи с которым он очень волнуется. Но также следует говорить и о том, что существует много людей, которые испытывают тревожность, но у которых не развилась жадность. А невротики, которые ненасытны в своей потребности в любви, обычно проявляют жадность в отношении материальных благ, получении подарков,

---

информации или сексуального удовлетворения, ради которых часто жертвуют своим временем или деньгами.

Рассматривая вопрос о роли любви и привязанности, выделяют три типа невротиков. К первой группе относятся лица, которые стремятся к любви, в какой бы форме она ни проявлялась и какие бы методы ни применялись ради ее достижения. Ко второй группе относятся невротики, которые тоже стремятся к любви, но, если терпят неудачу в каких-либо взаимоотношениях — отстраняются от людей и не идут на сближение с другим человеком. Вместо попыток установить привязанность к какому-либо человеку они испытывают навязчивую потребность в вещах, еде, покупках, чтении или, вообще говоря, в получении чего-либо. К третьей группе относятся невротики, психика которых была травмирована в раннем возрасте, и у них развилась позиция глубокого неверия в какую-либо любовь и привязанность. Их тревожность столь глубока, что они довольствуются малым — лишь бы им не причиняли какого-либо вреда. У таких людей развивается циничное отношение к любви; а потребность в любви такие невротики будут заменять потребностью в материальной помощи, совете, сексе.

У невротиков весьма развита и невротическая ревность, которая в отличие от ревности здорового человека, которая может быть адекватной реакцией на опасность потери чьей-то любви, заключается в силе ревности, непропорциональной опасности. Такая болезненная ревность диктуется постоянным страхом утратить обладание данным человеком или его любовь; вследствие этого любой интерес, который может быть у объекта любви невротика, представляет для невротика опасность. Такой

---

тип ревности может проявляться во всех видах человеческих отношений: со стороны родителей к своим детям, которые стремятся вступить в брак, между супругами, в любых любовных отношениях.

Невротическое желание абсолютной любви является намного более требовательным, чем нормальное желание, и в своей крайней форме невозможно для осуществления. Это требование любви, не допускающей никаких условий или оговорок. Оно предполагает, во-первых, желание, чтобы тебя любили, несмотря на любое самое вызывающее поведение. Любая критика воспринимается как отказ от любви. Во-вторых, невротическое требование абсолютной любви включает в себя желание быть любимым, не давая ничего взамен. В-третьих, невротик (часто это женщина) хочет чтобы ее любили, не получая от этого никакой выгоды. Сама же она охотно будет пользоваться вашим богатством и влиянием, крайне неохотно соглашаясь на секс, и периодически закатывая скандалы. Это особенно распространено в семьях т.н. новых русских и служит одной из форм того, что мужья заводят себе любовниц (или жены — любовников). Поэтому следует помнить, что невротики крайне подвержены внушению, поэтому с ними необходимо разговаривать директивным порядком, не оставляя им шансов к сопротивлению, и получать от них все, что вам необходимо (в т.ч. и в плане секса; причем в последнем случае можно вообще вызвать в женщине-невротике чувство вины, которое бессознательно начнется у ней, если она вдруг откажет вам в удовлетворении вашего желания; в психику человека, в т.ч. и женщины, можно ввести установки, или поставить «якорь»,



---

запрограммировав на определенный сигнал, при котором такой человек или женщина будет впадать в полутрансовое или трансовое состояние, во время которого можно делать с таким человеком все, что вам необходимо; но позже необходимо грамотно вывести такого человека из транса, сформировав у него ощущение радости, например, или еще какого-то позитивного начала; в каждом случае тут индивидуально). При этом можно обратить внимание и на любопытную особенность. Чем строже вы будете обходиться с человеком-невротиком, тем большее уважение вызовете в его глазах. Люди бессознательно хотят подчиняться другому. А у невротиков подобное желание обычно развито в гиперболической степени.

Если любовник или муж не оправдывает ожиданий невротичной женщины, если он опаздывает, не звонит, уезжает из города, она чувствует, что он не любит ее. Вместо того чтобы признать, что ее чувства — обычная реакция гнева на неподчинение ее желаниям, которые часто не высказываются вслух, она интерпретирует эту ситуацию как свидетельство своей ненужности. Это заблуждение приводит к неврозу. Начало подобного обычно закладывается в детстве, когда деспотичная мать, чувствуя возмущение по поводу непослушания ребенка, начинает высказывать вслух, что ребенок ее не любит. Во взрослой жизни, если ребенок оказывается девушкой, это несет свои негативные последствия, потому как такая девушка-невротик не сможет полюбить «слабого» (в ее искаженном представлении) мужчину из-за презрения к любой слабости, но и не сможет сладить с «сильным» мужчиной, потому что имеет внутреннее (бессознательное) желание диктовать свою волю, а сильный

---

мужчина ей этого не позволит. Он сам будет ей управлять, а значит у таких девушек случится дисбаланс в психике, и последует продолжение развития таких форм невроза как истерия и проч. Эти особы хотят невозможного: мужчина должен быть сверхсильным героем, чтобы понравиться им, и в то же время стать «подкаблучником», чтобы с готовностью выполнять любые их патологические желания. Сам же невротик, будь-то мужчина или женщина, обычно стремится производить впечатление на других, являться объектом восхищения и уважения. Он будет демонстративно тратить деньги, пытаться щеголять знанием книг, знакомством со знаменитостями. Такой невротик с легкостью окажется готов сделать своим другом, мужем, женой, сотрудником и проч. того, кто и восхищается, и не восхищается им. В первом случае ему это необходимо для дальнейшего оказания власти на такого человека, во втором — сделав партнером индифферентного к нему человека, невротик тем самым бессознательно приблизится к порабощению его, и будет держать подле себя пока не почувствует что последний окажется в его власти. После с таким человеком невротик будет уже не интересно.

Дополнительной особенностью, возникающей в результате навязчивого желания доминировать, является неспособность человека устанавливать равные отношения. Если он не становится лидером, то чувствует себя полностью потерянным, зависимым и беспомощным. Он настолько властен, что все, выходящее за пределы его власти, воспринимается им как собственное подчинение. Вытеснение гнева может привести к чувству подавленности, уныния, усталости. Однако то, что ощущается как беспомощность, может быть лишь попыткой обходным путем

---

достичь доминирования или выразить враждебность из-за своей неспособности лидировать. Например, супруги решили отправиться в поездку по незнакомым местам. Жена заранее изучила карту и взяла на себя лидерство. Но в пути они отклонились от заданного маршрута, свернув не на ту дорогу. В таком случае женщина-невротик вдруг начинает чувствовать себя неуверенно, и уступает руководство поездкой мужу. До этого она была веселой и активной, но внезапно стала испытывать усталость. Большинство из нас знает об отношениях между супругами, в которых страдающий неврозом партнер действует как надсмотрщик над рабами, используя свою беспомощность в качестве кнута для того, чтобы принудить других выполнять его волю. Для этих ситуаций характерно, что невротик никогда не удовлетворяется затраченными ради него усилиями, а реагирует лишь все новыми и новыми жалобами и требованиями или обвинениями, что им пренебрегают и жестоко с ним обращаются.

У людей, для которых стремление к престижу стоит на первом месте, враждебность обычно принимает форму желания унижать других. Это желание выходит на первый план особенно у тех людей, чувствуя собственного достоинства которых был нанесен унижительный удар, в результате чего они стали мстительными. Обычно в детстве они прошли через ряд связанных с унижением переживаний, которые могли иметь отношение либо к социальной ситуации, в которой они росли, например такой, как принадлежность к национальному меньшинству, бедность, или к их собственной личной ситуации, например, они испытывали к себе предвзятое отношение, терпели презрительное отвержение, постоянно являлись объектом нравоучений и недовольства

---

родителей. Часто переживания такого рода забываются из-за их болезненного характера, но они вновь возникают в сознании, если проблемы, связанные с унижением, обостряются. Однако у взрослых невротиков можно наблюдать не прямые, а лишь косвенные результаты этих детских ситуаций, результаты, которые были усилены вследствие прохождения через «порочный круг»: чувство унижения; желание унижать других; усиление чувствительности к унижению из-за страха возмездия; возрастание желания унижать других.

Тенденция унижать других обычно глубоко вытесняется потому, что невротик, зная по собственной обостренной чувствительности, сколь оскорбленным и мстительным он становится, когда подвергается унижению, инстинктивно боится сходных реакций других. Тем не менее, некоторые из этих тенденций могут проявляться без их осознания: в беспечном пренебрежении к другим людям, например, заставляя их ждать, ненамеренно ставя других в неловкие ситуации, заставляя других ощущать свою зависимость. Даже если невротик абсолютно не осознает своего желания унижать других или того, что сделал это, его отношения с этими людьми будут пропитаны смутной тревожностью, которая обнаруживается в постоянном ожидании упрека или оскорбления в свой адрес. Внутренние запреты, возникающие в результате обостренной чувствительности к унижению, часто проявляются в форме потребности избегать всего, что может казаться оскорбительным для других; так, например, невротик может быть неспособен высказаться критически, отклонить предложение, уволить сотрудника, в результате он часто выглядит в высшей степени тактичным или

---

чрезмерно вежливым. Также тенденция к унижению других может скрываться за тенденцией к восхищению. Так как унижение и проявление восхищения диаметрально противоположны, последнее дает возможность скрыть тенденцию к унижению. Поэтому обе эти крайности часто встречаются у одного и того же человека. Имеются различные варианты распределения этих двух видов отношений, причем мотивы для такого распределения индивидуальны. Они могут проявляться отдельно друг от друга в различные периоды жизни, когда за периодом презрения ко всем людям следует период чрезмерных восторгов и поклонения героям и знаменитостям; может иметь место восхищение мужчинами и презрение к женщинам, и наоборот; или слепое восхищение кем-то одним и такое же слепое презрение ко всем остальным людям.

Тенденция ущемлять или эксплуатировать окружающих не только возникает вследствие нарушенных личных взаимоотношений, но и сама в результате ведет к дальнейшему их ухудшению. Особенно если эта тенденция бессознательная, — она делает человека застенчивым и даже робким в отношениях с другими людьми. Он может вести и чувствовать себя свободно и естественно в отношениях с людьми, от которых он ничего не ждет, но будет испытывать смущение, как только появится какая-либо возможность получить от кого-либо любую выгоду. Такая выгода может касаться таких осязаемых вещей, как информация или рекомендация, или она может иметь отношение к намного менее осязаемым вещам, таким, как возможность получения благ в будущем. Это справедливо для любовных отношений точно так же, как и для любых других. Женщина-невротик этого типа может быть откровенной и естественной с мужчинами, которые ей

---

безразличны, но чувствует себя смущенной и скованной по отношению к мужчине, которому хотела бы нравиться, потому что для нее достижение любви отождествляется с получением от него чего-либо. Причем часть таких невротиков может хорошо зарабатывать, а часть может оставаться бедными вследствие стеснения спросить об оплате, или выполнить большой объем работы за низкое вознаграждения. При этом такой невротик может испытывать недовольство своим низким заработком, а может и опуститься к ведению паразитического образа жизни, и такому же бессознательному мнению о том, что другие должны заботиться о нем. Отчасти в этом случае такой невротик находит человека, кто начинает заботиться о нем, в обмен, например, если это невротик-женщина — на секс (секс в данном случае в представлении такой девушки будет являться ее платой за пользование благами, которые дает ей мужчина, т.е. платой мужчины за паразитизм и неприспособленность к жизни своей партнерши).

Одной из существенных форм манипуляции сознанием (путем воздействия на подсознание) является провоцирование в объекте манипуляций чувства вины. Чувство вины это особая форма невротической зависимости, которая может весьма пагубно сказаться на жизни индивида, ставшего объектом недобросовестных манипуляций со стороны как профессиональных манипуляторов, так и близких (жен, мужей, псевдо-друзей, знакомых, коллег и проч.) В картине проявлений неврозов чувство вины играет первостепенную роль. Специфика психики такова, что человек, страдающий неврозом, часто склонен объяснять свои страдания как заслуженные. При этом такой человек часто чувствует себя виновным чуть ли не во всем. Если

---

кто-то хочет увидаться с ним, его первая реакция — ожидание услышать упрек за что-либо им сделанное ранее. Если друзья не заходят или не пишут какое-то время, он задается вопросом, не обидел ли он их чем-то? Он берет на себя вину, даже если не виноват. Виновников своих обид он оправдывает, обвиняя во всем случившемся только себя. Он всегда признает авторитет и мнение других, не позволяя себе иметь собственное мнение или по крайней мере высказывать его.

Чувство вины оказывает серьезное влияние на изменение личности невротика. При этом сам невротик бессознательно не стремится избавиться от наличия у себя чувства вины. В этом проявляется его латентная форма т.н. морального мазохизма. Он как бы наслаждается собственными страданиями. Много из того, что кажется чувством вины, является выражением либо тревожности, либо защиты от нее. Мы уже замечали, что многие мужчины, которые говорят о сохранении верности на основе велений совести, в действительности просто боятся своих жен, вследствие высочайшей тревожности при неврозах невротик чаще, чем здоровый человек, склонен прикрывать свою тревожность чувством вины. В отличие от здорового человека он не только страшится тех последствий, которые вполне могут иметь место, но заранее предвидит последствия, абсолютно несоразмерные с действительностью. Природа этих предчувствий зависит от ситуации. У него может быть преувеличенное представление о грозящем ему наказании, возмездии, покинутости всеми, или же его страхи могут быть совершенно неопределенными. Но какой бы ни была их природа, все его страхи зарождаются в одной и той же точке, которую можно определить как страх неодобрения.

---

## **О женщинах.**

Говоря о женщинах, следует понимать, что женщины, как никто другой, способны свести на нет как любые начинания задаток лидерских качеств, так и сгубить уже состоявшихся лидеров. Впрочем, если мужчина пострадал от женщины (как и от иных пороков), значит он не лидер. И тогда уже для тех, кто не хочет совершать ошибок (ибо дополним старую поговорку, что дураки учатся на своих ошибках, а умные на ошибках других, потому что нет у них времени на повторение пройденного кем-то и нужно идти вперед) следует кое что знать.

Итак.

Женщина создание коварное, но, опять же, не из-за того, что такая в своей сознательной жизни. Многие у женщин происходит исключительно бессознательно. Т.е. – согласно их природе. Природе коварной и, к сожалению, падшей. Ибо если женщина усмирила свою плоть – она становится святой. Но таковых единицы. В основном же женщина, даже если официально говорит о том, что секс ей безразличен, или что не изменит вам никогда, глубоко ошибается. Ибо даже если не изменяет (как о том надеется каждый мужчина), то обязательно компенсирует свое подсознательное половое желание в отношении мужчин -- в дружбе или общении с ними (т.е. прикрываясь подобным, сама бессознательно допускает при случае иное развитие отношений, пусть и разового характера). Еще Фрейд когда-то заметил, что дружбы между людьми не бывает, ибо в каждой такой дружбе есть сексуальная подоплека.



---

Вы думаете, это вы управляете женщиной? Нет. Это она управляет вами. Потому что, чтобы управлять женщиной, вы должны не хотеть ее. Как женщину. Потому что сексуальное желание тотчас же размягчает мозг любого мужчины. И он уже не мужчина, а тряпка. Которым верти в разные стороны. И при этом женщина должна вас любить. А значит, если женщина любит, а вы ее нет – она будет вас бессознательно (или сознательно, это уж как повезет) добиваться. А если не будет любить – переключится на другого. Такой вот парадокс.

Что может помочь взглянуть по-иному на женщин? Та правда, о которой говорим сейчас мы. Причем тут необходимо четко различать, что сама по себе такая правда не направлена на какую-то дискредитацию женщины. Совсем нет. Просто нужно знать, что женщины врут всегда. При этом всегда искусно находят способ завуалировать собственное вранье различными причинами. Так что со стороны даже иной раз кажется, что это и не вранье вовсе. Ну да. Это не вранье для самой женщины. А так как в душе и при людях женщины хотят выглядеть скромными, нежными, ранимыми, главное - честными созданиями – они обязательно должны найти причину своего вранья. И всегда, уверяем вас – такую причину находят.

Таким образом в глазах женщин ложь не ложь, обман не обман, предательство – не предательство, измена – не измена, а все это и многое другое – лишь месть или торжество справедливости. Вот такие вот, господа мужчин, женщины. Им не верить следует всегда. Иначе попадете в ловушку. Запомните эти слова. Даже если сейчас у вас все хорошо – все равно:

---

остерегайтесь женщин. Иначе начнутся серьезные проблемы. (Помните как говорил Соломон: и горше смерти – женщина.)

Женщины – такие же люди, как и мужчины, только общение с ними имеет свои специфические особенности. Связанно это с тем, что психология женщины отличается от психологии поведения мужчин. Основное отличие, отсутствие у большинства женщин логики. А если они и считают, что логика у них присутствует, это самообман. Вернее, логика может и есть. Но своя. Женская.

Вторая причина, это то, что женщины всегда подсознательно оценивают мужчину с позиции самца и продолжателя рода. Она самка – он самец. Даже если между мужчиной и женщиной рабочие или не дай Бог дружеские отношения (запомните: дружбы между мужчинами и женщинами не бывает, ибо бессознательно мужчина общается лишь с той женщиной, которая ему интересна в качестве сексуального партнера), так вот, при любых вариантах общения – женщина всегда допускает мысль, что при наличии каких-то обстоятельств она бы переспала с ним. Пусть эти обстоятельства не наступят. Пусть ничего не говорит о том, что они наступят. Но можем уверить: общение мужчины с женщиной никогда не бывает просто так. В глубине души мужчина общается только с теми женщинами, которых мог бы использовать в качестве сексуального партнера. Соответственно, женщина тоже самое. Пусть даже они оба об этом не говорят. И даже боятся подумать. Но факт остается фактом с момента появления на свет мужчины и женщины.

---

До конца своих лет женщина остается самкой. Наибольшая степень проявления подобного определяется, начиная с подросткового возраста, и заканчивается возрастом пенсионным. Наибольший расцвет женщина получает в период от полного совершеннолетия до менопаузы (климакса). Менопауза у женщин наступает в период от 40 до 55 лет (обычно это 44-52, но может быть в 40 и даже раньше, а может наступить после 55, но это встречается крайне редко).

Следует обратить внимание, что сама по себе женская психология тоже имеет ряд отличий между собой и связана исключительно возрастными особенностями, которые базируются на ощущении собственной привлекательности в отношении самцов (мужчин). Так, мы наблюдаем отличную друг от друга психологию девушек 16 – 23 лет и 24 – 27 лет, молодых женщин 28 – 33 лет, женщин 34-37 лет, женщин 38-и старше, особенно после 40, и психологию женщин предпенсионного возраста 45-55 и пенсионного – старше 55.

Связаны все эти отличия с тем, что девочки 16 – 23 лет еще понимают, что сексуально более привлекательны из-за молодости, и потому глупят больше, чем те, кому уже за 30, и особенно после 35, когда женщина уже не имеет той сексуальной внешней привлекательности как раньше, но в большей мере предрасположена на сексуальный контакт, ибо жизнь проходит и скоро наступит климакс. Т.е. – слишком явное старение женщины, чтобы внешне привлекать новых сексуальных партнеров.

Покорить женщину мечтают все мужчины. Покорить так, чтобы она любила безумно, подчинялась всегда, заботилась - всегда, стирала, готовила, убирала - всегда, по первому

---

требованию мужчины занималась с ним сексом (причем в тех формах, на которые будет способна фантазия мужчины), и прочее и прочее, но...

Но вот само по себе покорение возможно лишь в редких, даже можно сказать редчайших, случаях, потому что... Потому что основная (и подавляющая) категория мужчин не знает психологию женщины. Отсюда разные поговорки о женщинах, бытующие в среде мужчин, и почти все они говорят о том, что женщин им не понять.

На самом деле женщина понятна и предсказуема. А все остальное - в том числе и умелый пиар, который, зачастую, инсценируют сами женщины, ловко потакая мужчинам, т.е. кокетливо прикрывая глазки (или наоборот, широко открывая их, мол, какой у тебя... какой ты у меня умный) когда слышат рассказы о них, и при этом думая про себя... Знал бы мужчина, о чем делится его женщина в кругу подруг, наверное, сошел бы с ума. Или развелся бы. Но, как говорится, тайна сия весьма велика.

Впрочем, ум женщин избирателен, поэтому они не думают, а лишь фантазируют, находясь совсем в другой плоскости восприятия реальности, чем мужчины. Думая, да, мол, вот мы такие, женщины.

Какие?

В том-то и дело, что женщинам даже нет необходимости что-то придумывать о себе, и необходимо лишь умело поддерживать сложившийся миф в умах мужчин.

Давайте попробуем разобраться в том, что и кто такие женщины? Самим женщинам это не нужно (они и сами о себе все

---

знают), а вот необходимо это мужчинам, чтобы не дать себя облапошить этим особам женского пола.

Ответьте пожалуйста, почему женщина, когда готовится к выходу в свет (ну, т.е., к выходу на улицу из дома, особенно если это поход в гости, в ресторан, и прочие места, где есть другие люди) проводит определенное время перед зеркалом, «красится» (кстати, мужчины ведь не подкрашивают ресницы, предпочитая быть такими как есть), старается одеть одежду, которая должна соблазнить чужих мужчин (а каких же еще? Свой-то рядом, для него ей прихорашиваться уже не надо), и вообще, одевается долго, старается всегда по-особенному, и проч. Ответ один – чтобы понравиться другим (чужим) мужчинам, и (или) вызвать зависть у подруг или других находящихся там женщин.

А зачем понравиться другим? Да по одной причине, чтобы их сексуально желали, и хотя бы теоретически – показали своими фибрами души что не прочь вступить в сексуальный контакт.

Иного не дано. Ибо женщина всегда предполагает половой контакт с другим мужчиной. Пусть даже бессознательно боится себе в том признаться, все равно предполагает. Уж извините нас за правду. Причем, уже начиная с юного возраста, идет даже если не конкуренция в среде девочек, то уж точно определенная зависть тех, с кем еще не переспали, к тем, с кем уже. И сами эти девочки, конечно, не виноваты, ибо они будущие женщины, а значит психология у них женская, а значит.... А значит думают они в первую очередь той частью тела, что у них между ног, а уже после мозгами. Ну да ладно.

Женщина, конечно же, имеет определенную силу над мужчинами. Скажем вам, что сначала эта сила в большей части

---

зиждется на сексуальном желании, а после, даже если последнее удастся успокаивать, сила женского влияния уже происходит как бы по привычке. По той привычке, что могут «дать». Господи грех-то какой на самом деле. Что «дать»? То, что мужчина может сделать с собой и сам, но его вводят в заблуждение, что для этого необходима женщина. Та самая женщина, которая при случае изменит. Уверяем вас, изменит. Всегда по ее мнению могут так сойтись звезды, и женщина может даже сделать секс с кем-то не по своей особой воле, а, например, из любопытства, или из мести, или из иных причин, которыми ее женская логика оправдает блядство ее тела (прикрываясь в лучшем случае что не изменила душой, только телом).

Доказательств развратной природы женщин хватило бы на целое собрание сочинений, но как-то глупо доказывать то, что интуитивно чувствует даже самый инфантильный мужчина. И все-таки почему дома женщина тут же смывает косметику и не одевается так, как на людях? Ведь, если по-справедливому, это дома она должна выглядеть архипривлекательной, чтобы понравиться мужу, а вот на людях носить паранджу. Или ватник. Но не тут-то было. Тут вам и короткие юбки, и чулки, и высокие сапоги или туфли на шпильках, и прически (часто ли вы слышите истории про женщин, которые возвращаясь домой после работы, делают для мужа многочасовые прически, укладки и проч. в салоне красоты?). А вот для чего женщина так прихорашивается перед выходом в свет? Причина одна: там, где она будет - могут быть другие мужчины (помимо ее спутника, если она идет со спутником). То есть, другими словами, будут те, которые могут эту женщину возжелать. Вернее, возжелать, а в перспективе –

---

переспать с ней. Или будут женщины, которые будут завидовать тому, что она настолько привлекательная, что другие мужчины ее хотят. И, к сожалению, это правда. Хотя и не понимают эти бедные создания женского пола, что большинство мужчин, особенно после принятия алкоголя, будут хотеть переспать даже с деревом, если у этого дерева есть первичные половые органы. Ну, это к слову.

Кстати, попробуйте женщине запретить делать прическу, краситься перед зеркалом, одеваться модно и красиво перед выходом? В лучшем случае обвинит вас во всех смертных грехах. В худшем – все равно не поймет. Потому как желание нравится другим мужчинам у женщины заложено в психике бессознательно. На уровне инстинктов. И только святые женщины такие инстинкты могут преодолевать. Но святые все или на иконах или в монастырях. А в жизни мы имеем то, что имеем. К сожалению.

Конечно, как говорил Сенека-старший: *Ergare humnnum est* (человеку свойственно ошибаться). Но все-таки, если внимательно подойти к психологии женщины, выводы очень даже неутешительны. Для мужчин.

И все же всегда хочется верить, что наши выводы в отношении женщин необоснованны. Но одно дело заблуждаться самим, и совсем другое вводить в намеренные заблуждения других, утаивая истину. Тем более что истину в отношениях женщин подтверждают как сами женщины, так и мужчины. Именно об этом говорят психологические опросы лиц каждого пола о женском коварстве. Причем в этом коварстве, как ни странно, охотнее признаются сами женщины. Потому что мужчины по природе своей намного доверчивей. И, к сожалению

---

для женщин, порядочней. Не все мужчины, разумеется. Далеко не все. Но в большинстве своем это так. Именно потому адресуется данная глава преимущественно мужчинам. Потому что кто как не они должны понимать психологию женщин (причем, это не так-то и трудно, особенно если выключить инстинкты, а саму женщину воспринимать как пустое место, с которым не хочется переспать), а значит не попасть в те ловушки, которые им расставляют особы женского пола. И сразу совет, перед встречей с женщиной – лучше разгрузиться самостоятельно (заявшись лечебной мастурбацией), а саму женщину воспринимать как неживой объект. А если вдруг вновь поступит желание (половая конституция у всех мужчин различна, кому-то хватает раз в неделю, а кому-то мало несколько раз в день) – смотрите на женщину как на куклу, которой все равно с кем спать, с вами, или с другим. Кто не верит, пусть ответит на вопрос, сколько он знает женщин, в жизни которых был бы только один мужчина как половой партнер? Вообще – один. За всю жизнь. Практически нет таких женщин к сожалению. А если есть – святые.

Ну да ладно риторике. Продолжим.

Итак. Женщины всеми доступными им способами делают себя загадочными. То, что вся их загадочность зачастую сводится лишь к тому, чтобы успеть встретить т.н. критические дни или не забыть, чтобы партнер успел одеть презерватив, это относится к той области, о которой не говорят, потому и мы, говорить не будем. Хотя вопрос к тем мужчинам, которые преклоняются перед женщинами настолько, что готовы подчиняться им: как вы будете относиться к мужчине, который делает минет другому мужчине, или к мужчине, который практикует с вами анальный секс? Всем



---

понятно, как относятся мужчины к таким «мужчинам». А вот почему-то эти же самые мужчины теряют голову и идут на разные ужимки, неподобающие им, чтобы заслужить любовь женщины. Женщины, которая до вас делала минет другому мужчине (и не оправдывайте ее что это было «в другой жизни») или отдавалась ему. Причем идут на поклон к такой женщине, ставя ее выше себя, только чтобы переспать с ней.

Ох, господи, отсюда и ранимость мужчин перед женщинами, когда о мужчинах говорят, что они «теряют голову». В этом случае еще раз повторный совет: займитесь сначала самоудовлетворением, а после общайтесь с женщиной. Всяк после этого хоть на миг мозги встанут на место. А еще лучше – научитесь контролировать свои чувства. Помните как говорил Иисус – лучше вырвать око, если оно жадно смотрит на женщину.

Да, и трагедия и доминирование мужчин исходит из одного места. Мы сейчас не будем говорить, что центр удовольствия находится в мозге, а имеем в виду сразу то место, из-за коего и происходят у мужчин все беды. Да вспомнить хотя бы историю. Один из самых великих разведчиков мира Рихард Зорге, который провел множество успешных операций, вводя в заблуждение разведки чуть ли не всего мира (японскую и немецкую точно), попался на разведчице-проститутке, в которую влюбился. А она его предала. Ох, да один ли Зорге пострадал из-за собственной половой несдержанности (если называть вещи своими именами). Нет, не из-за коварства женщин. Это они сами себе придумали легенду о собственном коварстве. Великие люди пострадали просто по причине того, что они были мужчинами, и хотели излить свою семенную жидкость в женщину, а не, как

---

говорится, в пустоту. Ну а когда есть желание излить накопившуюся жидкость, то тут уже вступают в силу и другие девиации, в виде ухаживаний за женщинами (чтобы переспать с ними), появление с женщиной на публике (показать другим самцам что вот такая она у меня и я сплю с ней), и потакание капризам женщин (на самом деле не капризам, а последствию женского слабоумия, которое терпят, опять же, чтобы только переспать с ней), и проч.

Да и вообще, если разобраться, попробовала бы даже самая красивая женщина дурачить импотента. Нет. Ему ведь все равно. Хотя понятно, чтобы в глазах других показать свою самку и, мол, вот смотрите какая у меня, и я ее имею в разных позах с утра до вечера, с утра до вечера, с утра до... То есть опять же, показуха. На чем, кстати, и умело всегда играют женщины. Причем, когда мы говорим о разврате женщин, совсем не имеем в виду их сексуальность. Мало кто из женщин вообще способен испытывать оргазм (причем, если клитеральный оргазм испытывают процентов 70 женщин, то вагинальный уже испытывают, именно испытывают, а не имитируют, всего процентов 15-20 женщин по самым оптимистическим подсчётам всех ведущих сексологов мира, оральный оргазм – это уже менее 1 процента женщин, анальный – такой же, может лишь чуть-чуть больше процент), и вообще, большинство женщин если не фригидны, то в сексуальном плане достаточно инфантильны. Вот в чем дело. Но им кажется, что все дело лишь в том, чтобы найти самца, который их так «оприходует», что они наконец-то смогут «кончить».

---

Наивные. Ибо чтобы испытать оргазм, нужно «лечить мозги». Ну, то есть, дело тут в психике, а не в каких-то сексуальных проблемах.

Подытоживая, заметим, что очень важно помнить, что веры женщинам быть не должно. Мужчины по природе доверчивы. Женщины – само воплощение обмана. Причем коварство женщин не ново. Если проследить историю взаимоотношений мужчины и женщины – найдем немало примеров такого поведения женщины, из-за которого всецело испытывают страдания мужчины.

Но вот что самое печальное, женщины, при всем их коварстве, слишком нежные и доверчивые существа. Скажите ей про любовь, сыграйте в нежность, покажите заботу и внимание, не скупитесь потратить на нее определенную сумму, никогда не обвиняйте ее ни в чем, всегда потакайте женским слабостям (не преклоняясь перед ними, а стараясь разруливать ситуацию в качестве сильного мужчины – т.е. относиться к женщине которая с тобой – причем, независимо от ее возраста – как к маленькой девочке, в чем-то делая замечания и ругая, после чего обязательно находить – даже пусть выдуманные – ее положительные качества, и благодарить, благодарить, благодарить. Особенно в постели.)

И еще. В отношениях с женщинами следует иметь в первую очередь трезвый ум. Трезвый ум ни в коем случае не зависит от количества выпитого. Трезвый ум – это значит четкий приказ себе не влюбляться. Только это сможет уберечь от страданий. Только это поможет не дать слабину, а значит выдержать в этой жизни гонку, запланированную природой.

---

Не задумывались ли вы, почему существует особая категория как мужчин, так и женщин, которые сознательно отказываются от общения с противоположным полом и идут в монахи. Они ведь могли бы прожить и в мирской жизни, да мирская жизнь слишком уж изобилует соблазнами. Что такое соблазн? Соблазн – это следование природе. Согласно природе – мужчина хочет женщину, а женщина хочет мужчину. Развитие культуры современного общества завуалировало это желанием таким наносным признаком цивилизации, как введение определенных норм и правил (а по сути – запретов и табу), в результате которых современный человек не может сказать открыто о своих сексуальных желаниях, а должен играть в чувства (т.е. в любовь). На самом деле первым и единственным фактором общения как мужчины с женщиной, так и женщины с мужчиной является секс. То есть, желание сексуального контакта. Это важно понимать. Все остальное – признаки развития цивилизации. Ведь если в первобытном племени достаточно было взять понравившуюся женщину и вступить с ней в половой контакт, в современном обществе подобному должна предшествовать определенная игра.

Когда люди выпьют – их мозг становится намного ближе к природе. Именно поэтому так легок секс «по-пьяни». И это, по сути, страшно.

Запомните, правил в отношениях с женщинами не существует. Женщины такие же люди, и к ним применимы те же самые принципы психологии, как и к мужчинам. Самое главное – это понимать, для чего вам нужна эта женщина. Если для того, чтобы влюбить ее в себя и переспать с ней – тогда да. Следует

---

действовать строго по правилам и схемам, ибо иначе возможен провал. Который невозможен – только если вы действительно влюбились в эту женщину. Тогда она подобное почувствует и сама на интуитивном уровне, а значит... Ну, тут уж, если повезет – влюбится в вас. И вы будете жить долго и счастливо. Если не повезет, и образ другого мужчины (из прошлого, настоящего или будущего) превалирует в ее сознании или подсознании, то вы обречены на провал. Как бы не старались. Максимум, что возможно в этом случае – секс. Ибо женщины все-таки падшие и доверчивые создания. Но после секса ведь наступит просветление. Более того, тем самым вы вообще можете нанести женщине боль, ибо она будет считать, что изменила своему мужчине (даже если в душе ее живет только образ его), и тогда... Ну, для вас, отношения в этом случае все равно будут невозможны. А какая вам разница, что будет чувствовать женщина.

В общем, женщины от природы глупы и доверчивы. Если этим пользоваться умело – можно прожить с ними всю жизнь. Если не надоест.

## Религия и Вера – как образ душевного равновесия.

У каждого человека есть душа. Душа – это психика. Наука о психике – психология. Психея - в древнегреческой мифологии олицетворение души.

Тезис о том, что у каждого человека есть душа – незримым образом пронизывает все существование человека, транспортируясь в его мысли и желания, вырисовываясь в поступки, и в общем и целом именно от того, что у человека в

---

душе – зависит его жизненный путь. Именно потому, когда душа неспокойна – и дела все мирские идут кое-как, а то и вовсе замирают на время. И тогда человек пускается в поиск истины.

Истина – это душевное равновесие. Любой индивид стремится найти любое душевное равновесие, ибо бессознательно понимает, что оно поможет ему одержать вверх над другими в жизни и таким образом выведет его в лидеры. Именно потому душевное равновесие является краеугольным камнем базирования любых лидерских качеств. Ибо невозможно иначе, ведь когда в душе даже некогда самого сильного человека наступает внутренний «раздрай» - тотчас же сказывается это и на последующих поступках его, а значит и делах. Притом что сами дела в том представлении, о котором мы говорим, имея в виду лидера – могут и не идти совсем. Наступает затишье. Что неминуемо влечет за собой падение финансового достатка, а значит и душевные тяготы и страдания, ибо одно дело, не иметь деньги для тех, кто не успел вкусить преимущество наличия их, и совсем иное для тех, кто все имел и потерял.

Поиск истины. Пожалуй, это становится самым важным на этом этапе. Но что такое поиск истины? А это ведь и есть ничто иное, как поиск того, что принесет душевное равновесие.

Можно сколько угодно быть сильным. Можно, какое-то время, им не быть, но казаться. Но ведь все равно, рано или поздно, восторжествует правда, ибо все тайное когда-либо становится явным («Ибо нет ничего тайного, что не сделалось бы явным, ни сокровенного, что не сделалось бы известным и не обнаружилось бы», от Луки 8:17). А потому невозможно быть сильным все время, когда-то наступает и слабость, вместо взлета –

---

падение, вместо радости – печаль, равно как и вместо грусти всегда приходит радость.

Но вот что делать, когда грусть? Что делать, когда опускаются руки, и вроде как нет уже сил бороться, стремиться к чему-либо, идти вперед. Или когда вы там, наверху, и удерживаете уже долгое время свои лидерские позиции, но чем далее происходит это, тем нет-нет, да приходит мысль о том, что скоро наступит спад. И вот тут, зачастую, включается уже некий монитор отклонения, и бессознательно вы желаете, чтобы наступил этот спад, это падение, чтобы после него вновь подниматься.

Можно сказать так. В первую очередь, если случается появление таких мыслей, значит вы еще не до конца окрепли как лидер. Это и понятно, ведь зачастую лидерами становятся не те, которым все дано от рождения (такие часто не удерживают власть), а те, кто сам, камень за камушком воздвигал лестницу вверх. А значит были такие люди, до прихода их в лидерство, какое-то время и убогими и ущербными. Что, в свою очередь, означает, что отложилось в их подсознании соответствующая матрица, которая сформировавшись в доминанту, вызвала закрепление негативных установок в бессознательном психики. А значит нет-нет, да проявляет себя. Особенно при складывающихся неблагоприятных условиях бытия.

Но вот заметим, что самое важное для любого лидера, а равно как и для того, кто стремиться стать таковым, вера. Вера такая может быть во все угодно. Но ничто не имеет таких мощнейших корней в подсознании, как религия. Причем религия действующая, не тайная, ибо то, что наяву, то, что имеет массовый

---

характер, всякий раз подкрепляет незримо и веру человека. И укрепляет его, ибо, как бы не хотели мы, но каждый из нас так или иначе подключен к массовому сознанию, а значит и психология масс, и массовая психология (будь-то через средства массовой информации и коммуникации или еще каким образом) влияет на каждого. Пусть на кого-то совсем бессознательно, но влияет. Да и что такое бессознательное психики? Ведь знаем мы (и уже описывали в т.ч. и в этой книге) что любая информация, которая проходит мимо сознания индивида, так или иначе обрабатывает его сигнальными и репрезентативными системами, а значит откладывается в подсознании. И уже из подсознания влияет на сознание. То есть на поведение человека в реальности.

Вернемся к Вере. Вера в Бога является главным и основным, что может спасти душу человека. Спасти в настоящем, ибо грешен человек, и все-таки желает жить в настоящем, жить в реальности, в режиме здесь и сейчас. Понимая, конечно, что думать надо и о загробной жизни, но возможно такое только по-настоящему святым, а основная часть мирян, надо признать, все-таки бессознательно думает о том, что с нами будет в этой жизни, а не загробной. К сожалению, конечно, но это правда. Именно потому еще раз повторим: по-настоящему спасти душу человека может только религия и вера. Вера в Бога.

Понятно, что о вечной жизни всегда лучше скажут вам святые отцы, взявшие на себя перед Богом обязанность заботиться о пастве и овцах заблудших. Мы же скажем о том, что думать о настоящей жизни и верить в Бога, это лучше, чем не верить совсем. Ибо неверие – это еще и одиночество. Вера – это незримое соединение с миллионами других людей. Вера – это результат



---

формирования т.н. коллективной души. Вера – это спасение наше здесь и сейчас. Ведь вы и сами посудите, не может человек быть один. Хочет кто-то, считает что должен, но рано или поздно наступает в душе его надломление, которое не исцеляется (если не верующий он), а еще больше разрастается, превращаясь порой в жуткие душевные терзания. В итоге, ох как тяжела жизнь становится такого человека.

Иное дело, если верующий он. Тогда уже изначально не один такой человек. Ибо есть ему к кому обратиться за помощью. К кому? К Богу.

К Богу можно обращаться и наедине. Это наиболее может быть подходит для лидера, потому как официально он может казаться все таким же жестким и беспринципным, тогда как в душе...

А вот то, что в душе у лидера, об этом должен знать только Бог. Ибо люди слабы по природе своей мирской, а значит и предасть могут, и использовать слабость вашу (пусть и временную) во вред вам. Кто сознательно, кто бессознательно порадуется, неважно становится, ибо означает это все равно, что пошатнутся позиции ваши лидерские. И все то, к чему вы так долго (и порой мучительно) шли – может закончиться.

Незначем это. Бог. Для молитв и общения о сокровенном существует Бог. С ним общайтесь, у него просите, ибо “Просите, и дано будет вам; ищите, и найдете; стучите, и отворят вам” (Матф. 7:7).

И вот когда почувствуете вы, что вы не одни, когда поймете, что всегда кто-то есть свыше, кто управляет всеми нами, помогает или карает за грехи наши, требуя покаяния, тогда

---

улучшится и душевное самочувствие ваше, потому как подключитесь вы к вселенскому разуму, а вместе ведь и любое дело спорится...

## Философия лидера.

В данной главе речь пойдет, пожалуй, о самом главном, что позволяет человеку не только стать лидером в жизни, но и, собственно, жить.

Если вы стали на путь совершенствования себя в желании достигнуть высот в профессии или жизни (зачастую одно всегда тесно связано с другим) вы должны понимать, что необходимо кардинальное изменение собственной жизни, ибо невозможно достигнуть чего-то нового, не оставив прошлое. Пусть мертвые хоронят своих мертвецов, сказано в Библии («предоставь мертвым погребать своих мертвецов») (Мф, 8:21-22). Так же и мы призываем вас оставить все, что было доселе в прошлом, и идти вперед, в путь к собственному совершенствованию. Ибо всегда будет тяготить вас оковы прошлого.

Кто вы были в прошлом? Кем вы были раньше? Сейчас совсем неважно, как это было когда-то, потому как должны вы идти вперед, достигнув в высот собственного совершенствования для достижения благ, которые сами очертили для себя в этой жизни. Всегда, вы слышите, всегда необходимо ставить высочайшую планку (хотя и не без тени реальности, разумеется), к которой вам следует стремиться.

Что такое прошлое? Это крест ваш, который тяготит вас и который вы должны тащить за собой.

---

Что такое прошлое? Это цепи, которые опутали вас, мешая двигаться вперед.

Что такое прошлое? Это оковы и кандалы, которыми оковали вы сами себя.

И без избавления подобного весьма затруднительно будет движение вперед. Ибо мешает.

Избавьтесь от лишнего балласта. Это необходимо еще и потому, что если вы решили измениться, значит вы уже испробовали все иные пути. Так почему бы вам не принять необходимость сделать подобное именно сейчас. Ведь все, что от вас требуется на первом этапе – это решиться на это. Оставьте прошлое и начните будущее, живя в настоящем. В ином случае может и не быть всего.

На пути к изменениям, во чтобы то ни стало вы должны сохранять душевное спокойствие. Это всегда очень важно, а скорей всего и является самым важным в жизни. Ибо все беды и несчастья случаются, когда человек расстроен. А если он спокоен, если случилось что-то, то ему гораздо легче принять верное решение, чем действуя в состоянии аффекта, вызванного излишним нервным возбуждением.

Также вы должны понимать, что законы жизни и законы достижения благ земных цивилизаций зачастую весьма и весьма отличаются от того, что доселе формировало бессознательное индивида в процессе социализации (общения, чтения книг, просмотра фильмов, обучения в школе или вузовских лекционных курсов и т.п.). Все дело в том, что основная часть писателей классической литературы 18-19-20 веков (авторы, чтению книг которых обучают в школах на уроках литературы, и потому их

---

произведения прямым образом участвуют в наполнении информацией подсознания, а значит и сознания, ребенка и в последующем взрослого человека, формируя его жизненный путь) в большинстве своем были весьма и весьма оторваны от жизни. Да, в ряде случаев, в силу исключительного литературного таланта писатели классики видели жизнь, но, во-первых, жизнь ту, которая их окружала, т.е. дворянскую жизнь 18-19 века или пролетарскую жизнь 20 века, что вносило свои искажения в реальность, а во-вторых, писатели (как и художники) это все-таки творческая интеллигенция, т.е. люди в большинстве своем абсолютно не практичные в жизни. Но обладающие силой слова! Поэтому с одной стороны, они сочиняли некую модель идеального общества (обличая ли самодержавие, бюрократию и проч.), а с другой – были абсолютно оторваны от жизни, ибо, если бы не их не очень образованные, но исключительно практичные жены (зачастую из низших сословий в эпоху советского строя, или буржуа дореволюционной эпохи) не было бы им что есть и пить, а значит и писать. Ибо миф о том, что художник должен быть немного голодным – совершеннейший абсурд. Который, впрочем, сами художники и придумывали, словно бы доказывая, что служат в первую очередь слову, а не деньгам.

Деньгам. К сожалению, все служили и служат только деньгам. Не будет у вас денег – окажетесь на улице, нищими и оборванными. А много ли среди бомжей писателей?

Да, кстати, если оказывалось, что жены писателей вдруг принадлежали к такой же рафинированной интеллигенции как их мужья-писатели – то семья была обречена на нищенское существование и выживание.

---

Именно поэтому еще раз повторим: избавьтесь от оков прошлого. Избавьтесь от тех, кто мешает вам, тянет назад. Может это и хороший человек, и вы понимаете это, но ведь и простота хуже воровства. Пусть эти хорошие люди живут, пусть даже радуются жизни, но по своему, и, самое главное, без вас. А вы идите своим путем. Другим.

В свое время, понимание, что нужно идти другим путем, помогло Ульянову-Ленину совершить величайший в истории Октябрьский Переворот (как это называли сами большевики поначалу) или Революцию 1917 года, напрочь изменив строй. Сейчас у нас снова капитализм, правда, с российским оттенком. Но тут уже виной российско-пролетарская ментальность, ибо неправильно передернутая фраза Ленина о том, что кухарка может управлять государством (на самом деле в октябре 1917 года в статье «Удержат ли большевики государственную власть» Ленин сказал: «Мы не утописты. Мы знаем, что любой чернорабочий и любая кухарка не способны сейчас же вступить в управление государством. ...») не одно десятилетие будоражила умы малопросвещенных пролетариев.

Итак, избавьтесь от оков прошлого. Избавьтесь от тех, кто мешает вам на вашем инновационном пути развития. Не общайтесь с теми, кто затрудняет ваше совершенствование как личности. А также избавьтесь от тех, кто помнит вас таким, каким вы были раньше.

К сожалению, основная часть людей не хочет стремиться развиваться, поэтому немудрено, что через время человек, который все время учится и совершенствуется, перерастает бывших знакомых, товарищей, друзей, близких и идет вперед.

---

Вернее, должен идти вперед. А если он продолжает поддерживать отношения, то волей-неволей и затрудняет собственное движение вперед. Ибо он не идет вперед, а если и пытается идти – то груз прошлого затрудняет его движение и тянет назад. Это очень важно понимать и делать соответствующие выводы.

### Самое главное.

И напоследок мы оставили для вас самое главное, чем вы должны руководствоваться в жизни, и что вам самым непеременимым образом поможет.

Запомните: всем в мире движет такая психическая функция сознания – как восприятие. Согласно нашему восприятию – происходит вера и безверие, страдания душевные и беды и наоборот – удача и счастье. Вообще все.

И это верно, также как и то, что все, что происходит с вами в жизни – зависит от вас самих. Например, ваше поведение в прошлом – влияет на жизненные ситуации в вашем будущем. Например, ваши мысли – влияют на то, что с вами происходит в режиме здесь и сейчас, и что произойдет в ближайшее время. Не Бог и не маги с гадалками и прочей дьявольщиной – никогда не в силах повлиять на человека, если он сам того не захочет. А если влияет – значит человек сам себя ранее запрограммировал на совершение подобного, т.е. внушил себе то, чего в действительности нет.

Поэтому перестаньте верить в чудеса и ходить по экстрасенсам и прочим мошенникам. Не верьте также, что Бог вас может наказать, или дьявол. Нет. Перестаньте верить в ворожбу и порчу, перестаньте верить в сглазы и проклятия с заклинаниями,

---

перестаньте верить в суеверия. Дарите на праздники любое количество цветов (а не обязательно как верят язычники – четное покойникам, нечетное живым), не бойтесь выносить по вечерам мусор из квартиры, не бойтесь считать по вечерам деньги, не верьте в такой языческий ужас как фен-шуй, не верьте в гороскопы и вообще, живите с Богом в душе и помните, что Бог никого не наказывает и никому не позволяет чтобы вас кто-то наказал, ибо Господь сотворил этот мир, и только он единственный управляет созданным миром. И вот как раз Бог – дал человеку свободную волю. А это значит, что до смерти вашей – не будет он вас судить. Ну а уж что будет после смерти – это описываем мы в иных, богословских книгах. Да и незачем вам задаваться сейчас вопросом что будет после, ибо должны вы жить достойно сейчас, и помнить великую истину, от которой зависит то, как вы проживете эту жизнь: И как хотите, чтобы с вами поступали люди, так и вы поступайте с ними. Удачи!

## **Часть 4. Авторские методики терапии, аутотренинга, запоминания и манипуляций Зелинского.**

34.Блоки манипуляций Зелинского (Шесть блоков приемов манипулирования. Универсальные показатели противодействия манипуляциям).

35.Метод Анти-Манипуляций Зелинского.

36.Метод Постижения Информации Зелинского.

37.Два метода аутотренинга Зелинского.

---

## Шесть блоков приемов манипулирования.

1. Манипуляции сознанием (С.А.Зелинский, 2003).
2. Способы манипулирования психическим сознанием человека (С.А.Зелинский, 2008).
3. Психологические приемы манипулятивной подачи информации. (С.А.Зелинский, 2009).
4. Способы воздействия на масс-медиа-аудиторию с помощью манипуляций. (С.А.Зелинский, 2009).
5. Манипулирование согласно пяти психотипам. (С.А.Зелинский, 2010).
6. Способы манипулятивного психопрограммирования (С.А.Зелинский, 2010).

Универсальные показатели противодействия манипуляциям (С.А.Зелинский, 2008).

## Манипуляции сознанием (С.А.Зелинский, 2003).

1. Провокация подозрения.

Манипулятор изначально ставит испытуемого в критические условия, когда убежденно выдвигает заявление типа: «Вы думаете, я буду вас уговаривать?...», что предполагает т. н. обратный эффект, когда тот, над кем проводят манипуляции, начинает убеждать манипулятора в обратном, и, тем самым, проговаривая несколько раз установку, бессознательно склоняется к мнению о честности в чем-то убеждавшего его человека.



---

Тогда как по всем условиям - честность эта ложная. Но если при определенных условиях он бы это понимал, что в данной ситуации грань между ложью и восприимчивостью правды стирается. А значит, манипулятор добивается своей цели.

Защита — не обращать внимание и верить в себя.

## 2. Ложная выгода противника.

Манипулятор своими определенными словами как бы изначально ставит под сомнение собственные доводы, ссылаясь на якобы более выгодные условия, в которых находится его оппонент. Что, в свою очередь, заставляет этого оппонента оправдываться в желании убедить партнера и снять с себя подозрение. Тем самым, тот над кем состоялась манипуляция, бессознательно снимает с себя какую-либо установку на цензуру психики, на оборону, позволяя проникнуть в свою ставшую беззащитной психику атаки со стороны манипулятора. Слова манипулятора, возможные в подобной ситуации: «Вы так говорите, потому что сейчас от этого требует ваше положение...»

Защита — такие слова как: «да, я так говорю, потому что у меня такое положение, я прав, а вы должны меня слушаться и подчиняться».

## 3. Агрессивная манера ведения разговора.

При использовании данного приема манипулятор берет изначально высокий и агрессивный темп речи, чем бессознательно ломает волю оппонента. К тому же оппонент в таком случае не может должным образом обработать всю получаемую информацию. Что вынуждает его соглашаться с информацией от манипулятора, бессознательно к тому же желая, чтобы все это поскорее прекратилось.

---

Защита — сделать искусственную паузу, прервать быстрый темп, снизить агрессивный накал беседы, перевести диалог в спокойное русло. В случае необходимости на какое-то время можно удалиться, т.е. прервать беседу, а после — когда манипулятор успокоится — беседу продолжить.

#### 4. Мнимое непонимание.

В данном случае определенная хитрость достигается следующим образом. Манипулятор, ссылаясь на выяснение для себя правильности только что услышанного, повторяете сказанные вами слова, но внося в них свой смысл. Произносимые слова могут быть наподобие: «Извините, правильно ли я вас понял, вы говорите что...», — и дальше он повторяет 60-70% того, что услышал от вас, но конечный смысл искажает путем ввода другой информации, информации — необходимой ему.

Защита — четкое уточнение, возвращение назад и повторно объяснить манипулятору что вы имели в виду, когда говорили то-то и то-то.

#### 5. Ложное соглашательство.

В этом случае манипулятор как будто соглашается с информацией, полученной от вас, но тут же вносит свои коррективы. По принципу: «Да, да, все правильно, но...».

Защита — верить в себя и не обращать внимание на манипулятивные приемы в беседе с вами.

#### 6. Провокация на скандал.

Вовремя сказанными обидными словами манипулятор пытается вызвать своими насмешками в вас гнев, ярость, непонимание, обиду и проч., чтобы вывести вас из себя, и добиться намеченного результата.

---

Защита — твердый характер, сильная воля, холодный разум.

#### 7. Специфическая терминология.

Данным способом манипулятор добивается у вас бессознательного принижения вашего статуса, а также развития чувства неудобства, в результате чего вы (из ложной скромности или неуверенности в себе) стесняетесь переспросить значение того или иного термина, что дает возможность манипулятору возможность повернуть ситуацию в нужное ему русло, сославшись при необходимости на якобы ваше одобрение ранее сказанных им слов. Ну а принижение статуса собеседника в разговоре позволяет оказаться в изначально выигрышном положении и добиться в итоге необходимого.

Защита — переспрашивать, уточнять, делать паузу и возвращаться при необходимости назад, ссылаясь на желание лучше понять, что от вас требуется.

#### 8. Использование эффекта ложного подозрения в ваших словах.

Применяя подобную позицию психо-воздействия манипулятор как бы изначально ставит собеседника в положение защищающегося. Пример используемого монолога: «Вы думаете, я буду вас в чем-то уговаривать, убеждать...», — что уже как бы вызывает у объекта желание убедить манипулятора, что это не так, что вы к нему (к манипулятору) изначально хорошо расположены и т. п. Тем самым объект как бы сам раскрывает себя для бессознательного согласия с теми словами манипулятора, которые последуют вслед за этим.

---

Защита — такие слова, как: «Да. Я думаю, что вы должны меня попытаться в этом убедить, иначе я вам не поверю и дальнейшее продолжение беседы не получится».

#### 9. Ссылка на «великих».

Манипулятор оперирует цитатами из речей известных и значительных людей, спецификой устоев и принципов, принятых в обществе и проч. Тем самым манипулятор бессознательно принижает ваш статус, мол, посмотрите, все уважаемые и известные люди говорят так, а вы считаете совсем иначе, а кто вы, а кто они и т. п., — примерно подобная ассоциативная цепочка бессознательно должна появиться у объекта манипуляций, после чего объект, собственно, таким объектом и становится.

Защита — вера в свою исключительность и «избранность».

#### 10. Формирование ложной глупости и неудачливости.

Высказывание типа — это банально, это полная безвкусица и проч., — должны сформировать у объекта манипуляций изначальное бессознательное принижение его роли, и сформировать искусственную зависимость его от мнения других, что подготавливает зависимость данного человека от манипулятора. А значит, манипулятор может практически безбоязненно продвигать через объект манипуляций свои идеи, сподвигая объект на решение проблем, необходимых манипулятору. То есть, другими словами, — почва для манипуляций уже подготовлена самими манипуляциями.

Защита — не поддаваться на провокации и верить в собственный разум, знания, опыт, образование, проч.

#### 11. Навязывание мыслей.

---

В данном случае посредством постоянно или периодически повторяемых фраз, манипулятор приучает объект к какой-либо информации, которую собирается до него донести.

На подобной манипуляции строится принцип рекламы. Когда сначала перед вами многократно появляется какая-либо информация (причем независимо от вашего сознательного одобрения или отрицание ее), а потом, когда человек сталкивается с необходимостью выбора какого-либо товара, бессознательно из нескольких видов товара неизвестных марок он выбирает ту, о которой уже где-то слышал. Причем, исходя из того, что посредством рекламы доносится исключительно положительное мнение о товаре, то значительно большая вероятность, что в бессознательном человека сформировано исключительно положительное мнение о данном товаре.

Защита — изначальный критический анализ любой поступаемой информации.

12. Недоказанность, с намеками на некие особые обстоятельства.

Это способ манипулирования посредством особого рода недоговоренностей, формирующих в объекте манипуляций ложную уверенность в сказанном, посредством бессознательного домысливания им тех или иных ситуаций. Причем, когда в итоге оказывается что он «не так понял», у подобного человека практически отсутствует какая-либо составляющая протеста, т. к. бессознательно он остается уверен, что сам виноват, потому что не так понял. Тем самым объект манипуляций вынужденно (бессознательно — осознано) принимает навязываемые ему правила игры.

---

В контексте подобного обстоятельства вероятнее всего имеет смысл разделять на манипулирование с учетом как неожиданного для объекта, так и вынужденного, когда объект в итоге понимает, что стал жертвой манипуляций, но вынужденно принимает их из-за невозможности конфликта с собственной совестью и какими-то заложенными в его психику установками в виде норм поведения, базирующихся на определенных устоях общества, которые не дают такому человеку (объекту) сделать обратный ход. Причем, соглашение с его стороны может быть продиктовано как ложно вызываемом в нем чувством вины, так и, своего рода, моральным мазохизмом, вынуждающим бессознательно наказывать себя.

#### 13. Мнимая невнимательность.

В данной ситуации, объект манипуляции попадает в ловушку манипулятора, играющего на собственной якобы невнимательности, чтобы после, добившись своего, сослаться на то, что он якобы не заметил (прослушал) протест со стороны оппонента. При этом он уже фактически ставит объект перед фактом совершенного.

Защита — уточнять и переспрашивать недопонятое вами.

#### 14. Принижение иронии.

В результате изреченных в нужный момент мыслей о ничтожности собственного статуса манипулятор как бы вынуждает объект утверждать обратное и всячески возвышать манипулятора. Тем самым последующие манипулятивные действия манипулятора становятся не заметны для объекта манипуляций.

---

Защита — если манипулятор считает что он «ничтожен» — необходимо и дальше подавать его волю, усилив в нем подобное ощущение, так чтобы у него и мысли больше не возникло манипулировать вами, а при виде вас у манипулятора возникало желание подчиниться вам или обходить вас стороной.

#### 15. Ориентированность на плюсы.

В этом случае манипулятор концентрирует разговор только на плюсах, тем самым продвигая свою идею и в конечном итоге добиваясь манипуляций над психикой другого человека.

Защита — высказать ряд противоречивых утверждений, уметь говорить «нет», и т.п.

### Способы манипулирования психическим сознанием человека (С.А.Зелинский, 2008).

#### 1. Ложное переспрашивание, или обманчивые уточнения.

В данном случае манипулятивный эффект достигается за счет того, что манипулятор делает вид, что желает получить что-то уяснить для себя, переспрашивает вас, однако повторяет ваши слова только вначале и далее только частично, внося в смысл вами ранее сказанного другой смысл, тем самым изменяя общее значение сказанного в угоду себе.

В таком случае следует быть предельно внимательным, всегда вслушиваться в то, о чем вам говорят, и, заметив подвох — уточнять ранее вами сказанное; причем уточнять даже в том случае, если манипулятор, делая вид, что не замечает ваше стремление к уточнению, старается перейти на другую тему.

#### 2. Нарочитая поспешность, или перескакивание тем.

---

Манипулятор в данном случае стремится после озвучивания какой-либо информации — спешно перейти на другую тему, понимая, что ваше внимание тут же переориентируется на новую информацию, а значит, повышается вероятность того, что прежняя информация, которая не была «опротестована», дойдет до подсознания слушателя; если информация доходит до подсознания, то известно что после того как любая информация оказывается в бессознательном (подсознании), через время она осознается человеком, т.е. переходит в сознание. Причем если манипулятор дополнительно усилил свою информацию эмоциональной нагрузкой, а то и ввел ее в подсознание методом кодирования, то такая информация появится в нужный манипулятору момент, который он сам и спровоцирует (например, используя принцип «якорения» из НЛП, или, другими словами, активировав код).

Кроме того, в результате поспешности и перескакивания тем, становится возможным за сравнительно небольшой период времени «озвучить» большое количество тем; а значит, цензура психики не успеет пропустить все через себя и повышается вероятность того, что определенная часть информации проникнет в подсознание и уже оттуда будет воздействовать на сознание объекта манипуляций в выгодном манипулятору ключе.

3. Стремление показать свое безразличие, или псевдоневнимательность.

В данном случае манипулятор старается как можно безразличней воспринимать и собеседника и получаемую информацию, тем самым бессознательно заставляя человека стараться во что бы то ни стало убедить манипулятора в своей



---

значимости для него. Тем самым манипулятору остается только управлять исходящей от объекта своих манипуляций информацией, получая те факты, которые ранее объект не собирался выкладывать. Подобное обстоятельство со стороны человека, на которого направлена манипуляция, заложено в законах психики, вынуждая любого человека стремиться во что бы то ни стало доказать свою правоту, убедив манипулятора (не подозревая, что это манипулятор), и используя для этого имеющийся арсенал логической управляемости мыслей, — то есть преподнесение новых обстоятельств дела, фактов, которые, по его мнению, могут ему в этом помочь. Что оказывается на руку манипулятору, который выведывает необходимую ему информацию.

В качестве противодействия в данном случае рекомендуется усилить собственный волевой контроль и не поддаваться на провокации.

#### 4. Ложная ущербность, или мнимая слабость.

Данный принцип манипуляции направлен на стремление со стороны манипулятора показать объекту манипуляций свою слабость, и тем самым добиться желаемого, потому что если кто-то слабее, включается эффект снисходительности, а значит цензура психики человека начинает функционировать в расслабленном режиме, как бы не воспринимая поступающую от манипулятора информацию всерьез. Таким образом, информация, исходящая от манипулятора, проходит сразу в подсознание, откладывается там в виде установок и паттернов поведения, а значит манипулятор достигает своего, потому как объект манипуляций сам того не подозревая через время начнет

---

выполнять заложенные в подсознание установки, или, другими словами, выполнять тайную волю манипулятора.

Главным способом противостояния является полный контроль информации, исходящей от любого человека, т.е. любой человек это противник, и его надо воспринимать всерьез.

#### 5. Ложная влюбленность, или усыпление бдительности.

За счет того, что один индивид (манипулятор) разыгрывает перед другим (объект манипуляций) влюбленность, чрезмерное уважение, почитание и т.п. (т.е. выражает свои чувства в подобном ключе), он добивается несравненно большего, нежели чем, если бы открыто о чем-то просил.

Чтобы не поддаваться таким провокациям — следует иметь, как говорил когда-то Ф.Э.Дзержинский, «холодный разум».

#### 6. Яростный напор, или непомерный гнев.

Манипуляция в этом случае становится возможной в результате немотивированной ярости со стороны манипулятора. У человека, на которого направлены такого рода манипуляции, возникнет желание успокоить того, кто гневается на него. Для чего он подсознательно готов идти на уступки манипулятору.

Способы противодействия могут быть различными, в зависимости от навыков объекта манипуляций. Например, можно в результате «подстройки» (т.н. калибровка в НЛП) сначала инсценировать в себе схожее с манипулятором состояние духа, а после, успокоившись, успокоить и манипулятора. Или, например, можно показать свое спокойствие и абсолютное безразличие к гневу манипулятора, тем самым сбив его с толку, а значит лишить его манипулятивного преимущества.

---

Можно самому резко взвинтить темп собственной агрессивности речевыми приемами одновременно с легким касанием манипулятора (его кисти, плеча, руки...), и дополнительным визуальным воздействием, т.е. в данном случае мы перехватываем инициативу, а с помощью одновременного воздействия на манипулятора с помощью визуального, аудиального и кинестетического раздражителя — вводим его в состояние транса, а значит и зависимости от вас, потому что в этом состоянии манипулятор сам становится объектом нашего воздействия и мы можем ввести в его подсознание определенные установки, т.к. известно, что в состоянии гнева любой человек подвержен кодированию (психопрограммированию).

Можно использовать и другие приемы противодействия. Следует помнить, что в состоянии гнева человека легко рассмешить. О такой особенности психики следует знать и вовремя использовать.

#### 7. Быстрый темп, или неоправданная спешка.

В данном случае мы должны говорить о стремлении манипулятора за счет навязанного излишне быстрого темпа речи протолкнуть какие-то свои идеи, добившись утверждения их объектом манипуляций. Подобное становится возможным и тогда, когда манипулятор, прикрываясь якобы отсутствием времени, добивается от объекта манипуляций несравненно большего, чем, если бы подобное происходило в течение длительного периода времени, за которое объект манипуляций успел бы обдумать свой ответ, а значит и не стать жертвой обмана (манипуляций).

В данном случае следует взять тайм-аут (например, сослаться на срочный звонок по телефону и т.п.), чтобы сбить

---

манипулятора с заданного им темпа. Для этого можно разыграть непонимание какого-то вопроса и «тупого» переспрашивания, и т.п.

8. Излишняя подозрительность, или вызывание вынужденных оправданий.

Подобный вид манипуляции происходит в случае, когда манипулятор разыгрывает подозрительность в каком-либо вопросе. Как ответная реакция на подозрительность у объекта манипуляций следует желание оправдаться. Тем самым защитный барьер его психики ослабевает, а значит, манипулятор добивается своего, «проталкивая» в его подсознание нужные психологические установки.

Вариантом защиты является осознания себя как личности и волевое противостояние попытке любого манипулятивного воздействия на вашу психику (т.е. вы должны продемонстрировать собственную уверенность в себе и показать, что если манипулятор вдруг обидится — то пусть обижается, а если захочет уйти — вы не побежите за ним вслед; подобное следует взять на вооружение «влюбленным»: не давайте собой манипулировать).

9. Мнимая усталость, или игра в утешение.

Манипулятор всем своим видом показывает усталость и невозможность что-то доказывать и выслушивать какие-либо возражения. Тем самым объект манипуляций старается побыстрее согласиться со словами, приводимыми манипулятором, чтобы не утомлять его своими возражениями. Ну а, соглашаясь, он тем самым идет на поводу у манипулятора, которому только это и нужно.

---

Способом противодействия является одно: не поддаваться на провокации.

10. Авторитетность манипулятора, или обман власти.

Этот вид манипуляций исходит из такой специфики психики индивида, как поклонение авторитетам в какой-либо области. Чаще всего оказывается так, что сама область, в которой подобный «авторитет» достиг результата, лежит совсем в иной сфере, чем его мнимая «просьба» сейчас, но, тем не менее, объект манипуляций не может ничего с собой поделать, так как в душе большинство людей считает, что всегда есть кто-то, кто достиг большего, чем они.

Вариантом противостояния — вера в собственную исключительность, сверх-личность; развитие в себе убеждение в собственной избранности, в том, что вы — сверх-человек.

11. Оказанная любезность, или плата за помощь.

Манипулятор о чем-либо «заговорщески» сообщает объекту манипуляций, словно бы советуя по-дружески принять то или иное решение. При этом, явно прикрываясь мнимой дружбой (на самом деле они могут быть впервые знакомы), в качестве совета склоняет объект манипуляций к тому варианту решения, который необходим в первую очередь манипулятору.

Необходимо верить в себя и помнить, что за все надо платить. И лучше платить сразу, т.е. перед тем, как с вас потребуют плату в виде благодарности за оказанную услугу.

12. Соппротивление, или разыгрываемый протест.

Манипулятор какими-либо словами будоражит в душе объекта манипуляций чувства, направленные на преодоление возникшего барьера (цензуры психики), в стремлении добиться

---

своего. Известно, что психика устроена таким образом, что человек в большей мере хочет того, что ему или запрещают или же для достижения чего необходимо приложить усилия.

Тогда как то, что может быть и лучше и важнее, но лежит на поверхности, на самом деле часто не замечают.

Способом противодействия является уверенность в себе и воля, т.е. всегда следует надеяться только на себя, и не поддаваться слабостям.

### 13. Фактор частности, или от деталей к ошибке.

Манипулятор заставляет объект манипуляций обратить внимание только на одну конкретную деталь, не дав заметить главного, и на основании этого сделать соответствующие выводы, принимаемые сознанием того за безальтернативную основу смысла сказанного. Следует заметить, что подобное весьма распространено в жизни, когда большинство людей позволяет себе делать о каком-либо предмете свое мнение, фактически не располагая ни фактами, ни более подробной информацией, а зачастую, и не имея собственного мнения о том, о чем они судят, пользуясь мнением других. Поэтому такое мнение оказывается возможным им навязать, а значит, манипулятору добиться своего.

Для противодействия следует постоянно работать над собой, над повышением собственных знаний и уровня образования.

### 14. Ирония, или манипуляции с усмешкой.

Манипуляции достигаются за счет того, что манипулятор выбирает изначально ироничный тон, словно бессознательно ставя под сомнение любые слова объекта манипуляций. В этом случае объект манипуляций значительно быстрее «выходит из себя»; а

---

так как при гневe затруднена критичность мышления, человек входит в ИСС (измененные состояния сознания), в которых сознание легко пропускает через себя раннее запретную информацию.

Для эффективной защиты следует показать свое полное безразличие манипулятору. Ощущение себя сверх-человеком, «избранным», поможет снисходительно относиться к попытке манипулирования вами — как к детским забавам. Подобное состояние интуитивно тут же почувствует манипулятор, потому что у манипуляторов обычно хорошо развиты органы чувств, что, заметим, и позволяет им почувствовать момент для проведения своих манипулятивных приемов.

#### 15. Перебивание, или уход мысли.

Манипулятор добивается своего постоянным перебиванием мысли объекта манипуляций, направляя тему беседы в нужное манипулятору русло.

В качестве противодействия можно не обращать внимание на перебивания манипулятора, или специальными речевыми психотехниками добиться высмеивания его среди слушателей, потому что если над человеком смеются — все его последующие слова уже не воспринимаются всерьез.

#### 16. Провоцирование мнимости, или надуманность обвинений.

Подобного рода манипуляции становятся возможными в результате сообщения объекту манипуляций тех сведений, которые способны вызвать у него гнев, а значит и снижение критичности в оценке предполагаемой информации. После чего такой человек оказывается сломлен на какой-то промежуток

---

времени, за который и достигается манипулятором навязывание ему своей воли.

Защита — верить в себя и не обращать внимание на других.

17. Заманивание в ловушку, или мнимое признание выгоды оппонента.

В этом случае манипулятор, осуществляя акт манипуляции, намекает на более выгодные условия, в которых якобы находится оппонент (объект манипуляций), тем самым заставляя последнего всячески оправдываться, и становиться открытым для манипуляций, которые обычно следуют вслед за этим со стороны манипулятора.

Защита — осознание себя сверхличностью, а значит вполне разумном «возвышении» над манипулятором, тем более, если он еще и сам себя считает «ничтожеством». Т.е. в этом случае надо не оправдываться, что мол, нет, я не нахожусь сейчас выше вас по статусу, а признать, усмехаясь, что да, я выше вас, вы в моей зависимости, и должны принимать это или...

Таким образом, вера в себя, вера в собственную исключительность помогут преодолеть любые ловушки на пути вашему сознанию со стороны манипуляторов.

18. Обман на ладони, или имитация предвзятости.

Манипулятор намерено ставит объект манипуляций в некие заданные условия, когда человек, выбранный в качестве объекта манипуляций, стремясь отвести от себя подозрение в излишней предвзятости по отношению к манипулятору, дает осуществиться над собой манипуляциям за счет бессознательного убеждения в добрых намерениях манипулятора. То есть, он словно



---

бы сам дает себе установку не реагировать критично на слова манипулятора, тем самым бессознательно предоставляет возможность словам манипулятора пройти в свое сознание.

19. Намеренное заблуждение, или специфическая терминология.

В данном случае манипулирование осуществляется за счет использования манипулятором специфических терминов, не понятных объекту манипуляций, а у последнего, из-за опасности показаться неграмотным, не хватает смелости уточнить, что эти термины обозначают.

Способ противодействия — переспрашивать и уточнять непонятное для вас.

20. Навязывание ложной глупости, или через унижение к победе.

Манипулятор стремится всяческим образом низвести роль объекта манипуляций, намекая на его глупость и безграмотность, чтобы таким образом дестабилизировать положительный настрой психики объекта манипуляций, ввергнуть его психику в состояние хаоса и временного замешательства, и таким образом добиться выполнением над ним своей воли посредством словесных манипуляций и (или) кодирования психики.

Защита — не обращать внимание. Рекомендуется вообще меньше обращать внимание на смысл слов манипулятора, а больше на детали вокруг, жесты и мимику, или вообще делать вид что слушаете, а сами думайте «о своем», особенно если перед вами опытный мошенник или криминальный гипнотизер.

21. Повторяемость фраз, или навязывание мыслей.

---

При этом виде манипуляции, за счет многократно повторенных фраз, манипулятор приучает объект манипуляций к какой-либо информации, которую собирается до него донести.

Защитная установка — не фиксировать внимание на словах манипулятора, слушать его «в пол уха», или специальными речевыми приемами перевести разговор на другую тему, или перехватить инициативу и самому ввести нужные вам установки в подсознание собеседника-манипулятора, или многие другие варианты.

22. Ошибочное домысливание, или недоговоренность поневоле.

В этом случае манипуляции достигают своего эффекта за счет:

- 1) умышленной недоговоренности манипулятором;
- 2) ошибочном домысливании объектом манипуляций.

При этом даже в случае обнаружения обмана, у объекта манипуляций складывается впечатление о собственной виновности вследствие того, что он не так понял, или что-то не расслышал.

Защита — исключительная уверенность в себе, воспитание сверх-воли, формирование «избранности» и сверх-личности.

23. Мнимая невнимательность.

В данной ситуации объект манипуляции попадает в ловушку манипулятора, играющего на собственной якобы невнимательности, чтобы потом, добившись своего, сослаться на то, что он якобы не заметил (прослушал) протест со стороны оппонента. Причем в результате подобного манипулятор

---

фактически ставит объект манипуляций перед фактом совершенного.

Защита — четко выяснять смысл «достигнутых договоренностей».

24. Скажи «да», или путь к согласию.

Манипуляции подобного рода осуществляются за счет того, что манипулятор стремится так построить диалог с объектом манипуляций, чтобы тот все время соглашался с его словами. Тем самым манипулятор умело подводит объект манипуляций к проталкиванию своей идеи, а значит и осуществлению над ним манипуляции.

Защита — сбить направленность беседы.

25. Неожиданное цитирование, или слова оппонента в качестве доказательства.

В данном случае манипулятивное воздействие достигается за счет неожиданного цитирования манипулятором ранее сказанных слов оппонента. Подобный прием действует обескураживающе на выбранный объект манипуляций, помогая манипулятору добиться результата. При этом в большинстве случаев сами слова могут быть частично вымышленными, т.е. иметь иной смысл, чем по данному вопросу ранее говорил объект манипуляций. Если говорил. Потому как слова объекта манипуляций могут быть попросту вымышленными от и до, или иметь лишь незначительную схожесть.

Защита — тоже применить прием ложного цитирования, выбрав в данном случае якобы сказанные слова манипулятора.

26. Эффект наблюдения, или поиск общих черт.

---

В результате предварительного наблюдения за объектом манипуляций (в т. ч. в процессе диалога), манипулятор находит или выдумывает любую схожесть между собой и объектом, ненавязчиво обращает внимание объекта на эту схожесть, и тем самым частично ослабляет защитные функции психики объекта манипуляций, после чего проталкивает свою идею.

Защита — резко выделить словами свою непохожесть на собеседника-манипулятора.

#### 27. Навязывание выбора, или изначально верное решение.

В этом случае манипулятор задает вопрос таким образом, что не оставляет объекту манипуляций возможности принятия иного выбора, нежели чем тот, который озвучен манипулятором. (Например, вы желаете делать это или это? В данном случае ключевое слово «делать», тогда как изначально объект манипуляций, быть может, ничего делать и не собирался. Но ему не оставили права выбора, кроме как выбора между первым и вторым.)

Защита — не обращать внимание, плюс волевой контроль любой ситуации.

#### 28. Неожиданное откровение, или внезапная честность.

Данный вид манипуляции заключается в том, что после непродолжительной беседы манипулятор вдруг доверительно сообщает выбранному им в качестве манипуляций объекту, что он намерен сообщить что-то секретное и важное, что предназначается только ему, потому как этот человек ему очень понравился, и он чувствует, что может доверить ему правду. При этом у объекта манипуляций бессознательно возникает доверие к такого рода откровению, а значит уже можно говорить об ослаблении

---

защитных механизмов психики, которая посредством ослабления цензуры (барьера критичности) пропускает в сознание-подсознание ложь со стороны манипулятора.

Защита — не поддаваться на провокации, и помнить, что всегда можно надеяться только на себя. Другой человек может всегда подвести (сознательно, бессознательно, по принуждению, под воздействием гипноза и проч.)

#### 29. Внезапный контраргумент, или коварная ложь.

Манипулятор неожиданно для объекта манипуляций ссылается на слова, якобы сказанные тем ранее, в соответствии с которыми манипулятор как бы попросту дальше развивает тему, отталкиваясь от них. У объекта манипуляций после подобных «откровений» появляется чувство вины, в его психике должны окончательно сломаться барьеры, выдвигаемые на пути тех слов манипулятора, которые до этого он воспринимал с определенной долей критичности. Подобное возможно еще и от того, что большинство из тех, на которые направлена манипуляция, внутренне неустойчивы, обладают повышенной критичностью по отношению к себе, а потому, подобная ложь со стороны манипулятора превращается в их сознании в ту или иную долю правды, которая в результате и помогает манипулятору добиться своего.

Защита — воспитание силы воли и исключительной уверенности и уважения к себе.

#### 30. Обвинение в теории, или мнимое отсутствие практики.

Манипулятор в качестве неожиданного контраргумента выдвигает требование, согласно которому слова выбранного им объекта манипуляции как бы хороши только в теории, тогда как на

---

практике ситуация якобы будет иной. Тем самым бессознательно давая понять объекту манипуляций, что все слова, только что услышанные манипулятором, ничего из себя не представляют и хороши только на бумаге, а в реальной ситуации все будет складываться по-другому, а значит, собственно, опираться на такие слова нельзя.

Защита — не обращать внимание на домыслы и предположения других людей и верить только в силу своего разума.

## Психологические приемы манипулятивной подачи информации. (С.А.Зелинский, 2009).

### 1. Подача информации на фоне незаинтересованности.

Если человек будет думать что мы его не хотим в чем-то убедить, то подсознательно он тем самым будет больше нам верить, а значит сработает один из механизмов внушения наяву, т.к. таким образом удастся ввести в его мозг нужную информацию.

### 2. Подача информации на фоне транса.

Транс, если коротко, это усталость внимания. В состоянии транса психика человека чрезвычайно восприимчива к запоминанию любой информации (вследствие дезадаптации внимания по причине нарушения у объекта процесса верификации по причине ослабления работы цензуры психики).

### 3. Подача информации на фоне эмоционального возбуждения объекта.

Информация, преподносимая на фоне сильного эмоционального возбуждения объекта манипуляций (страх,

---

ненависть, любовь, восторженность, и т.п.) практически целиком откладывается в подсознании, т.к. барьер критичности между психикой (мозгом) и внешней средой ослаблен. Беспрепятственно проникая в мозг, такая информация последовательно формирует очаговое возбуждение в коре головного мозга (доминанту), установку в подсознании, и паттерн поведения в бессознательном, т.е. смысловая сущность подаваемой в состоянии аффекта объекта информации прочно закрепляется в его подсознании, и далее оказывает влияние на формирование у такого человека мыслей и поступков.

#### 4. Подача информации на фоне благодетели.

Перед тем как ввести в мозг объекта нужную информацию, манипуляторы выступают в роли благодетеля, например, предоставляя объекту нечто, о чем он до этого мечтал, чего желал, к чему стремился, и проч. Таким образом удастся преодолеть барьер критичности, заглушив цензуру психики, а значит информация, поступающая от манипуляторов будет восприниматься объектом в качестве чего-то нужного и полезного, т.к. личина манипулятора бессознательно будет подменена маской «благодетеля».

#### 5. Подача информации на фоне доверия.

Манипуляторы добиваются предварительного доверия к ним со стороны объекта, после чего спокойно обманывают ничего не подозревавшую жертву.

#### 6. Подача информации на фоне предварительного совместного участия в каком-либо деле, мероприятии, испытании, и проч.

---

Как известно, общее дело всегда сближает, выделяя подобного рода «коллег» из числа остальных. В психике человека заложено бессознательное стремление к отличию от других. На данной особенности играют манипуляторы, предварительно войдя, таким образом, в доверие, и далее уже практически беспрепятственно навязывая ничего не подозревающему объекту свои правила игры.

7. Подача информации на фоне предварительного поручительства влиятельного лица.

В этом случае для эффективности осуществления манипулятивного воздействия прикрываются поручительством кого-то, и, заручившись его поддержкой, действуют якобы с его слов, т.е. согласно полномочий, которыми он наделил манипуляторов. При этом само поручительство может быть истинным, ложным, или не до конца истинным (например, получив «добро» на выполнении отдельной миссии, подобное «добро», уже не ставя в известность влиятельное лицо, проецируют на другие, необходимые манипуляторам, дела.

8. Подача ложной информации на фоне правдивой.

В случае осуществления данного вида манипуляций исходят из свойства психики воспринимать всю информацию как правдивую, если подавляющее большинство фактов подтверждается, или не вызывает сопротивления у объекта. Поэтому, например, на фоне 95-99% правдивой информации, т.е. той, что объект может проверить, 1-5% ложной информации воспримется психикой объекта как информация правдивая.

9. Подача информации на фоне предварительной «подстройки» к настроению объекта.



---

Например, если он кого-то критикует, следует подать информацию на фоне критики, если хвалит — на фоне похвалы, и т.д.

10. Подача информации на фоне 100% невозможности проверить факты из преподносимой информации.

В ряде случаев бывает, когда невозможно проверить преподносимые факты. В этом случае, если речь манипулятора убедительная («искренняя») такому человеку верят.

11. Подача информации на фоне предварительно сформированного доверия со стороны объекта.

Предварительно добившись доверия, манипуляторы снимают барьер критичности на пути ввода в мозг (психику) объекта информации, характер которой может носить манипулятивный оттенок.

12. Подача информации на фоне исключительной веры в собственные слова.

В этом случае объект внутренне, бессознательно, проникается такой же верой в правдивость ваших слов, а значит подаваемая вами информация вводится в его мозг и закрепляется там в виде доминант, установок и паттернов поведения.

13. Подача манипулятивной информации на фоне общей информации, с необходимым выделением «нужной» для запоминания информации голосом, паузой и проч.

Выделяя нужные слова на фоне подаваемого «общего», т.е. ни к чему не обязывающего текста, манипуляторы играют на способности мозга запоминать выделенную таким образом информация. Если какое-то слово выделяется из ряда других, ничего не значащих для данного человека слов, то в этом случае

---

именно такие «выделенные» слова являются причиной образования доминант в коре головного мозга, а значит и установок в подсознании.

14. Подача информации на фоне предугадывания момента к подаче нужной вам информации.

Момент угадывается интуитивно, например, внимательно следя за жестами, мимикой, положением тела объекта, его речью, словами, и проч., т.е. когда объект максимально предрасположен к вводу в его мозг новой информации, а значит и прочного запоминания подобной информации; в последующем срабатывает особенность функционирования психики: то что попало в мозг — переходит в подсознание — и служит руководством к действию, т.е. у объекта и мысли и поступки будут возникать в соответствии с информацией, которую вы ранее ввели в его мозг.

15. Подача информации на фоне оказания (после оказания) помощи объекту.

При этом необходимость оказания помощи можно создать искусственно, «подстроив беду».

16. Подача информации на фоне предварительного вызывания у объекта восхищения, симпатии.

В данном случае, в результате повышенного доверия, манипуляторам становится возможно вводить в мозг объекта нужную информацию, не вызывая у объекта манипуляций какого-либо сопротивления.

17. Подача информации на фоне предварительной поддержки объекта в каких-то вопросах (т.е. сочувствия ему, понимания, и т.д.)

---

Коварный прием, базирующийся как и предыдущий, на фоне вызывания в объекта предварительного доверия к манипулятору.

18. Подача информации на фоне раннего успешного сотрудничества в каком-либо деле.

Свойство психики — переносить единожды совершенный поступок одного человека на всю его дальнейшую жизнь. Данный факт умело используют манипуляторы, чаще всего из бывших знакомых и проч.

19. Подача информации на фоне установления схожести взглядов на те или иные вопросы (жизни, профессии, вопросах истории, политики, спорта, проч.).

Схожесть в каких-либо взглядах вызывает в душе человека дополнительное уважение, а значит и может являться причиной последующих манипуляций вследствие повышенного доверия к данному лицу.

20. Подача информации на фоне выявления слабости (а значит и уязвимости) объекта.

При этом в большинстве случаев подобное может быть намеренно спровоцировано, а выявление «слабых мест» объекта осуществляется в результате наблюдения (слежения) за объектом.

21. Подача информации на фоне предварительной инициированности «преступления» (шантаж компроматом).

Намеренно создается ложная иллюзия совершения объектом какого-либо преступления или иного деяния (от преступления закона, до адюльтера и т.п.) и предлагается «договориться» в ответ «на молчание».

---

22. Подача информации на фоне предварительного формирования у объекта чувства спокойствия и расслабленности.

В данном состоянии (покой, умиротворенность, проч.) ослабевает цензура психики, а значит, подаваемая на данном фоне информация будет «благосклонно» воспринята психикой объекта.

23. Подача информации на фоне провоцирование у объекта интереса к вам.

Наиболее эффективный метод осуществления манипулятивного воздействия, т.к. в данном случае не требуется проводить «калибровку» объекта, а он как бы «сам идет на контакт».

24. Подача новой информации на фоне схожести с уже имеющейся информацией у объекта.

В этом случае значительно повышается вероятность того, что новая информация не вызовет у объекта протеста, а значит беспрепятственно будет «навязана» ему.

25. Подача информации на привычном для объекта языке (сленге).

Данный факт явно способствует быстрому установлению доверия между манипулятором и объектом, а значит быстрый и успешный обман последнего.

26. Подача информации на фоне якобы заботы об объекте.

Коварный прием психологических манипуляций, зачастую имеющий серьезные последствия в т.ч. и невозможности быстрого обнаружения манипулятивного воздействия.

---

## Способы воздействия на масс-медиа-аудиторию с помощью манипуляций.

(С.А.Зелинский, 2009).

### 1. Принцип первоочередности.

Суть данного метода основана на специфике психики, которая устроена таким образом, что принимает на веру информацию, первой поступившую в обработку сознанием. Тот факт, что позже мы можем получить более достоверную информацию, зачастую уже не играет роли.

В данном случае срабатывает эффект восприятия первичной информации как истиной, тем более что сразу понять ее противоречивый характер невозможно. А после — уже достаточно трудно изменить сформировавшееся мнение.

Подобный принцип достаточно успешно используется в политических технологиях, когда в адрес конкурента (посредством СМИ) засылается некий обличительный материал (компромат), тем самым:

- а) формируя у избирателей негативное мнение о нем;
- б) заставляя оправдываться.

(В данном случае идет воздействие на массы путем распространенных стереотипов о том, что если кто оправдывается — значит виноват).

### 2. «Очевидцы» событий.

Находятся якобы очевидцы событий, которые с необходимой искренностью сообщают информацию, заблаговременно переданную им манипуляторами, выдавая ее за свою собственную. Имя подобных «очевидцев» зачастую

---

скрывается якобы в целях конспирации, или же называется ложное имя, что наряду с фальсифицированной информацией тем не менее достигает эффекта у аудитории, т. к. воздействует на бессознательное психики человека, вызывая в нем накал чувств и эмоций, в результате которых цензура психики ослаблена и способна пропустить информацию от манипулятора, не определив ее ложную сущность.

### 3. Образ врага.

Путем искусственного создания угрозы и вследствие этого накала страстей, массы погружаются в состояния, схожие с ИСС (измененными состояниями сознания). В результате такими массами легче управлять.

### 4. Смещение акцентов.

В данном случае происходит сознательное смещение акцентов в подаваемом материале, и что-то не совсем желательное для манипуляторов преподносится на втором плане, а высвечивается наоборот — необходимое им.

### 5. Использование «лидеров мнений».

В данном случае манипуляции массовым сознанием происходят исходя из того, что при совершении каких-либо действий индивиды ориентируются на лидеров мнений. В качестве лидеров мнений могут выступать различные фигуры, ставшие авторитетными для определенной категории населения.

### 6. Переориентация внимания.

В этом случае становится возможным преподносить практически любой материал, не опасаясь его нежелательной (негативной) составляющей. Становится возможным это исходя из правила переориентации внимания, когда необходимая для

---

сокрытия информация как бы отходит в тень словно бы случайно высвечиваемых событий, служащих отвлечению внимания.

#### 7. Эмоциональное заражение.

Данная технология манипулирования основана на таком свойстве психики человека, как эмоциональная заражаемость. Известно, что в процессе жизни человек выстраивает определенные защитные барьеры на пути получения нежелательной для него информации. Чтобы обойти подобный барьер (цензуру психики), необходимо чтобы манипулятивное воздействие было направленно на чувства. Таким образом, «зарядив» нужную информацию необходимыми эмоциями, становится возможным преодолеть барьер разума и вызвать в человеке взрыв страстей, заставив его переживать по какому-то моменту услышанной информации. Далее вступает в действие эффект эмоционального заражения, который получает наибольшее распространение в толпе, где, как известно, порог критичности ниже.

(Пример. Подобный эффект манипуляции применяется во время ряда реалити-шоу, когда участники говорят на повышенных тонах и демонстрируют порой значительное эмоциональное возбуждение, что заставляет смотреть за перипетиями демонстрируемых ими событий, сопереживая вслед главным героям. Или, например, при выступлении на телевидении ряда особенно амбициозных политиков, импульсивно выкрикивающих свои способы выхода из кризисных ситуаций, благодаря чему информация воздействуют на чувства индивидов, и происходит эмоциональная заражаемость аудитории, а значит возможность

---

подобных манипуляторов заставить обратить внимание на подаваемый материал.)

#### 8. Показная проблематика.

В зависимости от подачи одних и тех же материалов можно добиваться различных, порой противоположных мнений у аудитории. То есть какое-то событие можно искусственно «не заметить», а чему-то наоборот, уделить повышенное внимание, да еще на разных каналах телевидения. При этом сама истина как бы отходит на второй план. И зависит от желания (или не желания) манипуляторов высвечивать ее. (Например, известно, что ежедневно в стране происходит множество событий. Естественно, освещение всех их невозможно уже чисто физически. Однако зачастую происходит так, что какие-либо события демонстрируются достаточно часто, много раз, и на различных каналах; тогда как что-то другое, что наверняка тоже заслуживает внимание — как бы сознательно не замечается.)

Стоит заметить, что подача информации посредством подобной манипулятивной техники приводит к искусственному раздуванию несуществующих проблем, за которыми не замечаются нечто важное, что может вызвать гнев народа.

#### 9. Недоступность информации.

Данный принцип манипулятивных технологий называют информационной блокадой. Становится возможным подобное, когда определенная часть информации, нежелательная для манипуляторов — сознательно не допускается в эфир.

#### 10. Удар на опережение.

Вид манипуляции, основанный на заблаговременном выбросе негативной для основной категории людей информации. При этом



---

данная информация вызывает максимальный резонанс. А ко времени последующего поступления информации и необходимости принятия непопулярного решения, аудитория уже устанет от протеста, и не будет реагировать слишком отрицательно. Используя подобный метод в политтехнологиях — сначала жертвуют незначительным компроматом, после чего, когда на продвигаемого ими политического деятеля появляется новый компромат — массы уже так не реагируют. (Устают реагировать.)

#### 11. Ложный накал страстей.

Способ манипулирования масс-медиа-аудиторией, когда используется ложный накал страстей за счет преподнесения якобы сенсационного материала, в результате чего психика человека не успевает должным образом среагировать, создается ненужный ажиотаж, и преподносимая позже информация — уже не оказывает такого воздействия, потому как снижается критичность, выдвигаемая цензурой психики. (Другими словами, создается ложный лимит времени, за который получаемая информация должна быть оценена, что зачастую приводит к тому, что она практически без купюр со стороны сознания попадает в бессознательное индивида; после чего оказывает влияние на сознание, искажая сам смысл полученной информации, а также занимая место для получения и соответствующей оценки информации более правдивой. Причем, в большинстве случаев мы говорим о воздействии в толпе, в которой принцип критичности затруднителен уже сам по себе).

#### 12. Эффект правдоподобия.

---

В данном случае основа для возможной манипуляции состоит из такой составляющей психики, когда человек склонен верить информации, не противоречащей ранее имеющейся у него информации или представлений по рассматриваемому вопросу.

(Другими словами, если посредством СМИ мы сталкиваемся с информацией, с которой внутренне не согласны, то мы сознательно перекрываем подобный канал получения информации. А если наталкиваемся на информацию, не противоречащую нашему пониманию подобного вопроса, — мы продолжаем впитывать подобную информацию, которая усиливает ранее сформированные паттерны поведения и установки в подсознании. А значит становится возможен и разгон для манипуляций, т. к. манипуляторы сознательно будут вклинивать в правдоподобную для нас информацию часть ложной, которую словно бы автоматически мы воспринимаем за настоящую. Также, в соответствии с подобным принципом манипулирования, возможна изначальная подача заведомо неблагоприятной для манипулятора информации (якобы критика самого себя), за счет чего повышается вера у аудитории, что данный масс-медиа-источник достаточно честный и правдивый. Ну а уже позже, в подаваемую информацию вкрапливается информация, необходимая для манипуляторов.)

### 13. Эффект «информационного шторма».

В данном случае следует говорить о том, что на человека обрушивается шквал бесполезной информации, в котором теряется истина.

(Люди, подвергавшиеся подобной форме манипулирования, просто устают от потока информации, а значит,

---

анализ подобной информации становится затруднителен и у манипуляторов появляется возможность скрыть информацию, необходимую им, но нежелательную для демонстрации широким массам.)

#### 14. Обратный эффект.

В случае подобного факта манипуляции происходит выброс такого количества негативной информации в адрес какого-то человека, что эта информация достигает прямо противоположного эффекта, и вместо ожидаемого осуждения подобный человек начинает вызывать жалость. (Пример Перестроечных лет с Б.Н.Ельциным, упавшим в реку с моста.)

#### 15. Будничный рассказ, или зло с человеческим лицом.

Информация, которая может вызвать нежелательный эффект, произносится обычным тоном, словно бы ничего страшного не происходит. В результате подобной формы преподнесения информации, некая критическая информация при проникновении в сознание слушателей теряет свою актуальность. Таким образом исчезает критичность восприятия психикой человека негативной информации и происходит привыкание к ней.

#### 16. Односторонность освещения событий.

Данный способ манипуляции направлен на односторонность освещения событий, когда предоставляется возможность высказаться лишь одной стороне процесса, в результате чего достигается ложный смысловой эффект получаемой информации.

#### 17. Принцип контраста.

Этот вид манипуляции становится возможен, когда необходимая информация подается на фоне другой, изначально

---

негативной, и отрицательно воспринимаемой большинством аудитории. (Другими словами, на фоне черного всегда будет заметно белое. А на фоне плохих людей — всегда можно показать хорошего человека, рассказав о его добрых делах. Подобный принцип распространен в политтехнологиях, когда сначала детально разбирается возможный кризис в лагере конкурентов, а после — демонстрируется правильный характер действий нужного манипуляторам кандидата, у которого такого кризиса нет и быть не может.)

#### 18. Одобрение мнимого большинства.

Применение данной методики манипулирования массами основано на таком специфическом компоненте человеческой психики — как допустимость совершения каких-либо действий, после изначального одобрения их другими людьми. В результате подобного способа манипуляций в психике человека стирается барьер критичности, после того как такая информация вызвала одобрение у других людей. Вспомним Лебона, Фрейда, Бехтерева и др. классиков психологии масс — в массе активно действует принципы подражания и заражаемости. Поэтому то что делает один — подхватывают и остальные.

#### 19. Экспрессивный удар.

При реализации данный принцип должен произвести эффект психологического шока, когда должного эффекта манипуляторы добиваются намеренным транслированием ужасов современной жизни, что вызывает первую реакцию протеста (за счет резкого повышения эмоциональной составляющей психики), и желание во что бы то ни стало наказать виновных. При этом не замечаются, что акценты при подаче материала могут быть

---

сознательно смещены в сторону ненужных манипуляторам конкурентов или против информации, кажущейся им нежелательной.

20. Ложные аналогии, или диверсии против логики.

Данная манипуляция устраняет истинную причину в каком-либо вопросе, заменяя ее ложной аналогией. (Например, происходит неправильное сопоставление различных и взаимоисключающих следствий, которые в данном случае выдаются за одно. Пример — в Госдуме последнего созыва было выбрано много молодых спортсменов. В данном случае заслуги в спорте в сознании масс подменили мнение о том, действительно ли 20-летние спортсмены могут управлять страной. При этом следует помнить что каждый депутат Госдумы — имеет ранг федерального министра).

21. Искусственное «просчитывание» ситуации.

Намеренно выбрасывается на рынок множество различной информации, тем самым отслеживается интерес общественности к этой информации, и информация, не получившая актуальность, в последующем исключается.

22. Манипулятивное комментирование.

Посредством необходимого манипуляторам акцента освещается то или иное событие. При этом любое нежелательное для манипуляторов событие при использовании подобной технологии может принять противоположный окрас. Все зависит от того, как манипуляторы преподнесут тот или иной материал, с какими комментариями.

23. Эффект присутствия.

---

Ссылка на присутствие на каком-либо событии позволяет направить манипулятивную методику на максимальное достижение необходимого результата. По типу — очевидец всегда прав.

#### 24. Допуск (приближение) к власти.

Подобный вид манипуляции основан на таком свойстве психики большинства индивидов, как кардинальное изменение своих взглядов в случае наделения подобного человека необходимыми властными полномочиями. (Достаточно яркий пример — Д.О.Рогозин, который был в оппозиции к власти — вспомним заявление Рогозина в связи с запретом ЦИК на регистрацию В.Герашенко кандидатом в президенты, вспомним голодовку в Госдуме с требованиями отставки министров социально-экономического блока правительства, вспомним другие высказывания Рогозина, в т.ч. о партии власти и о президенте страны — и вспомним выступления Рогозина после его назначения постоянным представителем России при Организации Североатлантического договора (НАТО) в Брюсселе, т.е. крупным чиновником, представляющим Россию во вражеской организации.)

#### 25. Повторение.

Подобный способ манипулирования достаточно прост. Необходимо всего лишь многократное повторение какой-либо информации, чтобы подобная информация отложилась в памяти масс-медиа-аудитории и в дальнейшем была использована. При этом манипуляторам следует максимально упростить текст и добиться его восприимчивости в расчете на низкоинтеллектуальную публику. Как ни странно, практически

---

только в таком случае можно быть уверенным, что необходимая информация не только будет донесена до массового зрителя, читателя или слушателя, но и будет правильно ими воспринята. И такого эффекта можно добиться многократным повторением простых фраз. В этом случае информация сначала прочно закрепляется в подсознании слушателей, а потом будет влиять на их сознание, а значит на совершение поступков, смысловой оттенок которых тайно заложен в информацию для масс-медиа-аудитории.

26. Правда — наполовину.

Этот метод манипуляции заключается в том, что публике преподносится только часть достоверной информации, в то время как другая часть, объясняющая возможность существования первой части, манипуляторами утаивается. (Пример времен Перестройки, когда сначала распространяли слухи о том что Союзные республики якобы содержат РСФСР. При этом как бы забыли о субсидиях России. В результате обмана населения дружественных нам республик эти республики сначала вышли из состава СССР, а после часть их населения стали приезжать на заработки в Россию.)

**Манипулирование согласно пяти психотипам.**  
(С.А.Зелинский, 2010).

Психику людей разделим на пять основных психотипов по направленности манипуляций.

1.Люди, практически здоровые психически.

---

Подобными людьми управляют установки, заложенные в подсознание в процессе социализации.

Манипулятивное воздействие необходимо направить на потребности таких людей (образование, карьера, любовь, семья, здоровье, питание, спорт, проч.).

#### 2.Сверхвнушаемые и гипнабельные люди.

Составляют в массовых количествах контингент сект, религиозных собраний, целителей, экстрасенсов, проч.

При манипуляциях следует воздействовать на чувства и эмоции.

#### 3.Люди, с позиционированием здравомыслия.

У таких людей превалирует левое полушарие головного мозга. Это обычно технари (инженеры, физики, математики, экономисты, проч.)

Манипулятивную информацию следует преподносить взвешенно и осмотрительно, обязательно пользоваться проверенными и авторитетными источниками, подкреплять фактами, апеллировать не к чувствам и эмоциям, а к разуму и логическим доказательствам. Перед подачей информации рекомендуется снизить барьер критичности путем внушения доверия вам тем, что вы должны показаться таким людям похожим на них.

#### 4.Малообразованные и простые люди.

У таких людей доминирует правое полушарие мозга, а отсюда на первое место выходят животные инстинкты и потребности (секс, сон, еда, алкоголь, веселье, и т.п.)

Манипулятивное воздействие необходимо оказывать на наследственные черты характера, испытанные ранее переживания



---

и чувства, обязательно на инстинкты, и рекомендуется на фантазии и сиюминутное настроение. Помнить необходимо что такие люди мыслят примитивно, поэтому в чем-то управлять ими необходимо как животными: накормить и помочь удовлетворить инстинкты, не поворачиваться спиной, и вообще, действовать как дрессировщик в цирке (кнутом и пряником).

#### 5. Невротики и психопаты.

К сожалению, это очень многочисленная категория людей. Особенно много страдающих неврозом среди женщин.

Манипуляции с такими людьми необходимо осуществлять быстро и жестко, использовать директивную манеру поведения, и вообще, не давать им расслабляться и вести себя по отношению к ним как врач-психиатр в отношении больного: корректно, но настойчиво заставляя делать то, что предписано уставом психоневрологического диспансера.

## Способы манипулятивного психопрограммирования (С.А.Зелинский, 2010).

При осуществлении психопрограммирования поведения человека используют следующие способы:

#### 1. Кинестетический

Сначала у «пациента» вызываем эмоцию, после, на фоне его эмоционального возбуждения, осуществляем ввод в подсознание словесной установки и закрепление оной прикосновением или поглаживанием (руки, плеча, кисти, головы, шеи, и т.п.). После, когда необходимо будет напомнить введенную информацию (в т.ч. и для закрепления в подсознании объекта) – делаем прикосновение или поглаживание.

---

## 2.Словесно-эмоциональный.

Управление с помощью эмоций строится на вводе в подсознание объекта манипуляций нужной вам информации на фоне повышении или понижении тональности голоса при словесном внушении.

## 3.Тембрально-речевой.

Осуществление манипуляций происходит путем ввода в подсознание объекта информации на фоне вашей игры с собственным тембром голоса и интонациями (можно говорить: вкрадчиво, покровительственно, директивно, строго, зло, мягко, любя, негодуя, сожалея, и т.п.).

## 4.Мимический.

Манипулирование происходит, когда вы сопровождаете ввод установок в подсознание «пациента» собственными: мимикой лица и глаз и жестикуляцией тела и рук.

# Универсальные показатели противодействия манипуляциям (С.А.Зелинский, 2008).

## 1. Недоверие.

Недоверие является защитной реакцией психики. Если у человека развито недоверие — никто другой уже не сможет навязать такому человеку что-то со стороны.

## 2. Избегание источников воздействия.

Данный способ также является наиболее надежным, потому как если человек не получает информацию, то значит и будь такая информация хоть трижды манипулятивной направленности, на данного человека она не окажет никакого воздействия.

---

При этом данный подход в иных случаях можно признать слишком радикальным, и фактически не всегда осуществимым. Поэтому следует внести необходимые коррективы, заключающиеся в следующем: если на вас оказывается информационно-манипулятивное воздействие, необходимо максимально возможно отвлечься от источника информации. Т.е., слушать — и не слышать, смотреть — и не видеть, и т.п. Именно это является наиболее эффективным способом противодействия, и к тому же, позволяет человеку не отключаться от источника информации, а значит не пропустить ту информацию, которая покажется ему важной.

Отметим, что нами был разработан метод наиболее успешного противодействия манипуляциям, обозначенный как «Метод Анти-М» («Метод Анти-Манипуляций Зелинского»).

Алгоритм преодоления манипуляций заключается в развитии и совершенствовании сознания человека на трех базовых уровнях:

--сознательном противодействии манипуляциям (в этом случае в отборе, верификации, поступаемой информации участвует исключительно сознание, через приобретенные индивидом знания по психо-технологиям манипулятивного воздействия на психику),

--бессознательном противодействии (в этом случае противодействие осуществляется вследствие перевода ранее полученных знаний в устойчивые навыки, когда включение механизмов защит осуществляются без участия сознания, т.е. бессознательно),

---

--и третий, заключительный этап совершенствования в нашем методе — это сознательно-бессознательный алгоритм анализа поступающей информации (в этом случае по-прежнему используется бессознательный анализ поступающей информации, что значительно ускоряет процесс верификации, отбора, информации на полезную и не нужную, но при этом, так как со временем меняется характер поступающей информации, и может появляться информация, ранее не знакомая индивиду, поэтому для успешного противодействия на данном этапе необходимо периодическое включение сознания, для осуществления сознательного отбора вновь принимаемой информации и ее оценке; при этом часть информации, уже известной, будет анализироваться бессознательно; поэтому третий этап развития способностей к противодействию был назван нами сознательно-бессознательным, и представляет собой высший этап развития способностей к преодолению манипулятивного влияния информации, поступающей со стороны внешнего мира.

### 3. Смех, насмешка, высмеивание.

Данный факт обычно сразу нивелирует получаемое от манипулятора сообщение, заставляя последнего выходить из себя, а значит, и показывать свою истинную сущность.

### 4. Мнимое непонимание.

Заставляет возможного манипулятора раскрыться, более подробно объясняя, что он, собственно, хочет, ибо успешность манипуляций базируется на такой особенности психики, как домысливание (когда в слова человека вкладывается, иной раз, совсем другой смысл).

### 5. Критичность мышления.

---

Способность ставить все под сомнения, доходить до понимания всего самолично, принимать на веру только после подтверждения своим опытом, т.е. развитая критичность мышления.

6. Вера в собственную избранность.

Данный факт может прослеживаться в русле идеологически-пропагандистской обработки сознания и быть применим в организациях различных учебных и патриотических направленностей.

7. Возможность выбора.

Если у человека будет свобода выбора, то он уже не на 100% примет слова манипулятора. Наличие выбора означает, что человек не загнан в угол, означает, что есть выход, отсутствует паника (паника является формой страха, когда человек видит выход, но понимает, что не может им воспользоваться).

8. Наличие времени для обдумывания.

Ограниченность временем является существенным способом оказания манипулятивного воздействия. Поэтому наличие времени для обдумывания того или иного ответа, т.н. времени на размышление, в большинстве случаев позволяет уверенно отыскать пути выхода из любой сложной и критической ситуации, а значит само по себе манипулятивное воздействие может быть нивелировано.

9. Бесстрашие и уверенность в себе.

Наличие уверенности человека в собственных силах позволяет преодолевать любые направленные на него манипуляции. Человек, которому нечего терять, представляет собой грозную силу, т.к. такого человека невозможно подчинить,

---

ибо любое подчинение направлено на провоцирование чувства страха и невроза, страха за свою жизнь, карьеру, проч. или за жизнь близких.

Данный факт многократно представлен-подтвержден примерами из истории, например, восстания рабов или гладиаторов в Древнем Риме, воспитание самураев и ниндзя в Древнем Востоке, народные восстания и революции (Франция, Россия — восстание Е.Пугачева и др.), революционные призывы К.Маркса и Ф.Энгельса («рабам нечего терять кроме своих цепей»), восстание рабочих и крестьян во время Октябрьской революции 1917 года (ставка В.И.Ленина была на отсталые слои населения), и многочисленные другие примеры, из которых сотканы революции, восстания, бунты, и которые демонстрируют пример исключительной отваги и невозможности сломить сопротивление восставших, если они готовы к смерти.

#### 10. Самодостаточность.

Последний факт также является наиболее эффективным, и позволяет избежать подавляющего количества манипуляций со стороны кого бы то ни было, ибо человеку, исповедующему самодостаточность, не нужны поблажки и льготы со стороны других; а значит он не будет ничего ни у кого ни просить ни брать, тем самым сохранит свою исключительность и целостность, не подвластен влиянию со стороны, и становится абсолютно неподкупен никаким манипуляциям.

Мы представили 10 универсальных показателей эффективного противодействия манипуляциям. Каждый из этих показателей вбирает в себя противодействие десяткам различных методов манипуляций. Однако есть возможность еще больше

---

сузить способы противодействия, и представив три блока-алгоритма исключения (нивелирования) любого манипулятивного воздействия. Подобные три блока, или три самых главных алгоритма противодействия: не верь, не бойся, не проси.

## Метод Анти-Манипуляций Зелинского (Метод Анти-М, С.А.Зелинский, 2009).

*«Манипуляции, внушение, информационно-психологическое воздействие, гипноз наяву и т.п. — синонимические понятия одной теории: управление психикой человека. Знание и изучение механизмов такого управления является самым эффективным на сегодняшний момент способом противодействия манипуляциям психическим сознанием индивида и масс». С.А.Зелинский.*

Роль информации двояка. С одной стороны человек не способен стать полноценным гражданином общества без получения и обмена информацией при коммуникациях (общении). С другой стороны, информация, из-за присутствия ярко выраженного суггестивного эффекта (слово = внушение) способна оказывать как положительный, так и негативный манипулятивный эффект. Последний многократно усиливается с помощью СМИ, благодаря которым становится возможным оказывать влияние на многочисленную аудиторию (многомиллионную, как в случае с телевидением). Поэтому необходимо научиться не поддаваться манипулятивному влиянию со стороны СМИ, уметь им противодействовать, чтобы сохранить не затуманенное сознание с должным уровнем развития критичности левого полушария головного мозга, сознания, что достигается с помощью т.н. цензуры психики, т.е. барьера критичности, стоящего на пути

---

между мозгом индивида и внешней средой (информации, подаваемой со стороны внешней среды).

Информации в первую очередь принадлежит положительная роль. Человек рождается с доминирующим правым полушарием, т.е. любой ребенок намного ближе к природе чем взрослый, потому что мозг ребенка большей частью работает в режимах деятельности бессознательного, а сознание ребенка пребывает главным образом в трансовых или полутрансовых состояниях (тех состояниях, которые добиваются, например, в гипнозе наяву для погружения психики человека в транс или, скажем, в цыганский психологический гипноз наяву, Эриксоновский гипноз, НЛП и т.п., благодаря чему достигается наивысшая внушаемость, а подаваемая на фоне подобного погружения информация прочно закрепляется в подсознании в виде психологических установок и формирует паттерны поведения в бессознательном.

В свою очередь формирование установок и паттернов поведения оказывается возможным благодаря предварительному возбуждению в коре головного мозга, открытому академиком А.А.Ухтомским и торможению в коре головного мозга (с блокировкой почти всех участков мозга, когда гипнотик слышит только голос гипнотизера), а также, как полагает ученый-гипнолог С.А.Зелинский, новые установки и последующие паттерны поведения помимо механизмов возникновения, открытых академиком Д.Н.Узнадзе и профессорами З.Фрейдом, К.Г.Юнгом и М.Эриксоном, появляются вследствие усиления ранее сформированных полу-установок и полу-паттернов. Кроме того, в психике человека, помимо того, что постоянно формируются



---

новые паттерны поведения и усиливаются ранее существующие, также происходит постоянное формирование новых архетипов в личном бессознательном. Подобное становится возможным в результате того обстоятельства, что новая информация, которую воспринимает мозг в результате такой функции сознания как отражение, способна или сразу формировать психологические установки в подсознании и переходить в паттерны поведения бессознательного, формируя их и усиливая ранее существующие, а может предварительно обогащаться остатками информации, хранящейся в личном бессознательном, т.е. новая, вновь поступающая информация может быть подкреплена информацией схожей направленности (информацией со схожей кодировкой) из коллективного бессознательного. Ранее наличие такой информации не хватило для формирования того или иного архетипа; т.е. несмотря на то что возникала предрасположенность к такому формированию, не хватало частичного усиления, которое находит ранее поступившая информация в новой, вновь поступающей в психику; в результате чего новая информация дополняет ранее существующую, а значит и образуется (доформируется или формируется, в зависимости от силы совпадающих кодировок сигнала в прежней и новой информации) новый архетип, причем исключительно в личном бессознательном (ранее считалось что архетипы существуют только в коллективном бессознательном и архетипы это незыблемы и едины у всех людей в независимости от времени; наши современные разработки дополнили теорию архетипов).

Возвращаясь к роли информации, заметим, что если ребенок не будет получать информации, его мозг будет не развит,

---

поэтому получится психически отсталый индивид. Поэтому особенно важным на раннем этапе развития (как и на всех последующих этапах) является воспитания и образование ребенка. Только благодаря воспитанию и образованию «из животного можно сделать человека», т.е. из ребенка возможно сделать полноценного члена общества, а не криминального элемента с деструктивными психическими наклонностями.

Подробно роль информации как психологического внушения описана в многочисленных книгах автора по вопросам манипулирования сознания индивида и масс, поэтому сразу перейдем к описанию «Метода Анти-Манипуляций Зелинского» («Метода Анти-М»). Как известно, принципы научения или переучивания заключаются в следующем: любое обучение включает в себя четыре стадии. Первая стадия — неосознанное незнание. Человек не только не знает, как что-то сделать, но также не знает и того, что он не знает. Вторая стадия — стадии осознанного незнания (некомпетентности) человек обнаруживает свое незнание и начинает учиться, полностью отдавая этому свое внимание. Именно в это время он усваивает большую часть необходимого. Третья стадия — стадии осознанного знания (компетентности) человек полностью осваивает отдельные умения, но еще не овладевает мастерством (т.е. целостным применением навыка без участия сознания). Четвертая стадия — стадии неосознанного знания все отдельные умения сливаются в единый бессознательный паттерн, давая возможность сознанию поставить задачу и дать подсознанию выполнять ее, освободив внимание для других целей.

---

Суть метода Зелинского по противодействию манипулятивного воздействия на психику индивида и масс состоит в следующем. Благодаря «Методу Анти-М» («Метод Анти-Манипуляций Зелинского») рекомендуется изучать после или даже одновременно с овладением «Методом ПИ», т.е. «Методом Постижения Информации» Зелинского), впервые каждому индивиду становится возможным полностью защититься от манипуляций со стороны других индивидов или манипуляций со стороны СМИ, а также самостоятельно контролировать наполняемость личного бессознательного, в зависимости от необходимости ставя или снимая барьеры на пути информации, поступающей из внешнего мира. Достигается подобное в результате трех последовательных этапов:

- 1) Сознательное противодействие манипуляциям.
- 2) Автоматически-Бессознательное (или условно-рефлекторное) противодействие.
- 3) Сознательно-Бессознательное (т.е. противодействие бессознательное, проходящее в автоматическом режиме, но с включением по необходимости сознания в результате осознания информации).

Разберем каждый этап.

- 1) Сознательное противодействие манипуляциям.

Обучение на первом этапе состоит из циклов специализированных курсов (в виде лекций и семинаров) по основам общей психологии, нейропсихологии и психофизиологии, глубинной психологии, психоанализу, гипнологии, по основам массовой психологии и манипулятивного воздействия на психику

---

индивида и масс, по политологии, истории, литературоведению, медиаобразованию (медиапедагогике) и т.п.

На данном этапе каждый индивид:

а) изучает основы функционирования мозга при восприятии информации из внешнего мира; изучает структуру психики, роль подсознания в оценке восприятия информации, законы массовой психологии и проч. законы психической деятельности человека, законы психики;

б) овладевает навыками информационно-психологического воздействия (внушения, манипулирования психическим сознанием индивида и масс, психо-технологиями гипнотического воздействия в бодрственном состоянии психики и прочим синонимам единого процесса: воздействия на психику другого индивида, в т.ч. и со стороны средств массовой информации);

в) формирует ценностные жизненные ориентации (положительные ценностные жизненные ориентации — как основа воспитания);

г) закрепляет положительные психологические установки в подсознании; установки, направленные на формирование посредством воспитания положительных личностных качеств в человеке;

д) рассматривает способы анализа медиатекстов (т.е. продукции телевидения, радио, прессы, кинематографа, интернета, рекламы и т.п.), в т.ч. и с вводным предварительным ознакомлением с теорией средств массовой коммуникации: телевидением, радио, прессой, т.е. с теоретически-практическими занятиями в области создания газет, журналов, передач по ТВ и проч.; на примере необходимо показать механизмы деятельности

---

того или иного СМИ, с закреплением теоретической базы самостоятельным выполнением (под руководством специалиста в той или иной области СМИ) задания по созданию медиатекста и т.п. Например, несколько человек могут быть объединены в единый штат воображаемой редакции, где каждый последовательно выполнит роль корреспондента, редактора, и проч.); в теоретической части предварительно допустимо использовать холистический подход, рассматривая различные варианты СМИ и СМК как единого целого средств массового психического воздействия, с последующим подробным рассмотрением особенностей влияния на массовое психическое сознание таких направлений средств массовой коммуникации как щитовая реклама, популярные направления музыки, видеоролики, интернет, пресса, телевидение, кинематограф, радиопередачи, и т.п.

е) выявляет особенности восприятия психикой информации, полученной посредством аудиально-визуального контакта (суггестивный эффект телевизионного и радио сигнала, печатного слова, и т.п.). На данном этапе должна происходить расшифровка механизмов влияния на подсознание, следствие подобного влияния, примеры такого влияния и т.п.;

е) вскрывает в результате совместного просмотра и последующего обсуждения с другими участниками коллектива (группы, сообщества, движения и т.п.) под руководством опытного педагога механизмы манипулятивного воздействия сообщений СМИ (печатных, электронных), выпусков новостей, телепередач, художественных и документальных фильмов и т.п.; проводит анализ увиденного в свете ранее изученных теорий

---

глубинной психологии и т.п. Преподаватель на этом этапе должен показать, какие приемы используют СМИ (на примере сообщений из газет, журналов, телевидения) для того, чтобы добиться различного результата (например, скрыть при подаче СМИ важную информацию или приумолить ее значимость, переключив внимание зрителя, слушателя, читателя, и т.п. манипулятивные механизмы СМИ);

ж) получает представление о способах провоцирования (вызывания) в психике индивида (зрителя, читателя, слушателя...) невротической симптоматики (депрессия, беспокойство, чувство вины, тревожность и т.п.) путем направленности воздействия на активацию трех главных инстинктов манипулятивного воздействия:

— страха. Подчинение психики в этом случае происходит путем предварительной провокации страха и последующим способом защиты от манипулятора, а значит зависимости невротика от манипулятора;

— полового инстинкта (любовь, привязанность и т.п.). Манипулятивное воздействие происходит путем провокации чувства влюбленности или, например, путем угрозы воздействия на предмет любви или сильной привязанности: человек может быть сильным и стойким во всех отношениях и не подвластен никакому давлению и угрозам извне, но если возникнет угроза человеку которого он любит (мама, жена, ребенок, собачка и т.п.), такой человек окажется бессилён;

— пищевого инстинкта (деньги, подарки, услуги, взятки, обещания карьерного роста и т.п.). В глубинах сознания каждого человека находятся архетипы богатства, обогащения и проч.,

---

доставшихся психике современного человека от человека первобытного. Находясь в обычном состоянии сознания (т.е. когда психика пребывает под полным контролем сознания) человек способен контролировать большинство своих инстинктов. Но если человек хотя бы временно попадает в измененные состояния сознания, то в этот момент происходит резкая активация архаичных инстинктов. Одним из таких инстинктов является жажда обогащения. Поэтому когда у человека появляется возможность внезапно обогатиться (путем получения денег, подарков и т.п.), ему требуется сделать дополнительное усилие чтобы сдержаться; а так как инстинкты обладают огромной силой, человек способен поддаваться на подобные провокации его психики со стороны манипулятора, а значит, почти любого человека можно купить, предложив ему те условия, на которые он не сможет не согласиться.

Таким образом, как отмечает академик В.М.Кандыба (2001), человеком и миром правят: страх, любовь, деньги. Однако это более эффективно в случае с воздействием на чувства (т.е. преимущественно за рядом исключением на людей, в психике которых превалирует развитие правого полушария головного мозга, бессознательного: большинство женщин, малообразованных мужчин, детей). В случае же чрезмерной развитости интеллекта, подчинение человека происходит путем методов воспитания, образования, психологических установок, воздействия на принципы, убеждения, верования, идеалы и проч., т.е. на «интеллектуалов» рекомендуется воздействовать схемами, графиками, таблицами, ссылками на авторитетных ученых, и т.п.

---

з) запрещает себе просмотр телепередач сразу после пробуждения (в этот момент, в т.н. просоночные состояния, максимально снижен барьер критичности, а значит вся поступаемая в мозг информация из внешнего мира прочно откладывается в подсознании в виде психологических установок);

и) дозирует получения информации получаемой от СМИ (главным образом от телевидения) на протяжении периода бодрствования (отбирает передачи позитивного содержания, исключает рекламу, смотрит телепередачи, несущие в себе положительную образовательную нагрузку и проч.) и исключает получение информации во время сна (например, нельзя засыпать при включенном телевизоре или радио, потому что во время сна отключена цензура психики, и вся информация впитывается в подсознание, закрепляясь там в виде установок и формируя в последующем паттерны будущего поведения индивида, проявляющиеся в совершении поступков в период бодрствования);

к) проводит избирательный отбор информации, поступающей в мозг перед сном (состояния перед засыпанием характеризуется резким снижением активности цензуры психики, а значит информация в данном случае сразу проходит и откладывается в подсознании, что заметно, например, по характеру сновидений (сами сновидения, напомним, происходят в короткую фазу сна).

л) воспитывает волю, развивает интеллект, получает знания.

Воля — это основная категория сознания. Именно воля позволяет в короткий срок избавиться от любых пороков



---

общества. Например, с помощью подавляющего большинства психотерапевтических методик можно избавиться от тревоги и прочей негативной симптоматики в течении многих недель, месяцев и даже лет лечения. А с помощью активации воли (например, посредством гетеро-внушения или ауто-внушения, самовнушения) подобный эффект в ряде случаев достигается за один сеанс, т.е. раз и навсегда. С пожизненным закреплением установок. Воля. Человеку, обладающему сильной волей, необходимы будут только интеллект и соответствующие знания, получаемые в процессе воспитания и образования (чтобы индивид знал, на что он должен воздействовать своей волей). Поэтому воле, интеллекту, и знаниям уделяется наиважнейшее значение. Воля, интеллект, знания. Знания о психо-технологиях манипулятивного воздействия, воля, чтобы дать себе сознательную установку (подкрепленную бессознательной) противостоять подобному влиянию, и интеллект, чтобы контролировать бессознательное и сделать выбор в пользу формирования позитивных ценностных жизненных ориентаций.

м) идеологическое воспитания.

В этом случае воспитание человека, проникнутого какой-либо важной идеей главным образом в результате соответствующего идеологического воспитания, приводит к возможности противостоять любому влиянию со стороны (подчиняясь только влиянию со стороны «духовных» учителей).

н) формирует в себе сверхличность, «избранность», ярко выраженные лидерские качества (уверенность в себе, самоуважение, лидерство во всем, самостоятельность мышления, отличие от других, ощущение сверхчеловека и т.п.), а также

---

обязательное стимулирование (подкрепление сформированного мнения соответствующими психологическими приемами) его «избранности» различными материальными и духовно-ритуальными составляющими (звания, должности, значки, памятные подарки, и т.п. материальная и духовная градациями стимулирования). На этом этапе индивид (например, участник массообразования какой-либо идейной направленности) должен ощущать «духовное» единство с другими участниками данного массообразования и чувствовать собственное отличие от тех, кто не состоит в данном массообразовании, а также воспитывать в себе ощущение «сверхчеловека» и развивать лидерские качества (самостоятельность мышления, волю, характер, исключительную уверенность в своих силах и осознание правоты в мыслях и поступках, и т.п.).

2) Автоматически-Бессознательное (или условно-рефлекторное) противодействие.

На втором этапе совершенствования в «Методе Анти-М» предполагается что индивид уверенно освоил воспитательно-образовательные требования первого этапа, а значит в результате совершенствования навыков, изложенных в первом этапе, в психике индивида происходит закрепление вышеизложенных навыков в подсознании (процесс научения), и появляется возможность воспринимать и верифицировать информацию, поступающую с внешнего (окружающего мира: от других индивидов, от СМИ и СМК, и т.п.) автоматически-бессознательным (условно-рефлекторным) способом.

Согласно данному способу в обработке новой (вновь поступающей) информации (а новая информация, напомним,

---

поступает постоянно в течении периода бодрствования индивида) в обработке такой информации уже участвует не сознание, а подсознание; т.е. бессознательное, путем закрепления в подсознании соответствующих установок, полученных во время овладения первым этапом. Таким образом вновь поступающую информацию становится возможным анализировать и верифицировать автоматически, т.е. без непосредственного участия сознания. При этом появляется возможность постижения значительно больших, чем было возможно раннее, объемов информации. В результате, на втором этапе новая информация будет анализироваться мозгом автоматически-бессознательно, т.е. без видимого участия сознания информация будет автоматически отбираться на позитивную (т.е. необходимую для индивида с учетом целей и задач, существующих в подсознании и полученных в процессе обучения, образования, воспитания, жизненного опыта и т.п.) и негативную (негативная, т.е. не отвечающая требованиям необходимости присутствия, информация будет автоматически забываться, не будучи обогащенной в результате возбуждения в коре головного мозга, после чего происходит надежное закрепление такой информации в мозге в виде доминант, открытых акад. А.А.Ухтомским, в подсознании — в виде установок, открытых акад. Д.Н.Узнадзе, в бессознательном — в виде паттернов поведения (проф. З.Фрейд, проф. К.Г.Юнг, проф. М.Эриксон..) и архетипов личного бессознательного. (Как полагает С.А.Зелинский, архетипы присутствуют не только в коллективном, но и в личном бессознательном. В этом случае архетипы состоят из остатков информации, которая когда-то попала в психику индивида, но не

---

была вытеснена в сознание или в глубины памяти, а осталась в личном бессознательном будучи обогащенной ранее полусформированными доминантами, полу-установками, и полу-паттернами; т.е. в свое время такая информация не явилась созданием полноценных доминант, установок или паттернов, но как бы наметила их формирование; поэтому при поступлении в последующем информации схожего содержания (т.е. информации со схожей кодировкой, или иными словами, схожими импульсами от афферентных связей, т.е. связей между нейронами мозга), ранее полусформированные доминанты, установки и паттерны доформируются, в результате чего в мозге появляется полноценная доминанта, а в подсознании появляются полноценные установки, переходящие в паттерны поведения; в свою очередь доминанта в коре головного мозга, вызванная очаговым возбуждением, служит причиной надежного закрепления психологических установок в подсознании, а значит и появление соответствующих мыслей у индивида, переходящих в последующем в поступки вследствие предварительного перехода установок в подсознании в паттерны поведения в бессознательном.)

Итак, в процессе очагового возбуждения в коре головного мозга (доминанты акад. А.А.Ухтомского) информация прочно откладывается в виде установок (психологические установки акад. Д.Н.Узнадзе) в подсознании. Однако по нашему мнению в подсознании (в бессознательном психики) к этому времени уже имеются определенные, сформированные ранее паттерны поведения, т.е. устойчивые механизмы, направляющие в последующем поведение индивида, т.е. паттерны поведения,

---

отвечают за совершение индивидом поступков, тогда как установки (образующиеся вследствие предварительного образования доминант) участвуют в появлении у индивида мыслей. Таким образом установки могут переходить в паттерны (усиливая последние), а могут действовать самостоятельно, влияя на поведение индивида. Происходит это в случае если поступки являются следствием предварительного появления мыслей; поэтому если сформировавшиеся в подсознании установки влияют на появление у человека тех или иных мыслей (т.е. мыслей проникнутых информацией, закрепившейся в подсознании в виде установок), то вполне логично, что установки могут самостоятельно участвовать в направленности действий человека на совершение тех или иных поступков, т.е. установки в этом случае формируют поведение индивида. В случае же временного пребывания индивида в измененных, трансовых, состояниях сознания, такой человек может совершать поступки без предварительного участия сознания, т.е. действовать рефлекторно, инстинктивно. (С.А.Зелинский).

Таким образом, как открыл ученый С.А.Зелинский, в психике человека помимо того что постоянно формируются новые паттерны поведения и усиливаются ранее существующие, также происходит постоянное формирование новых архетипов (в личном бессознательном). Становится возможным подобное потому, что новая информация, поступающая в мозг и в психику в результате отражения (важной функции сознания), может как сразу переходить в паттерны поведения, формируя их и усиливая ранее существующие, так и может предварительно обогащаться остатками информации, хранящейся в личном бессознательном

---

подкрепленном схожей информацией (со схожей кодировкой) из коллективного бессознательного. Раннее наличие такой информации не хватило для формирования соответствующего архетипа, несмотря на то, что была явная предрасположенность к оному, но не хватало частичного усиления, которое и происходит в данный момент с вводом (поступлением) новой информации; в результате чего новая информация дополняет ранее существующую, а значит и образуется (формируется) новый архетип бессознательного (архетипов личного бессознательного; причем как нами было установлено, предварительная полусформированность архетипа в коллективном бессознательном, в результате взаимосвязи с вновь поступившей информацией в личное бессознательное как раз и послужила появлению уже нового архетипа уже в личном бессознательном. Что же касается формирования нового паттерна поведения, то на наш взгляд, подобное становится возможным благодаря тому, что любая информация, которая находится в зоне восприятия индивида (информация, которая улавливается его визуальной, аудиальной, кинестической репрезентативными системами, а также сигнальными системами психики) откладывается в подсознании, а значит при управлении психикой необходимо учитывать сформированность в бессознательном психики установок, жизненного опыта данного индивида, уровня его образования, воспитания, интеллекта и проч. индивидуальные особенности. Информация, которая попадает подсознание, вступает в коррелят с уже имеющейся в психике информацией, т.е., она вступает в ассоциативные контакты с информацией, накопленной архетипами личного и коллективного

---

бессознательного, и обогащаясь информацией от них — значительно усиливается, формирует новые или доформирует, усиливая, уже существовавшие паттерны поведения, и по прошествии определенного времени (индивидуального в случае каждого человека) начинает оказывать влияние на сознание (С.А.Зелинский, 2008), потому что при появлении какой-то новой информации, психика начинает ее бессознательно оценивать с позиции ранее накопленной информации в бессознательном (личном и коллективном), т.е. информации, как приобретенной в процессе жизнедеятельности данного индивида, так и перешедшей к бессознательному с помощью генетических и филогенетических схем.

3) Сознательно-Бессознательное (т.е. бессознательно, но с включением по необходимости сознания, осознания информации).

Третий этап является ключевым, и позволяет на фоне достижения глубинного закрепления в бессознательном по необходимости и восстребованности, возникающими у всех, кто стремится к постижению все больших потоков информации, дополнительную корректировку подобной информации путем вывода поступаемой из внешнего мира информации из бессознательного (которое на втором этапе берет на себя роль в оценке, а значит и закреплении путем образования установок, формирования и доформирования паттернов, образования доминант и образования и доформирования архетипов личного бессознательного всей поступаемой информации) в сознание для расширения, закрепления и обогащения.

Таким образом в результате действия всех трех этапов при получении мозгом (психикой) индивида информации из внешнего

---

мира, перед нами представлено полное завершение цикла, а значит непрерывный процесс, потому что усваивать новую информацию с автоматическим (на первом этапе сознательным, на втором — автоматически-бессознательным или условно-рефлекторным, и на третьем этапе сознательно-бессознательным, т.е. автоматически-бессознательным с периодической верификацией посредством перевода в сознание, осознания новой информации в случае затруднительной оценки в результате второго, условно-рефлекторного метода) анализом всей поступающей из внешнего мира информации — значит:

а) препятствовать деятельности манипуляторов, пытающихся манипулятивными технологиями сформировать ложное мировоззрения индивида;

б) освободить сознание для занятий любой другой деятельностью (попутно с просмотром ТВ-передач возможно — без угроз того, что вся информация с телеэкрана войдет в подсознание в виде психологических установок — попутно заниматься другими делами, как это принято в России, т.е. принимать пищу, готовить, стирать, и т.п.);

в) автоматически пополнять личное бессознательное путем постижения (запоминания) больших потоков информации с одновременным анализом (верификации новой информации благодаря предварительно переведенной в сознательно-бессознательный режим «цензуры» психики) поступающей из СМИ информацией и расчленением ее на негативную манипулятивную (с бессознательно-автоматической установкой на не запоминание) и положительно-позитивной (с автоматически-бессознательной установкой наоборот — на запоминание).



---

г) знать что находится в подсознании других людей (в т.ч. и зная законы психики и зная что смотрит большинство людей), и в соответствие со своими знаниями корректировать собственное поведение при коммуникативных контактах. В этом случае от фильма он будет получать только позитив (в частности см. гл. «ТВ — как вариант исцеления. Два подхода» из книги С.А.Зелинского «Информационно-психологическое воздействие на массовое сознание» а также ряд других книг Зелинского, где анализируется привлекательная для психики роль телевидения — как излечение от симптоматики невроза и т.п.), а на пути негатива — автоматически будет становиться заслон в виде сознательно-бессознательной критичности, барьера, цензуры психики. Другими словами, разрешается просмотр любых передач по телевидению, передач любого содержания; при этом сознательная часть обучения уже закрепит соответствующие доминанты (в коре головного мозга) и установки (в подсознании), а значит и паттерны поведения в бессознательном психике человека, что уберет его от просмотра передач не нужных ему для его развития и совершенствования, а посредством Автоматически-Бессознательного (условно-рефлекторного) этапа (второй этап «Метода Анти-М» С.А.Зелинского) любой индивид сможет извлекать пользу от просмотра и тех передач, которые на первом этапе (этапе сознательного противодействия) были не рекомендованы к просмотру (например, такая передача как «Дом-2» в восприятии индивида, овладевшего «Методом Анти-Манипуляций Зелинского» будет представлена к восприятию и верификации как рейтинговая передача, которую смотрит определенная часть молодежи, а значит при просмотре такой

---

передачи после овладения вторым и третьим способом-этапом «Метода Зелинского» мы сможем узнать о содержании коллективного бессознательного той части молодежи, которая относящейся к целевой аудитории данной передачи (целевая аудитория представлена для рекламодателей на сайтах телеканалов), а узнав содержание подсознания, становится возможным и скорректировать арсенал способов информационно-психологического воздействия (внушения, кодирования, программирования, гипноза наяву и проч.) для данных категорий индивидов; причем направленность воздействия в данном случае будет исключительно воспитательно-педагогическая, т.е. позитивная с целью формирования положительных ценностно-личностных жизненных ориентаций (положительные ценностные жизненные ориентации — как основа воспитания). Зная содержание подсознания конкретной целевой аудитории — становится понятно, какие использовать средства и методы для воспитания и образования. Например, на базе уже имеющихся — сформировать переориентацию, заменив одни доминанты, установки и паттерны — на другие, отвечающие требованиям идеологического воспитания в духе, например, патриотизма, уважения к старшим, стремления к знаниям, избавления от употребления алкоголя и наркотиков и т.п.

Таким образом, благодаря глубинному закреплению в бессознательном, а затем по мере восстребованности вывода в сознание для расширения, закрепления и обогащения — наблюдается полное завершение цикла, а значит непрерывный процесс, потому что усваивать информацию о манипуляциях, вариантах и вновь появляющихся, человек может постоянно, если

---

он однажды освоил механизм вычленения манипуляций в любой подаваемой информации (информации, поступающей из внешнего, окружающего мира: СМИ, СМК, люди в процессе коммуникативных контактов и проч.).

Иными словами, все существующие в мире на сегодняшний день методики противодействия манипулятивному влиянию предлагают только сознательный подход. А в методе Зелинского, сознательный подход необходим лишь на первом, начальном, этапе, причем и здесь вносится существенная корректировка: мы предлагаем использовать самое эффективное оружие против манипуляторов — самих манипуляторов. Т.е. предлагается на первом этапе обучить воздействию на психику другого человека, научив механизмам информационно-психологического воздействия (т.е. внушения, кодирования, психопрограммирования, гипноза наяву и т.п. синонимическим понятиям информационно-психологического воздействия), или другими словами, научить приемам манипулирования психикой как отдельного индивида, так и психикой участников массообразования (массы, толпы, большие и малые группы и т.п., что подпадает под категорию массовой психологии).

Напомним еще раз, что информационно-психологического воздействие это и манипуляции, и внушение, и другие аналоги единого процесса: воздействия на психику человека с целью изменения его психологических установок (убеждений, ценностных жизненных ориентаций и проч.); такое воздействие будет эффективным исходя из правила: психотерапевт или гипнолог не сможет воздействовать на такого же как он психотерапевта или гипнолога, так как они оба обладают

---

одинаковыми знаниями, но более сильный (опытный, талантливый и т.п. аналогии) психотерапевт или гипнолог может успешно воздействовать на менее сильного (менее опытного, менее талантливого и т.п.).

Таким образом, самому отлично владеть законами управления (подчинения) психики другого человека — значит и противостоять любым манипуляциям со стороны других индивидов. Причем на втором этапе становится важным Автоматически-Бессознательное (условно-рефлекторное) противостояние, а на третьем этапе — Сознательно-Бессознательное (т.е. бессознательно, но с включением по необходимости сознания, осознания поступающей новой информации). В обычном состоянии психика сама осуществляет барьер (цензуру) на пути информации из внешнего мира. Т.е. подобное происходит бессознательно. Человек посредством знаний учится делать это сознательно. И вот потом — он должен делать это вновь бессознательно (Автоматически-Бессознательно), но при этом установки в его бессознательном благодаря предварительному изучению первого этапа обучения «Методу Анти-М» сформированы сознательным привитием, научением, сформированием информации в подсознании; поэтому мы уже ведем речь о сознательно-бессознательном (сочетании сознания и подсознания) восприятия любой информации, поступающей в психику (в мозг) из внешней среды (СМИ, СМК, ТВ, другой человек и т.п.).

Таким образом, поначалу, по мере изучения методов противодействия манипулятивному воздействию, человек будет противодействовать манипуляциям сознательно. Но по мере

---

упрочнения знаний и перевода их на уровень условных рефлексов (т.е. на уровень автоматизма, бессознательного) любой человек сможет противодействовать автоматически, бессознательно. А значит человек сможет смотреть любые передачи по телевидению, читать любые газеты, журналы, воспринимать любую информацию, и при этом не только не опасаться ее манипулятивного влияния (влияния на его мозг и подсознание посредством образования доминант и вследствие очагового возбуждения в коре головного мозга закрепления информации в виде психологических установок в подсознании, формирующих в последствие паттерны последующего поведения человека), но и сможет вычленять из поступаемой информации позитив, т.е. в автоматическом режиме (на уровне условных рефлексов) будет происходить верификация (анализ барьером критичности, цензурой психики) поступаемой информации с последующим извлечением позитива из любой информации, любых передач по ТВ, т.е. бессознательно пользоваться положительными качествами любых передач, и автоматически не обращать внимание на отрицательные стороны. Например телепередача «Дом-2» уже не будет восприниматься как ярко выраженная негативная передача, способствующая образованию в психике молодежи симптоматики невроза путем проецирования на себя поступков главных героев, как передача, закладывающая в подсознание негативные психологические установки, направленные на формирование искаженных (негативных) ценностных жизненных ориентаций и закладывание паттернов будущего поведения, т.е. реагирования человека в схожих — как у героев телепередачи — ситуациях, а любой индивид, владеющий «Методом Анти-Манипуляций

---

Зелинского» («Метод Анти-М») сможет узнать психологию поведения молодых людей в относительно закрытых пространствах на фоне вседозволенности и проч., узнать что находится в коллективном бессознательном молодежи, относящейся к целевой аудитории данной передачи, а значит и скорректировать арсенал способов информационно-психологического воздействия (внушения, кодирования, программирования, гипноза наяву, и проч.) при коммуникативных контактах с молодежью (с целевой аудиторией данной передачи); причем направленность воздействия в данном случае будет исключительно воспитательно-педагогическая, т.е. позитивная с целью формирования положительных ценностно-личностных жизненных ориентаций (положительные ценностные жизненные ориентации — как основа воспитания); другими словами, зная содержание подсознания конкретной целевой аудитории — появляется возможность выработать механизмы воспитания человека, механизмы, основанные, например, на появляющейся после анализа-просмотра той или иной телепередачи информации о предпочтениях и интересах конкретной целевой аудитории; при этом в случае телевидения — подобным образом возможно выявить установки, закладываемые в подсознании зрителей данной телепередачи, с последующим изменением (корректированием) подобных установок в воспитательно-позитивном ключе, направленном на формирование других (новых) ценностных жизненных установок, уже положительных в отличие от полученных в результате просмотра отрицательных; тем самым мы изменяем ценностные жизненные установки человека, и тем самым перевоспитываем его.

---

Таким образом «Метод Анти-Манипуляций Зелинского» («Метод Анти-М» оказывается на сегодняшний момент самым эффективным в мире по противодействию манипулятивному влиянию информации, поступающей в психику индивида с внешнего (окружающего) мира. А кроме того что «Метод Анти-М» самый эффективный, он еще и самый быстрый для овладения.

**«Метод Анти-Манипуляций» С.А.Зелинского («Метод Анти-М») и программа лекционных занятий.**

На сегодняшний день тема манипулятивного воздействия на психику людей является одной из ключевых проблем человечества. Особенно негативно сказывается тенденция манипуляций на психике детей, подростков и молодежи. Различные психотехнологии манипулирования позволяют внедрить в подсознание человека негативные установки и паттерны поведения, затрудняя процесс воспитания и образования человека как гражданина страны.

Не меньшую актуальность получила и тема манипулятивного воздействия телевидения в частности, и средств массовой информации в целом. В результате манипулятивного воздействия формируется деструктивная психика, подменяются ценностные жизненные ориентации.

Именно поэтому противодействие манипулятивному воздействию является актуальной задачей воспитания педагогов и психологов — как будущих лидеров мнений и формирование через них положительных ценностных жизненных ориентаций у подрастающего поколения. При этом следует помнить, что манипуляции, внушение, гипноз, психологическое воздействие и т.п. — все это синонимы одной теории: управление психикой

---

человека. Знание и изучение механизмов такого управления является самым эффективным на сегодняшний момент способом противодействия манипулированию психическим сознанием человека. Разработанный нами «Метод Анти-Манипуляций» («Метод Анти-М») представляет собой метод обучения противодействию манипулятивному влиянию и технически реализуется во время лекционно-практических занятий по разработанному нами курсу.

Основой метода является следующая парадигма: знания о технологиях манипулятивного воздействия на психику позволяют надежно противостоять любым манипуляциям. Другими словами, если индивиду объяснить секреты управления психикой (т.н. манипулирование), то любое манипулятивное воздействие в отношении такого индивида окажется бесполезно. А значит обучение манипуляциям является надежным способом обучения защитам от манипуляций.

«Метод Анти-М» является как отдельным методом, так и структурно входит в «Метод развития сознательно-бессознательной саморегуляции», так как при обучении «Методу Анти-М» занимающийся последовательно проходит три стадии обучения: сознательную, бессознательную, и сознательно-бессознательную, образующие соответственно: сознательное противодействие манипуляциям, автоматически-бессознательное (или условно-рефлекторное) противодействие, и сознательно-бессознательный анализ поступающей информации.

Кратко рассмотрим перечисленные стадии:

- 1) Сознательное противодействие манипуляциям.



---

В этом случае в процессе верификации поступающей информации участвует исключительно сознание через приобретенные индивидом знания по психо-технологиям манипулятивного воздействия на психику согласно разработанной нами программе курса.

2) Автоматически-Бессознательное (или условно-рефлекторное) противодействие.

В этом случае противодействие манипуляциям осуществляется вследствие перевода ранее полученных знаний в устойчивые навыки, когда включение механизмов защит осуществляются без участия сознания, т.е. бессознательно.

3) Сознательно-бессознательный анализ поступающей информации.

В этом случае, по-прежнему используется бессознательный анализ поступающей информации (что значительно ускоряет процесс верификации, отбора, информации на полезную и не нужную), но так как со временем меняется характер поступающей информации и может появляться информация, ранее не знакомая индивиду, необходимо периодическое включение сознания для более тщательного анализа вновь поступающей информации. Таким образом наряду с бессознательным анализом информации осуществляется и сознательный отбор.

Третий этап развития способностей в результате обучения был назван нами сознательно-бессознательным и представляет собой высший этап обучения методу сознательно-бессознательной саморегуляции в целом, и методу противодействия манипуляциям в частности.

---

Алгоритм преодоления манипуляций по «Методу Анти-М» заключается в развитии, формировании и совершенствовании способности человека к сознательно-бессознательной саморегуляции на трех стадиях обучения саморегуляции: в сознательном, бессознательном, и сознательно-бессознательном противодействии манипуляциям.

Таким образом, благодаря «Методу Анти-Манипуляций» можно защититься от манипулятивного воздействия, а сам «Метод Анти-М» представляет собой метод сознательно-бессознательной саморегуляции человека в условиях манипулятивного влияния телевидения. Подобное влияние оказывается как непосредственно от источника манипулятивного воздействия на специалиста воспитания, так и передается от педагога к ученику или другому педагогу в процессе межличностных отношений (индуцируется в процессе заражения, подражания, внушения).

Примерная программа лекционных занятий по «Методу Анти-М» выглядит следующим образом:

1. Учебно-тематический план.

- Тема 1. Глубинная психология индивида и масс.

- 1.1. Основы психологии и психофизиологии.

- 1.2. Глубинная психология и психоанализ.

- 1.3. Основные теории психологии масс.

- 1.4. Законы массообразования.

- Тема 2. Информационно-психологическое воздействие.

- 2.1. Основные характеристики информационно-психологического воздействия.

- 2.2. Манипулирование массовым сознанием и СМИ.

- 2.3. Особенности психологического воздействия СМИ.

---

## 2.4. Технологии психо-воздействия.

### Тема 3. Манипулирование психикой индивида и масс.

#### 3.1. Основные положения теории манипулирования.

3.2. Прикладные психоаналитические технологии манипулирования.

#### 3.3. Методы манипулирования.

#### 3.4. Основы внушения, гипноза и аутотренинга.

#### 3.5. Методы противодействия манипуляциям.

## 2. Содержание учебного плана.

### Тема 1. Глубинная психология индивида и масс.

#### 1.1. Основы психологии и психофизиологии.

— закономерности высшей нервной деятельности

(И.М.Сеченов, И.П.Павлов, Н.Е.Введенский, А.А.Ухтомский, Д.Н.Узнадзе, А.Р.Лурия, Б.Г.Ананьев и др.)

— доминанта, установка, условный рефлекс, сенсорные сигналы, нейроны, афферентные связи и т.п.

— теория мозга (левое и правое полушария, межполушарная асимметрия и т.д.).

— характеристики психической деятельности (ощущения, представления, мышление, память, интеллект, эмоциональные состояния, сон и т.д.)

— Определение и характеристики сознания.

— Основные закономерности функционирования сознания.

— структура психики (подсознание, цензура психики, архетипы, паттерны поведения и т.п.)

— Личное и коллективное бессознательное.

— теории Фрейда, Юнга, Хорни и др. о бессознательном психики.

---

## 1.2. Глубинная психология и психоанализ.

- архетипическая составляющая массобразования.
- масса — как первобытная орда. Теория Фрейда.
- лидер (вождь) массы.
- психоаналитические технологии управления массами.

## 1.3. Основные теории психологии масс.

— теории психологии масс (Сократ, Платон, Аристотель, Макиавелли, Шопенгауэр, Ницше, Белинский, Герцен, Писарев, Бакунин, Плеханов, Л.Толстой, Г.Лебон, З.Фрейд, В.Райх, , С.Московичи, Д.В.Ольшанский, А.А.Зиновьев, А.П.Назаретян и др.)

## 1.4. Законы массобразования.

- типы масс (толпы).
- феномен толпы (основные характеристики).
- законы массобразования.
- примеры использования методик манипулирования массами.
- причины массобразования.
- характеристики основных преобразований психики индивида в толпе.
- развитие технологий массобразования.

## Тема 2. Информационно-психологическое воздействие.

### 2.1. Основные характеристики информационно-психологического воздействия.

- определение понятия информации.
- роль и значение информации.
- информационные потоки.
- особенности восприятия информации человеком.

---

## 2.2. Манипулирование массовым сознанием и СМИ.

- средства массовой коммуникации, информации и пропаганды.
- механизмы воздействия на подсознание через СМИ.
- телевидение и механизмы влияния на масс-медиа-аудиторию.
- роль интернета, прессы, и т.п.
- методы манипулирования с помощью СМИ.

(«очевидцы» событий, образ врага, использование «лидеров мнений», односторонность освещения событий, манипулятивное комментирование, повторение, и др.)

- психологические факторы изменений в массовом сознании при манипулировании с помощью СМИ.

## 2.3. Особенности психологического воздействия СМИ.

- манипулятивные способы подачи материала по телевидению (дробления информации, техника сенсационности, быстро сменяемые сюжеты в новостях, и т.п.)
- компьютерная игровая зависимость.
- кинематографические приемы манипуляций сознанием зрителя.

## 2.6. Технологии психо-воздействия.

- правила общения (вхождение в разговор; построение разговора; убеждение; рекомендации для установки ритма разговора и порядка предъявления аргументов; приемы нейтрализации доводов объекта; правила завершения разговора и др.);
- характеристика бессознательных реакций тела (анализ психического состояния по жестам; жесты и мысли: основные

---

правила психологического анализа; особенности определения скрытых мыслей человека по анализу речи; анализ скрытых мыслей по позам; анализ реакций человека в ответ на ваши слова или действия).

Тема 3. Манипулирование психикой индивида и масс.

3.1. Основные положения теории манипулирования.

— бессознательные психические процессы

— манипулирование — как фактор предрасположенности психики.

— качества, способствующие подверженности манипулятивному воздействию.

— основные последствия воздействия на психику.

— современные методики манипулирования.

— способы противодействия манипуляциям.

3.2. Прикладные психоаналитические технологии манипулирования.

— психоаналитическая теория манипулирования.

— теория сублиминального воздействия.

— невроз — как основа манипулирования.

— провоцирование невротической симптоматики (депрессия, чувство вины, проч.).

— механизмы воздействия на психику с целью провокации базовых инстинктов.

— теория невротических защит психики.

— характеристики основных защитных механизмов психики (вытеснение, проекция, сублимация и т.п.)

3.3. Методы манипулирования.

---

— приемы и способы манипулятивного воздействия на массовое сознание (8 блоков по 10-30 способов в каждом).

### 3.4. Основы внушения, гипноза и аутотренинга.

— роль и место внушения в жизни человека.

— теории внушения классиков нейрофизиологии и гипнологии (В.М.Бехтерев, И.П.Павлов, Ю.В.Каннабих, К.И.Платонов, А.М.Святош и др.)

— виды внушения и особенности индивидуального и группового внушения.

— контрвнушение. Основные понятия и виды контрвнушаемости.

— тесты на внушаемость и признаки погружения в транс.

— самовнушение и самогипноз. Основные определения и механизмы функционирования.

— основные теории гипноза, взгляды на гипноз современных ученых.

— основные направления гипноза: (классический, эриксоновский, психологический гипноз наяву, психоаналитическая школа гипноза и т.п.)

— суггестивные факторы наступления гипнотического состояния.

— стадии гипноза.

— основные методы воздействия при гипнозе (слуховой анализатор; зрительный анализатор; кожный анализатор).

— основные теории и техники аутотренинга, саморегуляции, самокодирования.

### 3.5. Методы С.А.Зелинского.

«Метод сознательно — бессознательной саморегуляции».

---

«Метод Анти-Манипуляций» («Метод Анти-М»).

«Метод Постижения информации» («Метод ПИ»).

«Метод боксинг-терапия» (Boxing-терапия).

Метод 1 и Метод 2 аутотренинга-психической саморегуляции.

Процесс обучения методу «Анти-М» состоит из трех основных этапов:

1) Лекционные занятия.

На данном этапе происходит процесс обучения по психологическим технологиям манипулятивного воздействия и защиты от манипулирования.

2) Дистанционное обучение.

На данном этапе происходит корректировка процесса обучения посредством сети Интернет, и включает в себя также индивидуальную разработку и корректирование механизмов противодействия конкретного педагога в условиях, как его профессиональной деятельности, так и имеющегося у него опыта и знаний.

3) Семинары.

Данный этап необходим для проверки закрепления материала, работы над ошибками, разрешения возникших вопросов, составления дальнейшего плана работы по методу противодействия манипуляциям «Методу Анти-М», обмена опытом различных педагогов, работающих по методу «Анти-М» и др.

Рассмотрим методику обучения на трех стадиях обучения «Метода Анти-М».

1) Сознательное противодействие манипуляциям.



---

Обучение на первом этапе состоит из циклов специализированных курсов в виде лекций и семинаров по основам общей психологии, психофизиологии, глубинной психологии, психоанализу, гипнологии, по основам массовой психологии, технологиям манипулятивного воздействия на психику индивида и масс и проч.

На данном этапе учащийся:

а) изучает основы функционирования мозга при восприятии информации из внешнего мира; изучает структуру психики, роль подсознания в оценке восприятия информации, законы массовой психологии и проч. законы психической деятельности человека, законы психики;

б) овладевает навыками информационно-психологического воздействия, внушения, манипулирования психическим сознанием индивида и масс, психо-технологиями гипнотического воздействия в бодрственном состоянии психики и другим возможностям воздействия на психику другого человека;

в) формирует ценностные жизненные ориентации (положительные ценностные жизненные ориентации — как основа воспитания);

г) закрепляет положительные психологические установки в подсознании; установки, направленные на формирование посредством воспитания положительных личностных качеств в человеке;

д) рассматривает способы анализа медиатекстов (т.е. продукции телевидения, радио, прессы, кинематографа, интернета, рекламы и т.п.), изучает основы теории средств массовой коммуникации в т.ч. с теоретически-практическими занятиями по

---

организации и функционирования газет, журналов, передач по ТВ и проч.; на примере необходимо показать механизмы деятельности того или иного СМИ, с закреплением теоретической базы самостоятельным выполнением задания по созданию медиатекста под руководством специалиста в той или иной области СМИ. Например, несколько человек могут быть объединены в единый штат воображаемой редакции, где каждый человек последовательно будет исполнять роль корреспондента, редактора, и прочее. В теоретической части допустимо рассматривать различные виды СМИ как единое целостное средство массового психического воздействия, с последующим подробным рассмотрением особенностей влияния на массовое психическое сознание отдельных направлений СМИ;

е) выявляет особенности восприятия психикой информации, полученной посредством аудиально-визуального контакта (т.е. суггестивный эффект телевизионного и радио сигнала, печатного слова, и т.п.). На данном этапе должна происходить расшифровка механизмов влияния на подсознание, следствие подобного влияния, примеры такого влияния и т.п.;

ж) вскрывает в результате совместного просмотра и последующего обсуждения с другими участниками коллектива (группы, сообщества, движения и т.п.) под руководством опытного педагога механизмы манипулятивного воздействия сообщений СМИ (печатных, электронных), выпусков новостей, телепередач, художественных и документальных фильмов и т.п.; проводит анализ увиденного в свете ранее изученных теорий глубинной психологии и т.п. Преподаватель на этом этапе должен показать, какие приемы используют СМИ (на примере сообщений

---

из газет, журналов, телевидения) для того, чтобы добиться различного результата (например, скрыть при подаче СМИ важную информацию или приумолить ее значимость, переключив внимание зрителя, слушателя, читателя, и т.п. манипулятивные механизмы СМИ);

з) получает представление о различных способах и технологиях манипулирования, в т.ч. посредством воздействия на активизацию трех ведущих инстинктов манипулятивного воздействия:

— Страх-Невроз. Подчинение психики в этом случае происходит путем предварительной провокации страха или невроза и последующим предоставлением варианта избавления от страха-невроза. Такое избавление заключается в подчинении манипулятору (выполнении его требований);

— Секс-Любовь. Манипулятивное воздействие происходит путем провокации чувства влюбленности или активации сексуального желания, или, например, путем угрозы воздействия на предмет любви или сильной привязанности: человек может быть сильным и стойким во всех отношениях и не подвластен никакому давлению и угрозам извне, но если возникнет угроза человеку которого он любит (мама, жена, ребенок, собачка и т.п. ), такой человек окажется бессилён;

— Деньги — Власть.

Данная категория объединяет все, что связано с личным материальным и нематериальным обогащением.

и) запрещает себе просмотр телепередач сразу после пробуждения (в этот момент, в так называемые просоночные состояния, максимально снижен барьер критичности, а значит вся

---

поступаемая в мозг информация из внешнего мира прочно откладывается в подсознании в виде психологических установок);

к) дозирует получение информации получаемой от СМИ (главным образом от телевидения) на протяжении периода бодрствования (отбирает передачи позитивного содержания, исключает рекламу, смотрит телепередачи, несущие в себе положительную образовательную нагрузку и проч.); исключает получение информации во время сна (например, засыпание при включенном телевизоре или радио, потому что во время сна отключена цензура психики, и вся информация впитывается в подсознание, закрепляясь там в виде установок и формируя в последующем паттерны будущего поведения человека, которые могут проявляться в совершении поступков в период бодрствования);

л) проводит избирательный отбор информации, поступающей в мозг перед сном (состояния перед засыпанием характеризуется резким снижением активности цензуры психики, а значит, информация в данном случае сразу проходит и откладывается в подсознании, что заметно, например, по характеру сновидений).

м) воспитывает волю, развивает интеллект, получает знания.

н) развивает в себе способности к анализу медиатекстов, к пониманию социальных, культурных, политических и экономических смыслов и подтекстов медиатекстов

о) развивает коммуникативные способности личности;

п) обучается идентифицировать, интерпретировать, и создавать медиатексты;

---

р) и т.п.

Для реализации подобного используются различные способы.

с) идеологическое воспитание.

В этом случае воспитание человека, уже проникнутого какой-либо важной идеей (главным образом в результате предшествующего идеологического воспитания), приводит к возможности противостоять любому влиянию со стороны (подчиняясь только влиянию со стороны «духовных» учителей).

т) формирует в себе сверхличность, «избранность», ярко выраженные лидерские качества: уверенность в себе, самоуважение, лидерство во всем, самостоятельность мышления, отличие от других, ощущение сверхчеловека и т.п.).

На данном этапе обязательно искусственное стимулирование, т.е. подкрепление сформированного мнения о его «избранности» соответствующими психологическими приемами, различными материальными и духовно-ритуальными составляющими (звание, должность, значки, памятные подарки, их градация на материальные и духовные средства стимулирования). Человек, как участник массообразования определённой идейной направленности, должен ощущать «духовное» единство с другими участниками и чувствовать собственное отличие от тех, кто не состоит в нём. Он должен воспитывать в себе ощущение «сверхчеловека» и развивать лидерские качества: самостоятельность мышления, силу воли и характера, исключительную уверенность и сознание правоты в мыслях, поступках.

---

2) Автоматически-Бессознательное (или условно-рефлекторное) противодействие.

В этом случае противодействие манипуляциям осуществляется вследствие перевода ранее полученных знаний в устойчивые навыки, когда включение механизмов защиты осуществляются без участия сознания, то есть бессознательно.

Предполагается, что человек освоил воспитательно-образовательные требования предыдущего этапа, а значит, в психике индивида происходит закрепление в подсознании вышеизложенных навыков (процесс научения), и появляется возможность автоматически-бессознательным (условно-рефлекторным) способом воспринимать и верифицировать информацию, поступающую из внешнего (окружающего) мира (от других индивидов, от СМИ и СМК, и т.п.). Согласно данному способу в обработке новой (вновь поступающей) информации (а новая информация, напомним, поступает постоянно в течение периода бодрствования индивида) в обработке такой информации уже участвует не сознание, а подсознание. Таким образом, вновь поступающая (новая) информация будет анализироваться мозгом автоматически — бессознательно, то есть без видимого участия сознания. Она автоматически будет разделяться на позитивную информацию, необходимую для индивида с учетом его общих знаний, полученных в процессе обучения, образования, воспитания, жизненного опыта и негативную, то есть информацию, не отвечающую требованиям необходимости присутствия в памяти, которая будет тут же и автоматически забываться.

---

3) Сознательно-бессознательный анализ поступающей информации.

В этом случае по-прежнему используется бессознательный анализ поступающей информации, что значительно ускоряет процесс верификации, отбора, информации на полезную и не нужную. При этом, со временем меняется характер поступающей информации и может появляться информация, ранее не знакомая индивиду, для чего происходит периодическое включение сознания. Это необходимо для осуществления сознательного отбора вновь поступающей информации и ее оценки, при этом часть информации, уже известной, будет анализироваться бессознательно. Поэтому третий этап развития способностей к противодействию манипуляциям был назван нами сознательно-бессознательным, и представляет собой высший этап развития способности к преодолению манипулятивного влияния информации, поступающей со стороны внешнего мира посредством саморегуляции.

Таким образом, в результате обучения «Методу Анти-М» индивид будет анализировать и при необходимости усваивать любую новую информацию в режиме сознательно-бессознательной саморегуляции, а значит, сможет уверенно:

а) препятствовать деятельности манипуляторов, пытающихся манипулятивными технологиями навязать ему ложное мировоззрение;

б) освободить сознание для занятий другой деятельностью попутно с просмотром телевизионных передач.

Т.е. у него появится возможность одновременно с просмотром телепередачи заниматься другими делами (принимать

---

пищу, готовить, стирать, проч.) без опасности, что информация с телеэкрана войдет в подсознание в виде психологических установок,

в) автоматически пополнять личное бессознательное, то есть постигать (запоминать) и анализировать большие потоки любой информации (верифицировать новую информацию, предварительно переведя её в сознательно-бессознательный режим «цензуры» психики).

г) понимать и при необходимости корректировать собственное поведение при коммуникативных контактах (зная, какие передачи смотрят люди, мы узнаем закладываемые СМИ в подсознание таких людей коллективные установки).

Данный этап очень важен в воспитании молодежи, так как, зная рейтинговые молодежные программы, можно не только выяснить какие установки СМИ заложили в подсознание той или иной «целевой (для данной передачи) аудитории», но, используя подобные знания о содержании бессознательного — скорректировать методы воспитательного воздействия. Например, на базе уже имеющихся установок — сформировать новые, заменив одни доминанты, установки и паттерны — на другие, отвечающие требованиям идеологического воспитания в духе патриотизма и уважения к старшим, стремления к знаниям и избавления от употребления алкоголя, наркотиков, профилактики асоциального и антисоциального поведения. Другими словами, зная содержание информации, усвоенной на уровне подсознания конкретной целевой аудитории, можно выработать механизмы воспитания человека. Механизмы, основанные, например, на появляющейся после анализа-просмотра той или иной



---

телепередачи информации о предпочтениях и интересах конкретной целевой аудитории. При этом можно выявить установки, закладываемые в подсознание зрителям телепередачи, произвести корректировку подобных установок в воспитательно-позитивном ключе, направить воспитательное воздействие на формирование других (новых), уже положительных ценностных жизненных установок, в отличие от отрицательных; сведения о которых получены в результате просмотра передачи. Так появляется возможность изменения ценностных жизненных установок, перевоспитания человека и можно говорить, что «Метод Анти — М» позволяет:

- 1) исключить любое манипулятивное воздействие информации, поступающей от любого источника.
- 2) отбирать из любой информации, поступающей из внешнего (окружающего) мира только те смысловые оттенки, которые необходимы конкретному человеку, в конкретный период времени и на конкретном этапе его развития.
- 3) в минимально сжатые сроки создать оптимальные условия для развития сознательно-бессознательной саморегуляции у педагогов и воспитанников.

## Метод Постижения Информации

С.А.Зелинского (или Метод ПИ, С.А.Зелинский, 2009).

Оглавление.

1. Вступление.

2. Теория.

---

3. Методика.

4. Вывод.

Вступление.

Разработанный нами «Метод постижения информации» (сокращенно «Метод ПИ») наряду с другими разработанными нами методами входит в метод развития сознательно-бессознательной саморегуляции, являющийся базовым методом самостоятельного регулирования процессов, происходящих в психике.

Назначение метода: «Метод постижения информации» позволяет запоминать практически неограниченные объемы информации, попадающие в зону восприятия психикой индивида из внешнего, окружающего мира.

Теория.

В обработке информации из внешнего мира участвует кора головного мозга (сознание) и подкорковые, сублиминальные, слои мозга (подсознание). Мозг человека состоит из двух полушарий: правого и левого. Правое полушарие — чувственно-образное. Левое полушарие — словесно-логическое. Правое полушарие — бессознательное психики, левое — сознание. Оба полушария взаимодействуют между собой. Психика человека представлена тремя структурными единицами: Я или Эго (сознание), Оно или Ид (бессознательное), Сверх-Я или Альтер-Эго (цензура психики, барьер критичности). Цензура психики — барьер критичности между мозгом и внешней средой. Информация из внешнего мира при восприятии мозгом (психикой) сразу наталкивается на цензуру психики. Роль цензуры — отбор и распределение информации между сознанием и бессознательным (подсознанием).

---

Большая часть информации, поступающей из внешнего мира, цензура не пропускает, и такая информация вытесняется, т.е. откладывается исключительно в подсознании. Часть информации — цензура психики пропускает в сознание (при этом сначала такая информация попадает в предсознание, своего рода «прихожую», а уже оттуда — или переходит в сознание, или вытесняется в бессознательное психики). При этом информация из подсознания (бессознательного) все равно, рано или поздно, оказывается в сознании. Поэтому следует говорить, что любая информация, которая прошла в зоне внимания индивида (в зоне восприятия его головного мозга), оказывает влияние на психику (а значит и сознание), независимо от того, была ли такая информация осознанной, т.е. прошла в сознание, или была вытеснена из сознания в подсознание.

Информация задеиствуется мозгом посредством репрезентативных и сигнальных систем. Сигнальных систем две: чувства и речь. Репрезентативные системы — это посредством чего психика индивида воспринимает внешний мир: аудиальная система (органы слуха), визуальная (зрения), кинестетическая (ощущения), а также обонятельно-вкусовая.

Мозг человека способен впитывать в себя значительные объемы информации. От перегрузки (перенасыщенности мозга информацией) спасают механизмы биологической саморегуляции, благодаря которым информация из внешнего мира не усваивается, переходя в подсознание. Мозг, таким образом, на какое-то время блокирует поступление новой информации. Человек как бы продолжает получать сигналы из внешнего мира (посредством репрезентативных и сигнальных систем), но смысловое

---

содержание информации блокируется цензурой психики, а значит не проходит в сознание, по необходимости — или задерживаясь в предсознании, или же сразу вытесняется, оказываясь в бессознательном (подсознании).

Нами был разработан «Метод Постижения Информации» («Метод ПИ»), благодаря которому появляется возможность значительно повысить как запоминаемость поступающей в мозг информации, так и объем этой информации. Основными правилами повышения объемов запоминаемой информации является ввод подобной информации на фоне снижения цензуры психики (подача информации в обход барьера критичности), и специальные методические приемы, позволяющие закрепляться подобной информации в подсознании в виде психологических установок и паттернов поведения. (Более подробно подобные приемы рассмотрены нами ниже, в разделе «методика»). Следует обратить особое внимание, что на первоначальном этапе овладения «Методом ПИ» вследствие резкого увеличения запоминаемости рекомендуется проводить верификацию поступающей из внешнего мира информации, потому что мозг будет запоминать все подряд. Поэтому на данном этапе обязательно избирательно относиться к поступающей в мозг информации. (Процесс запоминания информации проходит три основных этап развития саморегуляции, более подробно нами рассмотренных в концептуальном обосновании разработанного нами метода сознательно-бессознательной саморегуляции, в который наряду с другими методами входит и «Метод постижения информации»).

---

Итак, мы исходим из того, что на психику человека оказывает превалирующее влияние информация. Информация может поступать из двух источников: внешнего и внутреннего мира. Под внешним миром мы понимаем все, что окружает человека (окружающий мир). Под внутренним миром — его собственные, внутренние, мироощущения. В спектре соединения информации полученной из внешнего и внутреннего мира получается мировоззрение конкретного человека в конкретный период времени и по конкретному вопросу. Такое количество вводных указывает на то, что мировоззрение (взгляд индивида на мир и на себя) человека способно изменяться не только по прошествии месяцев, лет, десятилетий, но и такие изменения могут прослеживаться в течение скорости мысли.

Прежде чем подойдем к рассмотрению конкретных методических приемов, еще немного остановимся на теории вопроса.

Необходимо обратить внимание, что информация, поступающая в мозг индивида из внешней среды, может, например, вследствие эмоциональной насыщенности, сразу вызывать очаговое возбуждение в коре головного мозга, рождая доминанту, а значит и закрепляясь таким образом в памяти (в бессознательном) в т.ч. и вследствие формирования психологической установки в подсознании и паттерна поведения в бессознательном. Весь процесс будет выглядеть в таком случае следующим образом: внешний мир воздействует информацией на кору головного мозга конкретного человека, вследствие этого в коре головного мозга формируется активный очаг повышенной возбудимости (образуется доминанта), формирующая в

---

последующем психологическую установку и образуя паттерн поведения; таким образом, информация, полученная из внешнего мира, закрепившись в подсознании в виде установки и паттерна поведения, начинает оказывать влияние на возникновение у человека тех или иных мыслей, и как следствия — управлять поведением человека. При этом образование установок и паттернов поведения может происходить не только благодаря предварительному возбуждению в коре головного мозга (активная доминанта), но и благодаря предварительному торможению в коре головного мозга (пассивная доминанта), в результате чего блокируются все другие участки мозга, кроме задействованных в процессе связи между гипнотизером и гипнотиком, который слышит только голос гипнотизера (установление т.н. раппорта). Кроме того, доминанты, установки и паттерны могут формироваться также вследствие усиления раннее уже имеющихся полу-доминант, полу-установок и полу-паттернов. Становится возможным подобное вследствие того, что в подсознании, ко времени попадания туда новой информации, могут уже иметься определенные, ранее сформированные полу-доминанты, полу-установки, полу-паттерны. Кроме того, в психике человека, помимо того что постоянно формируются новые и усиливаются раннее существующие доминанты, установки и паттерны, происходит постоянное формирование новых архетипов (в личном бессознательном). По нашему мнению, архетипы присутствуют не только в коллективном бессознательном, но и в личном. Как образуются архетипы личного бессознательного? В свое время, попавшая в мозг информация, не послужила образованию полноценных доминант, установок и паттернов поведения, но как

---

бы наметила их формирование. В результате произошло образование полу-доминант, полу-установок, полу-паттернов поведения, которые остались как бы на поверхности личного бессознательного, на границе между сознанием и бессознательным, т.е. не были окончательно вытеснены в глубины памяти, но создали определенный код. В последующем, при поступлении информации схожего содержания (т.е. информации со схожей кодировкой, или иными словами, схожими импульсами от афферентных связей, т.е. связей между нейронами мозга), ранее полусформированные полу-доминанты, полу-установки и полу-паттерны доформируются, в результате чего в мозге появляется полноценная доминанта, а в подсознании — полноценные установки переходящие в паттерны поведения; в этом случае доминанта в коре головного мозга, вызванная очаговым возбуждением, служит причиной надежного закрепления психологических установок в подсознании, а значит и появление соответствующих мыслей у индивида, которые в последующем переходят в поступки вследствие предварительного перехода установок в подсознании в паттерны поведения в бессознательном.

Таким образом, новая информация, поступаемая в мозг и в психику в результате отражения (важной функции сознания), может как сразу переходить в паттерны поведения, формируя их и усиливая ранее существующие, так и может предварительно обогащаться остатками информации, хранящейся в личном бессознательном подкрепленном схожей информацией (со схожей кодировкой) из коллективного бессознательного. Ранее у подобной информации не хватило силы для формирования

---

отдельного архетипа (поэтому был сформирован полу-архетип). Теперь же, вследствие повторения сигнала, старый сигнал усиливается (в результате дополнения новой информацией старой), а значит и образуется (формируется) новый архетип бессознательного (архетип личного бессознательного).

Первоначальный отбор информации для поступления в мозг осуществляется с помощью функционирования такой структурной единицы психики как цензура, или барьер критичности между мозгом (психикой) человека и внешней средой. Однако, если мы сможем вторгаться в деятельность цензуры психики, то в этом случае появляется возможность самостоятельно влиять на запоминаемость информации, повышая объемы такой информации, и общее качество запоминания. Мы разработали метод такого воздействия на цензуру психики, назвав это «Методом Постижения Информации» («Метод ПИ»). Кроме того нами были разработаны ряд других методов, которые все вместе входят в метод сознательно-бессознательной саморегуляции. (Например, «Метод Анти-Манипуляций» («Метод Анти-М»), направленный против любого искусственного вмешательства в мозг путем манипуляций. В «Метод Анти-М» мы также объясняем механизм усвоения информации мозгом (процессы подобной деятельности). Или «Метод Боксинг-терапия», основная задача которого саморегуляция психической жизни индивида через занятия боксом по специальной методике. Метод «Боксинг-терапия» также входит в общий метод — Метод сознательно-бессознательной саморегуляции. Причем сознательно — бессознательная саморегуляция — это непрерывный и последовательный процесс, состоящий из трех стадий проявления,



---

формирования и совершенствования способности личности к саморегуляции; заметим, что каждая последующая стадия является дополняющей по отношению к предшествующей. Речь идет о следующих стадиях: бессознательная, сознательная, сознательно-бессознательная.

Методические основы «Метода ПИ».

Мы обратили внимание, что если найти способ искусственного воздействия на цензуру психики, то появится возможность сознательно управлять процессом запоминания, вводя в мозг значительные объемы информации. Мы исходили от того, что в обычном состоянии сознания деятельность цензуры психики весьма активно (цензура в этом случае отсеивает около 90% всей поступающей информации; причем вытесненный материал чаще всего попадает в глубины памяти, т.е. глубины бессознательного, а значит перейти в сознание он может лишь в отдаленном времени и при соблюдении ряда обязательных условий, таких как предварительная сформированность полудоминант и полу-установок и последующее совпадение кодировки новой информации с информацией уже существующей в подсознании, и т.д.). В нашем же случае нам необходимо было не только обойти цензуру психики, но и добиться, чтобы вытесненный материал размещался на границе между сознанием и бессознательным, а значит был бы при необходимости востребован в короткий срок.

Мы уже говорили, что в случае нахождения человека в измененном, или трансом, состоянии сознания работает правое полушарие головного мозга (бессознательное), поэтому левое полушарие мозга частично выключается и человек пребывает в

---

суженном состоянии сознания. Информация, поступающая в таком состоянии психики, практически вся попадает в подсознание (в обход цензуры психики), а значит запоминается. При этом если такую информацию эмоционально обогатить (насытить эмоциями, т.е. информацию преподнести на фоне эмоционального возбуждения или торможения, что отображается в соответствующих участках головного мозга, и следствием чего является образование активных или пассивных доминант), то в этом случае путем образования доминант (очагового возбуждения в коре головного мозга) в подсознании закрепляются психологические установки, что приводит к формированию соответствующих паттернов поведения.

Таким образом, мы установили, что в результате ряд специальных действий можно заметно ослабить барьер критичности на пути поступления новой информации из внешнего мира (т.н. цензуру психики). А значит, информация, поступающая после соблюдения ряда предварительных и необходимых условий, не только минуя цензуру психики практически в неизменном виде (и почти любых объемах) перейдет в подсознание, но и сохранится там с особой кодировкой, формируя или сразу соответствующие психологические установки и паттерны поведения, или образуя сначала полу-установки и полу-паттерны, и в последующем, при попадании информации со схожей кодировкой, такая информация будет сразу же извлечена в сознание.

По нашему мнению, «Метод ПИ» способен прочно закрепить любую информацию в подсознании человека, а значит и значительно повысить его способности к обучению путем постижения внушительных объемов информации.

---

Рассмотрим методические приемы:

Методика.

«Метод Постижения Информации» позволяет значительно увеличить объем запоминаемой информации в бодрственном состоянии субъекта.

Основными правилами повышения объемов запоминаемой информации является ввод подобной информации на фоне снижения цензуры психики (подача информации в обход барьера критичности), и специальные методические приемы, позволяющие закрепляться подобной информации в подсознании в виде психологических установок и паттернов поведения.

Используются следующие методические приемы и правила:

I. Общие методические приемы и правила.

1. Избирательно относиться к любой информации.

Необходимо помнить, что в подсознание откладывается вся информация, которая когда-либо находилась в зоне восприятия психики человека (трех основных репрезентативных и двух сигнальных систем). Т.е. в подсознание откладывается все, что человек услышал, увидел, почувствовал, и т.п., при этом неважно, осознал он это или нет, запомнил сразу или нет, все, что проходит в спектре восприятия информации из окружающего мира головным мозгом индивида, неизменно откладывается в подсознании, а позже — оказывает влияние на сознание (переходит в сознание). Пример: вы можете беседовать с кем-то или заниматься другим каким-то делом в помещении, где включен телевизор, можете даже ни разу не взглянуть на экран, будучи увлеченные своим делом, но вся информация, которая поступала

---

из телевизора, не осознаваясь вами, отложилась в подсознании. Такая информация образовала в подсознании полу-установки, полу-паттерны поведения, или полу-архетипы личного бессознательного, т.е. наметила определенный код. Если через какое-то время в зону восприятия мозга поступит информация со схожим кодовым сигналом (т.е. информация схожей кодировки, другими словами новая информация будет напомнить ранее полученную), то подобный код усилится, и сформируются уже полноценные установки, паттерны или архетипы личного бессознательного, которые начнут оказывать полноценное влияния на мысли, поступки и поведение, т.е. начнут осознаваться, перейдут в сознание.

2. Периодически и планомерно увеличивать количество поступающей избирательной информации (мозг должен постоянно тренироваться в анализе информации, а память в запоминании больших объемов; с помощью тренировки приходит рост результатов).

3. Необходимая для запоминания информация вводится на фоне снижения барьеров критичности психики, т.е. т.н. «усталости цензуры психики», что достигается получением информации в естественных или искусственных трансовых и предтрансовых состояниях (измененных состояниях сознания — состояниях повышенной внушаемости). Пример:

а) естественный транс — состояние сразу после пробуждения и в течении 15-30-60 минут (в каждом случае индивидуально) после пробуждения; состояние перед сном и засыпанием; состояние недосыпания; состояние физического утомления; тревожность, беспокойство, чувство вины,

---

неуверенность; легкое алкогольное опьянение; первый день простудных заболеваний; др.

б) искусственный транс — в результате гетеро— и ауто внушения, психической саморегуляции, аутотренинга, самогипноза (т.к.когда погружение в трансовые состояния вызвано искусственно, с помощью выполнения соответствующих предварительных действий по отключению цензуры психики).

4. Необходимая для запоминания информация вводится в процессе визуально-аудиального восприятия на фоне приятных раздражителей ЦНС, например, информация, поступающая в процесс самостоятельного чтения или восприятия на слух, поступает на фоне одновременного музыкального сопровождения, и т.п.

В этом случае цензура психики переключается на музыку, ослабляя защиту на пути поступления информации получаемой в процессе чтения или, например, прослушивания информационного сообщения. Цензура психики как бы отвлекается на музыкальный сигнал (особенно если это или расслабляющая музыка или музыка, любимая данным человеком), и пропускает поступающую информацию сразу в подсознание, отложится в памяти. (Подбор музыкальных композиций осуществляется в соответствии с индивидуальными особенностями психики и вкусовыми предпочтениями каждого человека.)

Общие рекомендации:

а) желательна музыка без слов, например классическая музыка;

---

б) через определенный период времени рекомендуется менять произведения, чтобы не происходило привыкания и излишней адаптации психики к данным раздражителям ЦНС;

в) рекомендуется использовать известные музыкальные произведения, которые ранее уже наметили формирование архетипов, установок и паттернов поведения в бессознательном; или же произведения, любимые конкретным человеком.).

5. Информация вводится в подсознание в процессе двигательной активности человека.

Данный способ также позволяет обойти цензуру психики (цензура — барьер критичности на пути информации, поступающей из внешнего мира в мир внутренний, т.е. из окружающей среды в мозг). Информация, поступающая на фоне снижения барьера критичности, откладывается в подсознание в виде полу-установок и намечая образование полу-паттернов поведения. В мозге в это время проходят афферентные связи между нейронами, прокладывая определенные т.н. «колеи прохода», и намечая образование определенного кода. В последующем, если поступит информация схожей направленности, такой код будет активирован, а значит, сформируются полноценные установки и паттерны поведения, которые начнут оказывать влияния на сознание человека (т.е. на его мысли, поступки, поведение).

Эффективность сверх-запоминания информации поступающей на фоне двигательной активности объясняется не только ослаблением барьера критичности психики, но и повышенной внушаемостью во время физической усталости вследствие пребывания человека в измененных и трансовых

---

состояниях сознания во время получения физических нагрузок (как физических, так и психофизиологических). Подаваемая на этом фоне информация практически сразу откладывается в подсознание в виде психологических установок, формируя паттерны (модели последующего поведения человека). Кроме того, внушаемая вербальная информация запоминается лучше, если слова сопровождаются движением.

## **II. Специальные методические приемы и правила.**

Специальные методические приемы делятся на два условных раздела: естественные приемы (т.е. сформированные в условиях, достижение которых возможно как естественным, так и искусственным путем) и искусственные приемы (достижение подобных условий намеренно вызывается индивидом только с помощью специальных психотехник).

Первый раздел: Естественные условия.

Запоминаемость любой новой информации, согласно Методу Постижения Информации, можно повысить за счет введения такой информации на фоне следующих условий:

- 1) Двигательная активность и мышечная деятельность.
- 2) Недосыпание.
- 3) Музыкальное сопровождение.
- 4) Установка на запоминание, а также гетеро— и ауто— суггестия в состоянии транса (самовнушение, самогипноз, саморегуляция, аутотренинг).
- 5) Эмоциональное возбуждение.
- 6) Стресс.
- 7) Период после пробуждения и перед засыпанием (временной интервал: от 0 до 60 минут в каждом случае).

---

8) Т.н. сенсорный голод.

9) Удобная поза (лежа, сидя, полулежа, др.).

10) Отсутствие другой информации о предмете вопроса.

При этом любую информацию дополнительно можно закрепить в подсознании с помощью т.н. «якорения», т.е. формирования доминант (очагового возбуждения) в коре головного мозга и установок в подсознании — посредством выделения ключевых слов интонацией, жестами, мимикой, тактильными ощущениями, и т.п.

Второй раздел: искусственные условия (специальные психотехники).

**1-й метод: Метод аутотренинга-1.**

**Техника идеомоторно-суггестивного погружения в глубокий транс по С.А.Зелинскому.**

Выполняется в положении лежа.

Поза.

Лежа на спине. Руки свободно лежат вдоль тела, ладонями вниз. Ноги выпрямлены (можно заложить одну ногу на другую, или оставить чуть расставленными в стороны). Глаза открыты. Взгляд отвлеченный, направлен вверх.

Техника.

1-я стадия погружения.

Голова лежит ровно. Чуть скашивая глаза, взглядом фиксируем указательный палец правой руки (для левшей — левый).

Указательный палец начинает медленно подниматься. Далее правая рука начинает медленно сгибаться в локтевом



---

суставе. Локоть отрывать не требуется. Правая рука сгибается в локтевом суставе, пока мягко не коснется груди ладонью.

2-я стадия погружения.

Сразу после касания правой ладони начинается движение палец левой руки. Взглядом (без поворота головы) сопровождаем подъем указательного пальца левой руки. Далее левая рука сгибается в локте, и медленно ложится ладонью на грудь.

3-я стадия погружения.

После касания ладони левой руки — начинает разгибаться правая рука в локтевом суставе, до касания ладонью поверхности. Взгляд на всем протяжении движения направлен на указательный палец правой руки.

4-я стадия погружения.

Сразу после касания правой руки — начинает разгибаться левая рука, до касания левой ладони поверхности. Взгляд направлен на указательный палец левой руки.

5-я стадия погружения.

Одновременно с касанием левой ладони поверхности — закрываем глаза, мысленно отдаем цифровую команду «семь» и представляем любой образ.

Общие рекомендации:

В данном случае нами представлена техника идеомоторно-суггестивного погружения в глубокий транс.

Транс может наступить уже после начала разгибания правой руки (и до разгибания левой). В этом случае следует говорить, что пациент обладает повышенной степенью гипнабельности. Тем не менее, необходимо довести движения рук

---

до конца, мысленно отдав себе команду на погружение в транс после прохождения всех пяти стадий погружения.

Глубина транса практически не зависит от того, на какой стадии появились признаки сонливости (транса). Тем не менее, следует заметить, что возникновение данных признаков на ранних стадиях погружения свидетельствует о повышенной гипнабельности пациента, что является косвенным признаком погружения в еще более глубокий транс (гипнотический сон).

Дальнейшие действия после погружения в транс:

Вариант 1.

Сразу начинать психопрограммирование психики (проводить самокодирование).

Вариант 2.

10-20 минут побыть в состоянии безмыслия (внутреннего покоя).

После чего или выйти из состояния транса, или начать проводить самокодирование.

Техника выхода из транса.

Лежа, глаза закрыты, сделать медленный вдох-выдох, и мысленно произнести цифру «три» — открыть глаза.

Сразу вставать не рекомендуется. Необходимо 1-2-3 минуты полежать с открытыми глазами, после чего медленно встать.

Рекомендации по самокодированию:

Фразы должны быть максимально короткими, емкими, точными.

Каждую фразу сопровождать мысленным представлением содержания ключевого слова фразы.

---

Рекомендуется общее — небольшое количество фраз в монологе самокодирования.

**Правила самокодирования.**

Варианты:

1 вариант:

Четкое мысленно проговаривание (3-5-7 раз на каждую) коротких фраз, состоящих:

Первый раз — из 2-3 слов.

Второй раз — с уменьшением на одно слово в фразе.

Третий и последующие разы — произнесение только одного ключевого слова.

После мысленного проговаривания первой фразы вышеуказанное количество раз — перейти ко второй фразе.

2 вариант.

Фразы не проговариваются, а мысленно представляются (т.н. эффект визуализации).

Рекомендуется для лиц с развитым воображением, с повышенной гипнабельностью, или для ранее практиковавших психическую саморегуляцию, аутотренинг или медитацию.

При этом следует предостеречь от чрезмерного увлечения визуализацией вследствие возможного возникновения ряда отрицательной психической симптоматики.

**2-й метод: Метод аутотренинга-2.**

**Техника глубокого транса и сенсорного восприятия (визуализации) по С.А.Зелинскому.**

Выполняется в положении сидя.

Поза.

---

Выполняется в положении сидя на краю кровати или дивана (так чтобы после можно было откинуться спиной назад, оставив ноги стоять на полу).

Сесть на край дивана или кровати (лавки и т.п.).

Расслабить тело, плечи и голову опустить вниз, спина округлая, руки свободно висят между бедрами. Все тело максимально расслаблено. Глаза закрыты.

Вход.

Упражнение 1.

Вдох. Одновременно с глубоким вдохом широко открытым ртом медленно распрямиться назад (не падая), запрокидывая голову до максимума назад.

Выдох. Во время выдоха носом (рот плотно закрыт) медленно возвращаемся в обратное положение (сидя, спина округлая, плечи и голова опущены вниз, глаза не открывает, руки свободно висят между бедрами, ноги на всем протяжении упражнения неподвижны, плотно стоят подошвами на поверхности пола).

Упражнения 2.

Медленно повторить упр.1. Повторение начинать сразу по окончании упражнения 2.

Упражнение 3.

Медленно повторить упр.1. Повторение начинать сразу по окончании упражнения 2.

Упражнение 4.

Во время вдоха широко открытым ртом медленно распрямляемся назад и плавно касаемся спиной поверхности дивана (кроватьи, лавки, т.п.). Глаза не открываем. При касании

---

спиной и затылком поверхности — полностью расслабляем тело, и представляем, как, например, мы погружаемся в горячий морской песок (ванну, теплую воду, и т.п.), погружаемся в состояние глубокого транса. Почти одновременно или через некоторое время наступает эффект перенесения в прошлое или будущее; появляется «картинка», мы видим себя как бы со стороны, начинается эффект визуализации. В подобном состоянии рекомендуется моделировать свое будущее, помня что обязательно сбудется все, что мы представляем.

Время пребывания в подобном состоянии индивидуально, от нескольких минут на первом этапе до часа-двух в последующем.

Выход.

Одновременно с медленным вдохом и выдохом выпрямляем тело в струну (потягиваемся) и открываем глаза, мысленно произнося слова: «Хорошо... Очень хорошо... Все очень хорошо...» (вариации слов могут быть любые; в качестве общей рекомендации: мысленная благодарность себя что все получилось, что все хорошо, отличное настроение и самочувствие).

Общий вывод по «Методу ПИ»: С помощью «Метода ПИ» появляется возможность саморегуляции процесса запоминания. А значит появляется возможность в случае необходимости запоминать практически любые объемы информации, или не запоминать информацию вовсе. Т.е. человек самостоятельно регулирует данный процесс.

**Метод Постижения Информации Зелинского (или Метод ПИ, С.А.Зелинский, 2009).**

---

### **Чуть подробнее.**

Мозг способен впитывать значительные объемы информации. От перегрузки (перенасыщенности мозга информацией) спасают механизмы саморегуляции, благодаря которым информация из внешнего мира не усваивается, переходя в подсознание. Мозг таким образом на какое-то время блокирует поступление новой информации. Человек как бы продолжает получать сигналы из внешнего мира (посредством репрезентативных и сигнальных систем), но смысловое содержание информации блокируется цензурой психики, а значит не проходит в сознание, по необходимости — или задерживаясь в предсознании, или же сразу вытесняется, оказываясь в бессознательном (подсознании). Далее мы подробнее рассмотрим подобный процесс, а сейчас заметим, что российским ученым-гипнологом С.А.Зелинским был разработан «Метод Постижения Информации» (Метод ПИ), благодаря которому появляется возможность любому желающему в максимально короткое время значительно повысить как запоминаемость информации, поступающей из внешнего мира, так и объем подобной информации. Причем следует обратить внимание, что на первоначальном этапе овладения «Методом ПИ Зелинского» вследствие резкого увеличения запоминаемости рекомендуется проводить верификацию поступающей из внешнего мира информации, потому что мозг будет запоминать все подряд. Поэтому после «Метода ПИ» или попутно с овладением «Методом ПИ» («Метод Постижения Информации Зелинского»), следует научиться «Методу Анти-М» («Метод Анти-Манипуляций Зелинского»), благодаря овладению которым впервые каждый

---

индивид становится полностью защищен как от манипуляций со стороны других индивидов или манипуляций со стороны СМИ, так и способен самостоятельно контролировать наполняемость личного бессознательного, в зависимости от необходимости ставя или снимая барьеры на пути информации, поступающей из внешнего мира.

Рассмотрим «Метод Постижения Информации Зелинского» («Метод ПИ»).

Итак, мы исходим из того, что на психику индивида оказывает превалирующее влияние информация. Информация может поступать из двух источников: внешнего и внутреннего мира. Под внешним миром мы понимаем все, что окружает индивида (окружающий мир). Под внутренним миром — его собственные, внутренние, мироощущения. В спектре соединения информации полученной из внешнего и внутреннего мира получается мировоззрение конкретного индивида в конкретный период времени, и по конкретному вопросу. Такое количество вводных указывает на то, что мировоззрение (взгляд индивида на мир и на себя) человека способно изменяться не только по прошествии месяцев, лет, десятилетий, но и такие изменения могут проследиваться в течение скорости мысли. При этом все же рекомендуется на протяжении как минимум определенного времени сохранять общую линию в собственных взглядах в отношении жизни (жизнь — как проекция мироощущения), в ином случае можно осторожно говорить о развитии определенной симптоматики какого-либо из психических расстройств в частности и деперсонализации психики в целом. Однако сейчас

---

мы рассматриваем «Метод Постижения Информации» в проекции к психике относительно психически здорового человека.

Итак, обозначим вводные. Объект исследования — психика. Предмет исследования — возможности мозга (памяти) к запоминанию значительных объемов информации. Цель — увеличение объемов постижения информации, или другими словами, перед нами стоит задача за минимальный промежуток времени запоминаемость и объем информации, поступающей из внешнего мира. Такая задача разрешается «Методом Постижения Информации Зелинского», или сокращенно: «Методом ПИ». Достигается подобное следующим образом:

1) Управление потоком информации.

В этом случае применяется избирательный подход к поступлению новой информации. Необходимо избирательно подходить к информации, которая в значительном объеме (посредством, например, средств массовой коммуникации и информации) появляется в зоне восприятия человека. Учитывая, что любая информация так или иначе откладывается в подсознание, мы должны говорить, что в результате использования (применения через овладение) с «Методом ПИ» почти вся такая информация будет дополнительно (автоматически) помечена положительными импульсами (вследствие образования доминант), а значит подаваемая на подобном фоне будет также дополнительно обогащена установкой на запоминание; в этом случае такая информация при переходе в подсознание намного быстрее чем в обычных случаях найдет ассоциативный отклик как с ранее имеющейся информацией схожей направленности в личном бессознательном, так и той или



---

иной информацией схожей направленности в коллективном бессознательном, а значит в первом случае будет образование новых паттернов поведения и усиление старых, а во втором — активизация основных архетипов (открытых К.Г.Юнгом: архетипов коллективного бессознательного), и появление новых архетипов путем в т.ч. и разветвления прежних, т.е. образование новых архетипов личного бессознательного. (Как полагает С.А.Зелинский, архетипы присутствуют не только в коллективном, но и в личном бессознательном. В этом случае архетипы состоят из остатков информации, которая когда-то попала в психику индивида, но не была вытеснена в сознание или в глубины памяти, а осталась в личном бессознательном будучи обогащенной ранее полусформированными доминантами, полу-установками, и полу-паттернами; т.е. в свое время такая информация не явилась созданием полноценных доминант, установок или паттернов, но как бы наметила их формирование; поэтому при поступлении в последующем информации схожего содержания (т.е. информации со схожей кодировкой, или иными словами, схожими импульсами от афферентных связей, т.е. связей между нейронами мозга), ранее полусформированные доминанты, установки и паттерны доформируются, в результате чего в мозге появляется полноценная доминанта, а в подсознании появляются полноценные установки переходящие в паттерны поведения; доминанта в коре головного мозга, вызванная очаговым возбуждением служит причиной надежного закрепления психологических установок в подсознании, а значит и появление соответствующих мыслей у индивида, переходящих в последующем в поступки вследствие предварительного перехода

---

установок в подсознании в паттерны поведения в бессознательном.)

Таким образом, управление потоками информации, по С.А.Зелинскому, означает избирательное отношение к любой информации, появляющейся в зоне восприятия мозгом человека информационных потоков, т.е. в этом случае необходимо проводить первоначальный предварительный отбор любой информации, потому что при использовании «Метода ПИ» мозг сможет впитывать в себя любые объемы информации, которые прочно станут откладываться в подсознании, и после оказывать свое влияние на сознание, т.е. на возникновение у индивида мыслей и соответствующих поступков (поступков — как следствие появления мыслей).

Первоначальный отбор информации для поступления в мозг осуществляется с помощью функционирования такой структурной единицы психики как цензура, или барьер критичности между мозгом (психикой) человека и внешней средой; при этом в нашем случае цензура психики должна быть сознательно-бессознательной для увеличения приема и обработки поступающей информации. Именно благодаря длительным тренировкам в анализе и постоянном увеличении количества получаемой информации мозг человека, по нашему мнению, способен использовать цензуру психики в дополнительном режиме, обеспечивая помимо сознательного компонента еще и сначала частично бессознательный, после только бессознательный (как бы автоматически-бессознательный), а на третьем этапе уже частично сознательный с превалированием бессознательного (автоматизма на пути верификации информации, поступающей из

---

внешнего мира в психику индивида). Таким образом необходимо обязательно проводить предварительный отбор (оценку) информации, которая будет направлена в мозг, потому что в памяти при реализации «Метода ПИ» отложится любая вновь поступающая информации. Осуществляется такой отбор сначала сознательно, затем бессознательно (автоматически), а после снова сознательно-бессознательно (в последнем случае частичное осознание при почти полном автоматическом необходимо при поступлении качественно новой информации, информации ранее неизвестного для индивида содержания; поэтому для верификации ее и должно частично использоваться сознание посредством имеющегося в психике барьера критичности, т.е. цензуры психики, при превалировании автоматически-бессознательных процессов верификации).

2) Увеличение количество информации, поступающей в мозг для последующего анализа, который происходит, как мы уже заметили, автоматически (бессознательно-сознательно), благодаря взаимодействию сознания и подсознания. В этом случае выделяют следующие способы постижения информации с максимальным запоминанием последней:

а) Необходимая информация вводится на фоне снижения барьеров критичности психики плюс в суггестивных (трансовых и предтрансовых) состояниях (на фоне усталости как общего фактора, и в моменты повышения внушаемости организма — период после просыпания, и период перед засыпанием — как дополнительные факторы; т.е. в измененном состоянии сознания, ИСС).

---

б) Информация в процессе визуально-аудиального восприятия, например, самостоятельного чтения или восприятия на слух, поступает на фоне одновременного музыкального сопровождения.

В этом случае цензура психики переключается на музыку, ослабляя защиту на пути поступления информации получаемой в процессе чтения или, например, прослушивания информационного сообщения. Цензура психики как бы отвлекается на музыкальный сигнал (особенно если это приятная расслабляющая музыка, находящая отклик «в душе индивида», например, классическая музыка, или для среднего поколения — музыка 80-х, для старшего поколения — произведения середины и второй половины 80-х гг. 20 века и проч.; общая рекомендация: использовать известные музыкальные произведения, которые ранее уже наметили формирование архетипов, установок и паттернов поведения в бессознательном; в этом случае вероятность того что барьер критичности будет значительно ослаблен, а значит если на фоне подобной музыки будут подаваться необходимые установки, они прочно и навсегда войдут в подсознание).

в) Информация вводится в подсознание в процессе двигательной активности индивида.

В этом случае подобный способ позволяет внедрить в подсознание установки, которые закрепятся в мозге в виде доминант и психологических установок; после, воздействуя на такие доминанты и установки посредством, например, повторяемости информации, или благодаря подаче четкого кодового сигнала, окажется возможным вызывать соответствующие реакции в психике человека, т.е. мозг в ответ на

---

импульс будет реагировать так же, как это было в момент ввода установок и образования доминант, формирования паттернами последующего поведения индивида. Другими словами, наиболее результативным в случае подобной формы подачи информации (главным образом такая информация подается в виде внушения, так как у объекта во время двигательной активности явно проявляется повышение суггестивной зависимости) является одновременное поступление информации в подсознание и закрепление там в виде психологических установок (кодирования, психопрограммирования) и формирование паттернов в бессознательном психики, т.е. формирование устойчивых механизмов будущего поведения объекта. При этом мы исходим из таких положений, что во время двигательной активности вербальная информация запоминается лучше (если слова сопровождаются движениями), а также полагаем, что если движения вызывают положительный настрой в психике (позитивное эмоциональное возбуждение), то значит и цензура психики ослабляет свое воздействие (т.е. мы «обманываем» ее таким образом); тем самым информация, поданная одновременно с подобной «радостью», будет как бы автоматически благосклонно воспринята психикой, пройдет в подсознание (бессознательное), и позже уже оттуда начнет свое воздействие на сознание индивида. Также становится возможным допустить некоторые вариации и не сковывать себя только двигательной активностью, а просто подать информацию, предназначенную к запоминанию на фоне радости и (или) общего благоприятного состояния психики. Как, впрочем, и в моменты горя. Т.е. тогда, когда психика человека находится в измененных (трансовых) состоянии сознания, и вынуждена

---

бросать все силы на борьбу со стрессом, в результате чего ослабевает контроль цензуры психики, а значит в такие моменты становится возможным достаточно легко внедрять в психику индивида какую-либо информацию (основа кодирования). При этом если дополнительно закреплять вводимую в подсознание информацию (например, использовать метод «якорения», применяемого в НЛП), то становится возможным обозначать такую информацию в коре головного мозга в виде устойчивых доминант а в подсознании в виде психологических установок, а значит последующее повторение (намеренное вызывание, в данном случае) подобных состояний будет оказывать помощь в воздействии на такого запрограммированного (закодированного) индивида.

г) Введение информации в момент нахождения психики объекта в измененных состояниях сознания (ИСС).

Как мы уже заметили, в моменты ИСС барьер критичности на пути поступления информации из внешнего мира находится в заметно ином состоянии, нежели чем в психике человека в момент полного контроля сознанием (т.н. обычное состояние сознания, ОСС). Сознание в данном случае играет важную роль, но зачастую только в случае если психика индивида не испытывает какого-либо дискомфорта (страх, боль, чувства вины, тревожность, сексуальное желание, голод, жажда, желание удовлетворения физиологических потребностей, и т.п.) В случае какого-либо дополнительного воздействия на психику в виде вышеперечисленных примеров, сознание практически любого человека уже не может полностью контролировать ситуацию на протяжении длительного времени. Известно, что от испытывания

---

длительное время боли (во время пыток, например) сдавались даже самые стойкие, а воздействие на инстинкты, например, секс, страх, или деньги во все времена использовалось разведчиками всего мира для установления контактов и (или) шантажа «нужных» людей.

В случае нахождения человека в измененном, или трансовом, состоянии сознания работает правое полушарие головного мозга (бессознательное), поэтому левое полушарие мозга частично выключается и человек пребывает в суженном состоянии сознания. Тем самым барьер критичности на пути поступления новой информации из внешнего мира заметно ослабляется, поэтому вся получаемая информация откладывается в подсознании. Если же такая информация будет эмоционально насыщена, то в этом случае путем образования активных доминант акад. А.А.Ухтомского (очагового возбуждения в коре головного мозга) или пассивных доминант (очагового торможения в коре головного мозга) в подсознании закрепляются психологические установки (по акад. Д.Н.Узнадзе), что приводят к формированию соответствующих паттернов поведения (проф. З.Фрейд, К.Г.Юнг, М.Эриксон) и (или) дополнительного формирования вновь образованных или предварительно образованных и усиленных этим архетипов личного бессознательного (или усиления ранних импульсов, полученных от поступившей информации; такие импульсы в данном случае не привели к созданию полноценных доминант, установок и паттернов; но такое образование было намечено, в результате чего появились полу-доминанты, полу-установки, полу-паттерны)

---

Итак, мы определили, что главенствует бессознательное. Именно бессознательное берет контроль над сознанием в трансовых, или измененных состояниях сознания. Роли бессознательного психики уделяли особое внимание академики А.Н.Леонтьев (2000), А.Р.Лурия (2006), и др., а академик С.Л.Рубинштейн (1989) предлагал вслед З.Фрейду называть психоанализ глубинной психологией, как термин, наиболее точно выражающий происходящие в психике процессы. В бессознательном, как установили профессора З.Фрейд, К.Г.Юнг и многие другие, скрываются архаичные желания человека (архаичные инстинкты), вытесненные в глубины психики в т.ч. и в процессе развития цивилизации (роста культуры в обществе). При этом т.н. первичные инстинкты, вытесняясь в бессознательное, не исчезли окончательно, просто индивид, находясь в обычном состоянии сознания (ОСС), оказался способен более-менее контролировать их; тогда как при погружении такого индивида в трансовые или измененные состояния сознания (алкогольное опьянение, усталость, период пробуждения и засыпания с сильным желанием сна, сильное сексуальное желание, состояние сильной тревоги или радости, нахождение в единой массе среди других индивидов и т.п.) все эти первобытные инстинкты находят выход, снова оказываются в сознании, и таким образом подчиняя его, вынуждают даже самого законопослушного индивида совершать полукриминальные поступки, продиктованные временно ставшей деструктивной психикой.

Помимо перечисленных нами случаев погружения в ИСС, измененные состояния сознания (усталость, опьянение, простудные заболевания, период просыпания, период засыпания,



---

период усталости, вызванной в т.ч. и недосыпанием, и т.п.), в подобные состояния человек может попадать находясь в толпе. В этом случае человек толпы в полной мере испытывает на себе влияние первичных инстинктов, доставшихся от первобытного человека и активно проявляющихся в стадных чувствах всеобщего единения, когда психика людей подчинена единым позывам и первобытным желаниям вследствие значительного ослабления критичности психики. Перед человеком толпы не существует преград, его сила удесятерится, он способен на совершение явно выраженных криминальных поступков проникнутых деструктивным желанием.

Как мы уже заметили, основным подводящим результатом метода постижения информации является снижение барьера критичности на пути поступления информации из внешней среды. В случае ослабления деятельности цензуры психики в этом случае становится возможным не только вводить в бессознательное психики значительные объемы информации, но и такая информация практически полностью будет откладываться в бессознательном психики, закрепляясь там особыми кодовыми характеристиками, благодаря которым подобная информация прочно закрепляется в виде установок в подсознании (происходит своего рода кодирование психики путем образования доминант, т.е. очагового возбуждения в коре головного мозга), а также, как мы полагаем, при поступлении новой информации со схожим кодовым значением — такая информация доформирует задатки намеченных к формированию (полусформированных) паттернов поведения и усиливает архетипы личного бессознательного. (С.А.Зелинский).

---

Итак, чтобы повысить ввод новой информации нам необходимо вводить такую информацию:

1) на фоне ИСС;

2) на фоне предварительного закрепления информации путем образования кодовых значений информации в полусформированных установках и паттернах поведения, а также и архетипов личного бессознательного (в этом случае, при совпадении кода новая информация накладывается на существующую);

3) вводить информацию на фоне снижения барьера критичности цензуры психики;

4) ввод новой информации сопровождать установками с помощью ауто-внушения (например, аутотренинга). В последнем случае становится возможным преодолеть барьер критичности путем манипулирования с собственной психикой, как бы в нашем случае, с «благородным обманом самого себя». Благородным — потому что в отличие от негативных манипуляций, в данном случае мы программируем собственную психику на постижение новой информации, а значит, присутствует явный позитивный аспект, что, по меньшей мере, благородно. При этом само слово «постигание» предполагает не просто прием информации из внешнего мира, или обработку такой информации, но и значительное увеличение запоминаемости подобной информации. Достижение увеличения запоминаемости как мы уже обращали внимание, заключается в снижении барьера критичности, и повышении эффективности суггестивного воздействия. При этом обратим внимание, что индивид в случае подобного рода суггестивного воздействия находится в состоянии яви (ну или

---

полуяви, в трансовом состоянии, или ИСС — измененном состоянии сознания). Несмотря на то, что подобного рода психологическим воздействием можно заниматься выбрав в качестве объекта другого человека, мы все же продолжим рассматривать в качестве исходных предпосылок и транскрипции «Метода Постижения Информации Зелинского», т.е. в применении большей частью для повышению собственных способностей к запоминанию любого индивида по отношению к самому себе; причем в состоянии бодрствования. В связи с этим еще раз следует обратить внимание, что одним из способов повышения суггестивного воздействия в состоянии бодрствования, а равно снижения действия цензуры психики, является:

- внушение в период сразу после пробуждения (от момента полупробуждения и в течении первых 5-10-30-60 минут);

- внушение в период перед засыпанием;

- внушение во время усталости, вызванной, например, недосыпанием;

- внушение в сочетании с музыкальным сопровождением (подбор музык.композиций осуществляется в соответствии с индивидуальными особенностями психики каждого человека, но большей частью желательна музыка без слов, например классическая музыка [1]; причем через время рекомендуется менять произведения, чтобы не было излишнего привыкания и цензура психики все время была задействована);

- внушение на фоне эмоционального возбуждения (радость или горе);

- внушение в момент т.н. сенсорного голода;

---

— внушение в результате отсутствия другой информации (это, кстати, весьма эффективный способ, который отчасти реализуется и посредством внушения в просоночных состояниях, особенно в период после пробуждения);

— внушение посредством подачи информации на фоне мышечной деятельности (психика в этом случае переключается на двигательную активность, а значит ослабевает барьер критичности), внушение в состоянии глубокого расслабления (состояние полного покоя души и тела) и проч.

Таким образом, получается, что в результате «Метода Постижения Информации Зелинского» мы способны значительно повысить процесс запоминаемости информации. При этом следует обратить внимание, что наиболее эффективная запоминаемость происходит на фоне полного ослабления барьера критичности (цензуры психики) в утренние часы (период сразу после пробуждения), а также на фоне легкого недосыпания; в этих случаях почти вся информация прочно закрепляется в подсознании в виде психологических установок (кодирования), а значит в последующем также легко перейдет в сознание. На это следует обратить особое внимание. Первые полчаса и даже час (в зависимости от индивидуальных особенностей организма) после пробуждения мозг человека максимально восприимчив к запоминанию любой информации (посредством перевода такой информации, минуя сознание с его барьером критичности, сразу в подсознание). Независимо что это, утро или вечер, день, ночь и проч. важен сам факт предварительного сна, затем пробуждения, и ввода информации на фоне подобного трансового или полутрансового состояния человека. После сна (необязательно

---

полноценного; в иных случаях даже рекомендуется именно легкое недосыпание, чтобы снизить барьер критичности) мозг человека наиболее восприимчив к запоминанию. Происходит это из-за невозможности в полную меру включиться барьеру критичности на пути информации, поступающей в мозг, т.е. т.н. цензуре психики. Цензура — это составляющая психики, которая находится между сознанием-бессознательным и окружающим миром, и характеризует собой верификацию информации, переходящей из внешнего, окружающего мира — в мир внутренний (сознание и подсознание). Основная функция цензуры — распределение информации, поступающей из внешнего (окружающего) мира между сознанием и подсознанием (бессознательным). Для того чтобы повысить запоминаемость, необходимо снизить барьер критичности, а также подкрепить информацию, предлагаемую для запоминания, эмоционально. Таким образом, за счет снижения барьера критичности информация не только будет направлена в подсознание, но и отложится там в виде установок (Д.Н.Узнадзе), сформированных и усиленных паттернов поведения за счет задействования в т.ч. и архетипической составляющей бессознательного (С.А.Зелинский, 2008). Эмоциональное насыщение информации из внешнего мира поступающей в мозг приводит к формированию активных доминант А.А.Ухтомского (активному очаговому возбуждению в коре головного мозга), а также очаговому торможению в коре головного мозга (доминанта в этом случае автоматически тормозит и подчиняет себе все соседние участки коры головного мозга, постепенно выключает все органы чувств кроме одного: гипнотик слышит лишь голос гипнотизера; генерируется транс,

---

т.е. измененное состояние сознания, когда максимально ослаблена и фактически выключена цензура психики, а значит любая информация, подаваемая в данный момент, прочно отложится в подсознании гипнотика и далее будет служить руководством к действию, посредством в т.ч. и сформировавшихся установок по Д.Н.Узнадзе переходящих в паттерны поведения). Для понимания процесса следует остановиться подробнее на паттернах поведения. На наш взгляд, паттерны поведения способны не только постоянно появляться вновь, но и усиливаться раннее существующие (С.А.Зелинский, 2003-2008). Точно также мы считаем, что в личном бессознательном психики современного человека представлено неисчислимое количество архетипов (также как заметил Юнг — представлены архетипы в огромном количестве в коллективном бессознательном); причем архетипы продолжают образовываться в процессе жизни человека все время; в данном случае наблюдается ситуация когда раннее поступившая информация не вытесняется из психики окончательно, а как бы «ждет подкрепления» новой информации, и если сигнал вновь поступившей информации совпадет с сигналом раннее существующей, то будет наблюдаться процесс доформирования прежних полу-доминант, полу-установок, полу-паттернов поведения. (С.А.Зелинский, 2007-2008).

Остановимся подробней. Итак, в процессе очагового возбуждения в коре головного мозга (доминанты акад. А.А.Ухтомского) информация прочно откладывается в виде установок (психологические установки акад. Д.Н.Узнадзе) в подсознании. Однако как уточняет ученый-гипнолог С.А.Зелинский, в подсознании (в бессознательном психики) к

---

этому времени уже имеются определенные, сформированные раннее паттерны поведения, т.е. устойчивые механизмы, направляющие в последующем поведение индивида, т.е. паттерны поведения отвечают за совершение индивидом поступков, тогда как установки (образующиеся вследствие предварительного образования доминант) участвуют в появлении у индивида мыслей. Таким образом установки могут переходить в паттерны (усиливая последние), а могут действовать самостоятельно, влияя на поведение индивида. Происходит это в случае если поступки являются следствием предварительного появления мыслей; поэтому если сформировавшиеся в подсознании установки влияют на появление у человека тех или иных мыслей (т.е. мыслей проникнутых информацией, закрепившейся в подсознании в виде установок), то вполне логично, что установки могут самостоятельно участвовать в направленности действий человека на совершение тех или иных поступков, т.е. установки в этом случае формируют поведение индивида. В случае же временного пребывания индивида в измененных, трансовых, состояниях сознания, такой человек может совершать поступки без предварительного участия сознания, т.е. действовать рефлекторно, инстинктивно. (С.А.Зелинский). По нашему мнению, в психике человека помимо того что постоянно формируются новые паттерны поведения и усиливаются раннее существующие, также происходит постоянное формирование новых архетипов. Становится возможным так потому, что новая информация, поступающая в мозг в результате отражения (важной функции сознания) в психику, может сразу переходить в паттерны поведения, формируя их и усиливая раннее существующие, а

---

может и предварительно обогащаться остатками информации, хранящейся в личном бессознательном подкрепленном схожей информацией (со схожей кодировкой) из коллективного бессознательного. Раннее наличие такой информации не хватило для формирования соответствующего архетипа, несмотря на то, что была явная предрасположенность к оному, но не хватало частичного усиления, которое и происходит в данный момент с вводом (поступлением) новой информации; в результате чего новая информация дополняет ранее существующую, а значит и образуется (формируется) новый архетип бессознательного (в данном случае архетипов личного бессознательного); причем в данном случае, как полагает С.А.Зелинский, образованию нового архетипа (архетипа личного бессознательного) необходима предварительная полусформированность архетипа в коллективном бессознательном, а также результате взаимосвязи с вновь поступившей информацией в личное бессознательное как раз и послужила появлению уже нового архетипа уже в личном бессознательном. Что же касается формирования нового паттерна поведения, то по нашему мнению, становится возможным подобное потому, что любая информация, которая находится в зоне восприятия индивида (информация, которая улавливается его визуальной, аудиальной, кинестической репрезентативными системами, а также сигнальными системами психики) откладывается в подсознании, а значит при управлении психикой необходимо учитывать сформированность в бессознательном психики установок, жизненного опыта данного индивида, уровня его образования, воспитания, интеллекта и проч. индивидуальные особенности. Информация, которая попадает подсознание,



---

вступает в коррелят с уже имеющейся в психике информацией, т.е., она вступает в ассоциативные контакты с информацией, накопленной архетипами личного и коллективного бессознательного, и обогащаясь информацией от них — значительно усиливается, формирует новые или доформирует, усиливая, уже существовавшие паттерны поведения, и по прошествии определенного времени (индивидуального в случае каждого человека) начинает оказывать влияние на сознание, потому что при появлении какой-то новой информации, психика начинает ее бессознательно оценивать с позиции ранее накопленной информации в бессознательном (личном и коллективном), т.е. информации, как приобретенной в процессе жизнедеятельности данного индивида, так и перешедшей к бессознательному с помощью генетических и филогенетических схем. (Как полагает С.А.Зелинский, архетипы присутствуют не только в коллективном, но и в личном бессознательном. В этом случае архетипы состоят из остатков информации, которая когда-то попала в психику индивида, но не была вытеснена в сознание или в глубины памяти, а осталась в личном бессознательном будучи обогащенной ранее полусформированными доминантами, полу-установками, и полу-паттернами; т.е. в свое время такая информация не явилась созданием полноценных доминант, установок или паттернов, но как бы наметила их формирование; поэтому при поступлении в последующем информации схожего содержания (т.е. информации со схожей кодировкой, или иными словами, схожими импульсами от афферентных связей, т.е. связей между нейронами мозга), ранее полусформированные доминанты, установки и паттерны доформируются, в

---

результате чего в мозге появляется полноценная доминанта, а в подсознании появляются полноценные установки переходящие в паттерны поведения; доминанта в коре головного мозга, вызванная очаговым возбуждением служит причиной надежного закрепления психологических установок в подсознании, а значит и появление соответствующих мыслей у индивида, переходящих в последующем в поступки вследствие предварительного перехода установок в подсознании в паттерны поведения в бессознательном.) Поэтому «Метод Постижения Информации Зелинского» («Метод ПИ») способен прочно закрепить любую информацию в подсознании человека, а значит и значительно повысить его способности к обучению путем постижения внушительных объемов информации.

-----

[1 Рекомендуются следующие произведения: Бетховен — «Лунная соната»; Бах — «Скерцо» из «Сюиты для флейты и струнного оркестра N 2»; Моцарт — «Симфония N 40 соль-Минор»; Штраус-мл. — «Сказки Венского леса»; Бетховен — «К Элизе»; Бизе — Увертюра к опере «Кармен»; Бетховен — «Менуэт»; Моцарт — «Маленькая ночная серенада»; Чайковский — «Итальянское каприччио»; Россини — «Танец»; Григ — «Норвежский танец № 2»; Альбснис — «Малагуэнья»; Вивальди — «Весна» из цикла «Времена года»; Шуберт — «Форель» — четвертая часть Квинтета Ля-Мажор; Моцарт — «Менуэт»; Бах — «Мелодия на струне соль» и др.

Два метода ауто-тренинга (С.А.Зелинский, 2007).

---

1-й метод: Метод аутотренинга-1.  
Техника идеомоторно-суггестивного  
погружения в глубокий транс по С.А.Зелинскому  
(2007).

Выполняется в положении лежа.

Поза.

Лежа на спине. Руки свободно лежат вдоль тела, ладонями вниз. Ноги выпрямлены (можно заложить одну ногу на другую, или оставить чуть расставленными в стороны). Глаза открыты. Взгляд отвлеченный, направлен вверх.

Техника.

1-я стадия погружения.

Голова лежит ровно. Чуть скашивая глаза, взглядом фиксируем указательный палец правой руки (для левшей — левый).

Указательный палец начинает медленно подниматься. Далее правая рука начинает медленно сгибаться в локтевом суставе. Локоть отрывать не требуется. Правая рука сгибается в локтевом суставе, пока мягко не коснется груди ладонью.

2-я стадия погружения.

Сразу после касания правой ладони начинает движение палец левой руки. Взглядом (без поворота головы) сопровождаем подъем указательного пальца левой руки. Далее левая рука сгибается в локте, и медленно ложится ладонью на грудь.

3-я стадия погружения.

---

После касания ладони левой руки — начинает разгибаться правая рука в локтевом суставе, до касания ладонью поверхности. Взгляд на всем протяжении движения направлен на указательный палец правой руки.

4-я стадия погружения.

Сразу после касания правой руки — начинает разгибаться левая рука, до касания левой ладони поверхности. Взгляд направлен на указательный палец левой руки.

5-я стадия погружения.

Одновременно с касанием левой ладони поверхности — закрываем глаза, мысленно отдаем цифровую команду «семь» и представляем любой образ.

Общие рекомендации:

В данном случае нами представлена техника идеомоторно-суггестивного погружения в глубокий транс.

Транс может наступить уже после начала разгибания правой руки (и до разгибания левой). В этом случае следует говорить, что пациент обладает повышенной степенью гипнабельности. Тем не менее, необходимо довести движения рук до конца, мысленно отдав себе команду на погружение в транс после прохождения всех пяти стадий погружения.

Глубина транса практически не зависит от того, на какой стадии появились признаки сонливости (транса). Тем не менее, следует заметить, что возникновение данных признаков на ранних стадиях погружения свидетельствует о повышенной гипнабельности пациента, что является косвенным признаком погружения в еще более глубокий транс (гипнотический сон).

Дальнейшие действия после погружения в транс:

---

Вариант 1.

Сразу начинать психопрограммирование психики  
(проводить самокодирование).

Вариант 2.

10-20 минут побыть в состоянии безмыслия (внутреннего  
покоя).

После чего или выйти из состояния транса, или начать  
проводить самокодирование.

Техника выхода из транса.

Лежа, глаза закрыты, сделать медленный вдох-выдох, и  
мысленно произнести цифру «три» — открыть глаза.

Сразу вставать не рекомендуется. Необходимо 1-2-3  
минуты полежать с открытыми глазами, после чего медленно  
встать.

Рекомендации по самокодированию:

Фразы должны быть максимально короткими, емкими,  
точными.

Каждую фразу сопровождать мысленным представлением  
содержания ключевого слова фразы.

Рекомендуется общее — небольшое количество фраз в  
монологическом самокодировании.

Правила самокодирования.

Варианты:

1 вариант:

Четкое мысленное проговаривание (3-5-7 раз на каждую)  
коротких фраз, состоящих:

Первый раз — из 2-3 слов.

Второй раз — с уменьшением на одно слово в фразе.

---

Третий и последующие разы — произнесение только одного ключевого слова.

После мысленного проговаривания первой фразы вышеуказанное количество раз — перейти ко второй фразе.

2 вариант.

Фразы не проговариваются, а мысленно представляются (т.н. эффект визуализации).

Рекомендуется для лиц с развитым воображением, с повышенной гипнабельностью, или для ранее практиковавших психическую саморегуляцию, аутотренинг или медитацию.

При этом следует предостеречь от чрезмерного увлечения визуализацией вследствие возможного возникновения ряда отрицательной психической симптоматики.

## 2-й метод: Метод аутотренинга-2.

Техника глубокого транса и сенсорного восприятия (визуализации) по С.А.Зелинскому (2007).

Выполняется в положении сидя.

Поза.

Выполняется в положении сидя на краю кровати или дивана (так чтобы после можно было откинуться спиной назад, оставив ноги стоять на полу).

Сесть на край дивана или кровати (лавки и т.п.).

Расслабить тело, плечи и голову опустить вниз, спина округлая, руки свободно висят между бедрами. Все тело максимально расслаблено. Глаза закрыты.

---

Вход.

Упражнение 1.

Вдох. Одновременно с глубоким вдохом широко открытым ртом медленно распрямиться назад (не падая), запрокидывая голову до максимума назад.

Выдох. Во время выдоха носом (рот плотно закрыт) медленно возвращаемся в обратное положение (сидя, спина округлая, плечи и голова опущены вниз, глаза не открывает, руки свободно висят между бедрами, ноги на всем протяжении упражнения неподвижны, плотно стоят подошвами на поверхности пола).

Упражнения 2.

Медленно повторить упр.1. Повторение начинать сразу по окончании упражнения 2.

Упражнение 3.

Медленно повторить упр.1. Повторение начинать сразу по окончании упражнения 2.

Упражнение 4.

Во время вдоха широко открытым ртом медленно распрямляемся назад и плавно касаемся спиной поверхности дивана (кровати, лавки, т.п.). Глаза не открываем. При касании спиной и затылком поверхности — полностью расслабляем тело, и представляем, как, например, мы погружаемся в горячий морской песок (ванну, теплую воду, и т.п.), погружаемся в состояние глубокого транса. Почти одновременно или через некоторое время наступает эффект перенесения в прошлое или будущее; появляется «картинка», мы видим себя как бы со стороны, начинается эффект визуализации. В подобном состоянии

---

рекомендуется моделировать свое будущее, помня что обязательно сбудется все, что мы представляем.

Время пребывания в подобном состоянии индивидуально, от нескольких минут на первом этапе до часа-двух в последующем.

Выход.

Одновременно с медленным вдохом и выдохом выпрямляем тело в струну (потягиваемся) и открываем глаза, мысленно произнося слова: «Хорошо.... Очень хорошо... Все очень хорошо...» (вариации слов могут быть любые; в качестве общей рекомендации: мысленная благодарность себя что все получилось, что все хорошо, отличное настроение и самочувствие).

## Боксинг-терапия (Boxing-терапия)

С.А.Зелинского (2009).

Кратко суть метода в следующем: во время занятий боксом как терапией у человека снимаются психологические комплексы, появляется уверенность в себе, воспитывается воля и характер, человек начинает увереннее смотреть на мир, а значит, купирует возникновение симптоматики нервных заболеваний (пограничных расстройств личности).

Следует заметить, что сами по себе занятия боксом еще не оказывают психотерапевтический эффект в необходимой для лидера мере. Важна методика преподавания. Поэтому в свое время мы разработали метод подобного преподавания, названный нами



---

как боксинг-терапия, где бокс преподается в спортивно-оздоровительном варианте, т.е. не ставится цель участия в соревнованиях, что в корне меняет и систему подготовки. Причем, в преподавании по методу боксинг-терапия изучаются те же приемы бокса (удары, защиты, передвижения и проч.), как и в спортивном направлении. Но так как отсутствует проверка знаний через участие в соревновании, то изначально снимается излишняя психологическая нагрузка, и что самое главное – исключаются любые ограничения для начала занятий.

Вследствие чего приступить к тренировкам боксом по методике боксинг-терапия можно в любом возрасте и с любыми ограничениями по здоровью. Становится не важным, сколько вам лет, какой у вас вес тела, занимались ли вы вообще когда-нибудь спортом, имеете ли хронические заболевания и проч. – в нашем случае это не играет никакой роли.

Кроме того, еще одним принципиальным отличием методики боксинг-терапия является психологический подход, предусматривающий наличие у тренера, помимо педагогических, еще и психологических знаний, позволяющих лучше понимать учеников. Поэтому и тренеры по методу боксинг-терапия называются не просто тренеры, а тренеры-психологи.

Кстати, отсутствие соревнований, не только меняет систему подготовки, но и оказывает на вас особый благоприятный психологический климат для тренировок. Ведь, если вы придете в обычную секцию – вас (за редким исключением) сразу начнут бить более опытные спортсмены, готовящиеся к спортивным турнирам. Это и понятно. Тогда как, если вся секция ориентирована на тренировки в режиме «для себя» (как это в

---

методе боксинг-терапии), то с вами рядом окажется такой же новичок, как и вы, пришедший в таком же возрасте как и у вас, и ставящий перед собой такие же цели, как и ваши. И это очень важно понимать и делать правильный выбор при выборе чем заниматься. Ибо, обучаясь по методу боксинг-терапия, перед вами возможность изучения приемов бокса в щадящем режиме, когда осваивается весь арсенал приемов бокса, проводятся спарринги, ставится нокаутирующий удар, шлифуется техника, формируется физическая подготовленность, снимается психологическое напряжение и проч. – но в исключительно правильно подобранном режиме. Да и ваши противники уже не противники как таковые, а партнеры, которые удары проводят в щадящем режиме, перчатки и шлемы используют, а если надо и жилеты специальные применяют, что все вместе заметно снижает опасность получения каких-либо травм, а то и исключает оные. Причем, в случае возникновения экстремальной ситуации вне спортивного зала – ваш арсенал приемов и полученные навыки помогут справиться с любыми обидчиками. А значит, вы сможете защитить свое мужское достоинство и честь не занимающейся боксом женщины.

И если подытожить, то оказывается что, в результате тренировок по методу боксинг-терапия снимаются внутренние комплексы, происходит воспитание воли, характера, уверенности в себе, исчезает страх, сомнения, беспокойство, неуверенность, человек научается психопрограммировать собственную жизнь, и за минимально короткий срок происходит овладение навыками ведения боя в целом и навыками бокса в частности".

---

## Боксинг-терапия (Boxing-терапия)

С.А.Зелинского (2009).

*Лишь тот, кто не знает бокса, может отождествлять бокс с дракой. Человек, не знающий сущности бокса, видит только его внешнюю сторону, которая может у него вызывать неприятное впечатление. Такой человек не понимает внутреннего содержания бокса, требующего большого умственного и физического напряжения, когда противники стремятся превзойти друг друга, превращая бокс в тонкое и умное соревнование, где побеждает сильная воля и лучшая техника. (А.И.Степанов, 1953).*

Боксинг-терапия – новое, авторское, направление как в терапии, так и в преподавании бокса. Кратко суть метода в следующем: во время занятий т.н. терапевтическим боксом у человека снимаются психологические комплексы, появляется уверенность в себе, воспитывается воля и характер, человек начинает увереннее смотреть на мир, а значит и избавляется от симптоматики нервных заболеваний (пограничных расстройств личности).

За счет чего это достигается?

Тренировки по боксинг-терапии имеют свои эксклюзивные особенности. Прежде всего обратим внимание, что сами по себе занятия боксом еще не оказывают психотерапевтический эффект. На первое место выходит методика преподавания. Поэтому нами был разработан метод преподавания бокса вылившийся в особое направление, названное нами боксинг-терапия. Основное отличие базируется в подходе: согласно методу боксинг-терапия – бокс

---

преподается в спортивно-оздоровительном варианте, т.е. в отличие от чисто спортивного варианта не ставится цель участия в соревнованиях. Отсюда и принципиальная разница в методике преподавания.

В преподавании по методу боксинг-терапия изучаются те же приемы бокса (удары, защиты, передвижения; техника и тактика; подготовительные, физические и специально-физические упражнения и т.п.), как и в спортивном направлении. Но так как отсутствует проверка знаний через участие в соревновании, то изначально снимается излишняя психологическая нагрузка, и что самое главное – исключаются любые ограничения для начала занятий. Поэтому приступать к тренировкам боксом по нашей методике можно не только в любом возрасте, но и с любыми ограничениями по здоровью (особенно когда такие ограничения закрывают дорогу в «большой спорт»). Таким образом, не важно сколько вам лет, какой у вас вес тела, занимались ли вы вообще когда-нибудь спортом, или были освобождены даже от уроков физкультуры в школе, имеете ли какие-нибудь хронические заболевания, инвалидность и проч. – в нашем случае это не играет никакой роли.

Кроме того, еще одним принципиальным отличием нашей методике перед остальными является исключительно психологический подход, предусматривающий у тренера, помимо специальных педагогических, еще и наличие психологических знаний, позволяющих преподавателю лучше понимать своих учеников. Поэтому и тренеры по методу боксинг-терапия называются не просто тренеры, а тренеры-психологи.

---

Разработанная нами методика имеет ряд принципиальных отличий. Одним из них, как мы уже заметили, является отсутствие соревнований. Что это значит? Это значит, что если вы решите заниматься боксом и придете в обычный спортивный зал в двадцать или в тридцать лет, то вас будут ставить в спарринги со спортсменами-разрядниками, потому что основная часть секции – это спортсмены разрядники. И в результате подобного подхода тренеров по отношению к вам уже через несколько занятий у вас пропадет все желание тренироваться.

Именно поэтому нами и был создан метод особого преподавания бокса. Такой метод мы назвали боксинг-терапия, так как при занятиях вы, во-первых, попадет в группу таких же новичков как и сами (что оптимально уравнивает шансы всех тренирующихся в секции спортивно-оздоровительного, (терапевтического, бокса), во-вторых, так как нет цели участия в соревнованиях, то значит и нет боксеров разрядников, которые будут использовать вас в качестве живой боксерской груши. И отсутствие соревнований снимает любые ограничения по здоровью и возрасту.

Но при этом вы точно также изучаете приемы бокса, проводите спарринги, и т.п. – но тренировки проходят в значительно «щадящем» режиме (исключительно «легкие» бои, в пол силы, лишь обозная удары при касании друг друга, да и то, в перчатках, которые еще больше смягчают силу удара соперника, что исключает получение каких-либо травм вообще).

А в случае реального нападения – ваши навыки бокса пригодятся, и вы всегда сможете дать отпор хулиганам-

---

злоумышленникам, защитив свое мужское достоинство и честь не занимающейся боксом женщины.

А в третьих, что очень важно, тренер помимо педагогического образования имеет еще и психологическое. И всегда поймет то, что для вас будет максимально оптимально, удобно и необходимо.

И на наш взгляд только эти три перечисленные отличия тренировок по боксингу-терапии от обычных спортивных тренировок уже говорят сами за себя в необходимости принятия вами правильного решения.

Таким образом можно сделать общий вывод: в результате занятий боксинг-терапией С.А.Зелинского снимаются внутренние комплексы, происходит воспитание воли, характера, уверенности в себе, исчезает страх, сомнения, беспокойство, неуверенность, человек научается психопрограммировать собственную жизнь; кроме того, за минимально короткий срок происходит овладение навыками ведения поединка в целом, и навыками бокса в частности.

Тезисно изложим основные характеристики метода боксинг-терапии:

1. Отсутствие соревнований.
2. Возможность начала тренировок по боксу в любом возрасте и без ограничений по здоровью.
3. Преподавателем в секции спортивно-оздоровительного бокса является не просто тренер, а тренер-психолог (т.е. тренер-психолог наряду со знанием методики проведения тренировок по боксу обладает еще и высокими психологическими и

---

психотерапевтическими знаниями, и имеет высшее психолого-педагогическое образование).

4. Срок овладения навыками бокса в семь раз быстрее, в сравнении с распространенными методиками преподавания.

5. Метод боксинг-терапия базируется на таком разделе психологии как глубинная психология, т.е. в нашем методе мы уделяем основное внимание подсознанию (бессознательному психики), анализируя истоки причин, а не скользя по поверхности сознания как в общей психологии, принятой для научения в большинстве вузов.

6. В психологическом аспекте метод боксинг-терапия помимо наших собственным наработок отталкивается от таких направлений психотерапии, как гипнотерапия, динамическая психотерапия, рациональная психотерапия, аутотренинг, и некоторых других направлений психотерапии.

7. Важный аспект начала работы – искренне желание самого человека к изменениям. В нашем методе большое значение имеет самостоятельная работа пациента, ведь это не просто психотерапия, а боксинг-терапия, т.е. обретение себя через занятия боксом, через труд, через выполнение физических нагрузок (благотворно влияющих на психическое здоровье).

8. Наряду с разработанным нами методом обучения противодействию манипулятивному влиянию на психику индивида и масс -- метод боксинг-терапия входит в еще один разработанный нами метод – метод сознательно-бессознательной саморегуляции.

9. Метод боксинг-терапия создан с учетом всех последних достижений науки, а автор метода С.А.Зелинский является не

---

только высококвалифицированным спортсменом (мастером спорта международного класса, неоднократным чемпионом мира), но и тренером (в должности главного тренера военного вуза воспитавшим несколько десятков мастеров спорта, победителей крупнейших российских и международных соревнований), ученым-психологом и педагогом, преподавателем психолого-педагогического факультета Санкт-Петербургской государственной академии постдипломного педагогического образования и преподавателем Санкт-Петербургского государственного университета культуры и искусств, экспертом ЮНЕСКО по России, членом Союза журналистов РФ и Ассоциации кинообразования и медиапедагогике, членом Российской Психотерапевтической Ассоциации при Минздраве РФ, автором нескольких десятков научных книг.

Кроме того, методика преподавания С.А.Зелинского по методу боксинг-терапия легла в основу кандидатской диссертации, а также курсов 2-х годичной профессиональной переподготовки в высших учебных заведения по программе подготовки тренеров-психологов по боксу.

Тезисно изложим основные преимущества метода боксинг-терапия:

1. Можно начинать заниматься в любом возрасте.
2. Для занятий нет ограничений по здоровью.
3. Происходит излечение от симптоматики нервных заболеваний (невроз, истерия, беспокойство, чувство вины, страх и т.п., т.е. снимаются внутренние комплексы и зажимы души).



---

4. Воспитывается воля, характер, уверенность, сила, ловкость, координация, другие физические качества; нормализуется вес тела.

5. В семь раз быстрее происходит овладение навыками ведения поединка.

## Боксинг-терапия (Boxing-терапия) С.А. Зелинского (2009).

### Краткое изложение

Лишь тот, кто не знает бокса, может отождествлять бокс с дракой. Человек, не знающий сущности бокса, видит только его внешнюю сторону, которая может у него вызывать неприятное впечатление. Такой человек не понимает внутреннего содержания бокса, требующего большого умственного и физического напряжения, когда противники стремятся превзойти друг друга, превращая бокс в тонкое и умное соревнование, где побеждает сильная воля и лучшая техника. (А.И.Степанов, 1953).

Арсенал ударов в боксе невелик. Их всего шесть: прямой или кросс, боковой или хук и удар снизу — апперкот. Все три удара наносятся как левой, так и правой рукой. Вот и получается — шесть. Но вариантов их применения — бесконечное множество. Удары могут быть одиночными, повторными, двойными, серийными и так далее. И в этом есть большое сходство бокса с шахматами. Ведь в шахматах всего шестнадцать фигур на каждой стороне, но вот уже более тысячи лет люди играют в шахматы и находят все новые и новые варианты защиты и нападения. (Ф.Батлер, 1992).

Содержание.

- 
1. Вступление.
  2. Основные характеристики метода боксинг-терапия.
  3. Основные преимущества метода боксинг-терапия.
  4. Методика.
  5. Группы. Психологическое направление.
    - 5.1. Групповые занятия по методу боксинг-терапия.

Психологическое направление.

5.2. Психологические правила для тренера-психолога при проведении групповых занятий.

5.3. Психологические феномены, проявляющиеся при групповых занятиях.

5.4. Некоторая специфика психологии масс.

6. Группы. Спортивные занятия.

6.1. Особенности проведения групповых спортивных тренировок по методу боксинг-терапия.

6.2. Некоторые особенности занятий по методу боксинг-терапия. Спортивное направление.

6.3. Примерная схема тренировки.

6.4. Особенности построения отдельных занятий.

6.5. Основы методики преподавания.

6.6. Основные способы преподавания приемов.

6.7. Последовательность обучения навыкам по методу боксинг-терапия.

6.8. Основные методы обучения.

7. Некоторые особенности физиологии движений.

8. Некоторые рекомендации тренерам-психологам по методу боксинг-терапия:

---

(или на что тренеру следует обратить внимание в обучении).

9. Некоторые рекомендации ученикам при тренировках по методу боксинг-терапия, или Памятка ученику.

10. Психологическое направление индивидуальной работы.

11. Теория гипноза.

12. Теория манипулирования.

13. Общие рекомендации в работе тренера-психолога.

14. Некоторые психологические приемы для повышения качества работы тренера-психолога.

14.1. Психологические приемы С.А.Зелинского.

14.1.1. Манипуляции сознанием (С.А.Зелинский, 2003).

14.1.2. Способы манипулирования психическим сознанием человека (С.А.Зелинский, 2008).

14.1.3. Психологические приемы манипулятивной подачи информации. (С.А.Зелинский, 2009).

14.2. Рекомендации по работе с пациентами, имеющий высокий социальный статус.

14.3. Психологические приемы и правила, используемые в работе тренера-психолога.

14.4. Психологические особенности общения в работе тренера-психолога.

15. Аутотренинг, или психическая саморегуляция.

16. Примеры из практики.

17. Заключение.

18. Список источников.

---

В силу представленного объема (полное изложение метода боксинг-терапия занимает около 200 страниц текста) схематично обозначим рассматриваемые в нашем методе положения.

### 1. Вступление.

Боксинг-терапия — новое, авторское, направление как в терапии, так и в преподавании бокса. Во время занятий т.н. терапевтическим боксом у человека снимаются психологические комплексы, появляется уверенность в себе, воспитывается воля и характер, человек начинает увереннее смотреть на мир, а значит и избавляется от симптоматики нервных заболеваний (пограничных расстройств личности).

Тренировки по боксинг-терапии имеют свои эксклюзивные особенности. Прежде всего обратим внимание, что сами по себе занятия боксом еще не оказывают психотерапевтический эффект. На первое место выходит методика преподавания. Поэтому нами был разработан метод преподавания бокса вылившийся в особое направление, названное нами боксинг-терапия. Основное отличие базируется в подходе: согласно методу боксинг-терапия — бокс преподается в спортивно-оздоровительном варианте, т.е. в отличие от чисто спортивного варианта не ставится цель участия в соревнованиях. Отсюда и принципиальная разница в методике преподавания.

В преподавании по методу боксинг-терапия изучаются те же приемы бокса (удары, защиты, передвижения; техника и тактика; подготовительные, физические и специально-физические упражнения и т.п.), как и в спортивном направлении. Но так как отсутствует проверка знаний через участие в соревнованиях, то изначально снимается излишняя психологическая нагрузка, и что

---

самое главное — исключаются любые ограничения для начала занятий. Поэтому приступать к тренировкам боксом по нашей методике можно не только в любом возрасте, но и с любыми ограничениями по здоровью (особенно когда такие ограничения закрывают дорогу в «большой спорт»).

Еще одним принципиальным отличием нашей методики является исключительно психологический подход, предусматривающий у тренера, помимо специальных педагогических, еще и наличие психологических знаний, позволяющих преподавателю лучше понимать своих учеников. Поэтому и тренеры по методу боксинг-терапия называются не просто тренеры, а тренеры-психологи.

В преподавании спортивно-оздоровительного (терапевтического) направления бокса педагогика (владение приемами бокса и знание методик преподавания) и психология (глубинная психология) представлены в равнозначных позициях, а в ряде позиций психология и превалирует. Для тренеров знание методики спортивной подготовки по боксу важно, так как члены секции занимаются боксом и должны успешно овладеть всеми навыками этого единоборства. А знание психологии важно, так как члены секции спортивно-оздоровительного бокса отличаются от просто спортсменов, ставящих для себя задачу достигнуть высокого спортивного результата. И отличаются они помимо прочего, возрастом начала занятий (в спорте новичками обычно являются дети 9-10 лет, в нашем направлении новичками являются взрослые 20-30-40 а то и больше лет), а также в ряде случаев наличием различных внутренних комплексов (повышенная тревожность, волнение, страх, неуверенность и т.п.).

---

Занятия таким спортом как бокс — это умение в наикратчайший срок принимать решение, это смелость, решительность, исключительная уверенность в себе. Зачастую подобные качества отсутствуют у большинства не спортсменов. Но в том-то и преимущества занятий по нашей методике — что в процессе тренировок занимающийся обретает все раннее перечисленные качества.

Кроме того следует обратить внимание, что психологические знания тренера необходимы вследствие еще одной особенности занимающейся боксинг-терапией из числа т.н. обеспеченных слоев населения. Дело все в том, что определенная часть таких людей выросла в семьях без излишнего финансового достатка, а после, начав заниматься бизнесом или удачно продвигаясь по службе, обрели финансовую состоятельность. Данный факт в ряде случаев послужил одной из причин развития у этих людей невротической симптоматики. Опередив по финансовой состоятельности знакомых из своего бывшего социального круга, эти люди перешли на другой социальный уровень лишь материально, тогда как психологически оказались не готовы к внезапной финансовой обеспеченности. В результате чего у таких людей стало развиваться чувство вины и страх (страх и чувство вины является следствием невроза); причем страх появляется вследствие бессознательного опасения лишиться нового заработка, а значит вновь скатиться в категорию малообеспеченных сограждан, к которой они принадлежали раньше. И это еще один повод выбрать именно метод боксинг-терапия, так как наши занятия дают возможность через занятия

---

боксом обрести уверенность в себе, а значит и душевное (психическое) здоровье.

Кроме того, в обычную секцию бокса такие люди пойти не могут. Ведь помимо получения навыков бокса важной составляющей является и психологическая сторона вопроса. Когда человека умеют слушать и при необходимости дать психологический совет — очень важно. Поэтому, помимо знания методики преподавания бокса, у тренеров по боксинг-терапии должны быть знания по психологии и психотерапии. Только в таком случае будет достигнуто наивысшая степень доверия между тренером и учеником, когда начинает играть существенную роль фактор внушения слов и действий тренера со стороны ученика.

И когда наблюдается подобное, то научение технике бокса происходят за наикратчайший срок. Причем заметно уменьшенный срок овладения навыками бокса и спортивное совершенствование является еще одним кардинальным отличием тренировок по нашей методике в отличие от традиционного (спортивного) преподавания бокса, где более-менее устойчивые навыки появляются лишь через годы упорных занятий. Если провести аналогию между преподаванием спортивного бокса и бокса терапевтического, то за 18 лет преподавания бокса по нашему методу мы можем сделать вывод, что это отношение в среднем где-то 7 к 1. Другими словами, через 2-3 месяца занятий (с абсолютно нулевого уровня в возрасте 30-40 лет) можно уверенно (успешно и эффективно) противостоять даже более молодым соперникам из тех, кто занимался около года в другой секции бокса.

---

Еще одним отличием является собственно направление психологических знаний. В нашей методике боксинг-терапии мы отталкиваемся не просто от общей психологии (которую учат в большинстве вузов страны), а от глубинной психологии (отличие в том, что в глубинной психологии выделяется роль подсознания, и психика изучается глубже, а не скользит по поверхности сознания как в общей психологии).

Также в методе боксинг-терапия нами были использованы такие направления психотерапии, как гипнотерапия, динамическая психотерапия, рациональная психотерапия, аутотренинг, и ряд других направлений психотерапии.

Кроме того, говоря об отличии нашего метода от остальных, следует отметить важность искреннего желания пациентов к изменениям. Зачастую к моменту обращения к методу боксинг-терапия наши ученики обычно уже перепробовали множество других методик, на первый взгляд более легких. Но легкость еще не значит эффективность. Поэтому к определенным трудностям занятий по методу боксинг-терапия относится то, что это в первую очередь труд, и желание самого человека к изменениям. Т.е. помимо желания ученика-пациента к излечению и ожидаемым изменениям в жизни (такое желание есть почти у всех, кто обращается к любому методу психотерапии) от человека требуется еще и усиленная самостоятельная работа. Вот почему в наш метод помимо других направлений психотерапии входит также и аутотренинг (нами были разработаны ряд методов психической саморегуляции-аутотренинга, методов вхождения в гипнотический транс). А метод боксинг-терапия наряду с методом обучения противодействию манипулятивному влиянию на



---

психику индивида и масс входит в еще один разработанный нами метод — метод сознательно-бессознательной саморегуляции.

Таким образом можно сделать общий вывод: в результате занятий боксинг-терапией С.А.Зелинского снимаются внутренние комплексы, происходит воспитание воли, характера, уверенности в себе, исчезает страх, сомнения, беспокойство, неуверенность, человек научается психопрограммировать собственную жизнь; кроме того, за минимально короткий срок происходит овладение навыками ведения поединка в целом, и навыками бокса в частности.

2. Основные характеристики метода боксинг-терапия:

1. Отсутствие соревнований.

2. Возможность начала тренировок по боксу в любом возрасте и без ограничений по здоровью.

3. Преподавателем в секции спортивно-оздоровительного бокса является не просто тренер, а тренер-психолог (т.е. тренер-психолог наряду со знанием методики проведения тренировок по боксу обладает еще и высокими психологическими и психотерапевтическими знаниями, и имеет высшее психолого-педагогическое образование).

4. Срок овладения навыками бокса в семь раз быстрее, в сравнении с распространенными методиками преподавания.

5. Метод боксинг-терапия базируется на таком разделе психологии как глубинная психология, т.е. в нашем методе мы уделяем основное внимание подсознанию (бессознательному психику), анализируя истоки причин, а не скользя по поверхности сознания как в общей психологии, принятой для научения в большинстве вузов.

---

6. В психологическом аспекте метод боксинг-терапия помимо наших собственных наработок отталкивается от таких направлений психотерапии, как гипнотерапия, динамическая психотерапия, рациональная психотерапия, аутотренинг, и некоторых других направлений психотерапии.

7. Важный аспект начала работы — искренне желание самого человека к изменениям. В нашем методе большое значение имеет самостоятельная работа пациента, ведь это не просто психотерапия, а боксинг-терапия, т.е. обретение себя через занятия боксом, через труд, через выполнение физических нагрузок (благоприятно влияющих на психическое здоровье).

8. Наряду с разработанным нами методом обучения противодействию манипулятивному влиянию на психику индивида и масс — метод боксинг-терапия входит в еще один разработанный нами метод — метод сознательно-бессознательной саморегуляции.

9. Метод боксинг-терапия создан с учетом всех последних достижений науки, а автор метода С.А.Зелинский является не только высококвалифицированным спортсменом (мастером спорта международного класса, неоднократным чемпионом мира), но и тренером (в должности главного тренера военного вуза воспитавшим более десяти мастеров спорта, победителей крупнейших российских соревнований), ученым-психологом и педагогом, преподавателем психолого-педагогического факультета Санкт-Петербургской государственной академии постдипломного педагогического образования и преподавателем Санкт-Петербургского государственного университета культуры и искусств, экспертом ЮНЕСКО в России, членом Союза

---

журналистов РФ и Ассоциации кинообразования и медиапедагогике, членом Российской Психотерапевтической Ассоциации при Минздраве РФ, автором нескольких десятков научных книг.

Кроме того, методика преподавания С.А.Зелинского по методу боксинг-терапия легла в основу кандидатской диссертации, а также курсов 2-х годичной профессиональной переподготовки в высших учебных заведения по программе подготовки тренеров-психологов по боксу.

3. Основные преимущества метода боксинг-терапия:

1. Можно начинать заниматься в любом возрасте.

2. Для занятий нет ограничений по здоровью.

3. Происходит излечение от симптоматики нервных заболеваний (невроз, истерия, беспокойство, чувство вины, страх и т.п., т.е. снимаются внутренние комплексы и зажимы души).

4. Воспитывается воля, характер, уверенность, сила, ловкость, координация, другие физические качества; нормализуется вес тела.

5. В семь раз быстрее происходит овладение навыками ведения поединка.

4. Методика.

В работе тренера-психолога по методу боксинг-терапии используется два направления тренинга: психологический тренинг и спортивный тренинг. В свою очередь и то и другое направление делится на работу по индивидуальному плану (индивидуальные тренировки) и групповые занятия.

Наибольший интерес своим — порой кардинальным — отличием от распространенных методик тренировок представляет

---

психологический аспект подготовки. Связано это с новизной данного подхода, ибо все, что существовало ранее (до разработки метода боксинг-терапии) — было направлено на подготовку (и психологическую и спортивную) спортсмена. Тогда как современные реалии открыли спрос к изучению бокса у людей, которые не ставят для себя целей участвовать в соревнованиях и добиваться побед на ринге. Кроме того, основная категория желающих уже перешагнула 30-летнюю отметку (тогда как 25 лет уже считается критическим возрастом для спортсмена-олимпийца).

Таким образом, все существующие ныне программы подготовки были ориентированы исключительно на спорт, а значит оказались не приспособленными к современным реалиям, где существует огромное количество людей (их в разы больше чем спортсменов), желающих заниматься спортом, но в категории «для себя», а не для спортивных результатов (достижение которых в силу различных причин затруднено или невозможно).

Кроме того, в результате смены общественно-социальной формации и перехода на рыночные экономические отношения в обществе увеличилось число людей, пребывающих в пограничных психических состояниях. Участились стрессы, а значит и появились люди, у которых по ряду причин нарушен процесс биологической саморегуляции. Т.е. в норме мозг сам справляется с опасностью в виде стрессов и проч. А если мозг справляется не в полной мере — то психика таких лиц находится в пограничных состояниях, когда индивид балансирует между психическим отклонением и нормой. Отсюда повышение уровня тревожности в обществе, развитие истерии, беспокойство, чувство вины и проч.,

---

что может быть объединено под общей симптоматикой нервных расстройств и находится в ведении психологов или психотерапевтов (т.н. малая психиатрия).

Поэтому одним из эффективных средств избавления от симптоматики нервных является наш психотерапевтический метод — боксинг-терапия, где психологические и психотерапевтические методы работы сочетаются с методами спортивно-оздоровительных тренировок.

5. Группы. Психологическое направление.

5.1. Групповые занятия по методу боксинг-терапия.

Психологическое направление.

Психологический климат во время спортивных занятий строится особым образом.

Для повышения тренировочного эффекта тренер-психолог должен:

а) обладать авторитетом среди учеников;

б) общаться с учениками при групповых занятиях — в соответствии с основными принципами массовой психологии, учитывая что, чем больше состав группы, тем легче проявляются такие специфические свойства массы, как подражание, заражаемость, внушаемость.

5.2. Психологические правила для тренера-психолога при проведении групповых занятий:

1. Помнить, что бессознательно каждый член группы ассоциирует тренера (тренер = вождь группы) с отцом.

2. Во время занятий тренеру необходимо общаться с участниками группы строго, четко, конкретно, громким и уверенным голосом без лишних объяснений и в приказном

---

порядке отдавая команды к выполнению того или иного технического действия.

3. Тренеру необходимо обязательно на личном примере показывать выполнение задаваемых им для отработки технических действий.

4. Тренер-психолог должен быть всегда уверен в себе, в своих силах, знаниях, своем превосходстве (физическом, технико-тактическом, психологическом) над учениками.

5. Несмотря на директивный тон общения и демонстрируемую властность, тренеру-психологу необходимо создавать видимость любви к каждому члену группы.

6. Периодически тренеру необходимо давать на занятиях очень сложный (и новый) материал, чтобы членам группы бессознательно не казалось, что они уже все знают, ничему тренер их не научит, и все у них получается.

7. Во время проведения занятий тренеру следует руководить группой методом «кнута и пряника» в соответствие с бессознательным проявлением характера отца в архетипах бессознательного массовой психики (отец строгий, но справедливый, нашалили — поругает, но если заслужили — не поскупится на щедрость и доброту).

8. Периодически тренеру необходимо демонстрировать силу и могущество для поддержания авторитета.

9. Тренеру следует помнить, что когда ученики объединяются в группу, они становятся членами массы, толпы. А толпа не приемлет сомнений, мягкости или нерешительности вождя (тренера).

---

10. Тренеру обязательно необходимо держать дистанцию между собой и учениками, и всегда пресекать панибратство.

11. Тренеру следует помнить, что при объединении в группу между учениками становится возможным развитие высокой степени конформизма, поэтому любые его задания к выполнению приемов будут восприняты всеми участниками группы достаточно эмоционально и единодушно.

12. При психологическом анализе группы следует помнить, что в объединении людей в массы (феномен группы, массы, толпы) на первый план выходит подсознание, нежели сознание, поэтому при управлении группой следует помнить это, и психолого-педагогическое общение строить с позиции влияния на подсознание, а не на сознание.

13. При групповых занятиях каждый отдельный участник стремиться отождествиться с тренером (с вождем), в котором воплощается его массовый идеал. Поэтому тренеру (вождю) легче проводить групповые занятия, чем индивидуальные.

5.3. Психологические феномены, проявляющиеся при групповых занятиях:

1. Находясь в группе, у учеников происходит мобилизация всех ресурсов организма, поэтому участник группы может проявить такие физические и психологические качества, которые становятся ему недоступными ранее, т.е. вне группы.

2. Пребывание в составе группы накладывает особый психологический отпечаток, проявляющийся в том, что участники группы начинают пребывать в измененных (трансовых или полутрансовых) состояниях, а значит становятся способны и на

---

нетипичные для них раннее формы поведения, пребывая в ином психоэмоциональном состоянии, чем вне группы.

3. Группа подчиняется ритму.

4. Группе необходимо какое-то действие.

5. В группе все становятся едины, несмотря на социальное положение и проч.

6. В группе можно отвлечься от забот и хлопот, что тоже бессознательно предрасполагает учеников к объединению в группу.

7. При нахождении в составе группы у учеников происходит снижение способности рациональной переработки воспринимаемой информации.

8. В группе заразительно любое действие. Также сильно развита внушаемость отдельных учеников. Это необходимо учитывать тренеру-психологу при групповой работе.

5.4. Некоторая специфика психологии масс.

Схематично обозначим рассматриваемые пункты.

1. Принципы и законы массовой психологии.

— Основные определения.

— Законы массообразования.

— Основные признаки, свойственные массовому поведению.

— Варианты агрессивного поведения толпы.

— Характеристики преобразований психики в толпе.

— Характеристики вождей массы.

— Масса — как первобытная орда. Теория Фрейда.

2. Способы, средства массообразования

— Феномен возникновения толпы.



- 
- Типы толпы.
  - Поведение индивида в толпе.
  - Воздействие на толпу.
  - Технологии управления массами.

## 6. Группы. Спортивные занятия.

### 6.1. Особенности проведения групповых спортивных тренировок по методу боксинг-терапия.

В своей общей направленности групповые занятия строятся в соответствии с принятыми стандартами в проведении спортивных занятий. Однако в данном случае применяется и ряд нововведений, связанных со спецификой спортивной подготовки особой направленности. Основная причина пациентов, выбравших групповой тренинг по методу боксинг-терапия, заключается в возрасте начала занятий и желании тренироваться «для себя». Средний возраст занимающихся в группах по методу боксинг-терапия — 25 лет, т.е. лет на 15 ниже, чем выбравших индивидуальные занятия по методу боксинг-терапия. Но и в 25 для традиционных занятий по боксу слишком много (в этом возрасте или раньше спортсмены уже заканчиваются свои спортивные выступления).

Каков общий психологический портрет пациента группового тренинга? Возраст около 25 лет. Раньше никаким спортом не занимались (т.е. и технико-тактическая и физическая подготовка практически нулевая). Основная причина, из-за которой пришли в спортивный зал — желание научиться постоять за себя и стать более уверенными (т.е. в данном случае причина напоминает общую для пациентов, выбравших такой психотерапевтический метод как боксинг-терапия).

---

В связи с вышеизложенными особенностями пациентов строится и работа с ними.

6.2. Некоторые особенности занятий по методу боксинг-терапия. Спортивное направление:

1. Нагрузка не должна быть максимальной или соревновательной.

2. По времени продолжительность групповой тренировки в спортзале (вместе с разминкой и заминкой) по методу боксинг-терапия составляет в среднем 50-65 минут в летнее время, и может быть повышена до 80-90 минут в зимнее время. В неделю рекомендуется два занятия (с интервалом между занятиями 2-3 дня).

3. Интенсивность групповой тренировки зависит от учебно-тренировочного плана.

4. Отработка приемов (ударов, защит, комбинаций) в парах проходит в боксерских перчатках (как и в традиционном спортивном направлении), но при этом все удары ограничены по силе воздействия.

5. Спарринги являются обязательным компонентом тренировок, но ограничены по силе воздействия.

6. Спарринги и отработка в парах начинаются уже на первом занятии. При этом по возможности новичок ставится с учеником, который уже отходил какое-то время на занятия. Таким образом во время тренировок более опытный спортсмен подправляет технику ударов и защит новичка, и тем самым достигается дополнительный эффект при занятиях (в т.ч. и эффект психологического плана т.к. снимается барьер психики в виде страха перед ударами).

---

7. Одновременно с учебно-технической подготовкой внимание уделяется и физической подготовке.

8. Еще в 1926 году В.Арцишевский отмечал, что основы техники боя в боксе одинаковы для каждого, но детали техники каждый должен варьировать по-своему, сообразуясь со своими физическими данными, характером и темпераментом.

6.3. Примерная схема тренировки выглядит следующим образом:

1 вариант:

— Разминка; —Отработка в парах; —Заминка.

2 вариант:

— Разминка; —Отработка приемов перед зеркалом; —Отработка на спортивных снарядах (боксерские мешки и груши); —Заминка.

3 вариант: (комбинируется, исходя их следующих компонентов):

— Разминка; —отработка приемов перед зеркалом; —отработка приемов с партнером; —отработка приемов на спортивных снарядах; —заминка (выполнения силовых упражнений с собственным весом или с тяжестями).

Рекомендуется, чтобы каждая тренировка отличалась от другой и была направлена на решение каких-либо задач (технических, тактических, физических).

Каждое отдельное занятие подразделяется на три части: подготовительную (разминка), основную (учебная тренировка по боксу) и заключительную (заминка). Разберем подробнее.

6.4. Особенности построения отдельных занятий:

1. Разминка.

---

2. Основная часть.

3. Заминка.

6.5. Основы методики преподавания:

1. Принцип наглядности.

2. Принцип доступности

3. Принцип систематичности и регулярности.

4. Принцип последовательности.

5. Принцип прочности знаний и навыков.

6. Принцип индивидуального подхода к занимающимся.

6.6. Основные способы преподавания приемов:

1. Целостный метод.

2. Расчлененный метод.

3. Исправление ошибок.

4. Использование примеров.

5. Применение подготовительных упражнений.

6.7. Последовательность обучения навыкам по методу

боксинг-терапия:

1. Ознакомление.

2. Разучивание.

3. Закрепление.

4. Совершенствование.

6.8. Основные методы обучения:

— Показ.

— Объяснение.

7. Некоторые особенности физиологии движений.

— Закономерности высшей нервной деятельности

(И.М.Сеченов, И.П.Павлов, Н.Е.Введенский, А.А.Ухтомский,  
Д.Н.Узнадзе, А.Р.Лурия, Б.Г.Ананьев и др.)

---

— Доминанта, установка, условный рефлекс, сенсорные сигналы, нейроны, афферентные связи и т.п.

— Теория мозга (левое и правое полушария, межполушарная асимметрия и т.д.).

— Формирование навыков при овладении техникой движений (Н.А.Бернштейн).

— Принцип сенсорных коррекций (Н.А.Фомин, Ю.Н.Вавилов), роль утомления и т.п.,

8. Некоторые рекомендации тренерам-психологам по методу боксинг-терапия:

(или на что тренеру следует обратить внимание в обучении)

— Рекомендации (А.И.Булычев, Г.О.Джероян, М.Н.Романенко, Е.И.Огуренков, В.Арцишевский, А.И.Степанов, К.В.Градополов, М.И.Перельман).

9. Некоторые рекомендации ученикам при тренировках по методу боксинг-терапия, или Памятка ученику.

— Рекомендации (С.А.Зелинский).

— Рекомендации (Г.О.Джероян, М.Н.Романенко, В.Арцишевский, А.И.Степанов, К.В.Градополов, Ф.Батлер).

10. Психологическое направление индивидуальной работы.

В работе с пациентами по методу боксинг-терапия следует учитывать, что подавляющее большинство учеников, выбравших индивидуальный тренинг — владельцы собственного бизнеса или топ-менеджеры крупных компаний, а значит люди, финансово обеспеченные и наделенные властными полномочиями.

Специфика их профессиональной деятельности формирует соответствующие установки в психике. Однако эти установка

---

больше сознательные, нежели бессознательные. Потому что всегда у таких лиц имеются более сильные установки, базирующиеся в подсознании, и оказывающие влияние на мысли и поведения данного человека. Именно более старые (и более прочные) установки послужили причиной того, что эти люди пришли к занятиям боксинг-терапией. Поэтому в работе с этими учениками необходимо опираться на бессознательное психики, т.е. на подсознание.

В данном разделе мы рассматриваем следующие положения:

- Определение и характеристики сознания.
- Основные закономерности функционирования сознания.
- Структура психики (подсознание, цензура психики, архетипы, паттерны поведения и т.п.)
- Личное и коллективное бессознательное.
- Теории Фрейда, Юнга, Хорни и др. о бессознательном психики.

В психологической работе с контингентом по методу боксинг-терапии следует выбрать одно из двух основных направлений управления психикой: директивное внушение или скрытые команды. В рассмотрении этих двух разделов психологического воздействия мы рассматриваем следующие положения:

1. Внушение.

- Роль и место внушения в жизни человека.
- Теории внушения классиков нейрофизиологии и гипнологии (В.М.Бехтерев, И.П.Павлов, Ю.В.Каннабих, К.И.Платонов, А.М.Свядош и др.)

---

— Краткие основы нейрофизиологии (нервная системы, полушария, доминанта, условный рефлекс, установка и т.д.; особенности внушения как психофизиологического процесса; структура мозговой регуляции психической деятельности).

— Виды внушения (прямое и косвенное, условия возможности и невозможности внушения, характеристики и особенности индивидуального и группового внушения).

— Психофизиологические процессы внушения (внушение, согласие, сопротивление, контрвнушение).

— Внушение в состоянии сна.

— Вера и внушение.

— Психофизиологические состояния повышения внушаемости.

— Внешние условия, способствующие внушению.

— Признаки погружения в транс. (по С.А.Горину, 1995).

2. Контрвнушение.

— Основные понятия.

— Виды контрвнушаемости. (по В.Н.Куликову, 1974).

3. Тесты на внушаемость.

4. Самовнушение.

11. Теория гипноза.

1. Теория гипноза.

— определение, основные теории гипноза, взгляды на гипноз современных ученых.

— два основных направления гипноза: классический (клинический, лечебный, Павловская школа) и современный (гипноз наяву, эриксоновский подход). Определение, характеристики.

- 
- суггестивные факторы наступления гипнотического состояния.
  - основные правила гипноза.
  - 2. Стадии гипноза.
    - три стадии (легкая, средняя, глубокая; предварительная стадия — суггестия).
    - стадии и степени глубины гипнотического сна (классификация Е.С.Каткова, 1957)
    - стадии глубокого гипноза по Э.Хилгарду.
    - свойства глубокого гипноза (амнезия, анальгезия, гипермнезия, анестезия).
    - феномены психики в последней стадии гипноза, сомнамбулической (по С.Ю.Мышляеву, 1993).
    - методы определения глубины гипнотического транса (по Кондрашову)
  - 3. Виды гипноза.
    - виды и направления гипноза (лечебный, эриксоновский, гипноз наяву, и т.п.)
    - гипноз наяву по С.Горину.
    - семишаговая модель суггестивного воздействия на психику человека М.Эриксона.
    - психоаналитическая теория гипноза.
  - 4. Методы воздействия при гипнозе. (по И.И.Буль, 1974).
    - слуховой анализатор;
    - зрительный анализатор;
    - кожный анализатор.
  - 1.5. Антисуггестия и контрвнушаемость.
  - 1.6. Самогипноз.



---

— Определения, основные характеристики.

12. Теория манипулирования.

1. Основные положения теории манипулирования.

— бессознательные психические процессы

— манипулирование — как фактор предрасположенности психики.

— качества, способствующие подверженности манипулятивному воздействию.

— основные последствия воздействия на психику.

— современные методики манипулирования.

— способы противодействия манипуляциям.

2. Прикладные психоаналитические технологии манипулирования.

— психоаналитическая теория манипулирования.

— теория сублиминального воздействия.

— невроз — как основа манипулирования.

— провоцирование невротической симптоматики (депрессия, чувство вины, проч.).

— механизмы воздействия на психику с целью провокации базовых инстинктов.

— теория невротических защит психики.

— характеристики основных защитных механизмов психики (вытеснение, проекция, сублимация и т.п.)

13. Общие рекомендации в работе тренера-психолога.

Перед началом работы с учеником по методу боксинг-терапия необходимо помнить, что у каждого человека существует:

1) Сознательная причина его начала занятий.

2) Бессознательная причина для начала занятий.

- 
- 3) Детский комплекс.
  - 4) Есть какой-либо комплекс (а то и не один), сформированный в течении сознательной жизни.
  - 5) Есть тайное желание.
  - 6) Существует бессознательное желание кому-нибудь подчиниться.
  - 7) Существует бессознательное желание получить одобрение того, что он добился в жизни (как бизнесмен, например, хотя обычно пациенты помимо бизнеса и финансовой обеспеченности хвалятся женами, любовницами, машиной, странами, где побывал, и т.п.).

14. Некоторые психологические приемы для повышения качества работы тренера-психолога.

Для повышения качества терапевтической помощи и в целях успешной обучаемости учеников-пациентов, тренер-психолог должен обратить внимание на использование в своей работе некоторых психологических приемов, а равно для защиты, при использовании манипуляциями, направленными на себя.

Данные психологические приемы представлены в трех блоках.

14.1. Психологические приемы С.А.Зелинского.

14.1.1. Манипуляции сознанием (С.А.Зелинский, 2003).

- 1) Провокация подозрения.
- 2) Ложная выгода противника.
- 3) Агрессивная манера ведения разговора.
- 4) Мнимое непонимание.
- 5) Ложное соглашательство.
- 6) Провокация на скандал.

- 
- 7) Специфическая терминология.
  - 8) Использование эффекта ложного подозрения в ваших словах.
  - 9) Ссылка на «великих».
  - 10) Формирование ложной глупости и неудачливости.
  - 11) Навязывание мыслей.
  - 12) Недоказанность, с намеками на некие особые обстоятельства.
  - 13) Мнимая невнимательность.
  - 14) Принижение иронии.
  - 15) Ориентированность на плюсы.
- 14.1.2. Способы манипулирования психическим сознанием человека (С.А.Зелинский, 2008).
- 1) Ложное переспрашивание, или обманчивые уточнения.
  - 2) Нарочитая поспешность, или перескакивание тем.
  - 3) Стремление показать свое безразличие, или псевдо-невнимательность.
  - 4) Ложная ущербность, или мнимая слабость.
  - 5) Ложная влюбленность, или усыпление бдительности.
  - 6) Яростный напор, или непомерный гнев.
  - 7) Быстрый темп, или неоправданная спешка.
  - 8) Излишняя подозрительность, или вызывание вынужденных оправданий.
  - 9) Мнимая усталость, или игра в утешение.
  - 10) Авторитетность манипулятора, или обман власти.
  - 11) Оказанная любезность, или плата за помощь.
  - 12) Соппротивление, или разыгрываемый протест.
  - 13) Фактор частности, или от деталей к ошибке.

- 
- 14) Ирония, или манипуляции с усмешкой.
  - 15) Перебивание, или уход мысли.
  - 16) Провоцирование мнимости, или надуманность обвинений.
  - 17) Заманивание в ловушку, или мнимое признание выгоды оппонента.
  - 18) Обман на ладони, или имитация предвзятости.
  - 19) Намеренное заблуждение, или специфическая терминология.
  - 20) Навязывание ложной глупости, или через унижение к победе.
  - 21) Повторяемость фраз, или навязывание мыслей.
  - 22) Ошибочное домысливание, или недоговоренность поневоле.
  - 23) Мнимая невнимательность.
  - 24) Скажи «да», или путь к согласию.
  - 25) Неожиданное цитирование, или слова оппонента в качестве доказательства.
  - 26) Эффект наблюдения, или поиск общих черт.
  - 27) Навязывание выбора, или изначально верное решение.
  - 28) Неожиданное откровение, или внезапная честность.
  - 29) Внезапный контраргумент, или коварная ложь.
  - 30) Обвинение в теории, или мнимое отсутствие практики.
- 14.1.3. Психологические приемы манипулятивной подачи информации. (С.А.Зелинский, 2009).
- 1) Подача информации на фоне незаинтересованности.
  - 2) Подача информации на фоне транса.

- 
- 3) Подача информации на фоне эмоционального возбуждения объекта.
  - 4) Подача информации на фоне благодетели.
  - 5) Подача информации на фоне доверия.
  - 6) Подача информации на фоне предварительного совместного участия в каком-либо деле, мероприятии, испытании, и проч.
  - 7) Подача информации на фоне предварительного поручительства влиятельного лица.
  - 8) Подача ложной информации на фоне правдивой.
  - 9) Подача информации на фоне предварительной «подстройки» к настроению объекта.
  - 10) Подача информации на фоне 100% невозможности проверить факты из преподносимой информации.
  - 11) Подача информации на фоне предварительно сформированного доверия со стороны объекта.
  - 12) Подача информации на фоне исключительной веры в собственные слова.
  - 13) Подача манипулятивной информации на фоне общей информации, с необходимым выделением «нужной» для запоминания информации голосом, паузой и проч.
  - 14) Подача информации на фоне предугадывания момента к подаче нужной вам информации.
  - 15) Подача информации на фоне оказания (после оказания) помощи объекту.
  - 16) Подача информации на фоне предварительного вызывания у объекта восхищения, симпатии.

---

17) Подача информации на фоне предварительной поддержки объекта в каких-то вопросах (т.е. сочувствия ему, понимания, и т.д.)

18) Подача информации на фоне раннего успешного сотрудничества в каком-либо деле.

19) Подача информации на фоне установления схожести взглядов на те или иные вопросы (жизни, профессии, вопросах истории, политики, спорта, проч.).

20) Подача информации на фоне выявления слабости (а значит и уязвимости) объекта.

21) Подача информации на фоне предварительной инициированности «преступления» (шантаж компроматом).

22) Подача информации на фоне предварительного формирования у объекта чувства спокойствия и расслабленности.

23) Подача информации на фоне провоцирование у объекта интереса к вам.

24) Подача новой информации на фоне схожести с уже имеющейся инфо у объекта.

25) Подача информации на привычном для объекта языке (сленге).

26) Подача информации на фоне якобы заботы об объекте.

14.2. Рекомендации по работе с пациентами, имеющий высокий социальный статус.

В работе с такими пациентами следует руководствоваться следующими вводными:

1) Эти люди привыкли, что им подчиняются другие.

2) Они приходят учиться сами, на нашу спортивно-тренировочную базу (это играет определенную роль, так как в

---

новой и незнакомой обстановке человек бессознательно ведет себя иначе, нежели в привычном месте).

3) Выбрав подчинение тренеру в процессе занятий боксинг-терапией, эти люди во чтобы то ни стало будут стремиться строго выполнять все указания тренера — чтобы быстрее научиться, а значит и освободиться от опеки тренера-психолога. Их подчинение в данном случае носит вынужденный и временный характер. Минус в работе с такими пациентами что они не будут заниматься очень долго, но неоценимый плюс — что вы получаете очень благодарных учеников, за счет чего процесс обучения значительно сокращается.

14.3. Психологические приемы и правила, используемые в работе тренера-психолога.

1. Уметь выслушивать и поддерживать разговор.
2. Действовать в соответствии с мотивацией ученика.
3. Строить свое воздействие в соответствии с типом личности ученика.
4. Выбор правильного момента для ввода установок в подсознание ученика.
5. Обязательно (особенно на начальном этапе работы с индивидуальными учениками или малым опытом тренера-психолога) добиваться, чтобы во время тренировки не было никого, кроме вас и вашего ученика.
6. Внешность, интеллект, кругозор.
7. Не спорьте.
8. Смотрите на себя «глазами пациента».
9. Показывайте, что вы не замечаете неудач ученика или его комплексов.

- 
10. Заканчивайте тренировку позитивом.
  11. Общаться «на языке» пациента.
  12. Эмоциональная реакция.
  13. Чаще соглашайтесь и хвалите.
  14. Следить за реакцией ученика.
  15. Не давайте ученику управлять вами.
  16. Помните, что ученик с высоким уровнем тревожности и невротизма всегда охотно обсуждает свои слабости и недостатки.
  17. Следует исключать в общении с учеником:
    - а) Любые извинения и выказывания признаков неуверенности с вашей стороны (для пациента вы «бог», поэтому ведите себя соответствующим образом).
    - б) Любое проявление неуважения к пациенту (иначе это еще больше усугубит его невротичность психики).
    - в) Любое психологическое давление на пациента (иначе он замкнется в себе и произойдет потеря раппОрта).

14.4. Психологические особенности общения в работе тренера-психолога.

В данном разделе рассматриваются следующие положения:

1. Психо-технологии эффективного общения
  - 1.1. Особенности восприятия человека.
    - Особенности общения человека с внешним миром.
    - Методика психопрограммирования и способы воздействия.
  - 1.2. Способы воздействия.
    - действия при убеждении;
    - основные рекомендации;
    - выбор места, окружения и момента;



---

#### 1.4. Правила общения.

- правила вхождения в разговор;
- построение разговора;
- рекомендации для установки ритма разговора и порядка предъявления аргументов;
- приемы нейтрализации доводов объекта;
- секреты ведения переговоров;
- методы убеждения;
- правила завершения разговора;

#### 1.5. Подготовка.

- сбор информации;
- этап предварительной подготовки;
- особенности установления контакта;

### 2. Манипулирование.

#### 2.1. Манипулирование фактами.

#### 2.2. Способы располагать к себе людей.

- способы убеждения;
- способы изменить мнение человека.

### 3. Гипногенные контакты.

#### 3.1. Правила.

#### 3.2. Цели.

#### 3.3. Механизмы воздействия.

- фазы взаимодействия с объектом;
- правила закрепления контакта;
- инсценировка способов установления контакта;
- основные правила воздействия.

#### 3.4. Особенности сбора информации об объекте.

---

— особенности интерпретации психологических особенностей личности;

— переписка и особенности почерка;

— анализ действия в ситуациях;

— анализ демонстрации поведения;

#### 4. Жесты.

— характеристики бессознательных реакций тела;

— анализ психического состояния по жестам;

— основные правила анализа;

— жесты и мысли: психологический анализ;

— особенности речи для определения скрытых мыслей человека;

— анализ скрытых мыслей по позам;

— анализ реакций человека в ответ на ваши слова или действия.

#### 5. Страх при контактах..

— механизмы возникновения.

— особенности провоцирования.

— основные последствия.

#### 15. Аутотренинг, или психическая саморегуляция.

##### 1. Теория саморегуляции и самокодирования.

###### 1.1. Психические состояния.

1.2. ИСС, транс, самогипноз, аутоусугестия, самопрограммирование.

1.3. Основные теории и техники аутотренинга, саморегуляции, самокодирования.

###### 1.4. Кодирование и самокодирование.

###### 1.5. Медитация.

---

2. Техника саморегуляции и самокодирования.

2.1. Техника аутотренинга по Й.Шульцу.

2.2. Модификации аутогенной тренировки (техника идеомоторно-суггестивного погружения в глубокий транс и техника глубокого транса и сенсорного восприятия (визуализации) по С.А.Зелинскому.)

16. Примеры из практики.

Рассматриваем конкретные примеры из нашей 18-ти летней тренерской практики по методу боксинг-терапия (на 2009 г.).

17. Заключение.

Общий вывод: На сегодняшний день метод Боксинг-терапия (Boxing-терапия) С.А.Зелинского является одним из лучших современных направлений психотерапии, когда в результате развития сознательно-бессознательной саморегуляции и физического совершенствования улучшается психическое состояние.

**Заключение.**

Мы рассмотрели манипулирование в применении к развитию лидерских качеств.

Лидер – это человек, который волей обстоятельств вынужден пребывать на авансцене жизни.

Лидерство – приносит блага, но при этом лидерство – это и огромная ответственность. Ибо судьба лидера начинает зависеть не только от него самого, но и от других людей. Ведь лидер не может быть один, также как командующий армией – не может пребывать без армии.

---

Любая ответственность накладывает дополнительные психологические отпечатки на личность и предъявляет личности дополнительные обязанности соответствовать взятым на себя обязательствам руководство. Не каждый это выдерживает. Но тот, кто побеждает – значительно повышает возможность вписания своего имени в историю. Удачи!

Сергей Алексеевич Зелинский.

Февраль 2014 год.

© С.А.Зелинский. Манипулирование  
как алгоритм лидерства