

С.А.Зелинский

**Методы и приемы
манипулирования**

2014

Оглавление

1. Манипулятивное воздействие.....	4
2. Приемы манипуляций.....	100
3. Техника запоминания.....	127
4. Противодействие манипуляциям.....	150
5. Сознание и подсознание.....	164
6. Бессознательное манипулирование.....	177
7. Техника саморегуляции.....	192
8. Список литературы.....	196

С. А. Зелинский

Методы и приемы манипулирования

© 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
Методы и приемы манипулирования

1. Манипулятивное воздействие.

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 закамouflированная, 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, спровоцировавшего в нем невротическую зависимость.

Рассмотрим данный вопрос подробней.

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 той 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 тружеников. 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, бархатных и коричневых 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 выдуманным 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 ссуженных 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 насилем. 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 некой бессознательности совершения подобного. Под юрисдикцию оправдания в судебной практики, конечно, подобная форма задействия 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 получающего 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 держать 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 недалёковидны, они не любят отказываться от влечений, не слушают аргументов в пользу неизбежности такого отказа, и индивидуальные представители массы поощряют друг в друге вседозволенность и распушенность. 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, делают 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 повинуетя 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, скорей 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 неврозу, 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 ввергнуть 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 судя 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 заботы, 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 полу любителей (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 — непереносимое 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 непереносимое 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 количество 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 некой 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, раннее 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 прохождение 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. Либидо 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, либидо 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» либидо вновь и возвращается и таким образом прослеживается явную связь либидо 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 чувства 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 индивидуе, 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. При этом что чувство вины проецируется почти на все мысли и поступки человека. Такой человек не может совершить шага, чтобы не соотносить необходимость этого шага с существующим в нем чувстве вины. То есть жить и действовать исключительно с оглядкой на

разраставшееся безумие, которое до поры до времени ему удается 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 увидеться 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 несоразмерные 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 неременным 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.

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. 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). 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, поступающую 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 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. 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 обработать 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 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; 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. 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. Психопатология 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 нарциссически 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 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.

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 напалить, 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 настроен 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 невротнику 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 невротнику, 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 активно проявляется 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 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 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 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 лиц, 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 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 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 вознаграждение. 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 непригодность 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 увидеться 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 невротик 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. Притом 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 беспроблемные 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 «Макдональдса», 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 энергетику жесткими границами тоталитарного контроля (фашизм, сталинизм). Более подробно массовую психологию мы рассмотрим в наших книгах о массовой психологии (или манипулировании сознанием масс или массовым сознанием), 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 блокировать 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 энергетiku 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 беспроявительный 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 введении 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 удастся удовлетворить свои природные (бессознательные)

сексуальные желания. Поэтому, когда предоставляется возможность подобного рода удовлетворения «на стороне» — в таком индивиду 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.

Заметим, 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 искушению, а после будет анализировать — что же с ним на самом деле произошло. Это знают манипуляторы, поэтому и стараются подобными схемами манипулятивного воздействия добиться своего.

Провоцирование невроза в целях манипуляций. 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 контролирующей 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 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, 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 «ключики», 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. 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 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 закрепилась 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 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 (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.

Проследивая 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 (проследивая 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 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 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 напалить, 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 происходят 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 дождаться 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 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 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.

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 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 всяческим образом 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, 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 позицией 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 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.

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 мужа 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 нее, 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 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. 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 невротики никогда не удовлетворяются 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, чувствуя собственное достоинство 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 невротики, 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 невротики абсолютно не осознают своего

желания унижать других или того, что сделал это, его отношения с этими людьми будут пропитаны смутной тревогой, 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 вознаграждение. 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 невротических чувств вина играет первостепенную роль. Специфика психики такова, что человек, страдающий невротическим чувством вины, 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. Многие 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 невротических расстройствах 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 невротических расстройствах. 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 вами действий.

Невротическая любовь.

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 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 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 лиц, 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 невротики никогда не удовлетворяются 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 невротики, 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 упрёка 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 вознаграждение. 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. Многие 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.

2. Приемы манипуляций.

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 изначально 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 информации (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 поступающей 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 подчиняться 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 «протестована», 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 псевдо-невнимательность.

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 легче 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. Сопротивление, 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 гневе 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 словам 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 удается 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 подозревавшему 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 информации 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 заряжение.

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 заряжения, 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 воздействует 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 нежелания) 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 штурма».

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 действуют 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 надления 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.Геращенко 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 жестикующий 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, поступающей 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 проследиваться 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 поправки 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 подвластность 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.

3. Техника запоминания.

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 задействуется 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 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). 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),

раннее 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, 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. 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 трансовом, 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 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 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 (трансвых) состояниях 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 трансом, 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 трансомых, 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 которыми 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 Постигания 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 ранее 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 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. (С.А.Зелинский, 2007-2008).

Остановимся подробнее. 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 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). По нашему мнению, в психике человека помимо того что постоянно формируются новые паттерны поведения и усиливаются ранее 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 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 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 в результате взаимосвязи с вновь поступившей информацией в личном бессознательном 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 корреляты 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.

4. Противодействие манипуляциям.

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 раннее сформированных полу-установок и полу-паттернов. Кроме того, в психике человека, помимо того, что постоянно формируются новые паттерны поведения и усиливаются раннее 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 воспитание 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 бессилен;

— 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 ранее, 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 раннее 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 доформирувания паттернов, образования доминант и образования и

доформировывания архетипов личного бессознательного всей поступающей 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 мировоззрение 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 востребованности 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 поступающей информации позитив, т.е. в автоматическом режиме (на уровне условных рефлексов) будет происходить верификация (анализ барьером критичности, цензурой психики) поступающей 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.

5. Сознание и подсознание.

«Психология не должна ограничиваться изучением явлений сознания, но должна изучать и бессознательные психические явления и вместе с тем она должна изучать также внешние проявления в деятельности организма, поскольку они являются выражением его психической жизни».

В. М. Бехтерев

1. Психика: сознание-бессознательное.

1.1. Функциональное определение сознательной и бессознательной психической деятельности.

-- Сознательная деятельность.

-- Бессознательная деятельность.

2. Сознание.

-- Определение, условия функционирования.

-- Основные характеристики.

-- Особенности сознания.

-- Фазы сознательного поведения.

-- Основные закономерности функционирования.

2. Бессознательное психики.

-- Формирование бессознательного.

2.1. Личное бессознательное.

-- Определение, основные характеристики, способы формирования.

2.2. Коллективное бессознательное.

-- Определение, основные характеристики, способы формирования.

-- Архетипы.

3. Цензура психики, маска, причины неврозов по Фрейдю.

Функциональное определение сознательной и бессознательной психической деятельности.

Сознательная психическая деятельность – если одновременно работают оба уровня психологической саморегуляции: личностно-познавательный и гностический.

Анатомически эти уровни представлены лобными долями и теменной областью.

Бессознательная (неосознаваемая) психическая деятельность – если эти блоки работают отдельно.

Сознательная деятельность в ходе решения творческих задач происходит благодаря функции взаимодействия высшего коркового регулятора поведения с гностической сферой (т.е. процесс осуществляется осознанно – если построение и моделирование объектов находит свое отражение в лобной коре).

Бессознательная деятельность – если модели, будучи сформированными для решения той или иной проблемы, работают автономно, вне непосредственной связи с целостно-поведенческим регулятором.

Также существуют процессы, возникающие на уровне передних отделов лобной доли, которые разворачиваются вне контакта с гностической корой, обеспечивающей наличие образов. Такие процессы познания и преобразования действительности окажутся вне сознания, т.к. процесс осознания всегда происходит в форме динамики образов. Это случай неосознаваемых процессов, осуществляющихся на высшем корковом уровне, является 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 представлены в корковом регуляторе, и для этого используется специальный язык, на котором осуществляется высшая неосознаваемая мыслительная деятельность человека.

Рассмотрим сознание и подсознание более подробно.

Сознание.

Сознание - это разум, который в ходе эволюции природа сформировала у человека 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) (т.е. 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 подсознанием (бессознательным).

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.

1) 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.

2) Мысленное представление и воображение действительности.

(Т.к. воображение и представление не всегда связаны с волевым контролем сознания, следует говорить в данном случае о предсознании (предсознание — промежуточная единица между сознанием и бессознательным).

Воля -- прерогатива сознания (т.к. человек в момент волевого усилия 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 отображаются не все характеристики предметов, событий, явлений, а только основные и главные.

3) Способность сознания к человеческому общению.

С помощью языка человек передает объективную информацию об окружающем мире (сообщения о том, что знает, видит, чувствует, и т.п.)

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.

Без языка и речи сознания не существует. Поэтому язык и речь образуют два пласта сознания: систему значений слов 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 и специальных словарях.

Сознание существует также и в образной форме. В этом случае оно связано с использованием второй сигнальной системы, вызывающей и преобразующей соответствующие образы (напр., искусство, литература, музыка). (Р.С.Немов, 1999)

Любое сознательное поведение, как заметил А.А.Леонтьев (1984), 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.

А.Р.Лурия (1973) подсчитал, 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 рефлексy).

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. В результате, 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 в его поведении преобладают чувственно-образный разум правого полушария головного мозга, а значит в своих действиях он руководствуется инстинктами.

Основные закономерности функционирования сознания.

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 (восприятия, представления, воображения...)

С 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 основе деятельности сознания существуют строго определенные закономерности.

Сознание функционирует по законам саморегулирующейся системы.

Рассмотрим эти функции:

1) Целостность системы сознания.

Сознание не может нормально функционировать, 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. Например, выпадение тактильного ощущения отразится на сознании в меньшей степени, чем потеря памяти.

2) Строгая специализированность компонентов сознания.

Каждая психическая функция играет свою ничем не заменимую роль. Ощущение, восприятие, представление, воображение, внимание, память, речь.

3) Взаимодействие элементов сознания.

Каждый элемент сознания, вступая в связь с другим, содействует его работе. Например, 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.

4) Интеграции низших уровней системы высшими.

Высшие уровни системы включают в себя низшие, но не сводятся к ним.

5) Социализация элементов сознания.

Все элементы сознания социализированы, а само сознание представляет собой высшую степень социализации, т.е. сознание присуще только человеку и формируется только в процессе общественной жизни.

6) Единство системы функционирования.

В норме все элементы сознания функционируют по единой программе. Если появляется разобщенность и элементы сознания выходят из-под контроля общей программы, формируется психическая болезнь.

Бессознательное психики.

В бессознательном берет основу все то, что в последствие находит отражение в сознании.

В бессознательном отображаются скрытые желания человека и закладываются основы мыслей, желаний, поступков, и проч.

Формирование бессознательного.

Выделяются два способа.

1) Коллективное бессознательное.

(то, что находится в психике от рождения, и является некой концентрацией опыта предков, опыта предшествующих поколений).

2) Личное бессознательное.

(содержит информацию, воспринимаемую при жизни конкретным человеком посредством репрезентативных систем: визуальной (зрительной), аудиальной (звуковой), кинестетической (мышечные ощущения, вкус, запах), и двух сигнальных систем (чувства и речь. В этом случае в личном бессознательном находит отражение любой прочитанный, прослушанный, или увиденный материал, а также информация, полученная органами вкуса, запаха и проч.)

Коллективное бессознательное представлено архетипами.

Человек наследует архетипы (образы) из своего прошлого, которое включает жизненный опыт предшествующих поколений.

Архетипы могут быть представлены:

а) в виде определенных, передаваемых от поколения к поколению структур;

б) в виде определенных ситуаций.

Способом представления архетипа является символ.

Символизация - это главный путь проявления Бессознательного. Согласно К.Г.Юнгу (1991), человек воспринимает мир мифологически, то есть формируя архетипические образы, которые проецируются на реальный мир и которые являются выражением Бессознательного.

По К.Г.Юнгу (2001) архетипами являются 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), К.Г.Юнг (1998) брал 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, подсознание человека может быть занято множеством временно угасших образов, впечатлений, мыслей, которые продолжают влиять на сознательное мышление, хотя и являются потерянными.

Еще пример. Человек пересекает комнату, чтобы что-то взять. На полпути он останавливается в смущении — он забыл, за чем шел. Он механически перебирает вещи на столе — хотя первоначальное намерение забыто, оно подсознательно движет им. Наконец он вспоминает, что хотел. Подсознание подсказало ему. Забытые идеи не прекращают существования, а пребывают под порогом сознания, ниже порога памяти, откуда могут всплыть в любой момент. Человек видит, слышит, чувствует запах и вкус множества вещей, не замечая этого. Но эту информацию впитывает подсознание. (К.Г.Юнг, 1991, 1994-1998).

Бессознательное берет контроль над сознанием в трансовых, или измененных состояниях сознания. Роли бессознательного психики уделяли особое внимание А.Н.Леонтьев (2000), А.Р.Лурия (2006), и др., а С.Л.Рубинштейн (1989) предлагал вслед З.Фрейду называть психоанализ глубинной психологией.

В бессознательном скрываются архаичные желания человека (архаичные инстинкты), вытесненные в глубины психики в процессе развития цивилизации. При этом первичные инстинкты, вытесняясь в бессознательное, не исчезают окончательно; просто человек, находясь в режиме контроля сознания, способен контролировать их. При переводе психики такого человека в измененное состояние сознания (ИСС) (алкогольное опьянение, усталость, сильное сексуальное желание, состояние сильной тревоги или радости, нахождение в массе среди других индивидов и т.п.) все эти первобытные инстинкты находят выход, снова оказываясь в сознании, и если нарушен контроль сознания – вынуждают человека совершать криминальные поступки.

При нахождении в толпе психика человека также переводится в ИСС. 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 удесятрывается, он способен на совершение явно выраженных криминальных поступков проникнутых деструктивным желанием.

В случае нахождения человека в ИСС работает правое полушарие головного мозга (бессознательное), а левое полушарие мозга частично выключается и человек пребывает в суженном состоянии сознания (транс). Тем самым ослабевает барьер критичности на пути поступления новой информации, и вся получаемая информация откладывается в подсознании.

Если такая информация будет эмоционально насыщена, то в этом случае путем образования активных (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.

Кроме того, как мы полагаем, новые доминанты, установки и паттерны поведения помимо уже известных механизмов возникновения, появляются вследствие усиления ранее уже имеющихся полу-доминант, полу-установок и полу-паттернов. Становится возможным так от того, что в подсознании, ко времени попадания туда новой информации, могут уже иметься определенные, ранее сформированные полу-доминанты, полу-установки, полу-паттерны.

В итоге, новая информация способна или сразу формировать психологические установки в подсознании и переходить в паттерны поведения бессознательного или же может предварительно обогащаться остатками информации, хранящейся в личном бессознательном, т.е. в этом случае новая, вновь поступающая 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.

Помимо этого, в психике человека происходит постоянное формирование новых архетипов (в личном бессознательном). Мы полагаем, что 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, 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. Раннее у подобной информации не хватило силы для формирования отдельного архетипа (поэтому был сформирован полу-архетип). Теперь же, вследствие повторения сигнала, старый сигнал усиливается (дополняется новой информацией), а значит и образуется (формируется) новый архетип бессознательного (архетип личного бессознательного).

Психика человека состоит из трех структурных единиц: Я или Эго (сознание), Оно или Ид (бессознательное), Сверх-Я или Альтер-Эго (цензура психики, барьер критичности).

З.Фрейд сравнивал Я и Оно, сознание и бессознательное, как всадника и лошадь. Когда Я (всадник) пытается подчинить себе Оно (лошадь) — лошадь встает на дыбы и сбрасывает седока. В итоге — всадник подчиняется необузданной лошади; а значит — и Я фактически подчиняется воле Оно, создавая лишь видимость своего превосходства над ней. Я олицетворяет то, что можно назвать разумом и рассудительностью, в противоположность к Оно, содержащему страсти. При этом Фрейд обращал внимание, что Сверх-Я сохранит характер отца, и чем сильнее был Эдипов комплекс, чем стремительнее было его вытеснение, тем строже впоследствии Сверх-Я будет властвовать над Я как совесть и бессознательное чувство вины.

Цензура психики – барьер критичности между мозгом и внешней средой. Информация из внешнего мира не сразу воздействует на мозг (психику), а сначала наталкивается на цензуру психики.

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

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

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 попадает в сознание, или вытесняется в бессознательное). 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, оказывает влияние на мозг (психику), независимо, была ли такая информация осознанной или нет.

В результате ослабления цензуры психики (снижения барьера критичности на пути поступления информации из внешней среды) становится возможным вводить в бессознательное психики значительные объемы информации, а также такая информация будет откладываться в подсознании, закрепляясь там особыми кодовыми характеристиками, благодаря которым подобная информация перейдет в установки в подсознании (происходит своего рода кодирование психики путем образования доминант: очагового возбуждения в коре головного мозга); 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.

Бессознательное находит отражение в сознании в виде предчувствий, сновидений, галлюцинаций, иллюзий, оговорок, эмоций, переживаний, интуиции, поэзии, музыки, влечений, страстей, привязанностей, привычек, инстинктов, стереотипов поведения и т. д.

Маска (вымышленный образ).

Почти каждый человек в процессе жизни формирует вокруг себя некое иллюзорное представление, которое называется маской, или вымышленным образом, т.е. тем образом, который человек сначала бессознательно примеривает на себя, а после, привыкая, старается 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.

Причина ряда неврозов.

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.

Люди как бы «навязывают» определенные взгляды обществу, так же как и общество, социум, влияет на формирование стереотипность мышления людей.

Т.к. стереотипность мышления свойственно практически каждому человеку, ряд психотерапевтических методик (например, НЛП) направлены или на выход за пределы устоявшегося стереотипа мышления, или базируются на существовании 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).

Стереотипы входят в психику человека еще и потому, что человек 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.

В случае если человек становится способен высвободиться от навязываемых ему (обществом, жизнью в социуме) стереотипов, то за это он расплачивается симптоматикой нервных и психических заболеваний.

З.Фрейд (1997) полагал, что 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 Юнг охарактеризовал как тень. Архетип тени.

Как известно, в психике любого человека живут т.н. первичные желания. Это желания дикаря, первобытного человека (как известно, Юнг различал в бессознательном каждого индивида архетип дикаря). В ряде работ («Недовольство культурой», «Будущее одной иллюзии») З.Фрейд приходит к выводам, что именно развитие цивилизации, окультуривание людей является причиной 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, направлены на сдерживания первичных желаний, а значит происходит

вытеснения первичных желаний в бессознательное. Отсюда (в невозможности реализации таких желаний, инстинктов) и развитие психотических (неврозы, истерии...) и психопатических (шизофрения, паранойя, галлюцинаторный бред и т. п.) заболеваний.

З.Фрейд (1989) обращал внимание, что 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 З.Фрейда (2003), 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. Сверх-Я (Супер-Эго) является той составляющей психики (две других части: Я (сознание) и Оно (бессознательное)), которая стоит на пути инстинктов, мешая им проникнуть в сознание. Поэтому Сверх-Я 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 Сверх-Я, 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 Сверх-Я, толкает такого человека на реальное претворение имеющихся у него желаний в действительность. И в данном 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.

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 («королевская дорога к бессознательному», — как считал Фрейд (1992), предполагая, 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 и т.п. — ничто иное, как «законное» отыгрывание фантазий бессознательного.

6. Бессознательное манипулирование.

«К величайшим достижениям Фрейда я отношу то, что он со всей серьезностью относился к страдающим неврозами пациентам и вникал в их индивидуальные психологические особенности. У него достало мужества отбросить казуистику и тем самым вскрыть истинную психологию душевной болезни. Не ошибусь, если скажу, что он смотрел на болезнь глазами пациента, и это позволяло ему понять ее так глубоко, насколько было возможно».

К.Г.Юнг

--Теория классического психоанализа.

--Социальный (прикладной) психоанализ и массовая культура.

Теория классического психоанализа;

Основой психоанализа является разделение психики на сознательное и бессознательное.

В модели психики по З.Фрейду (2003) выделяется роль трех структурных единиц: «Я», «Оно», и «Сверх-Я».

«Я» функционирует в соответствии с принципом реальности. «Я» имеет как сознательный, так и бессознательный аспекты. Сознательный аспект — Самость или «Я», а бессознательный аспект включает в себя механизмы психологической защиты.

«Оно» соответствует бессознательному и содержит инстинктивные влечения. Эта часть психики управляется принципом удовольствия и функционирует в соответствии с первичными процессами.

Фрейд сравнивает «Я» с всадником, а «Оно» — с диким конем, которого всадник («Я»), стремится обуздать.

«Сверх-Я» -- это цензура психики.

Причина возникновения «Сверх-Я» -- идентификация мальчика с отцом.

По Фрейду, мальчик испытывает любовь к матери и на его пути встает отец. Возникает Эдипов комплекс. Отец в данном случае более сильная фигура, поэтому, чтобы его победить, мальчик должен стать таким же сильным. У мальчика возникает желание занять место отца у матери. Отношение к отцу амбивалентно (любовь и ненависть).

При разрушении Эдипова комплекса влияние матери на мальчика ослабевает. Исчезновение Эдипова комплекса укрепляет мужественность в характере мальчика.

Фрейд (1992) считал, что у каждого человека существует Эдипов комплекс.

Эдипов комплекс исчезает с возрастом 5-7 лет.

«Сверх-Я» хранит характер отца: чем сильнее был Эдипов комплекс, чем быстрее происходит его вытеснение, и тем строже будет цензура психики («Сверх-Я»), которое проявляется как совесть, мораль, стремление к совершенству, бессознательное чувство вины.

Сверх-Я берет на себя роль родительской инстанции. Если родители придерживались строгого воспитания, то у ребенка развивается строгое «Сверх-Я», однако Фрейд (2003) отмечает, что «Сверх-Я» может быть строгим, даже если воспитание было мягким.

«Сверх-Я», «Я» и «Оно» составляют психический аппарат личности.

Главной функцией «Сверх-Я» является подавление инстинктов из «Оно». В жизни подобное проявляется как совесть. Действия, совершаемые вопреки велению совести способствуют развитию чувства вины, и приводят к возникновению потребности в наказании.

Для понимания бессознательного психики Фрейд (2003) рекомендует исследование сновидений. Он исследует сновидения методом свободных ассоциаций.

По Фрейду сновидения связаны с детскими чувствами, такими как любовь к матери, соперничество с отцом, и т. п., вытесненными по завершении Эдипового комплекса, но продолжающими оказывать влияние на жизнь человека в виде возникновения бессознательных желаний.

Сновидение включает в себя: а) явное (манифестное) содержание, т. е. сновидение в том виде, как его помнят и б) скрытое (латентное) содержание, которое раскрывается путем интерпретации.

Сновидения являются результатом исполнения желаний.

В результате действия цензуры психики возникает деформация сновидений. Материалом сновидений выступают телесные раздражения (голод, жажда и т. п.), остатки дневных впечатлений (события предыдущего дня, прямо или ассоциативно связанные с бессознательными желаниями, исполняемыми во сне) и давние воспоминания.

Механизмами работы сновидений являются конденсация, смещение, драматизация, символизация, интерпретация.

Конденсация (сгущение) — процесс, посредством которого объединяются два или более образа. Например, из множества элементов сновидений сохраняется лишь один элемент (тема, персонаж и т. п.), многократно встречающийся в различных скрытых содержаниях; или различные элементы складываются во внутренне разнородную совокупность (например, персонаж, составленный из черт разных людей); иногда соединение различных образов может приводить к затушевыванию различий и усилению общих черт.

Смещение — процесс, посредством которого энергия перемещается с одного образа на другой. Так, например, в сновидениях один образ может символизировать другой.

Драматизация — процесс отбора и преобразования сновидных мыслей в зрительные образы. (Например, абстрактное понятие «унижение» может быть образно представлено как уменьшение в размерах или падение на нижнюю ступень лестницы.)

Символизация — процесс образного представления бессознательного желания за счет использования устойчивых отношений между символом и символизируемым бессознательным содержанием. Считается, что в сновидениях детей этот механизм используется реже, чем у взрослых, поскольку детские желания искажаются меньше или не искажаются совсем.

Интерпретация — процесс переделки сновидения с целью представить его в виде более или менее связного сценария. Этот процесс осуществляется, когда пациент рассказывает о своем сновидении.

Все эти процессы Фрейд назвал первичными процессами, противопоставив их вторичным процессам.

В первичных процессах игнорируются законы пространства и времени, они управляются принципом галлюцинаторного исполнения желания.

Вторичные процессы управляются принципом реальности.

Фрейд (2007) считал толкование сновидений – королевской дорогой к познанию бессознательной активности мозга.

Основные черты бессознательного сводятся к следующему:

- 1) в содержании бессознательного проявляются влечения;
- 2) содержания бессознательного переходят в сознание и выявляются в поведении;
- 3) в бессознательном скрыты детские желания.

По Фрейду (1991) влечения (инстинкты) имеют: биологический источник, запас энергии этого источника, цель (осуществляют специфические действия, ведущие к его удовлетворению и к разрядке заключенной в нем энергии), объект (в отношении которого эта цель может быть достигнута).

В случае если влечение не переносилось на объект, то это может привести к страданию (т.е. страдание — увеличение психического напряжения вследствие не удовлетворения влечения).

Страдание ведет или к достижению разрядки, или к включению защитных механизмов психики.

Фрейд описал четыре формы трансформации влечения:

- а) обращение в свою противоположность (замена активной роли на пассивную);
- б) поворот против себя (использование себя в качестве инстинктивного объекта);
- в) вытеснение;
- г) сублимация (психическая энергия проецируется в социально активный труд).

Фрейд выделял ряд последовательных либидных стадий.

Первая стадия — оральная. Она связана со ртом как с первичным органом удовольствия, через который младенец осуществляет контакт со своим первым объектом желания — материнской грудью. Когда грудь отнимается или является недоступной, он прибегает к заменителям (например, соска, палец, и т.п.) Этот интерес к области рта полностью не исчезает и во взрослой жизни проявляется при курении, еде, поцелуях и оральных формах секса.

Оральную стадию сменяет анальная стадия. Анально-садистический этап этой стадии заключается в появлении импульса к господству, укреплении мускулатуры тела и усилении контроля над сфинктерами. Анальная стадия развития связана также с тем, что эрогенная слизистая мембрана ануса проявляет себя как орган, характеризующийся пассивной сексуальной целью. Из-за этого агрессивное первоначальное выталкивание сменяется удержанием. С этой стадией связаны такие черты характера, как аккуратность, бережливость и упрямство.

В случае наступления фаллической стадии сексуальный интерес смещается на генитальный аппарат (фаллос). На Эдиповом этапе наступает высшая точка инфантильной сексуальности. Преодоление данного этапа необходимо для нормального развития, потому как бессознательная фиксация на эдиповых тенденциях является типичной для невротиков.

На ранних стадиях развития маленький мальчик идентифицирует себя с отцом в проявлении отношений к матери. Позже (в течение фаллической стадии) интерес к матери усиливается и у ребенка появляется желание избавиться от отца и занять его место рядом с матерью. Каstrationная тревога заставляет мальчика отказаться от инцестуозных желаний и подавлять их. Разрешение Эдипова комплекса для мальчика подразумевает отказ от его влечения к матери, что может вести к идентификации с матерью или к усилению идентификации с отцом. Ситуация Эдипа часто усложняется в связи с наличием у ребенка бисексуальной склонности. Так, вместо привязанности к матери и двойственного отношения к отцу может иметь место любовь к родителю того же пола и ревнивая ненависть к родителю противоположного пола или смесь привязанности и двойственного отношения к каждому из родителей. (Л.Ф.Бурлачук, А.С.Кочарян, М.Е.Жидко, 2003.)

Эрик Эриксон (2000) дополнил теорию Фрейда: оральная стадия -- состояние полной зависимости, во время которой формируется базовое доверие (или его отсутствие) —результат удовлетворения или неудовлетворения оральной потребности.

Анальная стадия -- стадия достижения автономии (или, в случае неправильного воспитания, стыдливости и нерешительности).

Фаллическая стадия -- развитие чувства удовлетворенности от идентификации с объектами любви.

Гарри Салливан (1999) предложил теорию стадий развития, которая подчеркивала коммуникативные достижения (например, речь или игру), а не удовлетворение влечений.

Маргарет Малер вывела теорию взаимоотношений матери и ребенка.

По Малер, нормальное развитие начинается с аутистической фазы, когда младенец проводит большую часть времени сосредоточенный на своих внутренних ощущениях, а не на стимулах внешнего мира. Такой ребенок начинает получать удовольствие от внешних стимулов (исходящих от матери), при этом находясь в иллюзии, что он и мать — единое целое. Для этого состояния характерна иллюзия всемогущества, ощущение, что весь окружающий мир находится в полной гармонии с желаниями ребенка. Мать непроизвольно поддерживает эти иллюзии, угадывая нужды ребенка. На данной фазе младенец может напрягать свое тело в ответ на раздражающие стимулы, что является первыми попытками обрести собственную независимость.

Фаза сепарации -- ребенок начинает исследовать мир вокруг себя, постепенно отстраняясь от матери и сравнивая окружающие объекты и людей с ней. Здесь впервые появляется сепарационная тревога — состояние пониженного настроения, возникающее вследствие разлуки с матерью. В случае если мать испытывает тревожные чувства в связи с отделением ребенка, она прерывает исследовательскую деятельность малыша и вселяет в него свою тревогу.

Субфаза -- ребенок переживает восторг от свободного освоения мира, забывая о присутствии матери.

Субфаза повторного сближения -- ребенок вновь начинает осознавать потребность в матери, в ее эмоциональной поддержке и практической помощи. В это время ребенок переживает определенный кризис (игры, связанными с убеганием-преследованием: вырываясь и убегая, ребенок внезапно ощущает свою независимость и в то же время может тут же обрести единство, будучи пойманным).

Фаза консолидации -- ребенок разрешает кризис путем выработки у себя внутреннего образа матери, который сохраняется даже тогда, когда ее нет рядом.

По мнению Л.Ф.Бурлачука и др. (2003), постфрейдовские разработки теории стадий развития личности дали возможность говорить о том, что затруднения пациентов отражают семейные процессы, которые осложнили им доступ к чувству безопасности, автономии или удовлетворенности своей идентификацией (Эриксон), или в предпубертативный период у них не было близкого друга (Салливан), или же госпитализация матери в то время, когда им исполнилось два года, разрушила процесс воссоединения, присущий этому возрасту и необходимый для оптимальной сепарации (Малер).

Ученики Фрейда со временем создали свои научные школы в психотерапии, и отошли от своего учителя (А.Адлер, К.Г.Юнг, В.Штекель, Ш.Ференци, О.Ранк, В.Райх и др.).

После Первой мировой войны Фрейд вводит понятие первичного нарциссизма — любви к себе на ранней стадии развития, и вторичного нарциссизма — любви к себе, являющейся результатом изъятия либидо из объекта и обращения его вновь на Эго.

Фрейд (1911) также вводит понятие влечение к смерти (танатос), объясняя этим агрессивные и самодеструктивные желания индивида.

По Фрейду, влечение к смерти противостоит влечению к жизни (Эросу). Этим противостоянием объясняются состояния грусти и меланхолии, суицид, несчастные случаи, вредные привычки, преступления, совершаемые с бессознательным стремлением быть уличенным, а также садизм и мазохизм.

Влечение к смерти вызвало протест у ряда ученых прошлого, искренне заблуждавшихся по поводу существования того, свидетелями чего мы являемся до сих пор, наблюдая влечение к смерти у многих индивидов, бессознательно испытывавших, например, чувство вины, и проявляющих вследствие этого свои деструктивные наклонности.

Социальный (прикладной) психоанализ.

К концу жизни Фрейд стал рассматривать разработанную им теорию психоанализа в приложении к разрешению социальных вопросов общества, все больше отходя от ее клинического применения. Но большинство учеников продолжало заниматься только лечебным психоанализом.

Таким образом разделение психоанализа на клинический (лечебный) и прикладной произошло еще при жизни Фрейда. В прикладном психоанализе рассматривались варианты применения теории психоанализа в политике, литературе, и т.п.; при этом основное применения прикладной психоанализ нашел в теории манипулирования.

По прикладному психоанализу – любая жизнедеятельность индивида является проекцией бессознательного психики на окружающий мир. Бессознательное фактически формирует окружающий мир. Визуальные, аудиальные, кинестетические контакты человека с окружающей средой приводят к тому, что информация, полученная с помощью подобных контактов, откладывается в подсознание и начинает оказывать влияние на сознание. При этом определенная часть информации уже находится в бессознательном изначально. В этом случае мы говорим о коллективном бессознательном.

На любого человека общество оказывает воздействие, выражающееся в необходимости придерживаться определенных правил и норм поведения.

Фрейд (1997) прослеживал пути возникновения подобных правил и норм исходя из времен существования первобытного человека. Психика современного человека в своих глубинных основах ничем отличается от психики первобытного человека. Отличие лишь в соблюдении современным человеком норм поведения, сформированных в свод законов и являющиеся следствием развития цивилизации (развития в обществе культуры).

Как наиболее явное доказательство схожести психики – поведение современного человека при его попадании в толпу или при нахождения в измененном состоянии сознания (алкогольное опьянение, например).

В обычном состоянии психика человека контролируется сознанием. Но если подобный контроль ослабевает – наружу прорывается то, что таится в подсознании, и что сдерживается цензурой психики, роль которой выполняет Сверх-Я.

Любая информация из внешнего мира программирует человека на совершение поступков. Поступки являются следствием мыслей. Таким образом мысли являются трансформацией полученной из внешнего мира информации. Трансформации, потому что информация, поступающая в подсознание, переводится в сознание не в чистом виде. Такая информация смешивается с уже имеющейся в подсознании информацией, полученной как в процессе жизненного опыта самого индивида, так и в результате филогенетического наполнения.

В процессе жизнедеятельности большинству индивидов удается сдерживать первобытные инстинкты (сохранившиеся в психике в латентной форме) с помощью Сверх-Я. Человек освобождается от Сверх-Я когда его психика переходит в режим измененных состояниях сознания (ИСС).

ИСС -- алкогольное или наркотическое опьянение, усталость, стресс, внутреннее расстройство, вызванное, например, переключением внимания на какой-либо посторонний объект, и т.п. трансовые и полутрансовые состояния. В этом случае ослабевает контроль Сверх-Я (пропускная способность цензуры психики).

Сверх-Я находится между Я и Оно. Бессознательное (Оно) стремится вывести в сознание свои первобытные желания, которые запрещает мораль и закон современного общества. Сверх-Я противится этому, сдерживая деструктивные желания индивида.

По Фрейдю (1992) культура несет в себе тревожность и нервоз для индивида, т.к. загоняет его в рамки цивилизации. Фрейд выделял, что цель жизни задана удовольствием. Мы уже говорили, что психика современного человека мало чем отличается от психики человека первобытного; наиболее яркое отличие заключается в следующем: то что у первобытного человека было представлено в сознании, современный, цивилизованный и культурный человек, вынужден скрывать в бессознательном (подсознании). Речь идет о желаниях, которыми активно жил первобытный человек, и которые современный человек вынужден подавлять. Это три основные желания: убить, съесть, изнасиловать. И только когда психика современного человека переводится в ИСС такие желания (как минимум два из них) он свободно реализует (например войны).

Фрейд (2003) отмечал, что то, что называется счастьем, проистекает из внезапного удовлетворения достигнувшей высокого уровня напряженности потребности. Любое постоянство вызывает лишь чувство равнодушного довольства. Психика устроена таким образом, что способна наслаждаться лишь при наличии контраста. Иное с испытанием несчастья. С трех сторон психике угрожают страдания: со стороны тела, приговоренного к упадку и разложению, предупредительными сигналами которых являются боль и страх. Со стороны внешнего мира. И со стороны наших отношений с другими людьми. Поэтому принцип удовольствия под влиянием жизненных обстоятельств преобразуется в принцип реальности. Задача избавления от страдания вытесняет принцип удовольствия, т.е. – удовлетворение низменных желаний. При этом можно или сознательно контролировать проявление таких желаний или сознательно уходить от мира, например, в монастырь.

И в том и в другом случае это сознательный уход от реальности проявления тайных желаний, которые современный человек вытесняет в бессознательное, и сдерживает там с помощью барьера психики, воздвигаемого между сознанием и бессознательным.

Существует также бессознательный уход от проблем окружающего мира (психические заболевания).

Среди полусознательных можно назвать наркотики и алкоголь, как своего рода бегство от реальности. Но это путь в никуда. (Любопытная деталь: В молодости З.Фрейд 20 лет подряд употреблял кокаин, защитив за это время докторскую диссертацию врача-психиатра и разработав все основные концепции психоанализа; при этом до конца жизни он выкуривал каждый день больше 20 сигар, прожил почти 84 года и закончил жизнь самоубийством).

Необходимость сдерживать позывы бессознательного в ряде случаев приводит к неврозу. В других случаях человек пребывает в т.н. пограничном состоянии. Таких людей большинство.

Наиболее частым проявлением симптоматики пограничных состояний вследствие отказа от удовлетворения бессознательных желаний является чувство вины. Фрейд (1992) писал, что существуют два источника чувства вины: страх перед авторитетом отца (Эдипов комплекс) и страх перед «Сверх-Я». Даже при самом мягком воспитании у ребенка может развиваться суровая совесть. Совесть – одна из структур Сверх-Я, и действует как цензор, отсеивая поступающую в сознание информацию.

Всякая культура, замечал Фрейд (2003), покоится на принуждении к труду и на отказе от влечений. В итоге это вызывает сопротивление со стороны психики. Значительное число людей повинуются культурным запретам лишь под давлением внешнего принуждения (когда нарушение запрета грозит наказанием). «Бесконечно многие культурные люди, -- пишет Фрейд (2003), -- ...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».

Фрейд (1997) обращает внимание, что деструктивные желания можно реализовывать в творчестве. Это называется сублимацией.

На пути удовлетворения влечений в обычной жизни становится, по мнению Фрейда, религия. «В чем заключена особая ценность религиозных представлений?—задается вопросом Фрейд¹.—... Если вообразить, что ее запреты сняты и что отныне всякий вправе избирать своим сексуальным объектом любую женщину, какая ему нравится, вправе убить любого, кто соперничает с ним за женщину или вообще встает на его пути, может взять у другого что угодно из его имущества, не спрашивая разрешения,— какая красота, какой вереницей удовлетворения стала бы тогда жизнь! Правда, мы сразу натываемся на следующее затруднение. Каждый другой имеет в точности те же желания... По существу, только один-единственный человек может поэтому стать

¹ Фрейд З. Психоанализ. Религия. Культура. М.1992.

безгранично счастливым за счет снятия всех культурных ограничений — тиран, диктатор, захвативший в свои руки все средства власти; и даже он имеет все основания желать, чтобы другие соблюдали по крайней мере одну культурную заповедь: не убивай».

При этом, в случае избавления от культурных запретов, единственной участью человека окажется природное состояние. Но в этом случае природа погубит человечество. Поэтому люди создали культуру. По мнению Фрейда, любая религия это иллюзия. При этом религия способна сдерживать асоциальные влечения индивида. «Когда культура выставила требование не убивать соседа, которого ты ненавидишь, который стоит на твоём пути и имуществу которого ты завидуешь, то это было сделано явно в интересах человеческого общежития, на иных условиях невозможного,--замечает Фрейд².—В самом деле, убийца навлек бы на себя месть близких убитого и глухую зависть остальных, ощущающих не менее сильную внутреннюю склонность к подобному насильственному деянию. Он поэтому недолго бы наслаждался своей местью или награбленным добром, имея все шансы самому быть убитым. Даже если бы незаурядная сила и осторожность оградили его от одиночных противников, он неизбежно потерпел бы поражение от союза слабейших. Если бы такой союз не сформировался, убийство продолжалось бы без конца, и в конце концов люди взаимно истребили бы друг друга... Одинаковая для всех небезопасность жизни сплачивает людей в общество, которое запрещает убийство отдельному индивиду и удерживает за собой право совместного убийства всякого, кто переступит через запрет. Так со временем возникают юстиция и система наказаний».

Важная позиция в вопросе психоаналитического понимания общества принадлежит Карен Хорни. К.Хорни (1997) находила схожие причины в развитии невроза у разных индивидов (несмотря на то, что у каждого по-своему сформировано личное бессознательное); и при этом оказывалось, что схожими с невротическими конфликтами подвержен и человек в результате влияния на него культуры. Хорни прослеживала связь между характером индивидуальных конфликтов и характером трудностей, порождаемых культурой. Говоря о культуре и неврозе, Хорни (1997) отмечала, что культура основывается на принципе индивидуального соперничества. Отдельному человеку приходится бороться с другими представителями той же группы. Превосходство одного означает неудачу для другого. Психологическим результатом такой ситуации является враждебная напряженность между людьми. Каждый представляет собой потенциального соперника для другого. Эта ситуация вполне очевидна для членов одной профессиональной группы, независимо от стремлений быть справедливым или от попыток замаскировать соперничество вежливым обращением. Соперничеством и сопутствовавшей ей враждебностью проникнуты все человеческие отношения. Соревновательность является одним из

² Там же.

господствующих факторов в социальных отношениях. Соперничество присутствует в отношениях как мужчин с мужчинами, так и женщин с женщинами. Соперничество между отцом и сыном, матерью и дочерью, одним и другим ребенком является реакцией на культурно обусловленные воздействия. Соперничество является результатом данных культурных условий. Семейная ситуация порождает соперничество и стимулирует его. Враждебное напряжение между людьми приводит к развитию страха, как следствию враждебности или перспективы неудачи. Страх неудачи реален потому, что шансы потерпеть неудачу намного больше шансов достичь успеха, так как неудачи в обществе, основанном на соперничестве, означают потерю престижа и все виды эмоциональных переживаний неудачи.

Успех оказывает воздействие на чувство самоуважения индивида. При этом успех зависит от многих случайных факторов: случайных обстоятельств, чьей-то недобросовестности и т.п. «Тем не менее под давлением существующей идеологии даже абсолютно нормальный человек считает, что его значимость напрямую связана с успехом, сопутствующим ему»,--замечает К.Хорни³.

И соперничество и сопутствующие ему враждебные отношения между людьми приводят к тому, что человек чувствует себя изолированным. Даже когда у него много друзей, эмоционально он все же изолирован. Такая ситуация вызывает у современного человека потребность в любви и привязанности как своего рода лекарстве. Получение любви и расположения способствует тому, что у него растет уверенность в себе. Так как это соответствует жизненно важной потребности, роль любви переоценивается в культуре. Она становится иллюзией того, что является решением всех проблем. Любовь служит ширмой для удовлетворения желаний; и она превращается в иллюзию, так как мы ждем от нее намного больше того, что она в состоянии дать. Идеологический упор, который мы делаем на любовь, служит сокрытию факторов, которые порождают нашу в ней потребность. Поэтому человек стоит перед дилеммой: у него огромная потребность в любви, и в тоже время он знает о трудности ее достижения. Такая ситуация служит развитию неврозов.

Хорни (1997) обращает внимание, что культуре и в основе типичных невротических конфликтов возможны следующие противоречия:

1) Противоречие между соперничеством и успехом, с одной стороны, и человечностью – с другой.

В этом случае наблюдается парадокс: для того чтобы чего-то достигнуть в жизни необходимо быть уверенным и напористым (а значит сметать других со своего пути, т.е. быть агрессивным), а с другой стороны, следование христианским позициям предполагает смирения и уступчивость.

³ Хорни К. Собрание сочинений: В 3 т. М. 1997.

Для разрешения такого противоречия есть два варианта: всерьез следовать одному из этих стремлений и отказаться от другого или воспринимать оба этих стремления и в результате испытывать внутренние запреты в отношении того и другого.

2) Противоречие между стимулирующей потребностей индивида и фактическими препятствиями на пути их удовлетворения.

Потребности постоянно стимулируются рекламой. Однако для большинства осуществление потребностей ограничено.

3) Противоречие между утверждаемой свободой человека и всеми его фактическими ограничениями.

Общество говорит индивиду что он свободен и может строить жизнь в соответствии со своей волей. В действительности возможности большинства людей ограничены. В итоге человек колеблется между ощущением безграничной власти в определении собственной судьбы и ощущением полнейшей беспомощности.

Эти противоречия, заложенные в культуре, представляют собой те же конфликты, которые невротик отчаянно пытается примирить: склонность к агрессивности и тенденцию уступать; чрезмерные притязания и страх никогда ничего не получить; стремление к самовозвеличиванию и ощущение личной беспомощности. Отличие от нормы имеет чисто количественный характер. В то время как нормальный человек способен преодолевать трудности без ущерба для своей личности, у невротика все конфликты усиливаются до такой степени, что делают какое-либо удовлетворительное решение невозможным. При этом невротиком может стать человек, который пережил обусловленные культурой трудности в обостренной форме, преломив их главным образом через сферу детских переживаний, и вследствие этого оказался неспособен их разрешить или разрешил их ценой ущерба для себя.

Массовая культура и социальная среда.

В настоящее время можно говорить о том, что в ходе исторического развития в информационной сфере сформировались группы определенных психокоррекционных алгоритмов действий, которые органически вошли в культуру, составив три следующих направления:

--литературно-художественную и эстетическую коммуникацию;

--традиции оккультно-медицинских подходов со сложившейся позже системой психотерапии;

--систему учебно-воспитательной и трудовой подготовки. (Л.П.Гримак, 2004).

Рассмотрим вопрос массовой культуры на примере песенного творчества.

Песенный жанр оказывает мощное манипулятивное воздействие, закладывая установки в подсознание и моделируя поведение, а значит и жизненный путь человека.

Если человек не только слушает, но и запоминает слова, а после напевает понравившийся куплет, значит таким образом происходит психокодирование наподобие аутотренинга или гипноза. Кроме того подобное кодирование усиливается с помощью эмоций (понравившиеся песни вызывают эмоции), и установки прочно закладывают в подсознании механизмы последующих действий такого человека.

Психика человека оказывается бессильной перед сочетанием слов, наложенных на музыкальную основу. При объединении в массы (например на концертах), эффект подобного воздействия многократно усиливается. В толпе заразительно любое чувство и действие. При нахождении в массах, как замечал Лебон (1996), в психике исчезает сознательность, а значит «...каковы бы ни были индивиды, составляющие ее, 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».

В.М.Бехтерев (1994), исследуя вопрос манипуляций в массах, обращал внимание на взаимовнушение, которое производится отдельными индивидами друг на друга. Через время находящийся в толпе индивид впадает в состояние, схожее с гипнотическим. Его воля, разум, чувства и мысли направляются волей гипнотизера. Подобным «гипнотизером» на концерте выступает исполнитель песен, который подчиняет себе слушателей. На концерте толпа реагирует одинаково, подчиняясь единому порыву.

Современная массовая культура направлена на формирование установок в массах. В этом направлении активно работают идеологи, выбрасывая на рынок художественную макулатуру, которую жадно разбирают массы, удовлетворяющие посредством изучения жизни звезд (желтая пресса) и просмотра судеб других семей (сериалы и ток-шоу) подсознательный голод по самосовершенствованию, а вместе с тем и временно избавляясь от невротических зависимостей путем приобщения к иной жизни, в которую большинство из них никогда не попадет. Ко времени, когда потребуется «новая доза», они вновь купят «желтую» прессу, пиратский диск с кинофильмами, или книгу сомнительного литературного содержания, но простую и удобную в употреблении.

Массовая культура, отмечает С.Г.Кара-Мурза (2005) выносит на рынок соблазнительный продукт, идеологическое содержание которого целенаправленно принижает человека, делает его мышление инфантильным и сильно повышает восприимчивость к внушению. Лебон писал, что для образования толпы не нужен непосредственный физический контакт между отдельными

индивидами. Это мы наблюдаем сейчас, когда население, подверженное постоянному воздействию масс-культуры и телевидения, превращается в огромную виртуальную толпу. Такая толпа располагается в своих квартирах у телевизоров.

Массовая культура отучает людей думать, формируя общество людей, реагирующих на штампы и стереотипы. Кроме того, в создании, например, кинофильмов, помимо сценаристов, режиссеров и т.п., важное место играют специалисты по манипулированию сознанием. В ведении таких специалистов находится задача воздействия на подсознание масс с целью провоцирования базовых инстинктов (страх, секс, проч.) и задействия архетипов коллективного бессознательного психики (жажда мщения, торжество справедливости, противостояние добра и зла, проч.). Человек, посмотревший, например, фильм, никогда не сможет пересказать «вшитые» в него мысли, обращают внимание авторы «Проекта Россия» (2007). Он начнет пересказывать сюжетную линию, игру актеров, запомнившиеся эпизоды, спецэффекты и прочее. Самой мысли он никогда не увидит. Главная мысль в такой продукции ориентирована не на сознание, а на подсознание. Мысль как бы разбросана по всему фильму в никак не связанных друг с другом деталях. И эти детали, попав в подсознание, объединяются в целое. Это образует точку отсчета, которую человек никогда не осмыслит, но всегда отталкивается от нее, принимая решение. Люди, придя в кино за удовольствием, как бы отключаются от действительности. Они сидят в состоянии отрешенности и получают удовольствие. А в это время им в сознание закачивают установки. При этом создатели фильма получают прибыль, делают новый фильм, еще более привлекательный, и снова продают его. В итоге с каждым разом народ глупеет все больше, понимает все меньше и покупает такую продукцию все чаще. Технология достаточно проста. Посредством сюжета, спецэффектов, игры актеров и прочего основную мысль упаковывают в привлекательный «фантик». Упаковка призвана соблазнить человека. Основная мысль вшита между строк, вплетена в поведение героя, в сюжет, а общую атмосферу произведения. Зрители никогда не догадаются, что их не развлекают, им дают модель поведения, преподносят образцы для подражания, формируют взгляд на мир. Самое глубокое внушение — когда человек вообще не думает. Вот почему так важно ввести человека в состояние эмоций. Пока он сидит с широко открытыми глазами, он ничего не соображает. Он весь в виртуальной реальности. Логическая проверка информации в таком состоянии невозможна. Человек в этот момент беззащитен. Ему можно записать в подсознание любую установку. Наличие установок человек никогда не осознает. Но именно установки лежат в основе всех поступков человека.

Во время просмотра телепередач происходит запоминание больших объемов информации. Для этого используются: музыка за кадром, речь ведущего передачи, зрительные образы посредством движущихся картинок-кадров, и т.п. Запоминание достигается за счет того, что

цензура психики не в состоянии анализировать поток информации, поступающий через визуальную и аудиальную системы, а значит, в результате образования в коре головного мозга доминанты (очагового возбуждения) формируются установки в подсознании и паттерны поведения в бессознательном. Кроме того частично информация пересекается с уже имеющейся в подсознании информацией и такая информация вступает в коррелят с сформированными ранее установками или архетипами бессознательного. Кроме того, всего через 20-30 минут просмотра телепередачи барьер на пути потока информации – цензура психики – отключается, и тогда уже вообще вся информация откладывается в подсознании. Подобная информация может перейти в сознание, вылившись в поступки, уже на следующий день, а может только через годы.

В подсознании (бессознательном) зарождаются мысли, поступки, желания индивида, которые в последующем переходят в сознание, а значит отражают след индивида в окружающем мире.

Окружающий мир состоит из социальной среды.

Социальная среда представляет некий срез общественной жизни индивида, заключающейся во взаимодействии индивида с различными социальными институтами.

Под социальными институтами помимо прочего мы будем понимать возможности формирования личности индивида путем непосредственного взаимодействия личности с социумом.

Социум в данном случае – есть совокупность факторов, окружающих индивида при его контактах с внешней средой, т. е. соотношение внутреннего мира индивида – с миром внешним.

В социальной среде «доформируется» то, что получил индивид от рождения.

А значит социальная среда оказывает влияние на характер поведения индивида, формируя те установки и паттерны поведения, которые в последующем будут влиять как на жизнь самого индивида, так и на его взаимосвязь с микросоциумом⁴, формирует бессознательное психики.

О роли социальной среды в вопросе формирования бессознательного психики и последующего воздействия бессознательного (подсознания) на сознание удачно подмечают авторы «Проекта Россия»⁵: «Не только книги и фильмы формируют наше миропонимание. Этим занимаются эстрада, мода и прочее. Множество областей, не считающихся источниками информации, на самом деле несут огромный информационный поток. На подсознание помимо нашей воли воздействует не только прямая реклама, но и любое изображение, звук и даже дизайн. Вы заходите в магазин одежды, меряете, выбираете. Ни о какой политике, идеологии и мировоззрении думать не думаете. Но ваше сознание получает информацию от формы, дизайна, рисунков, цвета, этикеток и прочее, и ваше мировоззрение формируется. Вы заходите в столовую,

⁴ Микросоциум -- взаимоотношения индивида с теми людьми и предметами, которые его окружают в процессе жизнедеятельности.

⁵ Проект Россия. Книга вторая. М. 2007. С. 178-179.

кафе, ресторан и любое иное заведение общепита. В формировании вашего подсознания участвуют дизайн заведения, музыка, видеоряд и прочее. Вы идете по улице, и архитектура зданий несет определенную информацию. Дизайн предметов, от ручки до автомобиля, несет информацию, формирующую ваше подсознание. Кажется, это такой бред! При чем тут ручки с дизайном, если человек на это и внимания-то не обращает. Оказывается, очень даже при чем. Сознание личности формируется исключительно благодаря информации, получаемой из внешней среды. Сам в себе человек никакой информации образовать не может. Отсюда такая страсть людей к подражанию. Если человека с детства поместить в информационный вакуум, человека не будет. Будет просто растение, туловище человека, в котором нет личности. Чтобы сформировалась личность, необходимо поступление информации извне. Какая информация будет поступать, такая личность будет формироваться».

Таким образом мы можем заключить, что социальная среда, являющаяся частью того общества, в котором пребывает все время индивид, оказывает на него мощнейшее манипулятивное воздействие, вынуждая в большинстве случаев совершать поступки, на которые сам по себе он никогда бы не решился. Но противиться этому человек не может. Над ним довлеет как бессознательное, сформированное в результате проживания в социуме, так и манипуляторы, воздействующие на его подсознание в своих корыстных целях. Какие это цели? Обогащение и власть. А массы в большинстве случаев всегда подвержены и легко поддаются манипуляциям над ними. Тем более на манипуляции со стороны власти капитала, использующих соответствующие методики для формирования нужной идеологии, необходимой для удовлетворения желаний еще большего обогащения и стяжательства.

7. Техника саморегуляции.

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 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 (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 (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).

8. Список литературы.

1. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. Т. 2. 1980.
2. Анохин П. К. Биология и нейрофизиология условного рефлекса. М. 1968.
3. Алексеев А.В. Психомышечная тренировка // Руководство по психотерапии / Под ред. В.Е.Рожнова. Т. 1985. С.119-125.
4. Ассаджоли Р. Психосинтез. М. 1997.
5. Ахмедов Т. И., Жидко М. Е. Психотерапия в особых состояниях сознания. М. 2001.
6. Березин В.М. Массовая коммуникация: сущность, каналы, действия. М. 2003.
7. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность. М.1990
8. Бехтерев В.М. Избранные работы по социальной психологии. М. 1994.
9. Бехтерев В. М. Гипноз, внушение, телепатия. М. 1994.
10. Беккио Ж., Росси Э. Гипноз 21 века. М. 2003.
11. Бэндлер Р., Гриндер Д. Наведение транса (использование методик гипноза в НЛП). М. 1995.
12. Бэндлер Р., Гриндер Д. Шаблоны гипнотических техник Милтона Эриксона с точки зрения НЛП. М. 1995.
13. Блюм Г. Психоаналитические теории личности. М. 1996
14. Блуммер Г. Коллективное поведение//Психология масс. Самара. 1998.
15. Брэг Р. Гипноз. Самоучитель. Таганрог. 1992.
16. Буль П.И. Основы психотерапии. Л.1974.
17. Буль П. И. Гипноз и внушение. Л. 1975.
18. Бурно М.Е. Аутогенная тренировка: Учеб. Пособие. М.1971.
19. Введенский Н.Е. Избранные произведения в 2 Т. М. 1950.
20. Ворошилов В.В. Журналистика и рынок: проблемы маркетинга и менеджмента средств массовой информации. СПб. 1997.
21. Волкогонов Д.А. Психологическая война... М. 1983.
22. Вундт В. Проблемы психологии народов. СПб. 2001.
23. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. М. 1982.
24. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение общую психологию. М. 1988.
25. Гримак Л.П.. Тайны гипноза. СПб. 2004.
26. Грамши А. Тюремные тетради. Избранные произведения в трех томах. М. 1957.
27. Грачев Г.В., Мельник И.К. Манипулирование личностью: организация, способы и технологии информационно-психологического воздействия. М. 2002.

28. Грушевицкая Т.Г., Попков В.Д., Садохин А.П. Основы межкультурной коммуникации: Учебник для вузов. М. 2002.
29. Гогун А. Черный PR Адольфа Гитлера: Документы и материалы. М. 2004.
30. Горин С. А. А вы пробовали гипноз? М. 1994.
31. Групповая психотерапия / Под ред. Б. Д. Карвасарского, С. Ледера. М. 1990.
32. Даллес Аллен. Директива 20/1 СНБ США от 18 августа 1948 г. www.usinfo.ru/sssr6.htm
33. Дубровский Д. И. Психические явления и мозг. М. 1973.
34. Доценко Е. Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. М. 1997.
35. Евгеньева Т.В. Технологии социальных манипуляций и методы противодействия им. СПб. 2007.
36. Зеленский В. В. Аналитическая психология. Словарь с английскими и немецкими эквивалентами. СПб. 1996.
37. Зиновьев А. А. Собрание сочинений в 10 Т. М. 2000.
38. Зелинский С. А. Анализ массовых манипуляций в России. СПб. 2008.
39. Зелинский С. А. Манипулирование личностью и массами. СПб. 2008.
40. Зелинский С.А. Манипуляции массами и психоанализ. СПб. 2008.
41. Зелинский С. А. Информационно-психологическое воздействие на массовое сознание. СПб. 2008.
42. Зелинский С. А. Управление психикой посредством манипулятивного воздействия. СПб. 2009.
43. Каннабих Ю.В. История психиатрии. Л. 1928
44. Канетти Э. Масса и власть. М. 1997.
45. Калина Н. Ф. Основы психотерапии. К. 1998.
46. Кара-Мурза С. Г. Манипуляция сознанием. М. 2007.
47. Караяни А.И. Слухи как средство информационно-психологического противодействия. Психологический журнал, Том 24, № 6, 2003.
48. Карвасарский В. Д. Медицинская психология. Л. 1982
49. Карвасарский Б. Д. Психотерапия. М. 1985.
50. Карвасарский Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия. СПб.1998
51. Кашкин В.Б. Введение в теорию коммуникации: Учеб. пособие. Воронеж. 2000.
52. Каландаров К.Х. Управление общественным сознанием. М. 1998.
53. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. М. 1989.

54. Кандыба В.М. Криминальный гипноз. В 2 Т. СПб. 2001.
55. Кандыба В.М. Основы гипнологии. В 3 Т. СПб. 1999.
56. Кандыба В. М. Психическая саморегуляция. СПб. 2001.
57. Кон И.С. Социологическая психология. М.1999.
58. Корконосенко С.Г. Теория и практика средств массовой коммуникации. СПб. 1999
59. Крысько В. Г. Секреты психологической войны. Мн. 1999.
60. Крысько В.Г. Социальная психология: Курс лекций. СПб. 2007.
61. Кроль В.М. Психология и педагогика. М. 2004.
62. Куттер П.. Современный психоанализ. СПб. 1997.
63. Куликов В. Психология внушения. Иваново. 1978.
64. Лайнбарджер П. Психологическая война. М. Воениздат. 1962.
65. Лебон Г.. Психология народов и масс. СПб. 1996.
66. Ленин В.И. Полн. собр. соч. в 55 Т. М.1958.
67. Лейбин В.М. Фрейд, психоанализ и современная западная философия. М.1990.
68. Лейбин В. М. Словарь-справочник по психоанализу. СПб. 2001.
69. Лейбин В.М. Психоанализ и философия неопрейдизма. М.1977.
70. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии. М. 2000
71. Литвиненко А.В. Специальные информационные операции и пропагандистские кампании. Киев. 2000
72. Лобзин В. С, Решетников М. М. Аутогенная тренировка: Справочное пособие для врачей. Л. 1986.
73. Лурия А.Р. Лекции по общей психологии / А. Р. Лурия. СПб. 2006.
74. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. М.1973.
75. Макаренко А. С. Педагогическая поэма. 2003.
76. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб. 1999.
77. Маркс К. и Энгельс Ф. Полное собрание сочинений. М. 1960.
78. Медведев В. А. Сны о России. Психоанализ российской действительности и русской судьбы. В 2 Т. СПб. 2004.
79. Мессинг В. О самом себе. М. 1965.
80. Московичи С. Век толп: Исторический трактат по психологии масс. М 1996.
81. Мышляев С.Ю. Гипноз. Нижний Новгород. 1993.
82. Московичи. Век толп. Исторический трактат по психологии масс. М.1996.
83. Назаретян А.П.. Агрессивная толпа, массовая паника, слухи. Лекции по социальной и политической психологии. СПб. 2003.

84. Немов Р. С., Алтунина И. Р. Социальная психология: Учебное пособие СПб. 2008.
85. Ортега-и-Гассет Х. Избранные труды. М. 2000
86. Ольшанский Д.В. Психология масс. М. 2001
87. Ольшанский Д.В. Лидеры массы. Политическая психология. М. 2002.
88. Павлов И. П. Избранные работы по физиологии высшей нервной деятельности. М. 1950.
89. Панарин И.Н. Официальный сайт. <http://www.panarin.com/>
90. Паулсен Т.Б. Харизматическая пропаганда как инструмент манипулирования обществом. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата филологических наук. Москва. 2002.
91. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия. М.1992
92. Проект Россия. В 2 Т. М. 2006, 2007.
93. Почепцов Г. Г. Как "переключают" народы. Психологические/ информационные операции как технологии воздействия на массовое сознание в XX веке. Киев. 1998
94. Психотерапия / Под. Ред. Б.Д.Карвасарского. СПб. 2000.
95. Платонов К.И. Гипноз и внушение. 1925.
96. Поршнева В. Ф. О начале человеческой истории. Проблемы палеопсихологии. М. 1974.
97. Психология и педагогика. Военная психология / Под ред. А.Г. Маклакова. СПб. 2005.
98. Райх В. Психология масс и фашизм. М. 2004
99. Райков В.Л. Гипнотическое состояние как форма психического отражения. 1982.
100. Райков В.Л. Психические резервы личности в гипнозе. 1970.
101. Ронин Р. Своя разведка. Мн.1998
102. Рожнов В. Е., Рожнова М. А. Гипноз от древности до наших дней. М. 1987.
103. Рощин С.К. Психология толпы: анализ прошлых исследований и проблемы сегодняшнего дня. Психологический журнал. Т. 11. № 5. 1990.
104. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. В 2 т. М. 1989.
105. Салливан Г.С. Интерперсональная теория в психиатрии.1999.
106. Сеченов И. М. Рефлексы головного мозга. М. 2007.
107. Система средств массовой информации России. Учебное пособие для вузов. Под ред. Я.Н.Засурского. М. 2001.
108. Свядощ А.М. Неврозы. М. 1982.
109. Социальная психология / Отв. ред. А.Л.Журавлев. М. 2002.
110. Социальная психология. Краткий очерк. Под общ. ред. Предвечного Г. П. и Шерковина Ю. А. М., Политиздат. 1975.

111. Тард Г. Мнение и толпа // Психология толп. М. 1999.
112. Такман Б.У. Психология детства и педагогика. 2002.
113. Тарасов К.А. Насилие в фильмах: катарсис или мимесис? Российская наука: “Природой здесь нам суждено...” Под ред. акад. В. П. Скулачева; М. 2003.
114. Томэ Х., Кэхеле Х. Современный психоанализ: В 2 т. М. 1996.
115. Шерковин Ю.А., Назаретян А.П. Слухи как социальное явление и как орудие психологической войны. Психологический журнал, том 5, № 5, 1984.
116. Шерток Л. Гипноз. М. 1992.
117. Федоров А. В. Критический анализ медиатекста, содержащего сцены насилия, на медиаобразовательных занятиях в студенческой аудитории (на примере фильма «Груз 200»). Журнал «Медиаобразование». Москва. 2007. № 4.
118. Федоров А.В. Права ребенка и проблема насилия на российском экране. Таганрог. 2004.
119. Фрейд З. Введение в психоанализ. СПб. 2003.
120. Фрейд З. Психоаналитические этюды. Мн. 2003.
121. Фрейд З. Лекции по введению в психоанализ. СПб. 2003.
122. Фрейд З. Психология масс и анализ человеческого Я // Фрейд З. Психоаналитические этюды. Мн. 2003.
123. Фрейд З. Психопатология обыденной жизни. СПб. 1997.
124. Фрейд З. Несколько замечаний по поводу понятия «бессознательное». Основные психологические теории в психоанализе. Мн. 2004.
125. Фрейд З. «Я» и «Оно»: Труды разных лет: В 2 т. Тбилиси. 1991.
126. Фрейд З. Художник и фантазирование. М. 1995.
127. Фрейд З. Толкование сновидений. М. 2007.
128. Фрейд З. Я и Оно. М. 1990.
129. Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа. М. 1999.
130. Фенихель О. Психоаналитическая теория неврозов. М. 2004.
131. Фортунатов А.Н. Проблемы истории телевидения: философский и культурологический подход. Курс лекций. Нижний Новгород. 2007.
132. Харрис Р. Психология массовых коммуникаций. СПб. 2001.
133. Хорни К. Собрание сочинений: В 3 т. М. 1997.
134. Хевеши М.А. Толпа, массы, политика: Ист.-филос. очерк. М. 2001.

135. Узнадзе Д. Н. Психологические исследования. М. 1966.
136. Ухтомский А. А. Избранные труды. Л. 1978.
137. Эриксон М. Гипноз: В 3 т. Харьков. 1994.
138. Эриксон Э. Г. Детство и общество. СПб. 2000.
139. Юнг К. Г. Сознание и бессознательное. СПб. 1997.
140. Юнг К. Г. Аналитическая психология. М. 1995.
141. Юнг К. Г. Архетип и символ. М. 1991.
142. Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления. Мн. 2003.
143. Юнг К. Г. Тевистокские лекции. Аналитическая психология: ее теория и практика. М.; Киев. 1998.
144. Ясперс К. Общая психопатология. М. 1997.
145. Ясперс К., Бодрийяр Ж. Призрак толпы. М. 2007

Сергей Зелинский

2014 г.

© С.А.Зелинский. Методы и приемы манипулирования