

Импринтинг (часть 1)

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №17.

Авторы: Роман Анатольевич Киселев

Темы, затрагиваемые в статье: Фундаментальное НЛП, Психотерапия

Введение.

После 30 лет активного развития такого направления, как Нейро-Лингвистическое Программирование (НЛП), только сейчас происходит формирование из него целостного психолого-психотерапевтического направления — Нейро-Лингвистической Психотерапии (НЛПси).

Как одна из прогрессивных и действенных школ НЛПси применима не только для решения глубинных проблем и конфликтов, но и в личностном росте и духовном саморазвитии.

К сожалению, в среде профессиональных психотерапевтов и приверженцев некоторых психологических школ все еще можно встретить мнение о поверхностности НЛП и его малоприменимости для устойчивого изменения проблемных состояний, основанных на множестве этиологических причин, тех проблем клиента, которые в классической психотерапии принято называть глубинными, затрагивающими все или множество слоев психики, физиологию.

В одном из подходов к работе с глубинными проблемами в НЛПси в качестве причины затруднений и конфликтов предполагается детерминированность восприятия человека событиями, произошедшими на протяжении его жизни. Эти события и механизм их образования можно описать структурно, по типу импринтов или кондиционирования (см. определения).

На протяжении серии статей мы постараемся комплексно взглянуть на НЛП как дисциплину, с помощью которой можно перерабатывать и изменять глубинный опыт различной сложности, произвести теоретический обзор на вопрос формирования и типологию импринтов, описать структуру импринтов и способы их переработки.

Детерминированность и концепции

На сегодняшний момент накоплено немало опыта по поводу детерминированности психологии человека восприятием своего прошлого.

За все время существования психологии накоплено много практических исследований по изменению восприятия своего прошлого человеком. В качестве целей переструктурирования и изменения восприятия прошлого опыта может быть достижение человеком желаемых целей, состояний и качества жизни в настоящем и будущем как внутри самого человека, так и в больших системах, частью которых он может оказаться.

Вопрос, казалось бы, очевиден.

Какие модели описания и способы решения подобных задач для достижения таких целей будут наиболее подходящими для различных людей? Но как не существует единых критериев психического здоровья, так же не существует единых для всех людей целей и методов подтверждения достижения человеком своих внутренних состояний. Тем более что в каждом случае и субъект исследования, и исследующий субъект имеют свои отличающиеся фильтры восприятия (см. определения).

Несмотря неясность задачи и прагматическую ценность, данный вопрос до сих пор остается открытым.

В течение долгого времени исследователей интересовали особенности психологического развития индивидуумов.

Исследователи данной темы с точки зрения истории психологии выделяют два основных направления в исследованиях влияния культуры на психическое развитие ребенка. Первое направление

посвящено выяснению роли некоторых универсальных механизмов детства и их роли в формировании культурных особенностей рассматриваемой среды. Второе направление (как бы "полярный" подход), возникшее на грани психологии и антропологии, направлено на доказательство культурной обусловленности самого детства, роли культуры в формировании психики ребенка.

Если первый подход в основе своей связан с именем Зигмунда Фрейда и его последователями, то в числе "поклонников" второго подхода можно назвать Маргарет Мид, Боаса, Бенедикта, Сегала, Кэмпбела, Пиаже и Выготского.

Фрейд постулирует неминуемую травматичность при переходе от стадии к стадии. Эти травмы оказывают необратимое влияние на формирование личности человека.

В психоанализе сложилась традиция анализа культуры с точки зрения поведенческих форм, закладываемых в психику человека этими самыми травмами и их производными, например, эдиповым комплексом, комплексом кастрации и так далее. Фрейд считает, что травмы и механизмы, например, эдипова комплекса, универсальны и столь же древние, как и само человечество.

Естественно, что по мере накопления антропологических данных, данная теория неоднократно подверглась сомнению.

В теории базовой личности Линтона и Кардинера основным фактором формирования личности является совокупность травм, полученных в детстве в ранние периоды развития. Типовой набор этих травм определялся способами воспитания детей в первые годы жизни. В отличие от психоаналитических теорий, теория базовой личности не делает акцент на обязательные виды травм, которые якобы неминуемо должны проявляться в человеческой жизни. По мнению Кардинера, психоаналитическая теория применима только к базовой личности европейцев, развивающихся в условиях подавления детской сексуальности.

К теориям, так или иначе предполагающим долженствование некоторых базовых, единых для всех людей механизмов, детерминирующих личностное и культуральное развитие, можно

отнести также трансперсональную психологию Станислава Гроффа. Грофф, опираясь на данные исследований измененных состояний сознания и патологических состояний индивида, выделяет несколько базовых матриц, присущих перинатальному развитию индивида (их четыре). Каждая из этих матриц соответствует определенному периоду перинатального развития ребенка.

Согласно работам Маргарет Мид, культурно-исторические особенности развития человека оказывают основное влияние на личностные, интеллектуальные и перцептивные особенности и способности индивида. Эти же культурно-исторические особенности являются также факторами, определяющими структуру детства. В любой культуре ребенок рождается, обладая определенными биологическими предпосылками, ключами, которые каждая культура способна по-своему использовать, дать им своеобразную трактовку. Любой признак может быть выбран культурой в качестве универсального Критерия. Существуют исследования, посвященные межкультурным особенностям восприятия, мышления и памяти у детей, влиянию языка на эти процессы.

Так, в работах Выготского и Лурии неоднократно подчеркивалась языковая детерминация развитости этих процессов.

С одной стороны, множественные исследования, проведенные как последователями Психоаналитического направления, так и Трансперсональной психологии выступают за наличие неких первичных механизмов, детерминирующих последующее развитие человека и культуры как продукта его психики. С другой стороны, видна культурная обусловленность самого детства и влияние социального окружения, культуры и языка в формировании психики ребенка.

Отличия подхода в НЛПси-консультировании

В НЛПси, исходя из одной из базовых пресуппозиций «Карта не территория», принимаются различные точки зрения как неабсолютные и равновозможные. Данная пресуппозиция может означать в том числе и то, что любая карта может иметь отношение к территории. Чтобы понять, как этот принцип работает на практике,

напомним, что в НЛПси одной из рамок, из которой исходят, является прагматичность. То есть, насколько клиент в процессе психологического консультирования достигает свои осознанные и неосознанные цели. Соответственно, НЛПси-консультантом будет выбираться язык описания процессов клиента, позволяющий увидеть и изменить те аспекты структуры субъективного опыта клиента, которые произведут наиболее эффективные и экологичные изменения для самого клиента и всех систем, в которые он включен.

Для создания экологичных изменений у клиента при явной или косвенной постановки цели работы с ним, консультант учитывает себя частью системы, в которую будет вовлечен клиент некоторое время, а значит, и свои цели.

Разумеется, что при такой постановке задачи НЛПси-консультант должен обладать либо несколькими практическими моделями описания и трансформации опыта клиента (картами, как иногда говорят в НЛП), либо уметь моделировать и создавать язык описания непосредственно под клиента. Здесь уместно одно из изречений доктора Милтона Эриксона: «Под каждого клиента я создаю свою теорию личности».

Отмечая высокие требования к консультанту и субъективность всех теорий личности, можно говорить, что допустимы различные описания человека. Допускается существование как различных детерминирующих факторов, которые могут проявляться в различных вариациях, сочетаниях, и различные периоды жизни, так и наличие свободного выбора человека.

Различные модели могут быть использованы как для трансформации структуры симптома, так и для переработки структуры того опыта, который поддерживает симптом, то есть для работы с глубинной структурой — с тем, что на языке психотерапии принято называть причинами.

В качестве внешнего симптома могут выступать различные проявления человека: как его поведенческие, эмоциональные стереотипы, неуспешные стратегии и сценарии, так и убеждения и представления человека о самом себе и его месте в больших системах.

Каждый из заявленных симптомов, осознаваемый (рефлексируемый) человеком как нечто не принимаемое (нересурсное, не желаемое) им, поддерживается постоянно присутствующими в психике процессами. Допущение о постоянном существовании в психике множества самостоятельных, обособленных процессов, которые могут быть нересурсными, в определенных условиях будет расшифровываться на протяжении всех статей.

Структура процессов, поддерживающих симптомы, может иметь не только разное количественное, но и качественное различие. Например, убеждение как следствие некоего опыта имеет более сложную структурную организацию, нежели ситуация, ставшая причиной поведения. Как говорит Р. Дилтс, убеждение — это не рисунок «А», не набор слов «А» и не чувство «А», а отношения между ними. Это иной уровень мышления. Работа с убеждением заключается не только в избавлении от его содержания, но и в формировании новых взаимоотношений (Р. Дилтс «Изменение убеждений с помощью НЛП»).

В свою очередь, прочность существования симптома как раз и определяется теми структурами, которые его поддерживают. Структуры, поддерживающие симптом, могут иметь иерархическую и гетерархическую организации. Можно выделить несколько основных описаний иерархий и гетерархий опыта, используемых в НЛП, например:

- Иерархии логических типов, логических уровней.
- Иерархии критериев (ценностей, целей). В основе иерархий — «глубинные ядра».
- Лингвистическая иерархия описаний. Поверхностное описание опыта, являющееся основой для действий, является следствием опущений, обобщений и/или искажений структуры глубинного опыта.
- Межмодальные и межсубмодальные синестезии (устойчивые соединения) с критическими модальностями и субмодальностями (теми, при изменении которых устойчиво меняются остальные субмодальности и модальности в синестезии). Критическую

субмодальность можно рассмотреть как находящуюся в иерархических взаимоотношениях с обычными.

- Гетерархическая организация мышления по аналогии, являющаяся следствием перехода внимания между схожими субмодальностями в разном опыте. Предположительно, для мышления по аналогии необходимо наличие в опыте минимум 2-х критических субмодальностей, организованных между собой синестезийно, аналогично таким же 2-м субмодальностям в другом опыте.

- Временная организация опыта. В основе — первичные события (импринты или конденсированные события), которые оказали влияние на формирование последующих структур. Как раз на основе допущения о временной организации опыта существует теория «импринтинга».

Естественно, что на теорию импринтинга существует несколько взглядов различных школ, на основе которых формируется целостная теория импринтинга в НЛПси. Продолжение в следующем номере.