

Импринтинг (часть 5)

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №21.

Авторы: Роман Анатольевич Киселев

Темы, затрагиваемые в статье: Фундаментальное НЛП, Психотерапия

Часть 5. Структура и формирование Импринтов

Рассматривая психику как совокупность процессов, импринты можно еще рассмотреть как постоянно поддерживаемые процессы (динамические структуры), то есть как созданные в течение жизни незавершенные процессы, стремящиеся к завершению и целостности [1]. Или еще как части опыта (личности), желающие выразить свое позитивное намерение и предназначение по отношению ко всей системе [2]. Не имея возможности завершиться и выразиться только лишь во внутренних процессах вследствие разнонаправленности, конфликтности и даже взаимоисключения импринтов между собой, они стремятся экстериоризироваться. Таким образом, человек пытается в отношениях с людьми смоделировать структуру взаимоотношений, присутствующую в актуальных для него запечатлеваниях.

Учитывая, что на различных этапах развития ребенок имеет разное формирование сенсорных систем, восприятие и степень фильтрации информации, то и импринтный опыт будет влиять отличным образом. То есть то, что для ребенка будет импринтом (голос взрослого, который часто бывает рядом), для взрослого не обязательно им станет. И наоборот, то, что будет травматическим импринтом для взрослого (например, непроизвольное испражнение при сверстниках), для ребенка таковым может не являться. Периоды импринтной уязвимости сменяют друг друга. Различные восприятия импринтных ситуаций в разном возрасте будут поэтапно сочетаться, усиливая или

ослабляя друг друга, при этом создавая единые цепочки — структуры психики.

Её можно описать как формирующуюся не единовременно, и все импринты образуются не разом, а поочередно, причем более поздние импринты запечатлеваются на основе предшествующих (Т. Лири, Р. А. Уилсон). Ранние импринты могут являться фильтрами, через которые отбираются и воспринимаются последующие. Предшествующие импринты, как линзы объектива, могут не заметить какой-то опыт, сделать более интенсивным или настолько его усилить, что он повлияет на всю систему.

Импринты можно условно разделить по этапам их образования.

Простые импринты:

1. Импринты плода.

Для живого организма, только вступившего на путь восприятия мира (с момента зачатия), внешняя среда «представляется» мало или совсем несформированной, в том числе и вследствие недифференцированности аппаратов восприятия и отсутствия описательных систем. Одноклеточный плод как бы воспринимает бытие примитивно (целиком), не разделяя его на множество отдельных компонентов. Под «целиком» подразумевается недифференцированное восприятие в рамках воспринимаемого диапазона. Разумеется, остается огромное количество информации, которое еще недоступно. С момента дифференциации органов, тканей и появления рецепторов часть информации, поступающей из вне, может разделяться на различные типы (например, звук и ощущения), а часть еще оставаться неделимой. В диапазоне восприятия вновь появившихся рецепторов становится доступной новая информация. Возможно, возрастает и количество единиц поступающей информации. С какой-то точки зрения, можно говорить, что с появлением первичных рецепторных клеток, имеющих порог реагирования, возможно первичное дискретное восприятие.

Пока затруднительно говорить достоверно о влиянии дифференциации органов и систем у плода на возможность воспринимать им дискретно, избирательно и выделять информацию

из всего фона. Может ли часть поступающей к плоду информации от матери восприняться как отдельная, стать объектом восприятия? По мнению Гроффа и его последователей, внутриутробный период до начала рождения характеризуется слиянием и отсутствием границ вследствие физиологического единства с матерью, но интенсивные воздействия на плод могут вполне запечатлеваться и чаще оказываются как скрытые бомбы, которые могут активизироваться при подходящих условиях. С другой стороны, из физиологии развития плода [3] известно, что физические и химические воздействия могут привести даже к физиологическим и физическим нарушениям плода.

Как известно, человек принадлежит к числу незрелорождающихся, причем достаточно давно была установлена морфологическая и функциональная незрелости многих его систем при рождении, в том числе центральной нервной системы [3]. В связи с этим, в течение длительного времени существовало убеждение, что новорожденный ребенок не способен к познавательным процессам. Получается интересный момент: периферическая нервная система формируется быстрее, чем центральная (далее ЦНС) и почти полностью сформирована к моменту рождения. Пока полностью не сформирована ЦНС [3], восприятие информации как отдельной не происходит. Теряя недифференцированную целостность периферической НС, плод получает возможность расширить диапазон своего восприятия и запечатлеть множество информации. Основа для наличия будущих импринтов и дискретных фильтров закладывается вследствие дифференциации клеток. Чем больше дифференцирована ПНС плода, тем большее количество различных (с точки зрения взрослого) компонентов он может воспринять как единую информацию, не отделимую от себя. Все поступающая информация изнутри и вне тела плода для восприятия плода является единой внутренней информацией, то есть вся информация является «собой». Таким образом, происходит такая дифференциация организма, которая сохраняет некую цельность в центральной нервной системе и почти дискретную разделенность на сенсорной периферии. [3]

Естественно, что в процессе интенсивного формирования у плода высокая чувствительность не только к физическим воздействиям, но и

к веществам, выделяемых матерью [3]. Можно сказать, что ребенок получает физиологические импринты или кондиционирование во время внутриутробного развития. Самые первичные запечатлевания не могут быть травмой, так как нет иного опыта «не травмы» — основы для сравнения. Момент первичного импринтирования — момент незнания и момент отсутствия критики, фильтрации. Под воздействием окружающей среды происходит запечатлевание, которое организует фильтры определенным образом и корректирует их. И поскольку восприятие и психика изначально имеют свойство недифференцированности, то и все импринты этого возраста будут для человека самой настоящей реальностью, построенной из впервые воспринятого.

Вхождение в рефлексивную, отстраненную позицию по отношению первичным импринтам станет возможным только после обретения описательного аппарата и переработки всех предыдущих импринтов с помощью него. В процессе развития происходит импринтирование и создание фильтров, и это означает лишение человека «свободного смещения внимания» и его «канализацию». В таком случае нормой для плода можно считать почти полное отсутствие структур (основанных на импринтах) и свободную (как аналоговую, постепенную, так и дискретную, скачкообразную) смену фокуса восприятия.

2. Родовые импринты (от начала первых схваток до 2 – 2,5 часов после родов).

Впервые разделение у плода, по Гроффу, на «Я» и «Мир» может произойти в период прохождения 2-й перинатальной матрицы или в период первичных схваток, когда проход еще закрыт. Именно там способны сформироваться импринты отношения к миру. Но подобное интенсивное воздействие на плод, а значит и формирование импринтов, может осуществляться и в период развития плода.

Когда ЦНС не сформирована и восприятие максимально открыто («фильтров», отсекающих информацию, поступающую на рецепторы, либо нет, либо они не значительно искажают информацию), но уже произошло разделение аппарата восприятия и объекта восприятия, то, как на киноплёнку, запечатлевается весь сенсорный опыт,

появляются первые импринты [4]. Вследствие того, что незавершенный процесс присутствует постоянно, импринты можно рассмотреть как дискретные составляющие на общем аналоговом фоне (в психике).

Импринты или запечатлевания и есть материал для образования фильтров. На этапе отсутствия структур психики (фильтров) запечатлевается вся информация целиком (визуально-аудиально-кинестетически-запахово-вкусовая) как единая структура (паттерн или гештальт) [Ф. Перлз], что создает первичные синестезии. Например, если визуально было ярко, аудиально было громко, а кинестетически — тепло, то в будущем при ярком свете будут звуки казаться громче, а по ощущениям будет теплее. То есть импринты создают устойчивые переходы между отдельными характеристиками сенсорных систем — субмодальностями, формируя структуру будущих реакций на внешние раздражители. Устойчивое сочетание в опыте модальностей или субмодальностей между собой, где одни элементы опыта поддерживают другие, называются синестезиями. Те субмодальности, которые задействованы в большем количестве синестезий, и их изменение повлечет изменения многих других субмодальностей, а значит и всего целостного восприятия опыта, в НЛП принято называть критическими. Запечатлеваются (импринтируются) не только характеристики опыта, но и сам опыт. В случае однократного интенсивного опыта, сами сенсорные системы могут претерпеть искажение [5]. А любой из компонентов опыта (все звуки, ощущения, внешние объекты и структуры) может быть пусковым механизмом для вспоминания всего опыта (например, стены из кафеля, хирургическая лампа, глаза людей, голоса врачей, слова, сказанные ими, гул аппарата, запах операционной, звон металлического инструмента и интенсивные кинестетические ощущения в момент импринтирования). В будущем, если человек слышит подобные слова или видит стены из кафеля, то возобновятся те самые ощущения. Слова можно рассмотреть, с одной стороны, как то, что запоминается в результате кондиционирования, а с другой — они могут быть импринтированы и фиксировать, скреплять сенсорный опыт, формируя постоянное восприятие чего-либо. Таким образом, импринты можно рассмотреть как системообразующие основы

структур психики, на которые будет происходить дальнейшее наложение кондиционированного опыта (Т. Лири).

Поскольку сам период, по сравнению с предыдущим, является очень интенсивным воздействием, то здесь очень важно не только отсутствие травматических импринтов[5], но и формирование у ребенка позитивных импринтов, о пределяющих его отношение с мамой, отношение к миру, способность любить и испытывать привязанность вообще [6].

Как известно, человек принадлежит к числу незрело рождающихся, причем достаточно давно была установлена морфологическая и функциональная незрелости многих его систем при рождении, в том числе центральной нервной системы. В связи с этим, в течение длительного времени существовало убеждение, что новорожденный ребенок не способен к познавательным процессам, и исследования поведенческих реакций новорожденных детей были весьма немногочисленны. Одним из важнейших результатов импринтинга является формирование долговременной связи с родителями, то есть запоминание объекта и формирование стойкой привязанности к нему, причем происходит это в строго определенный период, названный критическим или сенситивным [6].

Для новорожденного таким критическим периодом, или периодом запечатлевания, является первый час жизни. Именно в это время, а далее в течение первых суток жизни, ребенок запечатлеет мать, что впоследствии послужит основой для формирования по отношению к ней устойчивой привязанности. Таким образом, импринтинг является неотъемлемой частью родового процесса и жизненно необходимым условием для реализации успешного материнства, формирования взаимной привязанности матери и ребенка, а также для формирования у новорожденного благоприятного впечатления об окружающем мире.

Являясь по сути своей первым актом коммуникации, т.е. взаимодействием между матерью и ребенком, импринтинг определяет, насколько успешным будет такая коммуникация в будущем.

Как любой процесс, регулируемый нервной и эндокринной системой, импринтинг у человека состоит из ряда поведенческих актов, которые происходят в строго определенной последовательности. При естественных родах гормональный баланс женщины к рождению ребенка достигает такого состояния, что все необходимые стадии включаются автоматически. Так как ребенок получает последнюю порцию материнских гормонов в момент рождения, именно они определяют то, что он будет делать сразу после родов. Если же гормональный баланс был нарушен, то соответствующих действий не совершает ни мама, ни ее малыш. Отсутствие какой-либо стадии приводит к тому, что следующая просто не наступает.

Если все происходит естественным образом, то импринтинг сразу после рождения у человека на этой стадии можно разделить на 2 больших этапа [6]:

Первый этап — первичный импринтинг (происходит в течение первого часа-двух после рождения). Здесь выделяют 4 фазы:

Релаксация (первые 15 – 25 минут после рождения): первый контакт «кожа к коже», который стимулирует у женщины выделение гормонов.

Пробуждение. Поисковый рефлекс — рефлекс поиска груди.

Активная фаза (через 15 – 40 минут после рождения): ребенок нашел и взял грудь в момент проявления поискового рефлекса, скормление молозива.

Отдых и сон (через 2 – 3 часа): после того как малыш проявил поисковую активность, взял материнскую грудь и получил первые капли молозива, он засыпает.

Второй этап — вторичный импринтинг (наступает через 1,5 – 2-х часового сна только в случае, если первичный состоялся и продолжается в течение первых суток после рождения).

Первый этап помогает младенцу закрепить образ матери, запомнить правильное положение у груди и способ прикладывания к ней. Вторичный импринтинг завершает все стадии импринтинга и

помогает матери и ребенку запомнить друг друга и наладить полноценное кормление грудью.

3. Довербальные импринты.

Проходит период от рождения до 8 месяцев или 1 года — до момента начала прямохождения, принятия вербальной модели и окончательного отделения себя от мира. Иммунная и нервная системы остаются недоформированными к моменту рождения и формируются в едином ритме с формированием нервной системы и под воздействием стимулов внешней среды и формирования языка. [7]. Данный период отличается от предыдущего как наличием нескольких периодов импринтной уязвимости (например, формирование пищевых импринтов), так и повышением количества и интенсивности импринтных стимулов. Многие данные говорят о том, что именно от раннего опыта во многом зависит развитие мозга. Можно предположить, что соотношение различных влияний и стимулов в раннем детстве скажется на том, каково будет в последующем соотношение нервных структур, командующих теми и другими эмоциями [8].

Основа для сложных, иерархичных импринтов завершает свою закладку в данном периоде. Но в этот период импринты еще не имеют прочную структуру взрослого и даже родовые импринты могут измениться вследствие продолжающегося формирования нервной системы [3].

Литература:

- [1] – Фриц Перлз, «Гештальт-Подход и Свидетель Терапии»,
- [2] – К. и Т. Андреас, «Сущностная Трансформация»
- [3] - И. А. Аршавский. Физиологические механизмы и закономерности
- [4] – Р. А. Уилсон «Прометей Восставший», "София" 1998.
- [5] – Р. А. Киселев, статья: «Травма как реорганизация жизненного сценария» Вестник НЛП, 2005.
- [6] - Ж. В. Цареградская, «Наш малыш» в №2 за 2003 г.
- [7] - М. Трунов, Л. Китаев. Экология младенчества. Первый год. – М., 1993.
- [8] - Э. М. Рутман, Н. В. Искольдский. Истоки радости. М., 1987.