

Кем ты себя считаешь!

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №27.

Авторы: Лукас Деркс

Темы, затрагиваемые в статье: Фундаментальное НЛП, Психотерапия

Идентификация может быть столь же забавной, сколько и трагичной, но также она является прекрасным способом обучения. В первой статье из трех мы исследовали явление идентификации при помощи модели социальной панорамы. Мы поняли, что идентификация образуется из двух персонификаций, расположенных в одном и том же месте.

Проблемная идентификация часто совпадает со слабым представлением себя. Человек, чей собственный образ является слишком маленьким по сравнению с тем, как он видит других в своей социальной панораме, является уязвимым и может быть захвачен другими персонификациями. Этот же механизм срабатывает, когда дело доходит до конфронтации с непререкаемым авторитетом.

НЛП в тайне

Вчера у меня был клиент, которого беспокоил образ его яростного отца. Из-за этого он тайно прошел несколько курсов НЛП, поскольку боялся, что его папа разозлится, если узнает об этом. «Да, — сказал он очень уверенно, — мой отец убил бы меня за это, потому что НЛП неясное, немужское и даже оккультное».

Я был очень удивлен, услышав такую историю от человека 28 лет, у которого была собственная квартира, и он сам обеспечивал себя в течение долгого времени. Однако, суммируя опыт работы с социальной панорамой в течение десяти лет или около того, я мог быть очень уверен в этом случае: здесь я столкнулся с так называемой «доминирующей персонификацией».

Было довольно легко проверить мое предположение. Мне стоило только предложить моему клиенту представить его отца в ярости и испытать то чувство, которое соответствовало этому, и затем спросить: «Где вы ощущаете вашего отца? Какого он размера?» Его ответ был быстрым: образ его разъяренного отца был расположен в 20 сантиметрах прямо перед ним и размером он был на 30 сантиметров выше клиента. Так что здесь я встретил человека, который жил свою жизнь с разъяренным гигантом в качестве своего самого близкого спутника, и этот гигант блокировал его мнение относительно всего, включая симпатичных женщин.

Но это не было полной картиной, поскольку доминирующие персонификации являются доминирующими только относительно чьего-то образа. Так что я попросил моего клиента определить также местонахождение его собственного образа. Он находился в 5 метрах от него и был при этом довольно маленьким. И снова я увидел знакомый паттерн: доминирующие другие проецируются ближе, выше и более выразительно, чем собственный образ человека. Когда это так, собственный опыт подавляется опытом другого человека.

Идентификация и доминирование

В первой статье я говорил об «идентификации». Там я сформулировал, что идентификация происходит от двух персонификаций, ощущаемых в одном и том же месте, — так же, как персонификация матери ощущается внутри тела ее ребенка.

В этой статье мы исследуем явления, связанные с идентификацией, но при которых беспокоящие персонификации расположены вне тела. В приведенном выше примере так называемая «доминирующая персонификация» является большой и близко расположенной, в то время как персонификации авторитетов также имеют тенденцию быть большими, но проецируются дальше от себя.

Хотя оба типа персонификаций проецируются за границами тела, они, тем не менее, могут «наведывать» тело человека, или человек может «наведываться» к ним. Идентификация с этими огромными персонификациями приводит к тому, что человек «подавляется» ими. И тогда происходит смешение себя и этих выразительных персонификаций.

Когда такая идентификация с доминирующей персонификацией становится постоянной, жертва превращается в кого-то другого. Все

известные поразительные примеры радикального и устойчивого изменения идентичности имеют, вероятно, эту природу. Большинство примеров найдено в психиатрических исследованиях и отчетах о внезапных превращениях религиозного характера и им подобных изменениях. Многие случаи «реакции бегства», «вселения сатаны» и «оборотней», вероятно, связаны с заменой собственной, уже слабой, по сравнению с доминирующей, персонификацией.

Во всех экзотических случаях есть нечто общее — определенная часть необратимости (собственное «Я» заменяется на дни, недели или годы). И это собственное «Я» может даже вообще никогда не вернуться.

Типичные проблемы с авторитетом

В этой статье мы сосредоточимся на более прозаической версии того же самого механизма. Многие люди жалуются на то, что теряют себя из-за конфронтаций с людьми, наделенными властью. Следующее из этого поведение характеризуется как «острое подчинение».

Острое подчинение тесно связано с идентификацией, однако человек не будет в действительности считать, что он или она — это кто-то другой, хотя и может забыть на некоторое время, кто он. Опыт острого подчинения обычно сопутствует человеку, испытывающему застенчивость, человеку, теряющему самоопределение, человеку, начинающему повиноваться против собственных намерений, человеку со всеми поведенческими признаками, которые соответствуют вхождению во вторую позицию восприятия.

Состояние острого подчинения, как правило, вызывается страхом. Многие люди знакомы с этим состоянием, но весьма часто оно воспринимается как нечто само собой разумеющееся, но принимается, так как оно просто происходит. И хотя острое подчинение — широко распространенное явление, оно, похоже, не является всеобщим, потому что некоторые люди никогда не испытывали его. И люди, которые с ним не знакомы, кажутся нечувствительными к власти. Это провоцирует предположить, что реакции покорности нужно где-то научиться.

С психобиологической точки зрения острое подчинение появляется как следствие психологических механизмов, которые управляют защитой статуса, поскольку они обнаруживаются у большинства видов, включая и нас самих. В момент острого подчинения статусные различия становятся очень явными, и в полной силе ощущается

социальная власть. Волки поджигают свой хвост, слоны отступают и т.д. Благодаря этим процессам авторитеты у животных и у людей могут побуждать других к подчинению и повиновению. Они являются частью глубинной структуры общества.

«Острое подчинение» признается настолько «естественным» явлением, что лишь немногие социальные психологи исследовали его. И когда это делаем мы, главный вопрос таков: «Как человек X может вести себя, когда человек Y кажется ему более важным?»

Социальный психологический закон

Наблюдение множества людей, подавленных социальной властью персонификации другого, привело к формулировке так называемого «закона доминирующей персонификации». Этот закон гласит, что всякий раз, когда персонификация X представлена более выразительно (в субмодальностях), чем самоперсонификация, идентификация с персонификацией X неизбежна. Только, размещая персонификацию X на некотором расстоянии или увеличивая размер собственного образа, можно предотвратить потерю себя. В противном случае идентификация будет существовать и поддерживаться как слабая до тех пор, пока внимание не сможет переместиться на что-то иное, чем персонификация X.

Внезапный переход во вторую позицию восприятия при остром подчинении гарантирует, что человек сосредоточится на потребностях, ценностях и запросах доминирующей персонификации. И этот человек будет также беспокоиться о том, как он или она воспринимаются персонификацией X; другими словами, он или она создадут вторую позицию восприятия образа себя. «Что это авторитетное лицо думает обо мне?! Что ему нужно от меня? Что я могу сделать для того, чтобы ему угодить?»

Человек, подавленный социальной властью, припишет это качествам авторитетной личности, а не, как правило, своим собственным структурам. Такой человек может верить, что это все вызвано силой и суверенитетом лидера, что он — человек с большим авторитетным влиянием.

Проблемы с властью существуют только из-за этой критически важной неверной атрибуции. Связывая локус контроля с властью, подчиняющийся человек не будет начинать изменять социальные образы по собственной инициативе. Структуры власти в обществе

останутся неповрежденными из-за того факта, что человек не осознает свой собственный вклад в их создание. Социальное познание близко к абсолютному бессознательному, поэтому мы не знаем, что мы сами подготовили себя к тому, чтобы подчиниться, помещая другого в высокое и центральное место в нашей социальной панораме.

Психолог может побудить исправить это, направляя клиента к осознанию того, что он является жертвой только своих собственных социальных структур, и показать ему, что эти структуры легко изменить и что это полностью во власти клиента.

Авторитеты, которые теряют свою власть, демонстрируют, насколько быстро доминирующая персонификация может быть преобразована во что-то, имеющее меньшее влияние. Когда президент теряет лицо, его не переизбирают или не привлекают к ответственности в порядке импичмента и не удаляют из офиса. Людям свойственно немедленно исправлять свои образы. Что произошло с образом Гора после того, как он проиграл на президентских выборах?

Но некоторым людям не нужен психолог для того, чтобы признать свою собственную роль в создании авторитета, и они могут отметить: «Я знаю, что это я тот, кто сделал этот авторитет намного важнее, чем я сам. Я — жертва моего собственного восхищения, обожествления и страха».

Безопасное хранение

Когда мы ищем места расположения авторитетов в социальной панораме, то достаточно часто обнаруживаем их спрятавшимися в дальних местах, но это весьма высокие проекции. Они часто хранятся на расстоянии, но на них все еще приходится смотреть снизу вверх. Сохраняя расстояние, люди предохраняют себя от идентифицирования. Сохранение расстояния защищает от доминирования. Мысленное расстояние, которое каждому необходимо пройти до персонификации, является определяющим в том, с какой легкостью может произойти идентификация. Влияние возрастает, когда персонификация приближается.

Однако отдаленные авторитеты, расположенные высоко, все еще имеют власть. Высокий уровень расположения их глаз указывает на их потенциальную власть. Этот потенциал обретает свое полное влияние, когда реальная плоть и кровь авторитета запускают его.

Когда человек внезапно близко сталкивается с реальным авторитетом из плоти и крови, который репрезентируется далеко, но высоко, может мгновенно произойти острое подчинение. Часто это самые ужасные случаи острого подчинения. Люди жалуются, что они «поражены властью другого» (например, как не объявленный заранее к вам домой визит королевы). Этот опыт подобен столкновению с кем-то, в кого вы были безумно влюблены, никогда даже не дав понять ему это. И однажды этот человек появляется и говорит: «Сегодня вечером в моем родном городе вечеринка. Хочешь присоединиться ко мне? Ты можешь остаться переночевать, если хочешь».

Широкое распространение и универсальная природа этих типов «пугающих явлений» предлагают некоторые базовые социально-познавательные механизмы в работе. Чтобы понять их, нам нужно еще лучше разобраться с ролью собственного опыта.

Образ себя в действии

Модель социальной панорамы сталкивает нас со способом, которым люди структурируют свое знание о том, кто они. Следуя НЛП и другим психологическим традициям, мы можем назвать эту часть их «идентичностью». В явлении острого подчинения мы видим неоднородность идентичности. Люди уже не те, кем были прежде, их идентичность заменяется на другую идентичность. Из уверенного в себе человек может превратиться в зависимого, из экспрессивного он может измениться в очень застенчивого. И если авторитет кричит на него: «Да, черт возьми, кем ты себя вообразил!» — человек может этого уже и не знать.

Так что структура идентичности должна содержать ключ к острому подчинению. Эта структура кажется очень сложной, когда исследуется на уровне ее содержания. Но как только мы смотрим на пространственные элементы, из которых она состоит, вещи становятся намного проще. Фактически идентичность управляется двумя пространственными элементами: ощущением себя и образом себя (кинестетическим и визуальным компонентами). Оба этих элемента могут быть расположены в различных местах в мысленном пространстве, однако время от времени они могут соединяться в одном и том же месте. Связь между ощущением себя и образом себя называют «собственной связью». Без такой связи «образ себя» является всего лишь «своим изображением». Чтобы хорошо действовать, образ

себя должен быть связан с кинестетической частью себя и предпочтительно находиться спереди.

У большинства людей ощущение себя обнаруживается в пределах тела — очень часто в груди или животе. Расстояние от ощущения себя до образа себя может широко варьироваться, и это расстояние является очень значимым для собственного опыта. Когда ощущение и образ находятся далеко друг от друга, то собственный опыт слаб — и тогда трудно поддерживать собственную позицию в беседе.

Помимо этого расстояния между ощущением себя и образом себя, большое влияние на уверенность в себе и собственную силу имеют также размер и яркость образа себя.

Образ себя отображает человека тем же самым способом, каким он или она видит других снаружи и на расстоянии. Только так образ себя может выполнять свою задачу: сообщать человеку о том, кем он или она является среди других. Образ себя позволяет сравнивать себя с другими и делать выводы о роли и положении в социальной жизни.

Как следствие любая неясность в образе себя приводит к ослаблению самосознания. Когда образ себя тусклый, человек также будет тусклым и будет демонстрировать малую личную силу.

Авторитеты размывают образ себя

Итак, что мы находим при систематическом подходе, когда человек страдает от авторитетных лиц? Только то, что в своих социальных панорамах люди репрезентируют авторитетных лиц более выразительно, чем самих себя. Это приводит к ощущению потери себя и к поведению подчинения. В любом случае, человек сообщит о том, что он занят запросами, эмоциями, ценностями и убеждениями авторитетного лица. И также он чаще всего меняет первую позицию восприятия образа себя на вторую позицию восприятия образа себя: он смотрит на себя так, как думает, его видит авторитетное лицо. В результате он начинает играть роль, которую, по его мнению, он должен играть, так как этого хочет авторитет.

Люди, которые не способны к вхождению во вторую позицию восприятия, не склонны быть захвачены чьей-либо властью. Но только меньшинство населения ограничено подобным образом, и большинство из них — мужчины. Такие мужчины, которые не способны переходить во вторую позицию восприятия, часто ошибочно считаются очень сильными лидерами. Они способны

оставаться независимыми от социального статуса других. Выше сказанное может объяснить биологическим психологам, почему аутизм воспроизводится в пределах человеческого населения: некоторая доля аутизма действует как определенное лидерство. Это также может дать ключ к тому, почему мужчины вообще являются доминирующими по отношению к женщинам. Женщины, похоже, становятся жертвами своих же собственных превосходных социальных навыков. Способность входить во вторую позицию восприятия может быть благословением и проклятием в одно и то же время.

Заключение

Динамика персонификации, включающая доминирование и подчинение, является поразительно систематической. НИПер, который учится обращаться с этим, получит великолепный инструмент для наделения людей силой. Однако, когда каждый начнет делать это в более широком масштабе, это разрушит привычные структуры власти в обществе. Придем ли мы к анархии? Или это будет большим освобождением? Кто может сказать?