

Движущие силы развития личности.

Статья опубликована в журнале **Вестник НЛП №36**.

Авторы: Елена Мурза

Темы, затрагиваемые в статье: Психотерапия

Предисловие.

Смена жизненных сценариев занимает умы большинства психотерапевтов, даже если они это называют по-другому. И если есть сценарий или стратегия, то есть и роль как набор функций для выполнения определённого рода задач. Человек ведёт себя определённым образом, а окружающие помогают или противодействуют ему в этом. Если вы заметили, речь идёт о системном взаимодействии.

Поведение может носить самый разный характер: ритуальный, статусный, игровой, учебный и т.д. Разные наборы часто употребляемых жёстких сценариев или ведущие роли характерны для соответствующих типов существования и бытия. Часто они выходят за статусные рамки и сливаются с понятием самоидентификации. Идея спиральной смены сценариев поведения вслед за сменой ценностей родилась в результате многолетних исследований и подтверждена статистической обработкой используемых материалов (Клер Грейвз). Вы можете получить совершенное удовольствие, рассматривая её в цвете на сайте Спиральной Динамики.

О сходных вещах упоминал Бейтсон — понятия «схизмогенные отношения» и «несхизмогенные», Эриксон — понятия «подавляющий клиент» и «подавляемый», Виржиния Сатир — понятия «Обвинитель» и «Угодник». У этих авторов была своя трактовка смены жизненных сценариев. Например, Эриксон связывал её со сменой семейных

отношений, другие видели причину смены сценариев в невротизации или отсутствии невротизации.

И только Грейвз определил, что смена ценностей происходит у всех людей на всей нашей Земле по более общим и единым законам, и доказал это. Я влюбилась в эту модель ещё десять лет назад на первых семинарах курса «НЛП-Практик» у Барзданиса Е.В. (Ростов-на-Дону). Однако я не нашла у Грейвза развёрнутых сценариев стратегических ролей для каждого уровня существования или бытия, проблемы их смены и роль психотерапевта в этом процессе.

Эрик Берн подробно описал сценарии и роли для обладателей ценностей «Деньги» и «Успех». Он считал, что эти сценарии передаются из поколения в поколение. Например, игра по Берну «Если бы не он» сейчас распространена повсеместно. Чего бы стоили женские посиделки, если бы там не перемывались косточки своим половинкам и не оправдывали бы их недостатками все свои неудачи. Однако крестьянки 18 – 19 веков в эту игру не играла, их основными ценностями были «Услужить хозяину» или «Раз господь дал, надо терпеть», т.е. игрового соревновательного момента в отношениях не было, хотя исполнялась роль Жертвы Служанки, Матери или Хозяйки, но это была не игровая роль. Образованная женщина 19 – 20 веков стала вести себя по-другому, нарушила традиции, отстаивая свои права, соревнуясь с мужчинами и с другими женщинами. И самое интересное, что любой человек, ушедший от жёстких стереотипов традиций в силу образования, окружения, аналитического склада ума или обстоятельств, начинает играть, соревноваться и исповедовать ценности пятого уровня существования (Клер Грейвз). Давайте подумаем вместе, делилось ли средневековое население, как сейчас, на Удачников и Неудачников по Берну? По мировоззрению тех лет всё предопределял Господь. И множество неудач свидетельствовало об избранности прихожанина перед Богом. Трактовать бедность как гнев Господень стали только протестанты в 15 – 16 веках, и именно тогда игровые стратегии с ролями Победитель и Неудачник начинали становиться жизненной основой, набрав силу только в 20 веке. Впрочем, прежде чем приступить к интересным моментам тайных превращений движущих сил, начну с истории появления этой идеи.

Появление идеи.

В моей практике консультирующего психолога и тренера НЛП периоды спокойной гордости за достигнутые успехи часто сменялись глобальными недоумениями по поводу различных затруднений. Я везучий психолог, и жизнь мне предоставила не только чудесных клиентов, но и чудесные личные отношения, в которых, если ты делаешь верный шаг, то теряешь или приобретаешь очень много. Метод перебора вариантов, подкачки ресурсов, работа с Линией Времени, разные позиции восприятия мне помогали, если правильно поставлена цель. В трансовом состоянии часто находился верный ход, однако для того, чтобы его закрепить, требовалось всё же правильно поставить цель, а затем осознать, назвать словом то, что произошло, иначе трудно из опыта сделать модель и повторить с клиентами или собой.

Уже на втором году работы методами НЛП я столкнулась с моей внутренней видимой только мне каменной стеной, которая не давала двигаться в определённых направлениях. Стена была из огромных серых блоков и очень-очень массивная и большая. Её края терялись в тумане. Был круг людей, проблем и особо вредных клиентов, где я не могла продвинуться вперёд. Тогда у меня не удавалась работа с клиентами бизнесменами, если они начинали со мной соревноваться. Их требовательные указующие голоса вызывали у меня такую же подстройку, и всё заканчивалось вежливым прощанием. Что-либо сделать с собой я не могла по очень банальной причине: я забывала всё, как только приближалась к решению. Помощь других психологов была очень действенна почти всегда, однако в случае каменной стены помощь, скорее, оборачивалась вредом и растратой ресурсов. После достаточно серьёзных ошибок такого рода я смирилась со своей стеной, однако через несколько лет она сама подвинулась. Бизнесмены, приходившие на приём, дружно перестали соревноваться и начали работать. Я поражалась, заискивала, требовала нужной для работы последовательности.

Хорошо помня по дневникам, что со мною было раньше и что стало сейчас, я убедилась, что поменялась самоидентификация или ведущая роль. Так было несколько раз. Хочу возвратиться к первому случаю. Тогда мои цели «Лучше работать с бизнесменами» не срабатывали, а вот если бы я поставила цель, которую часто ставил Эриксон — найти способ дать ему победу — я бы достигла результата. Однако с прежней ролью «Хороший специалист, дающий возможности» я не

могла осознать, что значит дать клиенту победить. В дальнейшем профессиональные роли на приёме у меня звучали так: «Я с тобой одной крови, хотя и знаю больше в психологии», с коллегами: «У меня уникальный опыт, у тебя уникальный опыт».

Сейчас ищу новую роль приблизительно такую: «Я вижу тебя, я знаю, как себя вести, следуй за мной». Для того чтобы срабатывал эффект синергии, эта роль может существовать только в симметричном исполнении: «Я — человек, человек — я». Человек приглашается в путь, пока видимый только мне с моим искренним желанием походить и по его дорожкам. Вы заметили, что не всегда просто дать набору исполняемых мною функций (а это и есть роль) короткое название, иногда легче использовать девиз. Является ли роль синонимом личностной идентичности или самоидентификации? Наверное, это неполный синоним, однако в этой работе я буду использовать эти термины для понятия набора традиционно исполняемых функций.

То, чего я не могла добиться постановкой цели, в сознательном или трансовом состоянии случалось само собой с определённым течением времени и соответствующим ощущением наполненности и поисками выхода и прорыва. Каждый раз как будто рушилась плотина. Каждый раз мир представал по-новому: иногда в очень красивых и романтических очертаниях, иногда в суровых переживаниях. Если ещё учесть, что в разных областях жизни эти картины мира были разной красоты и сложности, и это только окружение, то понятно затруднение с определением цели и идентичности. В поисках литературы, где об этом пишется, я нашла много источников, ближе всего — идея о спиральной смене ценностей Клера Грейвза, но нигде не освещался этот процесс в тех подробностях, как он происходил у меня. Мне стал ясен механизм блокировки некоторых целей, их просто нельзя было поставить в рамках старой роли, т.к. решение трудной задачи часто требует выйти на более высокий нейробиологический уровень (НЛУ). Напоминаю, что Идентичность в НЛУ выше, чем Цель (Роберт Дилтс). Многие психотерапевты сосредотачиваются на Миссии, используя Идентичность только как ступеньку к её выполнению. Приветствуя эту работу, я обнаружила её неполноту. Если система выходит на более сложный уровень, упрощаются только нижние этажи системы, более высокие получают толчок к максимально большому разнообразию. Сосредоточиваясь на

Миссии в ущерб рассмотрению всех вариантов Идентичности и не используя развёртывание её во времени, мы можем только приблизительно и неточно подойти к исполнению Миссии.

Сотни раз находя себе или стимулируя клиентов найти новую Идентичность (роль), я натыкалась в некоторых случаях на прежнюю каменную стену, несмотря на экологическую проверку. Т.е., вероятно, есть роли, «на подходе» уже готовые к принятию, а есть те, которые не готовы. Меня мучило не только то, что методы НЛП тут не действуют до определённого времени или обстоятельств, но и интуитивное ощущение, что выход есть, однако мне надо поменяться, чтобы его найти. Живо встаёт вопрос: «А можно ли ускорить процесс?» Мой ответ: «Можно, если знать закономерности, сознательно ставить те цели, которых ещё даже и не хочешь. Которые вроде бы не для тебя, однако знаешь, что они всё равно будут впереди». Так мне иногда удаётся делать гораздо больше, чем раньше. Прочитала, что так делают психотерапевты, использующие методы спиральной динамики в случае согласования ценностей. Однако они пишут только о согласовании ценностей, а не о подробной смене ролевых стратегий и согласовании их в семейной системе.

Моя гипотеза звучит так. Если ты хочешь развиваться как личность, ставь себе цели не только своего, но и более высокого уровня, пока ещё для тебя не актуальные. Осваивай новые ценности и роли. Быстрее ветра не полетишь, однако и, как паровоз, тормозить не будешь. Смирись с тем, что успеха будет меньше, ты не знаешь, как далеко ты от края уровня в разных вопросах, однако и победа будет весомей. Ты сможешь больше и лучше узнать людей и больше им дать. Ты перестанешь топтаться и начнёшь реально делать то, зачем ты сюда, на этот свет, пришёл. Распознай, чем является жизнь, и тогда ты будешь знать, как себя вести.

Движущие силы, создающие человека. Страхи.

Как рождается новая звезда? Говорят, из пыли, которая мчится со всё большим ускорением и спекается в одно целое, а дальше — взрыв и свет. Это — красивая метафора рождения человека и становления его личности. Зародыш принимает информацию и с возрастающим ускорением отбирает всё, что ему полезно. Он выстраивает новую систему. Потом наступает время, когда нужно с силой проложить себе дорогу, криком заявить о своём существовании. А потом он учится улыбаться маме, поить любовью заботящегося о нём человека.

Сила — величина векторная. Первая сила, создающая человека, — это восприятие и переработка информации, она направлена к человеку, энергия накапливается. Вторая — это агрессия, движение, направленное от человека. Эта сила прокладывает дорогу, разрушает препятствия, созидает новое. Энергия тратится. Третья сила — альтруизм, тоже направлена от человека и поддерживает то, что уже создано. Энергия консервируется. Эти занимательные метафоры послужат опорой для систематизации и объяснения опыта смены стратегий поведения на разных уровнях существования и бытия по мере развития человеческой личности. Конечно, мы пока не знаем, почему именно так всё происходит, но никто не мешает нам строить предположения и догадываться, а также соглашаться с некоторыми талантливыми наблюдениями и исследованиями.

Рождающаяся личность резко изменяет всё общество вокруг себя в сторону обеспечения собственной безопасности, на что уходит огромное количество не только родительской или родственной энергии, но и энергии всего общества. Энергия тратится.

Но, поскольку система, основанная на рассеивании энергии, не может долго существовать, следом включается другой процесс — забота о стабильности. Для этого родители приучают детей слушаться за то, что они о них заботятся. Папы и мамы всего мира формируют у маленьких детей воображаемые страхи, используя их внушаемость. Я долго не могла понять, почему сказки такие страшные. Оказывается, внушаемые родителями страхи выполняют положительную функцию, ограничивают агрессивность, спонтанную активность ребёнка: «Не будешь слушаться, тебя заберёт бабка-ёжка». Страхи называют злом всё болезненное, мёртвое, кровавое. Формируется страх мёртвых, страх их мести, соответственно, страх убийства и самоубийства. Радость, добро соединяют со всем, приносящим пользу, дающим любовь, заботу, еду, отдых, здоровье, послушание, обучение. Эта информация, связанная со страхами и радостью, обуздывает естественную агрессивность, обучает уму-разуму, альтруистическим реакциям. Для того чтобы избавиться от избытка навязанных страхов, уже маленькие дети начинают делать ритуалы: спят с мишкой, просят песенку, ритмично раскачиваются и т.д. Всё это напоминает невротические отклонения психики: так ведут себя многие пациенты психиатров, но когда-то это помогло выжить человечеству и воспроизводится детьми всего мира как этап развития (Назаретян). Если ребёнок не проходит этого этапа

воспитания страшными образами и сказками и противопоставления им добрых героев, у него не формируется способность отличать добро от зла.

Некоторые взрослые остаются в полном страхов, мистики и ритуалов мире всю жизнь, другие идут дальше. Особенность этого периода — негативное отношение к проявлению свободной активности и позитивное отношение к исполнению ритуалов, повышенной внушаемости и послушанию. Идёт мистическое очеловечивание страхов, что помогает переключить от внешнего мира и сосредоточить внимание на родных и лучше заботиться друг о друге. Поэтому обязательно надо пережить этот этап.

Животные адаптируются к миру без страшных фантазий. Однако те предки человека, у которых таких способностей фантазировать и бояться не было, спокойно, не боясь мести мёртвых, убивали соплеменников. Неандертальцы любили есть себе подобных, без всякой мистики. Они были более агрессивными, чем кроманьонцы, и меньше помогали друг другу, поэтому и вымерли. Они проиграли в обучаемости и заботе друг о друге, во внушаемости и во власти друг над другом. Выжили те, кто обучился влиянию на других, и стали более сплочёнными. Поток гипнотической информации подпитывает заботу и приглушает агрессию по отношению к родным.

В нашем обществе женщины естественно опускаются на этот уровень при рождении детей, они растворяются в семье. О женщине так и говорят: «Опустилась». Хорошо, когда, опустившись к детям, женщина потом тянет их за собой, во взрослый мир. Но иногда женщина остаётся на уровне маленьких детей, даже когда они вырастают. Психотерапия бывает нужна, когда семья перестаёт терпеть тупость и ненужные ритуалы такой женщины. Обычно её начинают изводить выросшие дети. Женщина тогда страдает и задача психотерапевта — научить её заботиться о себе и вводить в общение с родными правила с санкциями за их нарушения.

Для мужчин быть на этом уровне естественно только при слабом аналитическом мышлении. Мужчины могут опуститься на него при невротических состояниях после развода, болезни. Много раз наблюдала, как простые внушения быстро уводят с этого уровня. Однако, как только человек «поднялся», форму психотерапии надо менять. Я не видела здорового полноценного мужчину, адекватно живущего как ритуальный Вождь или Шаман. Даже настоящие

шаманы в наше время используют ритуалы и мистику для каких-то целей или по каким-то правилам, а не живут в этом мире естественным образом.

Ритуальная стабилизация системы постепенно приводит к накоплению и приумножению системных ошибок, недоработок и системному кризису. Вы обратили внимание, что информация об окружающей жизни необъективна, специфична, не проверяется, не анализируется, поэтому изобилует ошибками.

Движущая сила — забота. Агрессия направлена только на чужих, угрожающих исполнению заботы. Информация ценится только та, которая помогает заботиться лучше. Забота простирается и на окружающий враждебный мир, чтобы сделать его более безопасным для себя и родных. Заботятся о духах, ветре, покойниках, домовом.

Путь героя.

Объективную информацию нельзя черпать из одних ритуалов и заботы. Информацию начинают агрессивно добывать. На третьем этапе бал снова правит свободная агрессия. Да здравствуют герои! Давно меня удивлял пассаж из детских сказок, что герой, чувствуя силушку молодецкую, ищет своего Змея Горыныча. Можно ведь и наоборот: т.е. обычный парень, услышав о Змее Горыныче, с сожалением оставляет родню и идёт сражаться. Однако герой идёт сражаться не по необходимости, а по внутреннему побуждению.

Зачем ищут подвиги или приключения? Себя показать, мир посмотреть. Хаос! Развал системы, выпуск энергии, энтропия повышается. Рождение нового.

Когда мужчина встаёт на путь героя, самое главное для его родни — подsunуть ему какую-нибудь Лернейскую гидру или Соловья-разбойника. А не успеют или пожалеют маленького — пострадают сами. Поскольку гидр герои извели, то есть выход — качаться, танцевать рэп и мотаться на велике. Это о парнях. Ну а что же жёны героев делают дома? Естественно, и пащут, и строят, и косят за себя и за того парня. А что делать девочкам, не обременённым домашним хозяйством, когда мальчишки качаются или гоняют в футбол? Капризничать, вредничать. А средство от капризов? Лернейская гидра. Подsunьте её девочке. Если кому кажется, что его ребёнок совсем не агрессивен, будьте спокойны, эта река найдёт куда излиться. Алкоголь, секс, наркотики, воровство. Растущему организму нужно заявить о себе миру. Лучше уж найти подвиг по плечу. Слава о герое впереди

него бежит, информация изливается в окружающий мир от его завоевателя. Самое интересное, герой не особенно озабочен, с кем ему сражаться, зато очень озабочен в необходимом оружии. А также не бывает героя без благодарных зрителей или трусливых побеждённых. Так что, если ваш близкий встал на путь героя, завоевателя, определитесь, кем же будете при герое вы. Объект приложения силушки молодецкой, почитатель и прославитель или тот мудрец, который даёт задание за заданием, главное подальше и потруднее. Т.е. очень чёткое распределение ролей: Герой, Побеждённый, Помощник, Мудрец, указующий цель, подальше и побезопаснее. Учтите, что если мудрецом не будете вы, то найдётся кто-нибудь другой, возможно, криминальный авторитет. Хочется отметить, что герой не умеет ставить большие цели, его задача — подвиг, а объект подвига или его последствия не важны. Так и хочется вспомнить все скопом боевики, где пожёванный жизнью генерал отдаёт какой-нибудь не слишком умный приказ, а мужественный герой, чтобы его выполнить, совершает чудеса каскадёрного мастерства и фотомонтажа. И мало кто обращает внимание на глупость происходящего. Роль Помощника часто неблагодарная. Обычно вдвоём или втроём компания может быстрее угодить в гораздо большие неприятности.

В семейной жизни я встречала счастливые семейные пары, где жена умудрялась играть роль Мудреца, и несчастливые, где она была в роли Жертвы. Запомнился случай, когда умная и воспитанная клиентка попросила наладить отношения с мужем, очень грубым человеком, который мог легко ударить, напиться, изменить. Долго мы искали в её памяти способы управления мужем и нашли, что короткий прямой приказ без объяснений действует лучше всего. Это и помогло. Очень несчастливый вариант, где жена всё время пытается объяснить своему Герою какие-то правила, принципы, ценности, а для него важны только приключения. Жена пытается заботиться всё лучше и лучше, однако её влияние только ослабевает. Герой воспринимает заботу как должное, ведь он Герой. Очень важно договориться с женщиной, что внушать, объяснять что-то можно только на исходе геройских сил, например, когда Героя забрали в милицию или он попал в больницу. Однако такие семьи существуют долго, так как Герой предоставляет жене Жертве постоянную возможность для заботы.

Были и такие случаи, где жена сама была Героем, — такая семья разваливалась. Герой не ставит себе целью семейную жизнь. Ветер

странствий реет в его парусах, однако если мужчина раз за разом возвращается зализывать раны к одному и тому же порогу, то заставляет ощущать женщину, что у неё есть семья. С женщиной Героем труднее: вряд ли муж будет хранителем очага, пока женщина пускается на поиск свободных приключений. Не гуляет или изменяет, а просто пропадает где-то несколько дней, уезжает на месяц или год или три... Семьи тогда нет.

Вы осознаёте один интереснейший факт: человечество не становится менее агрессивным — агрессивность, наоборот, усиливается. Однако наряду с этим человечество учится употреблять свою агрессию в мирных целях, сублимировать. Психотерапия довольно ясна: если ты Герой, совершил геройский поступок, ответ за свои действия сам, без нянек. При этих условиях довольно легко развивается рефлексия, приходят мысли о последствиях.

Вывод: путь Героя — это путь агрессии, направленной на завоевание мира, выплеск информации о себе, мир вынужден быстро подстраиваться, направлять агрессию в безопасное русло.

Роли: Герой, Помощник, Мудрец, Победённый.

Закон и порядок.

Любой герой когда-то устаёт, выдыхается или нарывается на того, кто сильнее. Недостаток жизненной энергии характеризует нарастание хаоса, рассогласование. Нужен обратный процесс. При росте упорядоченности, согласованности будет идти рост жизненной энергии. Становится ясным, что главное — не только завоевать, но и удержать. В боях герой закалился, стал рассудительнее, если не погиб и не спился: «Но под старость захотел отдохнуть от ратных дел». Новая задача — удержать завоёванное, выжить, узнать побольше о противнике. Герой начинает думать, с кем сражаться, каким образом, а стоит ли огород городить. И время героев кончается. Начинается этап стабилизации, упорядоченности. В системных терминах — рост негэнтропии.

И только на этом этапе до бывшего героя начинает доходить, что выгодно заботиться о своих жертвах, чтобы и они о нём заботились в ответ. Понять, что смысл жизни любого семейного тирана — это всё-таки забота о своей семье, если он в ней живёт. Однако, если мужчина или женщина завели семью и живут в семье, давая ей услуги или зарплату, — это забота, альтруизм, особая любовь. Причём формы у этой любви самые разные — Господин и Служанка, Хозяин и

Работница, Рыцарь и Дама, Генеральша и Подкаблучник, Маменька и Сыночек и т.д.. Цели таких отношений направлены друг на друга и содержат ту или иную заботу друг о друге. Это точка зрения отличается от широко распространённого мнения, что в паре один постоянно подавляет, второй постоянно подчиняется. Хотя и в этих рассуждениях есть резон, однако очень часто жертвой себя чувствуют оба: и подавляющий, и подавляемый. Поскольку оба заботятся друг о друге, так как они считают это правильным, то они жертвы правил. В отличие от прошлой родственной заботы, это обоюдное соблюдение сознательно или бессознательно установленных правил, а не внушённых ритуалов, момент договора о правилах, подбор партнёров в соответствии с собственными принципами, воспитание детей по своим правилам. Партнёр ищется по тем чертам характера, которые ценятся и которые на этом этапе всё-таки неотделимы от статуса. Т.е. богатый и раздражительный имеет больше шансов, чем бедный и вспыльчивый. Очень важны роли Отца, направляющего и наказующего, и Матери, контролирующей и заботящейся. Бал правит совесть — ощущение соответствия твоих правил общественным стандартам и рефлексия — возможность взглянуть на свои действия со стороны.

Вы заметили, что это опять этап заботы. Информация о соответствии твоей заботы стандартам заставляет думать, рождает мыслителей. Цели ставятся в этом ключе — совершенствование заботы. Очень много заботятся о статусе, однако статус в этом случае не личное достижение, его разделяет вся семья. Поэтому забота о статусе — форма заботы о семье. Если ты заботишься о своей заботе, это напрягает, заставляет чувствовать себя подневольным. И начальник, и подчинённый, и семейный тиран, и семейная служанка говорят одними словами о том, что они вынуждены что-то делать и что-то терпеть. И горько вздыхают: «Такова жизнь». Жертвы все, вне зависимости от роли. Если же ты спокоен относительно своей заботы, ты счастлив, что тоже бывает только не на этом уровне, ведь по определению счастье возможно только в будущем.

Девушке на выданье, разведённой женщине с неутолённой жадой заботы можно помочь, только обучив найти объект заботы. Довольно частое явление при этом — появление в заботе избытка силы: «Зацелую до смерти». Забота соотносится только с правилами и традициями, а не с объективными потребностями другого человека.

Часто объект заботы испытывает слишком большое давление и деформируется или убегает. Поэтому лучше всего обучать и обратной информации о необходимой мере заботы. Постоянно слышу одно и то же: как трудно, как невыносимо трудно... Надо уменьшить размеры своей заботы, почти невозможно перестать постоянно заботиться и тревожиться. Да, это сильнейший человеческий инстинкт. Кстати, неумеренная забота и тревога по поводу заботы и страх по поводу тревоги о своей заботе великолепно соседствует с уничижительными характеристиками объекта заботы: «Люблю я этого козла». Раз за разом наблюдаю одно и то же, и я не исключение: титаническая забота ради заботы и равнодушие к личности, объекту.

Почему забота, а не любовь? Наверное, любовь больше, чем забота. Любовь всё-таки предполагает уважение и внимание к личности, а забота может осуществляться без всякого уважения.

На этом уровне часты обращения к психологу с просьбой наладить отношения. Помогает обнаружения несоответствия в действиях, целях и ролях. Там, где отношения как объект заботы ценятся, клиенты соглашаются прикладывать усилия для исправления несоответствия. Очень ценно разграничить ролевые функции, если люди согласны на свои роли. Особенно это важно для ролей Матери и Отца. Никакие психотерапевтические ухищрения без стабилизации чётких ролевых функций не помогут. Цели ставятся только в рамках правил, по которым исполняется своя роль. Где отношения исчерпаны, хочется большего, и цели выходят за определённые правила, обычная психотерапия не помогает, нужна поддержка на пути личностного развития.

Вывод. Это этап стабильности и заботы. Человек пытается выразить себя в правилах и заботливо печётся об их исполнении. Спонтанная агрессивность приглушена, зато забота бывает как нежной, так и похожей на агрессию. Способы и виды заботы становятся разнообразнее. Забота усиливается. Управляет ситуацией часто тот, который вложил в заботу больше сил и получил больше информации о поведении подопечного (Фаворитка управляет Королём, Мамочка Сыночком, расторопный Слуга Хозяином). Роли: Хозяин и Хозяйка. Функции и территории строго разделены, признаётся право каждого управлять на своей территории.

Господин и Служанка. Господин защищает Служанку от внешнего мира, а в доме приказывает и контролирует. Служанка выполняет всю

работу и часто со временем сама руководит ситуацией, лучше других в ней разбираясь.

Генеральша и Подкаблучник. Женщина берёт на себя больше, чем это стоило бы, причём не только приказы и контроль, но и обычную работу, с чем мужчина с радостью соглашается даже ценой унижений. Маменька и Сыночек. Имитируются семейные отношения с маленьким ребёнком.

Рыцарь и Дама. Романтические отношения долго сохраняются, если встречи редки, бытовые функции выполняют другие люди.

Впрочем, ролей очень много, можно их по-разному расписать. Бросается в глаза комплиментарность функций, и что бы кто ни говорил, взаимное согласие и стабильность.

Игра и соревнование.

Поскольку заботятся о правилах, а не о людях, то в какой-то момент наступает слом, и правила обесцениваются. По моим ощущениям сила заботы себя исчерпывает, когда приходит осознание, что, как ни заботься, проблемы этим не решить. Может быть, правила были очень плохи, или иссякло терпение их соблюдать, или новый мыслитель додумался спросить: «А судьи кто?» Только теперь можно обнаружить постановку длительных больших целей, направленную вовне, в мир.

Накопленная упорядоченность накапливает и ошибки, и система рушится, как сходит лавина, когда выпало много снега. Негаэнтропия долго не накапливается по определению, начинается опять рост энтропии. Здравствуй племя молодое, агрессивное! Если играть не по правилам, то как играть? Опять хаос, опять революция. Дестабилизация, увеличение энтропии. Направление информации сумасшедшим потоком идёт как от человека, так и к человеку, но всё-таки от человека её гораздо больше: уходи с моего пути, подстройся под меня, а не то разнесу.

Человек хочет не просто победы, а победы над конкретным врагом, обстоятельством, ситуацией. И ещё ему очень важна информация о противнике, информация о способах победы, информация о себе самом как орудию борьбы и победы. Именно теперь он может грамотно обучиться ставить цели. Я плохо понимаю, что происходит в такой семье с такими ценностями, какие там роли. Рискну предположить, что старых ролей там нет, за исключением случая, когда один из супругов на работе (Игрок), а домой сознательно подбирает себе заботливую Служанку. За исключением исключений,

вероятно, семья такого типа напоминает команду по достижении какой-то цели и держится, пока есть цель. Редко, но читаю или вижу в каком-нибудь фильме необычные отношения, когда супруг подсказывает супругу-следователю, как найти преступника, или в какой-то момент бросает детей на бабушек и впрягается в работу за заболевшего у партнёра напарника. В такой семье есть роль Ведущего и Ведомого, часто это просто Сотрудники, но роли могут меняться местами по необходимости. Наказывать ребёнка может и не отец, а воспитывать — не мать, а тот, у кого лучше получается. Однако это подвергается взаимной проверке и взаимному договору, а также взаимной компенсации усилий.

Можно заключить, что в такой семье, с жизнью в стиле командной игры, наблюдается гораздо более тесное сплочение при совпадении целей или мгновенный распад, если цели разнятся. Так семья Клинтонов, добившись цели, решила распасться.

Подбор партнёров осуществляется по возможности «сыгратся» и потенциалу развития, а не по характеру и статусу. Большая ошибка женщин, обращающих внимание на успешных мужчин, это то, что женщины демонстрируют свои достоинства, но не возможность сыгратся, не позиционируют себя в качестве незаменимого члена команды для достижения мужчиной его цели. Во множестве книг я читала о стервах, которые, ещё учась в институте, пристраиваются помощницами к перспективным мужчинам и через десять лет, втёршись в доверие и став незаменимой, женят его на себе и двигают его карьеру, переспав с боссом. Чудесная командная игра, проигравших тут нет.

Отношения жёстче и циничней на взгляд окружающих и искреннее на личный взгляд. Вместе с тем отношения сильно напоминают: «Ты — мне, я — тебе». Вот откуда в американских фильмах так много стерв. Женщина стала себя ценить, ценить своё время, свою любовь и требовать ответного внимания. Такие супруги могут пойти на курсы вдвоём, чтобы улучшить отношения. Или будут годами судиться за имущество из чисто спортивного интереса.

Однако на семью обращено только часть внимания, основное поле битвы вне семьи — деньги, карьера, власть, успех. Семья почти всегда на втором плане. Часто разведённой женщине не нужен новый партнёр, её вполне устроит новая карьера. Что ей важно объяснить и зафиксировать, если заботиться ей уже ни о ком не хочется.

Обязательно нужны свидетели успеха, очень ценятся встречи с одноклассниками (не все добились успеха, как я), заметки в газетах, дипломы и свидетельства.

Люди на этом этапе часто обращаются к психологу, проходят тренинги. С увлечением используют полученные знания. Практически всегда эта работа себя оправдывает: человек достигает своих целей, однако все последствия своих побед ни просчитать, ни прочувствовать ещё невозможно. А дальше его учат ставить новые и новые цели...

Вывод. Это этап агрессивного достижения успехов, энергия направлена вовне. Идёт очеловечивание агрессии, она в других не кровавых сублимированных формах: бизнес, спорт, успех. Несмотря на то, что цели достигаются, энергия теряется, идёт разрушение старых порядков. Забота продаётся с торгов и не служит объектом постановки целей. Начинает очень цениться информация о мире, о противнике, о друге, о себе — всё, что нужно для достижения очередной цели, для успеха.

Роли: Ведущий, Ведомый, Зритель, Судья, Соперник, Сотрудник.

Ничего нет выше любви.

Новые и новые цели... Накапливается усталость, не физическая или психическая, а душевная. Цели достигались ценой слишком больших разрушений. Система может погибнуть, если не будет роста негэнтропии. Возникает вопрос: «А зачем добиваться целей?» Даже если добьюсь, то что мне это даст? Начинают по-новому цениться не добившиеся много одноклассники. Ценится их спокойствие, индивидуальность. Что ценнее: деньги или вечер с другом? Когда исчерпала себя агрессия на достижение целей, начинает цениться то, что за деньги не купишь. Снова этап стабилизации, роста негэнтропии. Во всём идёт поиск гармонии, красоты. Этап заботы о человеческих отношениях. Как трудно здесь ставить цели, потому что смысл отношений — в процессе отношений, а не в результате. Очень ценится информация о душе, внутреннем мире. Потому-то так удивительно мистичны очень умные и продвинутые люди. Однако мистика эта другого рода. Это не мистические ритуалы, а познание себя и других через мистическое погружение внутрь себя или другого. Очень трансовый уровень.

Сможете ли вы часами слушать другого, сочувствовать чужой беде, наслаждаться богатством чувств другого человека и богатством своих чувств по поводу чувств другого человека? Если сможете, то вы уже

поднимались до этого уровня. Здесь поражает сила любви и привязанности, сила альтруизма. Кстати, поскольку этот этап стабилизации наполнен позитивными чувствами, то здоровье улучшается. Влюблённый легко прощает другому отсутствие любви к себе. Он полон своими чувствами, даже если они неразделённые. Улавливаются мельчайшие нюансы в голосе другого, перепад настроения. С дотошностью выпрашивается: «А чего же ты, милый, хочешь? Я тебе это с радостью без всех условий сделаю». Произошло чудо: человек увидел человека, а также его услышал и почувствовал. По обилию и красоте чувств человек ощущает, что познал главное на земле — общечеловеческую любовь. Остальных, озабоченных делами, болезнями, успехами, ему жалко. Он активно обращает в любовь, врачует раны, делится любовью.

Через несколько дней или месяцев такой человек начинает восприниматься окружающими, стоящими на предыдущих уровнях, как странный, навязчивый или сдвинутый. Собственная родня о нём невысокого мнения. Дети тянутся к другим людям, супруг может запить или загулять, чтобы вернуть свою половину к реальности. Домашнее хозяйство наводит на мысли о прицельном попадании бомбы, впрочем, далеко не всегда. Иногда идеи гармонии проводятся через бытовые предметы, и тогда быт необычайно преобразуется.

Человек умеет ставить цели. Но как их достигать, если испорченное настроение другого гораздо важнее всех ранее поставленных целей? Партнёры таких людей часто не могут оценить, считая разговоры по душам пустой тратой времени. Впрочем, если объект любви убегает, вертя пальцем у виска, он получает ответное мнение о себе как о злом и чёрством человеке, которого всё-таки надо спасать. Партнёры ценятся за умение выслушать и высказаться, статусы демонстративно отвергаются. Этим легко могут воспользоваться люди нечестные или мошенники. Человек стремится к близким по духу людям, неповторимым ощущениям душевного единения у костра с друзьями или на очередном семинаре — вот главная ценность.

На этом этапе психологу работать трудно, многие хорошие психотерапевтические техники воспринимаются как жёсткие и механические. Однако если использовать откровенный разговор со встроенными внушениями или техники группового транса, техники группового сплочения, то помощь очень эффективна, даже возможна критическая оценка (очень маленькая) возможностей любви.

Застой в делах, неуспех, душещипательные разговоры могут длиться долго. При накапливании нерешённых житейских проблем и явном вреде для окружающих они могут критически оцениваться самим человеком, так как очень развита рефлексия.

Вывод. Это этап заботы о своём и чужом душевном мире, этап стабилизации. Ценится красота души и гармония отношений, что действительно серьёзно стабилизирует человеческое общество. Информация о людях идёт к человеку, переваривается человеком. Это этап психологов. Цели ставятся в русле заботы о душе.

Роли: Врач, Психолог, Гуру, Спаситель душ, Влюблённый, Чудак.

Синергия.

Однако на разговоры о дружбе и любви ко всем людям на Земле картошки не купишь. Приходит конец застою. Система любви не выдерживает испытания миром. Нужна революция, да здравствует...? Но зачем увеличивать энтропию (выброс энергии), чтобы потом мужественно стабилизировать ситуацию и увеличивать негаэнтропию (упорядочивание структуры)?

Если использовать информацию о последствиях и отдалённых последствиях, можно жить в балансе агрессии и заботы, в балансе увеличения и расхода энтропии. Человек снова с силой вторгается в пространство земли, в пространство других, в пространство внутри себя, однако он впервые заботится о последствиях и не делает плохо ни себе, ни людям. Почему это всё-таки уровень агрессии? Потому что мыслит в основном о себе, своих поступках, последствиях своих поступков. Этап безопасного самовыражения. Информация течёт причудливыми узорами от человека, не топя окружающих, и огромным потоком к человеку. Может быть, она равна по объёму, однако разнится по качеству. Трудно что-то писать об этом этапе. Может быть, это этап разрушения ролей. Однако одна роль у человека на этом этапе точно есть. Умный грамотный гармоничный, здоровый человек хочет жить в безопасном, комфортном предсказуемом мире. То есть он ежесекундно переделывает мир под себя самым удобным для мира способом, исключая ответную агрессию. Напрашивается оценка такой роли, как роль Спонсора (Дилтс). Всё автоматически делается с прицелом на позитивные отдалённые последствия. Вопрос в том, не как достигнуть цели, а какой цели достигать лучше для меня и других? Есть возможность работать на нюансах, мгновенно смещать

акценты при изменении ситуации, выбирать из множества вариантов и самому себе строить удобный для себя мир.

Отпадает само понятие «роль». Роль у человека та, какая нужна в данный момент для него по этим обстоятельствам. Стабильные отношения по-прежнему в цене, так как дают возможность сосредоточиться на других вопросах. Смена отношений не вопрос, как только этого хочешь. Выбор партнёра осуществляется нелегко или трудно, а скорее, с интересом.

Общение напоминает иногда общение с мыслящим океаном Соляриса. Внушение имеет гораздо более важную роль, так как информация у таких людей в принципе не оценивается критически. Однако внушение теряет своё свойство авторитарного управления. Любая внушённая информация просто требует дальнейшего развития, когда и при каких условиях это возможно. Последствий негативных внушений гораздо меньше, так как информация воспринимается не сама по себе, а как почему-то сказанная именно этим человеком именно сейчас. При таких условиях ясна фальшь или злая игра партнёра. Любая информация добавляется к уже существующей, перестраивая её на ходу. В таких отношениях интересен один эффект: в компании людей часто не ясно, кто всё-таки что сказал, идеи обкатываются по кругу всех присутствующих. Идея набирает силу и дополняется до ясного понимания всеми, что делать. Эффект синергии, когда общий результат гораздо больше суммы слагаемых. В этот момент каждый берёт свою часть исполнения идеи. Есть ли при этом командир? Иногда да, а иногда нет, иногда полномочия командира берёт кто-то, кто просто об этом первый подумал. Цели, чёткие и запрограммированные, исчезают. Хотя незыблемыми остаются цели на уровне миссии. Иногда о миссии говорится вслух, каждый чувствует свою миссию. Миссия однозначно выполняется всегда и при всех обстоятельствах. Все остальные цели воспринимаются спокойно, их достижение расценивается как игра или эксперимент. Есть мудрецы, которые снисходительно относятся к тому, что достигаешь всегда другого, к чему бы ты ни шёл. Впрочем, как я уже и писала, мне трудно об этом судить.

Вывод. Впервые устанавливается некий баланс между потоком информации внутрь и наружу, между движущими силами агрессии и заботы. Хотя вполне может быть этот баланс смещается в ту или иную сторону, но смещение не достигает критического уровня, как ранее.

Цели настолько разнообразны, что можно говорить об океане целей. Понятие достигнутой цели поэтому трансформируется, каждая достигнутая цель сама по себе рождает новые цели, а параллельно этому рождаются и трансформируются другие цели. Одновременно человек постоянно сохраняет цели самовыражения, безопасности, комфорта, творчества. Т.е. цели и ценности начинают совпадать. Информационный поток резко усиливается, наверное, в разы или десятки раз и в ту, и в другую сторону. Поэтому очень ценятся богатые информацией источники. Ценится общение, дающее синергетический эффект, и ещё больше чем раньше ценится общение самим с собой. И всё это на фоне того, что со стороны других людей не происходит ничего необычного.

Заключение.

Наблюдательный психолог определил, что я пыталась описывать смену семейных стратегий на разных этапах личностного развития. Осознание полученных закономерностей облегчается с введением метафоры направления действия движущих сил, стимулирующих личностное развитие. Движущих сил три: принятие и обработка информации, агрессия и забота. Интересно, как это всё осуществляется не только в семье, а в рабочем или дружеском коллективе. Ещё более интересна роль психотерапевта на различном этапе собственного и клиентского развития. А ещё более интересны проблемы управления этими процессами.

Список литературы, где поднимаются подобные вопросы:

1. Бейтсон Г. Экология разума.
2. Назаретян А. П. Социальная революция.
3. Миронова Н. И. Синергетика и общество.
4. Грейвз Конспекты семинаров по уровням ценностей.
5. Барзданиса Е. В. Конспекты семинаров по НЛП.
6. Холл М. Системное НЛП.