

Творческая коммуникация как метапарадигмальное основание современных психологических практик // Первая часть (теоретическая) опубликована в Сибирский психологический журнал, № 40. 2011. – С. 152 – 164.; вторая часть (практический опыт) публикуется впервые.

I. Метаисторический ракурс проблемы

Групповая психотерапия, группа встреч, группа экзистенциального, трансперсонального, ноэтического опыта, психодрама, символдрама, психосинтез и другие формы групповой работы претерпевают в современную эпоху существенные кросскультурные изменения в связи с глобальными переменами в обществе XXI века. Перечислять эти изменения было бы излишне банально в силу их общеизвестности.

Лучше обратим внимание на одну сверхбанальность, которая оборачивается сверхпроблемой эффективности современных групповых психологических практик. Речь идет о само собой разумеющемся факте, о том, что любая психотерапевтическая практика, в том числе и «индивидуального консультирования», реализуется в специфической инициации и организации *коммуникативного процесса*. Именно в нем мы, прежде всего, и обнаруживаем признаки социокультурных изменений и рождения новых эпох. Ведь очевидно, что сегодня мы общаемся не так и не для того, для чего общались наши предки даже в начале прошлого века. Однако, поразительным образом, обнаруживается, что ключевые концепции человеческой коммуникации были сформулированы в первой половине XX столетия (Юнг, 1997; Бахтин, 1986; Бубер, 1992; Мид, 2009; Якобсон, 1983; Хабермас, 2006; Шибутани, 1999).

С тех пор интерес в научных кругах (даже в социальной психологии) неуклонно падал к этому *родовому* в буквальном смысле процессу. Прошли сексуальные и бисексуальные революции, хиппи и феминистские движения, а попытка глобализации человеческих ценностей привела к кросскультурным напряжениям, террористическим угрозам и разноцветным переворотам. Одновременно «кнопочные» СМИ сменил «клавишный» Интернет, от аналоговых (континуально-интуитивных) представлений перешли к дискретным (цифровым, «пиксельным») репрезентациям.

Однако рефлексия того, что происходит с нашей сугубо человеческой коммуникацией, качественно трансформирующей нас самих, как будто потерялась или растворилась в дистанцирующих дисплеях и конъюнктурно неизбежных дистантных проводных и беспроводных связях. В какой степени человек становится кардинально другим в своих жизненных пространствах; как изменилась его коммуникативная среда, и какая в этой связи может быть затребована новая психологическая практика?!...

В свое время В. Франкл после Второй мировой войны видел новую перспективу в преодолении экзистенциального вакуума человека, отягощенного нооневрозами (Франкл, 1990). В то время можно еще было соотнести эту новую проблематику с концепцией экзистенциальной коммуникации К. Ясперса. Но что же предстоит современникам?

Хронический упрек человечеству – люди, становясь придатками созданных ими механизмов, уже думают механически и превращаются в винтики индустриальных конвейеров; далее становятся офисным «нанопланктоном» информационных систем и сетей. Сегодня этот упрек подогревается ностальгией древности, в которой мыслители были проще, свободнее, ближе к космосу, думали масштабнее и глубже, настолько, что этот рубеж кажется непреодолимым и сегодня (Вернадский, 1998). Таким образом, усложняя свою информационно-технократическую цивилизацию, человек отдаляется от своей духовной сути, и Вселенная также представляется чуждо мертвой, враждебной, разве что утилитарно привлекающей.

В этом контексте с трудом отыскиваются в архивной пыли по меткому замечанию К. Уилбера попытки сформировать светлый взгляд на живой космос (речь идет о *забытой*

книге Фехнера) (Уилбер, 2004). Кажется, что остается все меньше шансов восстановить подобие макрокосмоса и микрокосма человека. Однако, в лице трансперсональных наук все же не исчезает свет в конце тоннеля. Если вернуться к творческой интуитивной открытости миру древних можно увидеть и иной зеркальный мир как *зазеркалье цивилизаций*, где каждое новое впечатление, откровение, изобретение, творческое создание содержит духовные и душевные вибрации, синхронистичные дыханию живого космоса. Симптоматично, что один из «революционно» настроенных трансперсоналогов Х. Феррер строит новую *эпистемологию соучастия*, преобразующую опосредованное отношение к миру в «интимное единение с космосом». «...Чтобы мир раскрывал свои более глубокие тайны, ему требуется от нас меньше господства и подозрения и больше любви и космического доверия. По словам, Паниккара (1988), нам необходимо культивировать космическое доверие к реальности, предельные основания которого заключаются в почти универсальном убеждении, что реальность является упорядоченной – иными словами благой, прекрасной и истинной...космическое доверие – это не доверие к миру, к космосу. Это доверие самого космоса, частью которого мы являемся в силу того, что мы просто есть...само доверие – это космический факт, который мы более или менее осознаем и который мы все время заранее предполагаем...Глубокий океан этого наиболее открытого, плодотворного и гибкого универсализма – универсализма, который требует понимания не в изолированных личных внутренних переживаниях, величественных видениях или метафизических интуициях, а в интимном диалоге и единении с другими существами и миром» (Феррер, 2004.С. 256, 276).

Акцент на творческих переживаниях в профессии и повседневности во всем их многообразии при долготерпении и толерантности может вернуть ослабленную гармонию духовного и материального (техногенного) измерений жизни человека. Однако, ослабленная рефлексия и пересмотр изменений в человеческой коммуникации сохраняет условия хронического диссонанса, особенно в сфере образования. «Сегодня существует два разных мира, употребляющих слово *образование* в противоположных смыслах. Один мир состоит из школ, колледжей и университетов, составляющих наш образовательный комплекс, в котором преобладает стандартизация. В этом мире мегаструктура индустриального тренинга стремится выпускать идентичные образцы продукции, называемой «люди, получившие образование для 21 века». Второй мир – мир информации, знаний и мудрости, в котором реальное население находится, когда не отбывает заключение в школах. В этом мире обучение и преподавание состоит в передаче мудрости добровольным слушателям» (Акофф, Гринберг, 2009. С. 27). Поэтому, для понимания важных современных акцентов в *меняющихся* психологических практиках, следует вернуться к *пересмотру* концепции творческой коммуникации, которую уже пару десятилетий развиваю в рамках теории *транскоммуникации*. (Кабрин 1992, 2005). Это связано с тем, что наиболее существенные достижения и изменения в психологических практиках связаны с транскоммуникативными процессами, несмотря на то, многие практики имеют различные парадигмальные основания. Поэтому в данной работе творческую коммуникацию мы рассматриваем как метапарадигмальное основание развития современных психологических практик.

Коммуникация как творческий процесс

Человеческая коммуникация образует мост или синтез творчества природы (сотворение *рода*, этноса) и культуры (поддержание социальных традиций и институтов). Поэтому она предвещает и закрепляет любые социокультурные изменения. Но еще более важно исследование *метакоммуникативного источника* и «*архетипа обращения к высшим силам*», который обнаруживается в самых древних символах «человечности» в развалах археологических находок и свидетельствует о первичной *трансцендентальной интенции* человеческой жизни (Екинцев, Замарёхина, 2010). В таком ракурсе понятна онтологически «социальная», альтруистическая улыбка младенца. Она говорит нам не только о начале его

социализации, но и о его духовной «протонойяльной» одаренности. Думаю, что представителю помогающих профессий, да и человеку вообще, этот метакоммуникативный контекст человеческой экзистенции желательно учитывать как можно чаще.

В заданном нередуктивном контексте хотелось бы развернуть в онтогенетическом плане четыре уровня, масштаба, «единицы» творческого процесса человеческой коммуникации.

1. *Креативность коммуникативного импульса*

Отмечалось, что коммуникативный импульс уже легко обнаруживается в альтруистической улыбке младенца (в отличие от улыбки – удовольствия от питания) (Субботский, 2010). Однако не стоит забывать, что такой приятной встрече с мамой предшествовал ряд стрессогенных ситуаций родовой деятельности и внезапная встреча с абсолютно незнакомым «чужим» внешним миром. У взрослых эта проблема коммуникативной встречи, как правило, связана с конфликтом полярных мотивов – «жаждой изречения» и «страхом обреченности». Ибо встреча – это всегда выход за пределы «себя» в реальную *неопределенность* с переживанием *децентрации*. Но этот выход не гарантирован; можно провалиться в пучину игнорирования, непонимания, отчуждающих насмешек или конфронтаций. Встреча как децентрация, как преодоление аутизма, эгоцентризма – это всегда риск. Но только в нем и проявляется первичный потенциал креативности и «достижений», т.к. *состоявшаяся встреча* (в отличие от механического взаимодействия) есть достижение, преодоление себя и открытие нового.

Таким образом, как ни парадоксально, коммуникативный импульс начинается со *стресс-мобилизации*. И если это эустресс (Г. Селье), т.е. собственно «*коммуникативный стресс*», то он индуцирует «транс» как переход границ, как децентрацию, что неизбежно увеличивает вероятность *отклика*, т.е. реализацию встречи. Поскольку здесь речь идет о *трансформации* новой энергии стресса в энергию трансa, мы получаем первичное представление о транскоммуникативном факторе (ТК-фактор) как стресс-транс-формации (СТФ). В этом случае реализация ТК-фактора коммуникативного импульса во встрече (с партнером или любым событием в жизненном мире человека) может рассматриваться как *первичное творческое достижение* в качестве переживания новой синтонности, синхронистичности, т.е. *транса* как уже принципиально нового пикового переживания. Ранее я подробно описал структуру или векторное поле переживаний транскоммуникации как единый цикл (что-то наподобие фрактала): катарсис – импринтинг – экстенсия – инсайт (Кабрин, 2005). Поскольку они имеют интуитивно-эйдетическую феноменологию синтонности миру, я предположил, что этот первичный транс-фактор коммуникативного импульса образует структуру или поле *микроноззиса как духовное основание сотворчества* человека в его жизненном универсуме (Кабрин, 1999, 2005). Этому же соответствует возможно еще более важное следствие.

Креативность трансa по любому вектору, особенно в катарсисе и инсайте, обнаруживает также удивительную синтонность и синхронистичность разнопорядковых, разноуровневых миров человека. Очищающий катарсис высокой мысли, эйдоса, чувства сопровождается *слезами*, перераспределением тонуса в органических процессах, соответствующих *физиологическому очищению*. Организм становится синтонен в меру своих возможностей нозтическому, духовному процессу в человеке. Инсайт как нозтическое духовное озарение сопровождается просветленной улыбкой, смехом с соответствующей синтонной органикой телесности. Получается, что транскоммуникация делает общающимися разномерные миры: от метакоммуникативного метанозтического до протокоммуникативного телесного, т.е. в ней воплощается *трансцендентная призванность человека*.

2. Творческий потенциал элементарной коммуникативной ситуации

Рассматривая транскомуникативный фактор в более эксплицитном и дифференцированном плане, можно выделить основные функциональные моменты-позиции базовой коммуникативной ситуации. Это партнеры с циклически меняющимися позициями коммуникатора и реципиента; предмет общения, удвоенный в опыте партнеров, и, конечно, удвоенная интерпретация способов символизации «раздвоенного» партнерами предмета (язык, тезаурус, дискурс, стиль и т.п.) (Кабрин, 2005, 2009).

Здесь отчетливо вырисовывается многосторонняя проблемная ситуация, требующая именно креативного решения в транскомуникативных инициативах партнеров. Уход в стереотипные конвенции «по поводу...» ведет скорее к фальсификации общения, недоразумения от которого могут сохраняться долго, но неизбежно приводят к взаимным разочарованиям. Конкретизируем проблемные неопределенности, требующие транскомуникативной инициативы партнеров при создании общей коммуникативной ситуации, которой еще нет. Нас интересуют две координаты – *интерактивная* (ориентация партнеров друг на друга и друг в друге) и *информативная* (ориентация партнеров во встречных презентациях «предмет – язык»).

Эти проблемы имеют классические описания (М. Форверг – Ю. Шрейдер) и суть их в следующем (Vorweg, 1971; Шрейдер, 1971).

1) Я формирую интеракцию с партнером, исходя из *своего* образа себя и образа партнера, каким Я его себе представляю. Партнер, общаясь со мной, также исходит из *своего* (другого) образа себя и меня. В таком случае *фальсификация* общения или «мимоговорение» обеспечено.

2) Предъявляя предмет общения якобы общепринятыми языковыми средствами, я исхожу из уникального, сокровенного опыта их освоения, а при этом партнер поступает точно также. Таким образом, *фальсификация* якобы общего информационного, смыслового поля так же достаточно очевидна.

Даже длительные квазинаучные дискуссии об определении общего смысла опыта и единства интерпретаций тезаурусов и дискурсов могут создать лишь временную успокаивающую иллюзию договоренности (Р. Барт «S/Z») ¹ (Барт, 2009).

Коммуникативные тренинги, тренинги сензитивности и т.п. практики, формирующие культуру обратной связи и дающие представления о том, как мы друг друга чувствуем, что мы думаем друг о друге при ближайшем (психоаналитическом, феноменологическом или экзистенциальном) рассмотрении, обнаруживают трудно преодолеваемые препятствия. При этом представим, что в обычном спонтанном общении такие формы погужения в череду моментов меняющейся коммуникативной ситуации, по сути, не реальны. Этим я хочу подчеркнуть, что в любой коммуникативной ситуации без инициативного риска ее спонтанной креативной транскомуникативной «перепланировки», точнее «сплавления», не обойтись.

На самом деле естественный, интуитивный, творческий способ воссоединения коммуникативной ситуации в жизни существует, хотя и трудно рефлексировать (что может быть и к лучшему, имея в виду «проблему сороконожки»). Этот процесс в общении я обозначил как одновременная, лучше «синхронная обратная связь» (СОС) (Кабрин, 2010). Этот феномен стар как мир человека, его яркие следы находят в палеолите (Екинцев, Замарёхина, 2010), в древнем искусстве.

¹ Ярким примером такой дискуссии по бесконечному распаковыванию смыслов дискурса является работа Р. Барта «S/Z» – первое знаменитое эссе интертекстуальности и практический опыт постструктуралистской деконструкции текста.

Человеческая коммуникация издревле протекала как динамическая синестезия аудиальных и визуальных, интерактивных и эмотивных образов. И в современном общении задействованы все эти векторы синестезии и трансформации, даже когда речь идет о специализированных «деформированных» формах односторонней публичной коммуникации – псевдомонологе (лекции, докладе, «проповеди» и т.п.). Конкретно это выглядит следующим образом. Когда я *произношу* длинную речь *слушателям*, где на поверхности односторонняя аудиальная коммуникация, то синхронно, многие из вовлеченных в процесс, становятся коммуникаторами в визуальном канале, имея множество средств (часто неосознанных), показывающих свое понимание – непонимание, согласие – несогласие, принятие – непринятие, важность – неважность, внимание – игнорирование, вовлеченность – безразличие, соразмышление – отвлеченность, восторг – возмущение... Этот многомерный спектр визуальной коммуникации кажется бесконечным – не менее, чем аудиальная болтливость коммуникатора.

Спонтанно реагируя в качестве реципиента на всю эту мозаику встречной визуальной информации, я синхронно могу импровизировать множеством лингвистических и паралингвистических вариаций речевого сообщения. Вспомним, что только интонация может нести от 70 % (и более) важной смысловой информации. Таким образом, внешне односторонний монолог может оказаться интенсивным творческим диалогом, если я в качестве протагониста погружен с СОС (SOS!)². Синхронный интуитивный «перевод», трансформация визуальных образов – ответов в аудиальные речевые образы рождает *трансмыслы* именно этой коммуникативной ситуации. Я и партнер становимся соавторами творческого транскоммунитивного процесса. Этот процесс начинает осознаваться и в наиболее эффективных формах повышения квалификации психотерапевтов в качестве супервизоров. «...супервизия – это дорога с двухсторонним движением и обе стороны – супервизор и супервизируемый – могут меняться местами, т.е. мы супервизируем и нас супервизируют. И эти процессы происходят одновременно» (Винер, Майзен, Дакхем. С. 10 - 11).

3. *Творческая динамика коммуникативного пространства личности, группы, организации*

Коммуникативное пространство – это по-сути функциональная дифференциация рассмотренных коммуникативных ситуаций в конкретных социокультурных контекстах, где культурно-исторически определились основные типы, уровни и формы общения: контакты, беседы, диалоги, отношения. В прежних моих работах представлены матричная, структурно-динамическая, функционально уровневая и холархическая модели коммуникативного пространства (Кабрин, 1992, 2005). Для рассмотрения здесь коммуникативного пространства как динамического творческого процесса и потенциала личности и группы необходима новая его репрезентация в виде смыслообразующего пульсирующего поля коммуникативных форм разных уровней психоэнергетической плотности. Если двигаться от глубинного ядра к границам этого поля, вырисовывается следующая картина транскоммунитивных интенций: архетипические «пресубпозиции»³ *контактов* (неожиданный контакт глаз, взглядов со спонтанно возникающей симпатией или антипатией); ситуативные интересы, образующие почву для *бесед* с формированием позиций собеседников; актуализированные компетенции в решении проблем, рождающие интенсивные *диалоги и дискуссии*; ценностно-смысловые диспозиции, рождающие *жизнетворческие отношения*.

² SOS – *Save Our Souls or Save Our Spirits*. Здесь это многомерная метафора.

³ Используется психолингвистический термин, рассмотренный В. А. Звегинцевым в работе «Предложение и его отношение к языку и речи» как наиболее адекватно отражающий природу контакта как единицы коммуникации.

Каждый уровень коммуникативного пространства, как видим, имеет определенную специфику креативности. В контакте – это интуитивная пронизательность и смелость взгляда; в беседе – креативная оригинальность дискурса; в дискуссии – остроумное решение проблемы; в отношениях – это талант их установления и развития. Целостная творческая потенциализация коммуникативного пространства образуется кумулятивностью, транзитивностью и транскоммунитивными переходами между указанными разноуровневыми формами общения и переносами их специфических потенциалов. В жизни крайние варианты таких транскоммунитивных переносов известны как «любовь с первого взгляда», или же напротив, такое же спонтанное агрессивное, паническое отвержение. В пределах устанавливающихся отношений эти креативные потенциалы у всех по-разному, но все-таки стабилизируются, а транскоммунитивные переходы облегчаются. Конечно, помимо этого, происходят и неожиданные, или постепенно зреющие вихреобразные конфликтные процессы.

В группе или организации эти процессы образуют психологическую атмосферу. А люди сами по себе, видимо, очень отлично друг от друга переживают и осознают масштабы и пределы своего коммуникативного пространства. Думаю, что система кросскультурных исследований могла бы строить картографию этих коммуникативных пространств, прогностически ценных для разных сфер жизни общества.

4. Транскоммунитивное сотворение жизненного мира человека

Речь идет о наиболее емком и живом универсуме бытия человека как личности, который, кажется, приходит с самим младенцем – с его трансцендентным криком, а чуть позже с той самой альтруистической улыбкой. Этот феномен – рождение личности и ее жизненного мира – пробный камень всей психологии. Существует множество его интерпретаций от *микроскопической* психосоматической телесноориентированной до *макроскопической* трансперсональной парадигм. Отчасти мы делали их обзор в предыдущих работах (Кабрин, 1999, 2002, 2005, 2007, 2009, 2010). Здесь же мы сконцентрируемся на креативном аспекте жизненного мира человека.

Многие годы я наблюдаю, что коммуникативный мир личности студента в группе как созвездие уникальных добровольных избирательных, ориентированных на взаимность отношений по важным аспектам (семантика партнера, интереса, переживания времени – т.е. хронотопа) совпадал или был похож на её повседневный коммуникативный мир за пределами конкретной группы. Иными словами, из группы в группу от первичной (семейной) до разных последующих компаний, тусовок, организаций, коллективов, человек нес в себе и с собой какую-то синхронистичную *архетипическую или паттермальную структуру* как *потенциально вакантную* (Кабрин, 1992). Человек ищет свой коктейль уникальности - избирательности – взаимности для полноты (оптимума) самореализации и роста. Наблюдая как студенты заполняют бланк Метода Моделирования Коммуникативного Мира (ММКМ), я видел, как часто они удивляются и смущаются своим результатам («с кем...и зачем...»). Вырисовывалась гипотеза: человек чувствует *отчетливый диссонанс*, общаясь не с тем и не о том. Однако было видно, что коммуникативные миры многих были отягощены этими неаутентичными отношениями. Вторая часть гипотезы в определенном смысле прояснялась концепцией экзистенциальной коммуникации К. Ясперса (я чувствую согласие с Богом в молчании моей совести) (Ясперс, 1994). Она вела к трансцендентному ноэтическому пониманию природы коммуникативного мира личности как её «духовного кокона». Если гипотеза верна, то коммуникативный мир выглядит как высшая ступень *сотворчества, со-присутствия* в духовной жизни и ноэзисе. Она определяет и высшую степень самореализации как *сореализации* и *соучастия* (Феррер, 2004). В предыдущих работах мы показали, что именно в масштабе коммуникативного мира в течение всей жизни человека происходит творческая потенциализация базовых человеческих отношений и

качественный духовный рост как самовозрастание через прото-, орто-, пара- и *метаною*, где метаною (в отличии от акмеологических концепций) может стать вершиной духовного роста в последний период и момент жизни человека (Кабрин, 2002, 2005, 2009).

В данном контексте стоит отметить отличие этой гипотезы от концепции человека в качестве *субъекта* как «созидателя», «вершителя», «решателя» не только его личных, но и общественных проблем без рефлексии того «откуда он сам» и «куда он придет в конце концов». Таким образом, концепция коммуникативного мира достаточно определенно высвечивает область пересечения общей и социальной психологии, в которой человек – это не особь - субъект, а созвездие живых потенциально транзитивных и надситуативных, т.е. транскомуникативных отношений.

С точки зрения этой концепции, социально-психологические модели групп как непосредственные коммуникативные сети, структуры, иерархии, выглядят упрощенно. Наблюдая за групповой динамикой в тренинге я часто замечал, как каждый или большинство членов группы выбирали релевантных себе партнеров, строили с ними своеобразные уникальные отношения, а с остальными вели себя скорее формально-нормативно. Часто получалось, что даже в группе из 7 человек каждый строил свой уникальный коммуникативный мир, даже если и со всеми, но *очень по-своему*. Группа неизбежно становилась многомерным пространством личностных коммуникативных миров. Именно в этом ракурсе личность и группа становились как бы соразмерны друг другу, а транскомуникация могла возникать как естественный процесс. Эта картина абсолютно противоположна плоской социогамме, где каждый как-то связан (позитивно, негативно или нейтрально), но *напрямую* с каждым участником.

Отсюда ключевая идея дальнейшего развития психологических практик. Необходимо разрабатывать стратегии психологической помощи для формирования и совершенствования коммуникативных миров личности в группах и организациях.

II. Психологические практики в зеркале творческой коммуникации

В предыдущих разделах я постепенно прояснял обстоятельства того, что вся пирамида концепций транскомуникации построена преимущественно по результатам наблюдений интенсивного общения в тренинговых группах, не исключая, конечно, наблюдения за общением в обычных повседневных условиях.

Здесь я не буду упоминать результаты многочисленных исследований с помощью ММКМ, подтвердившие основную гипотезу о факторах транскомуникативного процесса (Кабрин, 1992; Муравьева, 2001; Частоколенко, 2004; Карнаузов, 2004; Пяткова, 2007; Лебединская, 2009; Мацута, 2010), но хочу сделать новый гипотетический шаг в русле постнеклассики и постметодологии.

Долгое время представлялись эффективными полевые формирующие эксперименты, где в качестве сложного экспериментального фактора выступала строго операционально сформулированная тренинговая программа взаимодействия. Двух-, пяти- кратные исследовательские и диагностические замеры изменений личностных и межличностных характеристик, кажется, давали недвусмысленную картину релевантных замыслу эффектов. Позже стало понятно, что эта схема содержит *самооправдательный фактор* как гипотеза, притягивающая подтверждение. Содержание исследовательских, диагностических техник должно быть релевантно содержанию тренинговых программ, а это существенно увеличивает вероятность самоподтверждающегося эффекта⁴.

Современные требования включенности валидизирующих процедур в исследовательский процесс при сохранении его релевантности психологической практике (Бусыгина, 2009) предполагают возможно *радикальный пересмотр* синтеза исследования и

⁴ Иллюзию объективности создает формальная отделённость процедуры исследования от тренинга (схема «до - после»).

изменений в тренинговых группах. На данном этапе я сделаю лишь эскизные наброски постметодологической стратегии – описание на основе личного исследовательского опыта нескольких проектов *аналитико-тренинговых ситуаций*, в которых исследовательская схема задает сам ход тренингового процесса. Он ориентирован на переход к самоисследованию и, таким образом, к внутренне мотивированному личностному росту на основе качественной трансформации коммуникативного процесса.

Существует множество классификаций тренинговых групп и групп интенсивного психологического опыта, основанных на различных базовых критериях: парадигмальном, проблемном, целевом, терапевтическом, развивающем (Рудестам, 2006; Ялом, Лесц, 2009; Кочюнас, 2008 и др.) и даже аутентичном, названным именем создателей (Балинт, 2002; Роджерс, 1993; Перлз, 2008; Э. Берн, 2003 и др.). В соответствии с задачей работы, мы предлагаем *критерий качественного погружения в коммуникацию*, полноценного в ней присутствия в плане жизнеосуществления. Смысл такого критерия видится в том, что он может оказаться универсальным для всех вышеперечисленных критериев. В коммуникации мы обнаруживаем многомерный синтез человеческой природы и культуры от рождения коммуникативного импульса до сотворения жизненного коммуникативного мира. Этот процесс здесь мы будем называть собственно *психологической практикой*. Её качество мы обнаруживаем в непосредственном психологическом *переживании и проживании* полноты присутствия и *приключения* в проблемном жизненном мире человека. Говоря о приключении, вспоминается крылатое выражение в йоге: «Лицо без морщин – все равно, что путешествие без приключений». Иными словами, творческая коммуникация всех уровней в группах разной направленности оказывается волнующим путешествием по еще неизведанным пространствам жизненных миров друг друга.

Далее мы представим очень разные проекты психологических практик, в которых осуществляется транскомуникативная динамика, обеспечивающая их преемственность. Подчеркнем, что эта целостная динамика лучше всего выражается метафорически, о чем упоминал еще К. Юнг: «...психические явления в их целостности невозможно постичь с помощью интеллекта, ибо в их состав входят не только *значения*, но и *ценности*, а последние зависят от интенсивности сопутствующего эмоционального, чувственного тона» (Юнг, 1997. С. 40). Именно это мы имели в виду, определяя транскомуникативный процесс как преимущественно метафорический. Этим мы воспользуемся в описании некоторых результатов представленных психологических практиках.

*«Творческая транскомуникативная ситуация (ТТС)»
(от коммуникативного импульса к транскомуникативной ситуации)*

Проблемная транскомуникативная ситуация создается на основе простого курьёза. Он хорошо защищен тренинговым штампом упражнения на самопрезентацию. Каждому участнику, по мере его готовности, предлагается *«предстать перед группой»*. Группе дается задание почувствовать, понять состояние этого человека в данный момент, и кому это интуитивно удастся, произнести «Да». После этого стоящий перед группой говорит: «Какой Я сейчас в данный момент» (все, что приходит в голову) до первой большой паузы. Затем желательно, чтобы большинство членов группы подтвердили или усомнились в сказанном и обязательно добавили что-то новое. Одновременно для последующего анализа может производиться видеозапись всего процесса. Всем раздаются бланки схемы анализа ситуации, в которых описываются основные варианты перевода «аутичной» абсурдной ситуации участника в транскомуникацию с группой. Видеозапись помогает более ясно увидеть рождение коммуникативного импульса, через который человек только и оживает перед группой. Если он не решается на встречу с группой, как правило, его описания себя уходят в стресс-физиологию.

Здесь важен анализ содержания различий «сказанного о себе» и «сказанного другими о нем». Важен анализ причин этих расхождений. Типичным на первом этапе выхода в транскоммуникацию является обнаружение партнерами несоответствий между тем, **что** говорится, **как** говориться и **что на самом деле** переживается и хочется сказать. Эта неконгруэнтность воспринимается в жизни как неестественность, скованность, фальшивость, что вызывает, как правило, недоверие со стороны других и чувство неуверенности и неловкости говорящего. Такая ситуация сковывает участников общения и является препятствием их доверительной встрече.

Развернем схему этого психологического анализа и возможного разрешения данной естественной для каждого проблемной ситуации.

Внутренней пружиной предложенной диагностической ситуации (встав перед группой сказать «Какой Я сейчас») является ее неопределенность и незавершенность, которая маскируется жесткой инструкцией. Ситуация может стать естественной и определенной, если человек преодолет барьер противопоставленности группе и вступит в диалог с самой группой. Если он этого не сделает, он будет вынужден единолично бороться с некоторой абсурдностью этой ситуации, что, как правило, вводит человека в еще больший стресс. Такие люди нуждаются в специальной работе по анализу и развитию *творческой инициативы* в общении с собой и другими.

Обычно стимулом к этому являются те участники группы, у которых такая коммуникативная инициатива проявляется спонтанно: в рассказе о себе они начинают учитывать реакцию группы и вступают с ней в диалог.

Можно выделить 4 основных вектора создания коммуникативной ситуации или «бегства» из нее. Для прояснения ситуации легче начать с анализа ухода от необходимости общения:

1. *Уход в ретроспективу* (говорить обо всем, что предшествовало данному моменту).
2. *Уход в себя* (рассказ себе о своих любых состояниях, в том числе физиологических, «страусиная позиция»).
3. *Растворение* в ситуации (выражается во фразах «Раз я вынужден...»; «Раз меня заставили...»; «Раз Вы все ждете...» и т.п., условная позиция «Я - жертва обстоятельств» или экзальтация абсурда «Ну и что!»).
4. *Уход в прожектёрство* (говорить о мечтах, планах, фантазиях, надеждах).

Все четыре варианта говорят об уходе от транскоммуникативной инициативы и выпадении из актуальной ситуации «здесь и сейчас», поскольку она возможна только как коммуникативная, диалогическая. Создание коммуникативной ситуации самой личностью предполагает преодоление *стресса противостояния*, более того – стресс-транс-формацию, т.е. транскоммуникативный процесс как трансформацию *энергии стресса в позитивную энергию творчества*. Если это происходит, то участники группы могут наблюдать как каждый из них, преодолевая стресс, выходит на новый уровень переживания ситуации и себя в ней. Тем самым ситуация становится управляемой и он лично чувствует себя творцом этой ситуации.

Эти особые пиковые переживания, в которых человек себя действительно чувствует полноценно, ориентированы по тем же 4 векторам. Рассмотрим их в преемственности, т.е. в качестве этапов, когда каждый предыдущий является основой для последующего.

1. *Катарсис*. Освобождаясь от страха, человек чувствует себя очищенным, готовым к новому опыту, впечатлениям. Древнее искусство драмы было ориентировано на такое очищающее потрясение. Оно существует и сейчас в форме *драматического реализма*. В психологии это состояние называется *катарсисом*. Человек становится открытым к общению с другими. Группа уже воспринимается как актуальный партнер, встреча с которым обогащает. Это раскрывается в выражениях типа: «Я вижу, что вы от меня чего-то ждете...»; «может быть, искренности...», «или чего-то интересного...». Это формула контакта **Я-Ты-Я**.

2. *Импринтинг*. Открывшийся человек выходит за рамки инерции безразличия, эгоцентризма, равнодушия. В нем восстанавливается естественная восприимчивость к миру, способность интересоваться, восхищаться другими людьми. Развивается интуиция, впечатлительность, пронизательность. Такие состояния характеризуются сокровенностью, интимностью. В искусстве это состояние сознания отражено в направлении *импрессионизма*. В психологии такое состояние называется *импринтингом*; оно обогащает внутренний мир человека. Этот импрессивный тип коммуникации диагностируется в высказываниях, содержащих формулу **Ты - Я**. Это проявляется в таких высказываниях: «Вы такие заинтересованные и поэтому я...»; «Вы доброжелательны ко мне, поэтому я хочу...»; «Вы требовательно смотрите на меня и я готов...»; «Вы заинтересованы и я чувствую ответственность...».

3. *Экстаз*. Особая наполненность яркими сильными впечатлениями делает человека не только более выразительным, но и мотивированным на самовыражение. Здесь выход в коммуникацию идет через переполненность яркими впечатлениями и желанием поделиться этим с другими. Можно сказать, что это ведет к определенной экспансии в общении; человек не просто делится информацией, но хочет захватить в сферу своих интересов своего партнера. При этом он может стать очень выразительным, сверхвыразительным, готовым выразить невыразимое. Про него говорят, что он превзошел себя в этот момент. Такое состояние называют экстатическим. Близкие по смыслу состояния это экспромт, эпатаж, экстрим, эксцесс. В искусстве такое состояние сознания оформлено в направлении *экспрессионизма*. Формула его выражения проста, но противоположена предыдущему: **Я - Ты**. Она проявляется в таких фразах: «Мне хочется поделиться с вами...»; «Я вам сейчас расскажу (и вы удивитесь)...»; «Дайте мне высказаться...», «Не перебивайте меня...» и т.п.

4. *Инсайт*. Состояние экстаза, повышенного возбуждения, свободного полета мыслей естественным образом может приводить к озарениям, открытию нового, к нестандартным решениям, что может оформляться в достаточно устойчивое состояние, называемое вдохновением. В общении эти состояния особенно «транскомуникабельны» и выражаются формулой **Ты – Я – Ты**. Здесь состояние единения с партнером приводит не только к обновленному восприятию себя, но через это и к обновленному восприятию самого партнера. Человек в прямом смысле выходит *за пределы себя прежнего* в новую творческую коммуникацию, где может найти и свою харизматичность. К такому человеку тянутся, за ним хочется идти. Узнать его можно по фразам: «Вы изменили мое состояние, и я вижу вас другими...»; «Вы помогли мне открыть в себе новое и я чувствую наш диалог обновленным...».

Эта психологическая практика является одновременно активной диагностикой транскомуникативного потенциала личности, показывает характер перехода от коммуникативного импульса к транскомуникативной ситуации и одновременно дает участникам уникальную возможность переживания, проживания и приключения в этом процессе. ТТС оказалась первой авторской методикой, которая переросла сама себя в процессе ее многостороннего использования в различных тренингах. Она показала, что сам тренинг содержит нечто большее и может трансформироваться в *холистическую психологическую практику* непосредственной работы с целостным психологическим опытом переживаний, душевной динамикой человека и его отношениями в жизни группы и жизни вообще (Кабрин, 1992, 2005).

*«Классическая группа встреч К. Роджерса»
(опыт транскомуникативной модификации и анализа)*

Более чем десятилетний опыт проведения именно классического варианта группы встреч по К. Роджерсу подтвердил сомнения в критике этого направления (Рудестам, 2006), и замене ее нерелевантными эквивалентами т.н. «группами личностного роста», в которых

свобода общения заменялась упражнениями. Несмотря на то, что в моем опыте не было ни одной группы встреч, похожей на какую-либо другую, во всех них проявились основные направления, этапы групповой межличностной и личной динамики, выявленные самим К. Роджерсом (Роджерс, 1993). Поэтому с удовлетворением можем отметить, что его *открытия* и Я-концепции, и группы встреч как психологической практики имеют кросскультурное универсальное значение (Карл Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века, 2005). Более того, опыт работы с такими группами позволил мне переосмыслить и обобщить концепцию Встречи как характеризующую существенные аспекты жизни личности в целом в единстве отношений с собой и миром (Кабрин, 2002, 2005).

Здесь важно отметить, что феномен встречи рассматривается как полноценное *психологическое присутствие* и самоактуализация человека в мире. В отличие от физического взаимодействия телесного человека в физическом мире, психологическая встреча в его жизненном мире, хотя всегда и возможна, но не гарантирована. Встреча характеризует смыслообразующую, эйдетическую, ноэтическую транскомуникацию человека в его жизненном мире. Вспоминая Платона, можно сказать, что она «говорит» о резонансе и может быть гармонией эйдосов человека и жизненной среды. Особое значение встречи можно проиллюстрировать простым примером: я могу машинально пройти мимо дерева, которое, возможно, оставит только исчезающие сенсорные следы. Но бывает, что я, всматриваясь в него, чувствую что-то новое в себе, чувствую, как меняется мое состояние; и это измененное состояние может сохраняться достаточно долго, в течение дня и более. То же самое может происходить со встреченным случайно человеком.

Группа встреч дает великолепные возможности исследовать и решать проблемы полноценного присутствия личности в жизни группы, т.е. в своей личной жизни. При этом отметим, что группа встреч ценна развитием именно *спонтанного присутствия* и проживания своей личной драмы. Кроме динамических характеристик транскомуникативной ситуации с ее синхронной обратной связью (СОС), в группе могут проявляться особенности динамики ее разноуровневого коммуникативного пространства. Здесь я не смогу быть педантичен в разборе очень многих аспектов и уникальных случаев и позволю себе привести примеры рефлексий динамики группы встреч глазами участников.

«Пока я жива, есть ли смысл молчать?» Мне кажется, в наших встречах было достаточно всего - и силы, и беспомощности, и честности, и закрытости. Ни одна встреча не была похожа на другую... Мне говорили, что я могу стать хорошим тренером..., но после группы ко мне пришло понимание, другой, более важной для меня вещи, - что я могу стать хорошим человеком. Понимание того, что я не так далека от этого, во мне есть что-то важное - то, что действительно нужно людям.... Мне, конечно, еще долго нужно идти к себе. Я не всегда честна даже тогда, когда очень к этому стремлюсь. Мне не хватает любви к людям. Я не всегда умею держать в узде понятные и простительные, но, тем не менее, коварные человеческие слабости: желание понравиться, во что бы то ни стало никого не обидеть, стремление к безопасности, страх смерти. Все эти слабости сказывались и на моей жизни в группе, но... Все-таки я жила, жила трудно, сложно, тяжело, иногда очень больно, иногда радостно, но жила довольно искренне, жила настоящему - и, мне кажется, помогла жить другим, помогла кому-то быть самим собой хотя бы там, в те минуты... Я рада, что эти занятия были; они дали возможность состояться тому, чему давно состояться следовало, - я прорвалась сквозь саму себя. Я, наконец, набралась мужества сделать то, чего так долго сделать боялась...

В последний день группы мы будто действительно стали единым целым - у нас редко такое бывало, хотя люди почти все замечательные. Чего-то общего - такого, чтобы одно на всех, - никогда не было. А тут объединились вокруг горя. Так вышло - моего горя. Как искренне они мне сочувствовали. И я отвечала им... Мне хотелось увидеть в каждом настоящее и показать им их драгоценности. Ребята потом подходили и говорили спасибо - значит, действительно, я поделилась не только своей болью, но и силой жизни, силой счастья - как бы это ни было

странно...Я доросла до поступков... Удивительная вещь. Когда ты ранен в сердце, смерть встает совсем рядом, ты становишься крепче. Когда каждый шаг причиняет боль, твоя походка, как ни странно твердеет... Самые главные в советской жизни поступки я совершала в моменты тяжелой боли или сильной тревоги за кого-то. В эти моменты я и росла быстрее всего. Все то, что удалось мне сделать на группе - очень тревожному, инфантильному, застенчивому человеку, - получилось только благодаря тем событиям в жизни, которые избавляли меня от иллюзий, побуждали к тяжелому душевному и физическому труду. Видимо, так и должно быть. Жизнь не всегда в игрушки играет - она иногда требует смотреть ей в глаза. Если не помотришь - потеряешь себя, и потом уже никогда не сможешь считать себя собой»

«О чем я молчал на группе встреч» «В кругу было сидеть удобно и расслабленно. Я привык глубоко не входить в процесс и давно уже отвык быть инициатором разговоров на тренингах. Привык сидеть и ожидать фраз из круга... Молча продолжая свое существование, я сосредоточился на своих ощущениях. Появилась мысль, что их, ощущений, очень много - они буквально прошивали меня насквозь... Я старался почувствовать каждого отдельно, уловить то, о чем они думают и молчат, что скрывается за их равнодушным взглядом, робкими улыбками, неаккуратными жестами. Я чувствовал страх, желание понравиться преподавателю; я вел себя немного вызывающе - вызывающе молчал и делал вид, как будто мне есть что сказать. На самом деле я был сосредоточен на себе. Я безумно бы хотел поговорить, но как? Меня одолевали жуткие мысли: «ну скажу я слово и что? Ведь за него надо нести ответственность, продолжать разговор...» а мне не хотелось прерывать состояния оправданного пребывания в своей тишине...Пока я сидел, в голове прокручивал свою жизнь, проводя аналогию своего поведения в группе. Можно сказать, что я выступаю и в жизни в роли наблюдателя, а не участника. А что будет дальше? Обычно становилось грустно, когда процесс общения завязывался, и я в нем никак не участвовал. В моей жизни происходит то же самое: я словно сажусь не в свой поезд и еду неизвестно куда, хотя знаю, куда мне нужно на самом деле. При этом чувствую себя уверенно и спокойно».

«Жить своей жизнью, жить аутентично» - я так часто слышала эти понятия, но всегда оставался вопрос, что же это такое? Как можно это описать не на уровне теоретических знаний, а на феноменологическом уровне, на уровне переживаний? Опыт такой жизни я получила на группах встреч, и для меня они стали своеобразным путем к себе. «Как жить своей жизнью? - вопрос остро встал для меня ребром сразу же на первом занятии. Это произошло тогда, когда все глубоко молчали. Я испытала страх и потерянность, я не знала, на что мне опереться и что делать в этой ситуации. Ведь я не могла опереться на себя! Что такое Я? Этот вопрос оставался без ответа. Я увидела, что другие участники испытывают схожие чувства, но никто не хотел начинать. Хотя в молчании каждого я увидела что-то объединяющее нас. Пришла мысль, что если молчать, так уж о чем-то важном для меня... Задумалась, поняла вдруг, что жизнь может так и пройти, безынициативно, что нужно действовать. Но я испытывала страх, думала, что группа не примет моей инициативы. Мне не хватало смелости быть....

Почему я не верю себе? - это стало точкой отсчета моих изменений. Для меня важно все эти годы было грамотно себя преподнести, производить определенное впечатление на людей. Иногда, следуя за своим образом себя, навязанном людям, я забывала, кто я на самом деле... я надевала разные маски, часто их меняла...в ролях я искала себя много лет, и не могла найти. Я страдала, чувствовала, что моя игра превратилась в пытку. Сначала это было для меня безопасно, а людям удобно. Но в группе я поняла, что мне хочется быть собой. Но как, как дать понять человеку, что ты больше не играешь, если отношения уже выстроены?

У меня получилось только через боль и переживание. Только через страдание и созидание новых отношений, принимая удары и упреки. Вот та цена, которую мне пришлось заплатить за то, чтобы мое лицо было увидено людьми... Я почувствовала себя как на ладошке, открытой и повернутой к миру. Готовая к переживаниям, готовая к боли. И что самое интересное, чем больше ты открываешься миру, тем явственней ты слышишь свой внутренний голос. Ты становишься собой. И в какой-то момент, после завершения группы, одна участница сказала мне, что я не такая, как она представляла себе. И так приятно услышать, что тебя увидели. Что другой человек

отказался от своих представлений и увидел конкретного человека в его реальном мире.... Жить только со своим образом другого человека так комфортно, но безжизненно. А когда с ним происходит встреча, без социальных положений и статусов - чувствуешь, что жизнь становится интенсивной...

Еще две вещи я поняла на группе. Мы не можем претендовать на большее, если наши межличностные границы установлены в другом пространстве отношений, и это нормально. Но где как не в коммуникации, я с другим могу изменить границы наших отношений. И еще. Мы всегда выбираем, кем нам быть и какими, что говорить, насколько мы заботимся не только о своих чувствах, но и о чувствах других людей. Этот выбор - выражение нашего отношения к людям. Любим мы их или пренебрегаем. Ведь словом можно и убить. Не забыть бы об этой ответственности после группы».

Мы не ставили задачи дать детальное и полновесное описание процессов спонтанного соприсутствия в студенческих группах встреч и лишь привели некоторые яркие рефлексии их проживания, отражающие многообразие возможностей творческих трансформаций в свободном транскоммунитивном пространстве. Далее мы покажем, что не менее важным и эффективным может оказаться не спонтанное, а направленное, артикулированное транскоммунитивное погружение группы в проблемную ситуацию в контексте балинтовской группы.

*Группа профессионально - личностного роста
(транскоммунитивная модификация балинтовской группы)*

К сожалению, отечественной и переводной литературы об опыте балинтовской группы очень немного. Те обзоры, которые есть, скорее, фиксируют внимание на технической стороне группового процесса (Якобс, Дэвис, Мейер, 1997; Кулаков, 2002; Ховкинс, Шохет, 2002). Похоже в единственной переведенной книге М. Балинта «Базисный дефект» можно увидеть насколько глубоким и тонким психоаналитиком он был. Даже из этого может стать понятным, почему среди множества тематически и проблемно обозначенных терапевтических групп только одна сохранила аутентичное название по имени ее автора. Это, конечно, не случайно. Начиная как психоаналитик, он вместе с Э. Балинт создал группу для медиков, которая, реализовав важнейшие психоаналитические достижения, расширила свой горизонт в направлении гуманистической и экзистенциальной психологии. Участвуя в группах Р. Кочюнаса, я увидел возможность придать этой форме психологической практики транскоммунитивную направленность.

Поскольку основой группы является по возможности глубокое и многостороннее погружение в индивидуальную личностно значимую проблему отношений терапевта и пациента (а в дальнейшем профессионала и клиента вообще), я понял, что в основных фазах группы одновременно с погружением в проблему идет артикулированная тренировка очень значимых транзитивных коммуникативных процессов. Здесь мы показываем накопление транскоммунитивного опыта через погружение в индивидуальную проблему на основе дифференциации основных стадий транскоммунитивного процесса. В этом смысле схема работы группы содержит четыре основные транскоммунитивные стадии, которые дополнены *исходной экзистенциальной ситуацией выбора* (одной, как минимум из 3-х называемых проблем) с которой *решается* работать группа и *заключительной* традиционной (шеринг и перспективы).

Суть транскоммунитивной артикуляции группы заключена в четырех основных стадиях. *Первая стадия* включает работу с транскоммунитивным переходом: максимальное раскрытие проблемы протагонистом (с акцентом на максимум) – непредвзятое выслушивание и проникновение в проблему остальных участников (акцент на максимальное принятие). *Вторая стадия* включает любые «чистые» вопросы протагонисту всеми

участниками до момента формирования картины-гештальта у каждого участника – максимально открытые ответы на все вопросы, особенно неприятные (с сохранением права конфиденциальности). Здесь особенно значимо развитие «искусства вопросов» и способности самораскрытия. *Третья стадия* заключается в свободном изложении картин-версий проблемы глазами каждого участника при необходимости услышать все версии без заикливания только на своей – терпеливое расширение и принятие неожиданных аспектов проблемы протагонистом. *Четвертая стадия* – попытка протагониста представить по возможности измененное, новое видение проблемы – нейтрализация предвзятых ожиданий учета своей версии каждым участником.

Гениальным, на мой взгляд, открытием М. Балинта являются два правила жизни данной аналитической группы: снятие необходимости поиска оптимального решения проблемы и устранение из процесса всех возможностей дискуссии и спора, вызывающих групповую динамику. На основе этих принципов возможны артикулированная дифференциация и последовательное транскоммунитивное присутствие в проблеме.

Здесь я также хочу избежать детального разбора многих аспектов опыта проведения группы профессионально-личностного роста. Хочу лишь отметить, что, как и Встреча, каждая сессия неповторима, уникальна. Поэтому представляю фрагменты метафорической обратной связи («Группа глазами участников»), собранной методом мозгового штурма по результатам двухлетней работы. Итак, феноменология балинтового процесса (все высказывания участников заключены в кавычки).

Балинтовская группа - это всегда «долгожданное освобождение после рабочего дня» для того, чтобы погрузившись в «последовательную цепь этапов, строго отделенных один от другого» совершать «характери» или делать «кровопускание», или, на худой конец, ограничиться таким привычным для психолога «самоанализом, подстегнутым самим процессом, который порой оборачивается неприятным самокопанием». «И все это, заметьте, полезно. Даже если это мазохизм». «Расширить свои профессиональные/личностные горизонты», «достигнуть своих профессиональных целей» возможно через «осознание своей профессиональной непригодности». Здесь можно узнать, «как, какими способами каждый из нас дискредитирует свою профессию» или увидеть «уровень профессионализма других», а также посмотреть «из какого сора вырастает нечто важное для каждого из нас». В качестве реабилитации, тебя после «хождения по углям», «выворачивают наизнанку как шубу и оставляют на солнышке. Просушиться». «И уже не страшно». А все для того, «чтобы не стать манкуртом».

Но «чем дальше, тем чудесатее и чудесатее». «Возможность увидеть свою проблему глазами других людей» сопровождается «всплеском адреналина», «оживлением и испугом» одновременно; а затем, как в «храме с тысячей зеркал. Пришел. Увидел и прозрел». «Перепознал познанное» или «слился с неопознанным». Ощутил, что «ты живешь среди множества предметов и зверюшек и удивился, когда заметил, что они - это тоже часть тебя».

Будучи «внимательны друг к другу», люди учатся в этом «пространстве деликатно задевать друг друга за живое». А все потому, что «балинт» является тем «редким местом, где сконцентрировано по-настоящему теплое человеческое общение».

И, наконец, смею заверить, что участникам балинтового процесса «уж точно не скучно», как не успевают заскучать пассажиры поезда, который «попадает то в глубокую яму, то прыгает на кочке, то стремительно летит на горку. И все облегченно вздыхают, когда машинист издает радостный гудок, извещающий о прибытии».

Исходная стадия дает время «найти в себе мужество обратиться за помощью» к группе. Краткая презентация и выбор случая сопровождаются «реальной оценкой трудности своего случая» и «острым осознанием того, что ты опять убегаешь от него, скрываясь от анализа». Ситуация выбора также оказывается драматичной: «обидно, что твой случай проигнорировали, или, наоборот, легко от того, что не предпочли?».

На первой стадии предъявляем случай как «индивидуальный мозговой штурм» или, если быть точным, «мозговой штурм одного актера». В «оранжерейном пространстве» балинтовского «аквариума» происходит «монолог в кадре», нередко, в форме «нарциссического преподнесения случая». И это – «возможность побыть самим собой на людях» будучи уверенным, что «тебя все равно будут слушать, а не делать вид». «Молча. Как рыбы». Иногда это становится похожим на «душевный и профессиональный стриптиз. Ты изящно сбрасываешь с себя одежды и так увлекаешься, что не замечаешь собственной наготы. А после становится страшно и стыдно, что ты один не увидел голого короля». «Или просто голого. И не короля уже вовсе». «А когда увидел, то будто умер и ждешь реинкарнации». Однако некоторые протагонисты, из соображений безопасности заранее пытаются «перетянуть всех на свою сторону, зачислить в сообщники».

Между тем, остальные участники похожи на «молчаливых рыб в аквариуме», «на зрителей телеигры», «серых волков, которые облизываются и точат зубы на Красную Шапочку», или на «консилиум врачей, который вынужден констатировать тот факт, что Наполеон оказался всего лишь комплексом». Иногда это похоже на «игру, где группа больных (не знающих об этом), каждый раз договаривается о том, кто именно сегодня будет играть роль больного, а все остальные – роли условных терапевтов». Случается, что некоторые участники «выпадают в себя», и это сопровождается «присоединением к докладчику, эмпатичным соболезнованием или эмоциональным отстранением», «переносом его случая на почву собственной ситуации», «ощущением себя подельником». В эти минуты «чистого выслушивания случая» каждый из «соучастников процесса» чувствует себя по-разному: «то, белым листом, то прозрачным стеклом». Докладчик попадает в еще более странное положение – «ведь он тоже выслушивает себя, т.к. не получает никаких реакций на свое повествование». «И не понятно, кому же в этой ситуации тяжелее?»

Вторая стадия открывается «потоком горячей лавы» вопросов. Это похоже на «щупанье слона в темноте», когда «каждый, ища свое» пытается «уловить и осознать логику собственных рассуждений». Один говорит: «Болен зуб!», другой: «Да нет же, это похоже на заболевание крови!», а «третий вообще настаивает на поражении легких». Каждый «уточняет свой диагноз». «Если первый этап – это «выбор бутона, то на этом этапе идет выбор безопасного средства для его раскрытия». И средств этих множество (порой небезопасных): «вопрос – скальпель», «вопрос-забота», «вопрос-катализатор», «вопрос-игла», «вопрос-в-цель» «вопрос-диагноз», «вопрос-инсайт», «умный, терапевтический, развивающий вопрос». «Вопрос может быть отточен, точен, дозирован или насильственен и навязчив». «А какие глупые бывают вопросы?!». В любом случае «вопросы задаются для того, чтобы получить недостающую информацию, а не выдать свою». Под этой «грудой стрел» докладчик находится «как под контрастным душем», «как на операционном столе», «как на допросе», «как на сцене» или «как больной в постели, а вокруг любящие врачи». «Вопрос может вызвать раздражение и тогда это сигнал», а «может задеть еще сильнее, чем версия» и «вызвать катарсис». «Вопрос действует как лекарство, иногда как легкая анестезия, порой опьяняет как наркотик».

После «вопросительной стадии» наступает «латентная фаза» перерыва. Докладчик «уходит с горячего стула», чтобы «отдышаться и восстановить ресурсы». На перерыве никто не обсуждает происходящее, а «ждет вызревания своей версии» и эта атмосфера «рождает ощущение загадки и тайны».

Третья стадия – «мозаика: как из разнообразных кусочков собрать осмысленное целое?». Для протагониста – «гамма ощущений». «Нежелание смотреть в глаза, лучше уткнуться в тетрадь и записывать», при огромном мужестве выслушать. Отважиться услышать о себе. «Это возможность стукнуться о себя лучше. И сильнее почувствовать». «Почувствовать внутренний бунт и заметить это». А потом увидеть, что «не зря и выход возможен через богатство выборов», представленных на «ярмарке версий». Прежде чем заявить свои соображения «на ярмарку» «необходимо преодолеть страх своей нелепости и глупости». Но это не гарантирует, что не будет «богатства проекций. Каждый о себе!». Здесь мы учимся «следовать курсу», «шлифовать профессиональную схему», «оттачивать язык самовыражения». Версии «должны стремиться к завершенности», их следует «высказывать кратко и полностью. Чтобы не догонять». «Не догонять чей-то поезд. Чужой». По мере знакомства с мнениями участников, может показаться, что ты очутился в «королевстве кривых зеркал» и «увидеть

относительность любых версий». Это хороший шанс «не западать в собственную версию и избавиться от глупой конкуренции» или все же «продолжать сравнивать себя». «Мы - как разноцветные лампочки вокруг одного стола, такие разные, но вместе. Каждая - зерно».

К четвертой стадии все понимают, что «круг замыкается». Время «благодарственных речей и негодующих восклицаний». Время «заключительного слова подсудимого после объявления вердикта». Докладчик начинает «как через сито просеивать версии», оставляя только нужные (порой самые щадящие и безобидные), и «остается при своем мнении. И тогда все остальные чувствуют облом». Затем смотрят, как на самом деле: «дошло или нет»? И если все-таки «доходит», то ты «приподнимаешься над своей проблемой, смотришь на нее со стороны» и «получаешь совершенно новое решение». Всегда удивительно «обнаружить раппорт с одним из членов группы, совместимость» или «восхититься точностью попадания версии». Во время «сеанса обратной связи» «видно, что могут сделать с твоей мыслью», «если, конечно тебя услышат».

Потом все завершается. «Странный безымянный диалог». «Шутки и анекдоты». «Эмоциональное очищение, уравнивание», «высвобождение от груза лишнего». «Деликатное, бережное выведение из процесса». «Схождение с поезда». Балинтовская группа завершила свою работу, но работа каждого продолжается дальше: в кулуарах, на кухнях, в кафе... До следующей встречи.

Мы не случайно выбрали *метафорический* анализ балинтовской группы. Метафора – один из основных индикаторов транскомуникативного процесса в отличие от формальной коммуникации. В метафорической рефлексии мы даем возможность участникам группы принять метакоммуникативную позицию относительно происшедшего, что усиливает развитие творческого транскомуникативного потенциала каждого участника.

Поэтический транскомуникативный практикум

Эта авторская разработка возникла на основе знакомства с многообразием трансперсональных практик и личного накопления трансперсонального опыта (Юнг 1997; Ассаджиоли, 2008; Гроф, 2001; Мишлав, 1995; Уилбер, 2004; Налимов, 1989; Феррер, 2004; Друри, 2001). В практикуме я опирался на классические принципы динамической медитации, визуализации, имагинативной трансформации, диалога субличностей в психосинтезе с использованием легкого транса и аудиальной гармонизации. Здесь впервые транскомуникация сначала разворачивается в плане внутренней коммуникации с последующим обсуждением в межличностном контексте. Однако, основное отличие данного практикума от перечисленных классических направлений в том, что душевный процесс актуализируется на гранях «тонкой» и «обычной» реальности. Этими «порталами» душевной жизни человека являются самые привычные для нас координаты – энергия, информация, пространство, время. Но именно через них мы даем возможность человеку в измененном состоянии сознания *прочувствовать, прожить* их тонкие психологические эквиваленты (собственно *психологические* энергию, информацию, пространство и время), открывающие новые степени свободы и удивительные качественные отличия от физических аналогов.

Циклы практикума направлены на актуализацию четырех основных лучей транскомуникативной коммуникации: нисходящего (психоэнергетического), импрессионного (психоинформационного), экстенсивного (пространственно - психологического) и восходящего (темпорально - психологического). Работа основана на музыкальном сопровождении медитативного характера, которая содействует творческому воображению. Каждый цикл состоит из 4 этапов: введение в проблему; анализ ведущих субличностей; медитативное путешествие в свете луча; обсуждение впечатлений и открывшихся новых степеней свободы. Представим краткий смысл каждого этапа (подробнее см. Кабрин, 2005).

- *Психическая энергия*: («Критик» и «Воин»). На основе обсуждения первичности психической энергии на примерах идеомоторного акта и аутотренинга подчеркивается

свобода ее соматической локализации. Возможность управления душевной энергией обсуждается в контексте осознания полярных субличностей – «Критика», блокирующего своими сомнениями движения душевной энергии и «Воина», олицетворяющего первичное доверие собственным импульсам, впечатлениям и намерениям, быстроту мобилизации и готовность к действиям. После краткого знакомства с элементами динамической медитации и визуализации, на основе релаксации и легкого транса осуществляется *медитативное путешествие «Высвобождение душевной энергии»*. Затем обсуждаются наиболее яркие впечатления, открывшиеся степени свободы. Работая со своей психоэнергетикой, мы понимаем, что можем произвольно вызывать чувство подъема, легкости, позитивного настроения на ситуацию, какой бы трудной она не казалась. Преодолевается чувство зависимости и начинается формирование самостоятельной инициативной позиции в любых сложных отношениях.

- *Психическая информация*: («Зануда» и «Пытливый»). На основе обсуждения различия между физической и душевной информацией рассматриваем латентность, сокровенность как базовое свойство душевной жизни. Обсуждается вопрос: почему мы не воспринимаем субъективные мысли, чувства, желания, впечатления других людей так же как мы воспринимаем их одежду, фигуру, цвет волос, форму носа и т. д.? Здесь необходимо вспомнить самые красочные моменты восприятия во сне, сразу после пробуждения, в ситуациях особого подъема душевных сил и особых переживаний. Важно прочувствовать особенности видения и переживания этих ситуаций, когда вещи, ситуации, события обнаруживают свою особую жизненность, проявляются ярко, объемно, становятся как бы заряженными изнутри и излучающими внутренний свет. Если такие впечатления были, они не забываются и вспоминаются легко. Это признаки собственно душевной жизни, психической информации или жизни образов. Здесь становится понятным, что пребывание в таких образах во многом зависит не столько от внешних характеристик ситуации, сколько от внутреннего душевного состояния самого человека. Этим состоянием мы учимся управлять.

Далее стараемся понять, как новизна, свежесть и привлекательность образов душевной информации связана с противостоянием основных полярных субличностей: «Зануды», который заранее знает и поэтому лишь *узнает*, но не воспринимает и «Пытливого», который постоянно поражается чем-то новым и необычным в, казалось бы, повседневном. Предлагаются упражнения, готовящие человека к «транс-видению»: видению идеальных форм (эйдосов) в несовершенных предметах. При этом оказывается возможным увидеть вещь или предмет как символ, того, что стоит за ним: за *вещным* увидеть *вечное* (в любом выбранном предмете предлагается заметить, то, что он скрывает в себе, «о чем может сказать»; увидеть неожиданное в обыденном; увидеть красивое в наименее привлекательном). *Медитативное путешествие «Развитие способности устойчивого видения позитивных сторон отношений»* основано на трансформации образа надоевшего предмета. Достигается понимание того, в какой степени наше настроение и гармония наших отношений определяется нашими образами, первооткрывателями которых являемся мы сами. Происходит осознание новых степеней свободы в создании оптимального видения и настроения в любой ситуации «здесь и сейчас». Все это существенно расширяет потенциал позитивных решений.

- *Психологическое пространство*: («Лентяй» и «Энтузиаст»). Душевное пространство эйдосов обладает безграничными степенями свободы по сравнению со свойствами физического пространства. Масштабы и скорости душевного пространства превосходят любые физические параметры. Уже дети знают, что скорость мысли выше скорости любого физического процесса, поэтому мысленно мы можем быть впереди скорости света. Наши образы могут принимать масштабы меньше, чем любое физическое явление и в то же время нам хочется заглянуть за край Вселенной. Человек, находящийся от нас за тысячи километров, психологически может быть ближе, чем сосед по квартире. На основе осознания субличностей «Лентяй - Саботажника», не желающего быть инициатором своего жизненного

пространства и остающегося жертвой более активных внешних обстоятельств и «Энтузиаста - Креатива», творчески преобразующего и конструирующего душевное жизненное пространство в соответствии со своими актуальными и высшими ценностями достигается понимание свободы и ответственности быть автором своего настроения в ситуации «здесь и сейчас».

Медитативно-метафорическое «Путешествие к границам Вселенной» (от микромира к макромиру) сопровождается на общем релаксационном фоне музыкой экспансивного, пассионарного характера. Затем обсуждаются впечатления необычайной легкости переходов в разные измерения и масштабы единого психологического универсума, что подтверждает колоссальные различия мира душевного и мира физического. Осознается безграничность свобод и ответственность за способ формирования и переживания своего душевного мира в ситуации «здесь и сейчас». Экспериментирование переживания душевного пространства в необычных ситуациях (в автобусе в часы пик, в лифте, на ковре у начальника, на экзамене и т. п.) дает новые возможности управления и контроля над ситуацией, а также обеспечения оптимальной позиции в системе сложных меняющихся отношений.

• *Психологическое время:* («Пессимист» и «Оптимист»). Осознается качественное отличие психологического времени от физического. Физический предмет существует только «здесь и теперь»: прошлого уже нет, будущего еще нет, а настоящее лишь условная фантомная граница между ними. Переживание будущего, своей перспективы неизбежно рождает чувство смертности, тем самым, рождая проблему смысла жизни и придавая смысл прошлому. В результате человек живет в трех временных измерениях «одновременно», из чего и происходят сугубо человеческие переживания. В прошлом обнаруживается чувство будущего и настоящего; в настоящем всегда присутствуют прошлое и будущее, динамизируя временной масштаб ситуации «здесь и сейчас»; а будущее может быть пронизано ностальгией безвозвратности прошлого и настоящего. В этой протяженности трех времен появляются особо тонкие человеческие переживания, предчувствия и предвосхищения (вплоть до ясновидения), которые и являются различными формами микро- и макроинсайтов. Глубокое погружение в прошлое открывает, «раскупоривает» древние вечные энергии. Человек обнаруживает себя частицей Вечности.

Далее проводится работа по осознанию субличностей: «Пессимиста», порождающего депрессивные идеи и переживания, которые способны уничтожить ценные качества времени, вплоть до свертывания его в бессмысленной точке «здесь и сейчас» (ступор) и «Оптимиста», инициативно открывающего ёмкие позитивные смыслы будущего, озаряющего позитивным светом прошлое и настоящее. Здесь проводятся два *медитативных путешествия «Путь в пещеру»* и *«Путешествие домой»*, где у участников возникают богатые возможности раскрытия светлых и темных архетипов, осознания своего предназначения и судьбы. Обсуждение этих впечатлений, приводит к чувству ответственности за дефицит или избыток времени – уничтожать ли нам его или наполнять лучшими замыслами.

Как результат практикума опыт управления психологической энергией, информацией, пространством и временем делает человека значительно менее зависимым от жесткого давления физической среды и открывает перспективу постоянных творческих решений и прорывов, раскрытия и развития своего психологического потенциала достижений. Несмотря на длительный опыт проведения данных практикумов (более 10 лет), у нас пока нет систематических исследований и аутентичных записей. В то же время, наблюдаемые нами эффекты каждого этапа свидетельствовали о валидности замысла данного вида практики. Мы получили удивительные и своеобразные подтверждения концепции К. Юнга об универсальности человеческих архетипов и возможностях активной интеграции Самости на основе творческого воображения.

Приводя примеры, мы избежим всяческих толкований, тем более что специалисты легко поймут их явную симптоматику. Не будем останавливаться на типичных впечатлениях по психоэнергетике и содержанию образов в силу большого сходства ощущений легкости,

полета, света, свежести, обновления, особых вибраций и оптимизации состояния (особенно в задаче оптимального распределения энергии, сконцентрированного в ладонях). Покажем несколько примеров по результатам основных путешествий в пространствах и времени.

«Путешествие к границам Вселенной (от микромира к макромиру)». Почти всех впечатляет легкость смены масштабов пространств и яркость переживаний пребывания в них. Всех завораживает вхождение в яблоко, в его семечко, молекулярные паутины, наблюдение необычных ярких процессов из ядра атома. Огромное разнообразие симптоматичных впечатлений возникает в период путешествия по своей внутренней телесности – образы обогащаются аудиальностью (шумами) и осязательностью. При этом усиливается мотивационно-эмоциональная тональность образов. Появляются удивление, страх, нежелание заглянуть в определенные участки тела, но в то же время возникает и восхищение, эстетические чувства по поводу участия в определенных телесных процессах, например, путешествие по кровеносной системе верхом на эритроците, замороженность внутренней динамикой жизни сердца. Удивляет беспрепятственный выход через «взгляд» в космос.

Свобода, легкость, скорость и стремительность приближения к краю Вселенной обычно ставит перед проблемой выбора – заглянуть или перейти эту границу. При этом возвращается особое чувство вибрации; некоторые, неожиданно возвращаются домой, получая опыт нелинейности мира; другие переживают опыт проклёвывания из скорлупы и обнаруживают себя в знакомом и обновленном месте. Многие на границе обнаруживают необычный свет или пугающую тьму и останавливаются. Понятно, что почти все «возвращаются в аудиторию» существенно обновленными и эмоционально делятся полученными впечатлениями.

После этого участники легко выполняют «простую» задачу – как перестать депрессивно чувствовать только одну «точку опоры», сидя на занятиях, и расширить свое психологическое пространство до появления чувства значительности, даже окрыленности. Это упражнение они уносят домой, и могут им воспользоваться в любой ситуации.

Переходя к следующей сессии, отмечаем, что путешествие в пещеру и в символический дом, как правило, снимают переживания обычно, формально протекающего времени. Это позволяет настолько расширять его рамки, что могут возникать пиковые моменты прикосновения к Вечности. Поэтому здесь мы не рассматриваем ассоциированные с ближайшей реальностью образы и акцентируем внимание на архетипических переживаниях.

«Путь в пещеру и путешествие домой». В темной пещере возникает обычно глубинная тревога, и кажется, давно забытые страхи. В измененном состоянии сознания реалистично ярко переживаются трудности путешествия по темному лабиринту, образы прыжков со столбика на столбик, уходящих в бездну; встреча с монстрами неожиданных форм, карабканье из бездны; здесь же некие сущности сдирают с тебя кожу и высвобождают сияющее серебристое существо вне возраста. В конце лабиринта, как бы в качестве награды, возникает странная ваза, в которой переплетены белая и алая розы.

В более мягком варианте, в темноте рядом с девушкой появляется послушный тигр, помогающий пройти сквозь пещеру и взять некое сокровище. У мужчин часто на этом пути возникает борьба с драконами и преодоление необычных трудностей. А бывает и невинное впечатление легкого парения над бездной и угрозами в лабиринте с приобретением в конце пути символического дара от вневременных старцев.

Возвращение в символический дом сопровождается значительно большим разнообразием архетипических персонажей, преимущественно позитивного плана. Они легко ассоциируются с образами волшебных сказок. Это мудрые седовласые старцы в белых одеждах, благообразные ведуньи с типичными аксессуарами, необычные пронизательные младенцы, Златовласки и Белоснежки с гномами и домовыми, кошки (часто черные), псы, вороны, накрытый традиционным кушаньем стол в пустой комнате с ощущением присутствия кого-то невидимого, голоса, необычные символические сущности (человек-часы, ленивое облако, серьезный живой

штангенциркуль), живые умершие родственники. Сам дом часто претерпевал неожиданные трансформации комнат, окон, дверей, масштабов, но всегда выглядел архетипически (изба, хижина, башня, замок, дворец).

Что меня заставляет размышлять дальше в русле ноэтической психологии? Женщина, испытав в первом медитативном путешествии удивляющие, восхищающие чувства невесомости, полета, лучезарного света, гармонии на основе энергетически насыщенного потока неожиданных образов, воскликнула: «Как же объяснить моим знакомым с когнитивными мозгами, погруженным в материальные процессы и их рационализацию, что существует иное, свободное измерение жизни!?!». Я тогда ответил встречным вопросом «А разве не могли бы они испытать нечто подобное, пусть с меньшей амплитудой, на такой сессии?». Она неуверенно согласилась. После я уже подумал, что, получив этот непонятный новый опыт, такие люди в попытках ассимиляции, наверняка будут запаковывать его в старые когнитивные схемы, подтверждая вечность метафоры Платона о призраках пещеры.

Но, вспоминая Анаксагора, впервые сформулировавшего космогоническую идею ноэзиса, можно предположить, что если ноэтическое, организуя телесное, *не смешивается с ним*, значит, этот новый опыт будет продолжать существовать и *вне* старой когнитивной схемы. Это означает, что его потенциал может проявляться в новом спонтанном творческом движении и даже в изменении мировоззрения такого человека. Следовательно, есть смысл работать в таком ключе и со скептиками.

Вот по еще один пример, подтверждающий перспективу такой работы. Женщина, весьма эффективно работающая в русле когнитивной психологии (с точки зрения ВАК), на последней сессии (Путешествие домой) неожиданно ясно увидела себя, стоящей на пепелище вместе с волками. При этом она испытывала позитивное чувство перспективы. Я конечно, сразу спросил ее, не читала ли она книгу о женских архетипах К. Эстес «Бегущая с волками»? А она о такой и не слышала...

Не рассматривая здесь множество других значимых эпизодов практикума, но, обобщая лишь материал этих путешествий, я предвижу хорошую перспективу «строгих научных исследований» *ноэтического раскрытия человека в контексте данной психологической практики.*

Интегральный проект «Ноэтический Ритм-синтез»

В этом последнем проекте, апробация которого находится на начальном этапе и включает в себя всего несколько сессий. Суть проекта в том, что объединяя основные линии работы всех рассмотренных психологических практик в их преемственности, он выводит участников в ситуацию реального коллективного творчества, предполагающего воплощение раскрытого потенциала достижений каждого участника и группы в целом. Здесь мы возвращаем древний космогонический принцип, в котором человек синхронистичен ситуации и космосу в широком спектре ноэтических смыслообразующих ритмов – от сенсомоторного до мировоззренческого, от ритма сердца до ритма жизни в целом. Цель такой интеграции – вывести участников группы на новые оригинальные, экологически гармоничные идеи, содержащие зерно реальных инновационных проектов.

Приведем краткую схему реализации проекта, которая предполагает использование простых древних и эффективных средств. Он включает в себя комплект ритмических инструментов – перкуссия от архетипических там-тамов до трещеток; материалы для живой мандалы – холст, архетипическое разнообразие зерен от пшеницы до бобов; камни, ракушки; доска, ватман, маркеры и другие экологические материалы.

Теоретическая настройка. Ноэтический транскомуникативный подход здесь применяется для расширения творческого потенциала и создания новых креативных проектов. Синтез – мысль - образ - чувство – идеомоторика – вегетатика – реализуется в

разноуровневых *синхрониях*. Здесь человек – не изолированный творец-мегаломан, а эмпатически интуитивно сопresentствующий в энергиях и идеях высоких порядков. Намерение – центральный вектор ноэтического процесса, интуиция и сила – две его стороны. Синхронизация ритмов тела и интуиций сознания способствует воплощению неочевидного ноэтического потенциала человека и группы в ритмические, рисуночные и интеллектуальные проекты.

Настройка телесности. Под звуки барабана происходит ритмическая настройка тела как инструмента выражения: от естественного переживания телесности до высоких чувств и идей. Протагонист задает ритм, а участники настраиваются с закрытыми глазами. При этом происходят внутренние мышечные синхронизации, телесные вибрации, вокализация и пантомима.

Общая инструментальная разминка. Каждый выбирает и произвольно пробует один из многих ритмических музыкальных инструментов. Задача – перейти от возникшей какофонии к общему ритму.

Путешествие в необычные пространства. Модификация ноэтического практикума реализуется в осознании вездесущности интуитивного Я (интуитивного ума) во всех масштабах через синхронизацию опыта каждого в группе. Переживание чувства МЫ.

Общая ритмическая гармонизация впечатлений. Воплощение ритмической гармонии общего чувства МЫ через ритмический диалог «Я - Мы» (соло каждого с откликом всех). Кульминация. Гармоническая полифония «Я и Мы вместе». При этом происходит восхождение от переживания телесных вибраций до интуитивного постижения общей гармонии, общего эйдоса группы.

Работа с мандалой. Концентрация, креативность, спонтанность и согласованность в работе с натуральными материалами (зерна, ткани, нити) создает символическую интеграцию личных и общих идей в ритмическом пространстве живой мандалы.

Синергическая конкуренция. Задача – создать экономически, социально и культурно актуальные и реалистичные проекты с максимальным задействованием творческих возможностей каждого (полная самоорганизация, убедительное предъявление результата любым способом). Затем происходит защита каждой группой участников своего проекта с ответами на вопросы. Далее группы меняются ролями в качестве экспертов и разработчиков. Критерии оценки проектов: скорость самоорганизации; качество лидерства; разнообразие ролей; оригинальность идей; эффективность методов; рентабельность; потенциал развития.

Первые опыты подтвердили основную гипотезу проекта, поскольку мы не только добились актуализации креативных состояний сознания, но в ритм-группах быстрее обычного, как бы на одном дыхании были генерированы интересные идеи и вполне реалистичные экологические решения. Интересно, что все они спонтанно оказались развернуты в сферу новой экологии и экологической психологии.

Приведем примеры замыслов трех проектов.

«Озеро» - возле одного из корпусов ТГУ находится давным-давно заброшенное и заболоченное озерко, от которого зачем-то отгородились забором. Студенты придумали концепцию возрождения и превращения его в центр нового экологического общения молодежи. Были смоделированы реальные социокультурные и экономические связи для реализации этого проекта. Я конечно, понимал, что до реализации дело не дойдет. Но очень важно, что студенты хотя бы в течение часа очень в это верили. Так случилось, что совершенно независимо от этого перформанса, через год быстро активизировалась работа по очистке и обустройству этого озера. И уже брезжит этот «призрак» нового центра. Ноэтическая синхронистичность, открытая К.Юнгом, вновь находит подтверждение.

Два проекта были раскручены в рамках Летней студенческой школы 2009 на Алтае.

«Музыка одноразовой посуды» - вдохновившись ноэтической динамикой ритмов, фактически случайная группа студентов из разных регионов, поставили цель привлечь людей

любой экологической ниши к одухотворенному преобразованию среды наиболее экономичным и романтическим способом. В местах скопления *народа и мусора* они решили организовывать перформанс-акции с музыкальным озвучиванием *композиций одноразовой посуды*, чтобы вызвать экологически эмоциональную реакцию окружения в плане активного отношения или к уборке, или к конструктивному использованию того, что, обычно представляется безнадежно брошенным. Мы не знаем поэтических последствий этой активности, но думаю, что из этого мог бы вырасти интересный проект для «умного города».

«Вунш - Пунш»⁵ - конструирование модели *психологического города*, где каждое микропространство заряжено определенными эмоциональными психологическими проблемами, разрешая которые по ходу своего путешествия человек познает самого себя и развивает свою личность (тематические мизансцены, провоцирующие участие в познании собственной агрессивности, милосердия, прощения, изобретательности, ответственности и т.п.). Здесь возрождается идея утопии Эупсихеи А. Маслоу, которая переводится в масштаб конкретных перформансов, создающих *транскоммуникативные ситуации* в любых горячих точках «мегаполиса» с конкретными позитивными эффектами для задействованных в них людей. Это принципиально отличается от механистических форм развлечений в современных «культурных центрах».

Наиболее полноценным приключением, развивающим личность в таких практиках, нам представляется *практика сотворения коммуникативных миров*. Каждый из членов группы последовательно ведет одну из сессий, в которой он старается преобразить группу в свой личный коммуникативный мир в связи с решением определенной проблемы или созданием проекта самореализации. Начало апробации этого направления положено. Приведем один из примеров сценария «В борьбе за самость». В основе его лежит распределение ролевых субличностей для участников группы «по принципу подобия» с целью психодраматической реинтеграции протагониста. Автор – талантливая выпускница факультета психологии – написала трагикомическую пьесу для своих основных субличностей.

Итак, «Самость - центральное ядро личности, иногда идущая на поводу у своевольных и взбалмошных субличностей. Инертна, нерешительна».

«Фурия - воплощение архетипа Тени. Мизантроп, социопат, вредительница, карьеристка, сноб. Циничная, злобная, умная, лицемерная, прозорливая особа. Не гнушается алчности и низкого коварства. Держит себя заносчиво и аристократично; бездна небрежно-брутального шарма».

«Прелесть - воплощенные добро и эмпатия, христианское милосердие и кротость. Гуманистка и филантроп с комплексом мессии и претензии на великомученичество. Непротивляет злу насилия и зло без труда захватывает власть».

«Муза - квинтэссенция творчества и таланта. Эстетка. Графоманка. Прославляет искусство, поклоняется прекрасному и стремится наполнить им мир вокруг».

«Сахарок - инфантильная фетишистка и постмодерновая модница. Харизматический лидер, лентяйка, балагурка и повеса, прожигающая жизнь на голом оптимизме. Всё с приставкой «экс». Вместе с Музой создает маниакальный театр драмы; Прелесть превращает в разомлевшую хиппи, а Фурию - в бесноватого декадента-джокера».

Всю пьесу субличности взаимодействуют, спорят, отстаивают свою важность, но мы покажем лишь финальную трансформацию *Самости* в процессе коммуникации.

⁵ Немецкий мультсериал по мотивам сказки Михаэля Энде «Катастрофанхисториязвандалкогельный волшебный напиток».

«Самость: они все держат меня на коротком поводке. На нем то ядовитые шипы, то розы. Иногда они ослабляют свою железную хватку. Дают мне свободу. Исцеляющую, преображающую... Она чиста, как горный воздух, но в ней также мало кислорода. И я задыхаюсь, бьюсь в агонии, а они наблюдают за мной, наслаждаются, возносят свои терзания на алтарь своего тщеславия. Они сделали из меня гетеру! Я умна, талантлива, отзывчива. Я исполняю любой их каприз, как марионетка на веревочках. Они, как христианский бог, могут сказать: «Встань и иди». И я пойду. Даже если они скажут прыгнуть со скалы - я это сделаю. Потому что я всего лишь рабыня, я с рождения в тюрьме, в кандалах. Мои оковы нельзя сбросить, у моей тюрьмы нет стен, которые можно разрушить, нет границ, которые можно преодолеть - потому что она безгранична. Она - узилище для разума. Со мной можно сделать все, что душа пожелает, если у них, у этих кукловодов, есть душа.

Но я имею над ними власть большую. Они рвутся напролом как Джаггернауты, но перед ними постоянно какие-то преграды! Они блуждают по лабиринту, а я смотрю на него сверху. У меня перед ними есть одно преимущество - постоянство. Я устойчива, как гранитный утес. Они же - канатные плясуны на базарной площади: пока паяцы тешут толпу, она рукоплещет, а коли сорвутся - посудачат и забудут. Видите ли, когда они перестанут мне нравиться, я выброшу их как старую ненужную вещь. Они - как фарфоровые куклы. В них нет жизни такой, какая она есть во мне».

К этому примеру трансформации личности через осознание собственной внутренней драмы можно ничего и не добавлять. Важно исследовать возможные перспективы формирования коммуникативных миров личности в группе, преобразующих ее существенные качества. Здесь, как и в группе встреч, балинтовской группе, состав участников будет создавать неповторимое множество личностно важных сюжетов.

Постметодологический ход моей мысли уже притормаживает мой исследовательский стереотип «до – после» и предлагает читателю поиск изюминок дискурса во всех рассмотренных и аналогичных психологических практиках.

Литература

1. Акофф Р., Гринберг Д. Преобразование образования / пер. с англ. Ф.П. Тарасенко. Томск, 2009.
2. Ассаджиоли, Р. Психосинтез: принципы и техники. М., 2008.
3. Балинт М. Базисный дефект: Терапевтические аспекты регрессии. М., 2002.
4. Барт Р. S/Z. М., 2009.
5. Бахтин М.М. К философии поступка // Философия и социология науки и техники / Под ред. И.Т. Фролова. М., 1986.
6. Берн Э. Групповое лечение. На вершине психотерапии. М., 2003.
7. Бубер М. Проблема человека. М., 1992.
8. Бусыгина Н. П. Проблема качества качественного исследования: принципы научной и этической валидации // Методология и история психологии. Т.4 вып.3, 2009. С. 106–131.
9. Вацлавик П., Бивин Дж., Джексон Д. Психология межличностных коммуникаций. СПб., 2000.
10. Вернадский В.И. Автотрофность человечества // Русский космизм. М., 1998. С. 282–302.
11. Винер Дж., Майзен Р., Дакхем Дж. Супервизия супервизора. Практика в поиске теории. М., 2006.
12. Гроф Ст. Психология будущего: Уроки современных исследований сознания. М., 2001.
13. Друри Н. Трансперсональная психология. Львов, 2001.

14. Екинцев В.И., Замарёхина И.В. Коммуникативный потенциал личности: диагностика и развитие: учебное пособие. Чита, 2010.
15. Звегинцев В.А. Предложение и его отношение к языку и речи М., 2007.
16. Кабрин В.И. Коммуникативный мир и транскоммунитивный потенциал жизни личности: теория, методы, исследования. М., 2005.
17. Кабрин В.И. Личность как встреча // Личность в парадигмах и метафорах: ментальность, коммуникация, толерантность. Томск. 2002. С. 73–103.
18. Кабрин В.И. Ноэтическая коммуникация: на пути к релевантному исследованию психологического опыта // Методология и история психологии. Т.4. Вып.3. 2009. С. 5–24.
19. Кабрин В.И. Психологический универсум человека ноэтического // Психологический универсум образования человека ноэтического. Томск, 1999. С. 47 – 59.
20. Кабрин В.И. Транскоммунитивный подход как постметодология современной ноэтической психологии жизни // Теория и методология психологии. Постнеклассическая перспектива / Под ред. А.А. Журавлева, А.В. Юревича. М., 2007. С. 172–194.
21. Кабрин В.И. Транскоммунитивация и личностное развитие. Томск, 1992.
22. Кабрин В.И. Транскоммунитивация: феномен и принцип синергии трансперсональных процессов // Революция сознания: трансперсональные открытия, которые меняют мир. Материалы 17 Всемирного трансперсонального конгресса, 23 – 27 июня 2010 г. / Сост. и ред. В.В. Козлов, В.В. Майков, В.Ф. Петренко. – М., МТА, МАПН, 2010. С. 119 – 127.
23. Карл Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века. М., 2005.
24. Карнаухов Д.А. Коммуникативные аспекты ментальных карт участников образовательного процесса. Дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Томск, 2004.
25. Кочюнас, Р. Психологическое консультирование. Групповая психотерапия. Учебное пособие для вузов. ГРИФ. – М., 2008.
26. Кулаков С.А. Практикум по супервизии в консультировании и психотерапии. СПб., 2002.
27. Лебединская С. В. Тренинг метафоричности как условие самореализации личности. Дисс. канд. психол. наук: 19.00.01. Томск, 2009.
28. Леонтьев А.А. Психология общения. М., 1974.
29. Любарт Т. Психология креативности. М., 1993
30. Мацута В.В. Аутокоммуникация человека: функциональный аспект. Дис. канд. психол. наук: 19.00.01. Томск, 2010.
31. Мид Дж. Избранное. Сборник переводов. М., 2009.
32. Мишлав Д. Корни сознания. Киев, 1995.
33. Муравьева О.И. Основные стратегии в структуре компетентности. Дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Томск, 2001.
34. Налимов В.В. Спонтанность сознания. М., 1989.
35. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. М., 2008.
36. Пяткова О.А. Динамика транскоммунитивных состояний личности в социально-психологическом тренинге. Дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Томск, 2007.
37. Роджерс, К. О групповой психотерапии. М., 1993.
38. Рудестам, К. Групповая психотерапия. СПб., 2006.
39. Субботский Е.В. Генезис личности. Теория и эксперимент. М., 2010.
40. Уайт Дж. Просветление и иудейско-христианская традиция // Что такое просветление? Исследование цели духовного пути. - М., 1996. С. 181–193.
41. Уилбер, К. Интегральная психология. Сознание, Дух, Психология, Терапия. М., 2004.
42. Уолш, Р., Воон Ф. Пути за пределы «Эго»: трансперсональная перспектива. М., 2006.

43. Феррер Х. Новый взгляд на трансперсональную теорию. Человеческая духовность с точки зрения соучастия. М., 2004.
44. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990.
45. Хабермас Ю. Моральное сознание и коммуникативное действие. М., 2006.
46. Ховкинс П. Шохет Р. Супервизия. Индивидуальный, групповой и организационный подходы. СПб., 2002.
47. Частоколенко Я.Б. Динамика первичного творчества в коммуникативном процессе тренинга креативности. Дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Томск, 2004.
48. Шибутани Т. Социальная психология. Ростов н /Д., 1999.
49. Шрейдер Ю.А. Тезаурусы в информатике и теоретической семантике, «Научно-техническая информация. Сер. 2», 1971, № 3. С. 21–24.
50. Юнг К. Aion. Исследование феноменологии самости. М., 1997.
51. Юнг К.Г. Синхронистичность. - М., 1997.
52. Якобс Д., Дэвис П., Мейер Д. Супервизорство. Техника и методы корректирующего консультирования. СПб., 1997
53. Якобсон Р. В поисках сущности языка // Семиотика. Под ред. Ю.С. Степанова. М.: Радуга. 1983. С. 102 – 118.
54. Ялом, И., Лесц, М. Групповая психотерапия. Теория и практика. СПб., 2009.
55. Ясперс К. Смысл и назначение истории. М., 1994.
56. Vorwerg M. Sozialpsychologisches Training. Jena, 1971.