

ПСИХОЛОГИЯ

УДК 316.37

В.И.Кабрин

ТРАНСКОММУНИКАТИВНАЯ ХОЛОДИНАМИКА
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСУМА ЛИЧНОСТИ
(«СТРЕСС-ТРАНС-ФОРМАЦИЯ»)

Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ, грант № 98-06-08150

Рассматриваются главные измерения психологического универсума личности, основные качества ее транскоммунитивности, холодинамика взаимоотношений стресса и транса в транскоммунитивном факторе личностного роста; катарсис, импринтинг, экстенсия и инсайт как базовые транскоммунитивные переживания, трансформирующие энергию стресса в личностный рост.

Проблема

Всеобщая и многообразная целостность психологического универсума жизни человека как личности – от «коллективного бессознательного» [1] до трансперсонального сверхсознания [2] – остается и концептуально, и практически еще недостаточно осознанной и охваченной. Это неслучайно, так как полноценное освоение психологического универсума жизни вряд ли возможно без раскрытия его комплексной транскоммунитивной природы [3].

Эта статья посвящена эмпирическому и концептуальному анализу фактора и феномена транскоммунитивности, поэтому, думается, лучше начать не с определения [4], а с проблемы. Действительно, каким образом при таком многообразии таких разнопорядковых нередуцируемых аутентичных миров и сред в человеке – от геномных до духовных – он сохраняет удивительную гармоничную уникальную целостность – *Индивидуальность*, явно будучи открытым чему-то более сложному, сверхсложному – культуре, космосу?!

Пройдя через густой лес частных концепций и моделей общения, можно выйти к их «золотому фонду», так как каждая из основных научно-практических школ классической и современной психологии конституирована, в частности (или в основном), специфической концепцией коммуникации. В *биопсихологии* (в том числе в этологии) оформлена концепция: контакт / агрессия / дистанция / власть [5]; в *поведенческой психологии* – концепция выученного обмена, сравнения, справедливости, контроля [6]; в *динамической психологии* (психоанализе) – концепция нейтральности и прозрачности как панацеи от проекций, переносов, контрпереносов [7; 8]; в *гештальтпсихологии* сформулированы концепции диссонанса, баланса и согласия [6]; в *социальной психологии* (в узком смысле – символическом интеракционизме) разработаны концепции взаимности, согласованности и совместимости на основе принятия ролей [9]; в *гуманистической психологии* выстрадана концепция эмпатического понимания, конгруэнтного личностного принятия и самораскрытия [10; 11]; в *экзистенциальной психологии* возникает озарение о возможности обретения и утверждения аутентичного самоопределения и смыслообразующей свободы в подлинной самоопределяющейся (экзистенциальной) коммуникации и самотрансценденции [12; 13; 14]; в *трансперсональной психологии* обсуждается не декларация, а конкретная субъективная феноменология уровней духовного единства соответственно уровням спектра измененных состояний сознания, которыми через «трансцендентальную функцию» [15] субъекты погружаются в трансперсональную коммуникацию по мере «просветления» или раскрытия включенности, реинтегрированности в трансперсональную (смысловую, духовную) реальность как объективную и первичную относительно реалий физического мира [9; 16; 17; 18].

Рассмотренная последовательность школ и психологических концепций коммуникаций не случайна, поскольку в ней каждая последующая концепция «развенчивала» иллюзии предыдущей. Можно рассматривать эту последовательность и как *пространство коммуникативных иллюзий*, и как лестницу их преодоления. Психологически «контакт», «власть», «обман», «справедливость», «нейтральность», «согласие», «взаимность», «понимание», «принятие», «свобода», а часто и «просветление» в общении – это череда коммуникативных иллюзий, через которые индивидуальными маршрутами и в индивидуальном темпе проходят все люди, а коммуникация во всех предлагаемых экспликациях и репрезентациях – это глобальная культурная иллюзия (миф, фантом, фикция), но фикция не менее необходимая и полезная, чем многие другие, например, «Дед Мороз» и т.п.

Транскоммунитивная психология общения и личности

Если мы не боимся и хотим, то хорошо чувствуем, что *на самом деле* происходит под тем или сверх того, что мы для себя или для другого уже назвали «контактом», «встречей», «беседой», «дискуссией», «отношением» с определенными характеристиками-маркерами. Но если мы поймем, что почти все называемое нами общением, коммуникацией – лишь полезный культурный (или личный) «миф», нам захочется заглянуть за него как за ширму, за которой – *сама жизнь*. Просто вспомним: – (я, он) мы считаем, что мы (уже) еще «в контакте», а на самом деле (уже) еще нет; – (мы, он) я считаю, что продолжаю придерживаться «определенной» дистанции в общении, а на самом деле уже нет; – (я, мы) он думает, что продолжает разговор на ту же тему, а на самом деле уже нет; – (я, он) мы продолжаем пытаться думать, что у нас прежние отношения, а на самом деле уже нет.

Множество таких событий бесконечно, ибо это и есть сама жизнь – постоянное самоперерастание, самопреодоление себя прежнего, ежемоментное переживание событий и самого себя, до неузнаваемости, при *сохранении сути* себя.

Так слабый сочный стебель прорастает сквозь камень, раскалывая его, из клетки рождается организм, из кокона – бабочка, из семени – пышное дерево. Через цепи причудливых метаморфоз, меняющих структуры и функции до неузнаваемости, сохраняется и неукоснительно передается, *транспонируется* главное, что было уже в геме, клетке, семени, зародыше – жизненно значимая информация, которая до бесконечности трансформативна. Жизнь – это такой транзитный процесс, в котором фиксация (дистанции, темы, позиции, роли, знака, отношения) равносильна «паузе». Учитывая все перечисленные признаки жизненного процесса

общения как развития, как переживания многообразного информационного транзита и трансформации, метаморфоз и трансмутаций событий, я попытался охватить его термином *транскоммуникация* (ТК) [19].

Относительно универсального ТК-процесса, пронизывающего все формы жизни, все известные и зафиксированные формы коммуникации будут только условными метками-ориентирами, которые полезны лишь тогда, когда их не путают с реальностью. Мы знаем, что здоровый человек не спутает карту местности с самой местностью, но, к сожалению (или к счастью для психотерапевтов), этот человек слишком часто подменяет жизнь *коммуникативными иллюзиями*. По существу, здесь открывается специфическое направление психокоррекции и психотерапии.

Несмотря на то, что транскоммуникация проявляется в важнейших и ярчайших событиях жизни, она остается трудноуловимой и неосознаваемой. Приведенные выше примеры метаморфоз жизни – это весьма сложные ТК-события. Еще более сложными ТК-событиями будут рождение и смерть как глобальные кризисы «жизни в теле» и «жизни в духе». Все это – диахронические ТК-аспекты, они делают человека аутентичным, самоидентичным, т.е. интегрированным и цельным «сквозь время» и сквозь все метаморфозы от семени до зрелости, до увядания. Но каким образом умножающиеся в метаморфозах жизненного процесса разнопорядковые системы-миры организма индивида сохраняют и развивают сообщаемость «по вертикали»?

У человека может быть прослежено такое состояние, когда клетки синтонны органу, орган функционирует синтонно общему состоянию организма, а организм синтонен жизненной позиции. При этом разнопорядковые «миры» человека не механически, а символически репрезентируют друг друга, т.е. разветвляющаяся сложная иерархия жизни не механистична, а *транскоммуникабельна*. К. Роджерс назвал бы такое состояние человека конгруэнтным. Я бы добавил, что такой человек не просто открыт общению с другим, но и транскоммуникабелен в отношении его как *другого, инакового*. Этот анализ подводит к предварительному, но важному обобщению: *транскоммуникация – это процесс общения между инаковыми и разнопорядковыми субъектами в интра- и интерперсональных планах; это сверхдинамичный смыслообразующий процесс гармонизации разноуровневых миров человека, открывающий в нем смысловое единство микро- и макрокосмоса*.

Репрезентативное подобие существ – это теоретически возможное коммуникативное событие, практически же чрезвычайно маловероятное, пусть даже для лиц с внешне сходными признаками пола, возраста, культуры и профессиональной принадлежности. Но именно этот идеальный («невозможный») вариант имплицитно присутствует в обычном (иллюзорном) понимании коммуникации как общения себе подобных. Поэтому считается, что коммуникация тем лучше, чем определеннее (фиксированнее) дистанции, позиции, роли, темы, языки и контексты. Реальное же человеческое общение как транскоммуникация переживается (но редко осознается) как ежесекунтные трансценденции за пределы всех вышеуказанных «определенностей», в результате чего с последними происходят трансмутации и метаморфозы.

И, если «лед тронулся» и в нашем сознании, я готов более конкретно рассмотреть некоторые удивительно простые и таинственные ТК-события: вспомним пушкинские «и жизнь, и слезы, и любовь». Речь идет о вечно свежем лекарстве от вышеобозначенной «нормальной коммуникации», неизбежно рождающей или

автоматический, обезличенный транс, или дистресс, который заявляет о себе в странных чувствах скуки, опустошенности, одиночества. «Нормальные» в нашей культуре способы избавления от него печально известны, а хотелось бы вернуть «пушкинское средство».

Транскоммуникативные события просты и мудры как все тайны жизни. Вспомним наворачившиеся на глаза слезы при переживании духовной драмы, или духовного просветления, или любви. Физиологический отклик желез, клеток, реализующих функцию физиологического очищения, становится точным и адекватным *Символом* (метафорой) духовного очищения. Возникшая на основе здоровой физиологической реакции *транскоммуникативная синтонность* или *ТК-состояние* между «клеточным» и «духовным» мирами человека рождает и уникальный для индивидуальности ТК-смысл, который «говорит» о духовном здоровье, «выражает» конгруэнтность и аутентичность личности в духовной ТК-ситуации. Нетрудно представить, сколько жизненных миров объединяются во внутренне и взаимно синтонные ТК-состояния синхронистичности [14] при зачатии по любви, которой благоволят небеса.

Научному анализу уже доступен весьма широкий спектр синхронизаций: ген / клетка / орган / системы органов / организм / индивид / экосистема / социум / культура...[14] Можно ли предполагать пределы *универсума ТК-синхронистичности*?

Рассмотренные характеристики, признаки, типы ТК-событий не дают нам возможности, оставаясь в пределах общенаучной парадигмы, ни констатировать, ни даже предполагать начало, источник, конец ТК-процесса. Можно лишь предполагать, что базисные ТК-проявления в нашем мире должны быть связаны с наиболее фундаментальными его атрибутами – *Энергией, Информацией, Пространством, Временем*. А поскольку фундаментальные загадки-парадоксы-тайны души заявляют о себе именно по этим координатам нашего мира, то их можно рассматривать и в качестве основных векторов-лучей проявления ее транскоммуникабельности.

Решая проблему транскоммуникативного роста личности, необходимо рассмотреть коммуникативный процесс на метауровне (психологический универсум в целом), макроуровне (транскоммуникативные миры психологического универсума личности) и микроуровне («стресс-транс-формация» переживания, обеспечивающая личностный рост). На метауровне речь идет о следующих парадоксальных или транскоммуникативных качествах душевной жизни в целом.

А. *Первичная материализация психической энергии* (желания, образа) в любой человеческой акции, например, в «идеомоторном акте», «внушенном ожоге» и т.п., условно может быть обозначена как нисходящий луч или *нисходящая транскоммуникация* (НТК).

В. В обеспечении *сокровенности* (скрытости, латентности, «невидимости», недоступности, недостижимости) *психической информации* (представлений, впечатлений) относительно внешнего, объективного наблюдения (т.е. восприятия физической информации) – смысл импрессивного луча или *импрессивной транскоммуникации* (ИТК). При этом осуществляется символическая субъективизация опыта как основы внутреннего мира личности.

С. Внутренняя душевная динамика мыслей, образов, чувств, т.е. психологическое пространство личности, обнаруживает внутри себя *сверхмерность* (проективность, безразмерность, n-мерность) *пространственных качеств*, и это можно назвать экспансивным (экстенсивным) лучом или *экстенсивной транскоммуникацией* (ЭТК).

Д. Преодоление границ, свободное перемещение и синтез в прошлом-настоящем-будущем, связь апперцепций и антиципаций, ведущая к озарению, просветлению, вдохновению, говорит о *сверхвременности* душевной жизни человека, и этот аспект можно обозначить как восходящий луч или *восходящую транскомуникацию* (ВТК).

Общность этих ТК-лучей – в проявлении *душевной свободы* человека относительно фундаментальных определенностей (ограничений) физического мира – энергии, информации, пространственности, временности. Отсюда понятно, почему эти $A \rightarrow B \rightarrow C \rightarrow D$ векторы-потенциалы нашей души или парадоксальны, или трансцендентальны и почему она (к сожалению или к счастью) призвана оставаться метафорой-Символом, как и любые другие проявления сверхмира в мире более простым.

В координатах этого ТК-пространства существенно меняется представление о природе психического и сущности жизни. Как только мы понимаем, что результат транскомуникации – это трансляция и транспонирование одной коммуникативной ситуации в другую, одного коммуникативного мира в другой с одновременным их взаимопреобразованием и сохранением каждого в контексте другого, мы можем понять, что основные «странности» или сущностные свойства душевной жизни связаны именно с ее *транскомуникабельностью*. Так, например, душевное переживание (образ, чувство, желание...), вызывая существенные физиологические сдвиги в организме, не растворяется в них, а остается *образом, чувством*; а физиологические изменения, оставаясь таковыми, одновременно преобразуются в *символы* этих душевных переживаний. Таким образом, речь идет о *транскомуникативном альянсе как наиболее деликатном*, ибо при всем их единстве душевное и органическое измерения жизни сохраняют свою закономерную автономию. Поэтому, преобразаясь, человек остается тем же.

Мы получаем возможность видеть биосоциальное, биокультурное и биодуховное единство жизни, не путая и не смешивая одно с другим. *Транскомуникативное видение* жизни, по сравнению с «уплощенным» органическим или даже социокультурным, оказывается «стереоскопичным» и «холодинамическим», но не только. Все «таинственные», а по существу, они же наиболее важные, выдающиеся события жизни человека, – начиная с тех, которые вызывают смех и слезы, и восходя к таким, как любовь, рождение, смерть, – оказываются классическими шифрами, символами *транскомуникативных событий*.

Выявление единой транскомуникативной природы духовной культуры, социальных и натуральных качеств психики человека дает возможность содействовать развитию психологического универсума человека как биокультурной целостности.

ТК-фактор, заключающийся в сообщаемости и синтезе разнопорядковых, «инаковых» миров в человеке (от геонного до духовного) и в социуме (личность – группа – этнос), проявляется в метаморфозах природы и метафорах культуры, а также в универсальных формах синтоний и синхроний универсума, показывая тем самым смыслообразующее единство культурного и природного творчества. Поэтому наиболее парадоксальные свойства психики относительно базисных измерений физического мира – энергии, информации, пространства, времени – оказываются смыслообразующими проявлениями ее транскомуникативности относительно и более сложных, и более простых миров. Отсюда и единая на *макроуровне* структура ТК-миров психологического универсума личности, в которой каждый ТК-луч образует специфический «мир души» и каждый мир образован всеми ТК-лучами.

А. *Нисходящий луч* транскомуникации души (НТК) образует биодуховную целостность человека. Так, Слезы, становясь реальным правдивым символом Духовной драмы в человеческом катарсисе, олицетворяют позитивный аспект НТК, так же, как «внушенный ожог», «внутренние язвы» и другие психосоматические осложнения открывают ее негативный аспект. Здесь существенен универсальный момент первичной символизации психической энергии душевного движения в физическом проявлении (как в идеомоторном акте). Это основа «первого» катарктического мира «Радикальной психики».

В. *Импрессивный луч* душевной транскомуникации (ИТК) образует объектно-субъектную целостность человека. В период становления психологии как естественно-научной дисциплины психологи слишком были ориентированы на исследование способностей души латентно уподобляясь простым свойствам физического или социального мира.

Сейчас уже для многих внутренне очевидны значительно более тонкие качества и соответствия более тонким аспектам мира в наших сокровенных мыслях, идеях, впечатлениях, чувствах, переживаниях самих по себе. Отражаемые в них объекты становятся уже не физическими самодостаточными источниками-причинами, а символами-шифрами сверхсложного целого, сокровенная сопричастность которому оказывается еще более существенным атрибутом душевных переживаний. Это основа мира функциональной психики, ориентирующей в среде и регулирующей поведение.

С. *Экспансивный луч* душевной транскомуникации (ЭТК) образует творческий потенциал и психологическую культуру человека, в элементарных и высших своих проявлениях связанную с ориентировкой в динамике масштабов переживаний, в которые вовлечен и которыми живет человек. Их безграничность и гипермерность в отношении физического масштаба существования задает амбивалентную транскомуникативную перспективу личностной самореализации и самотрансценденции человека. Это основа мира субъективной психологии «персонификаций» и «отношений».

Д. *Восходящий луч* душевной транскомуникации (ВТК), преодолевая фатальные ограничения и качества времени физического, делает актуальным единство апперцепций и антиципаций и перспективными свершающиеся достижения души, наиболее ярко заявляющие о себе во вспышках интуиции, предвосхищениях, инсайтах. Это основа психологического мира трансцендирующих доктрин жизни человека и космоса, духовного, мировоззренческого уровня души.

Главное, что соединяет эти транскомуникативные миры личности в органичное целое, — это ее осознанная свобода в отношении мира физического и потенциально осознаваемая ответственность-отзывчивость в отношении более сложных миров. Это две стороны единого интегрального качества души – ее транскомуникативности. *Транскомуникативность души* делает естественным духовно-душевно-телесное единство человека и его открытость как миру мистического сверхсознания [20], так и миру коллективного бессознательного [1] в трансцендентальном, символическом, психосемантическом процессах. Между этими маргинальными мирами психологический универсум «человека нозического» [21] достаточно определенно просматривается как многомерная психосемантическая синергия вышеозначенных транскомуникативных миров. Личность является той центральной ТК-инстанцией и символом, которая реализует эту синергию.

Субъективные состояния и переживания, осознаваемые личностью в себе, чувствуемые и осознаваемые

мые в других, так или иначе структурированы по базовым ТК-лучам: НТК→ИТК→ЭТК→ВТК. Актуализация этих лучей задает специфическую структуру и динамику душевной жизни. В свою очередь, соответ-

ствующие особенности субъективных переживаний могут быть использованы в качестве ключей-дешифраторов структуры ТК-процесса и ТК-потенциала личности.

Внутренняя формация транскомуникативного фактора личностного роста

Здесь я предлагаю концептуальную схему анализа, раскрывающую транскомуникативную природу единого духовно-душевно-телесного переживания как «кванта» личностного развития.

Суть гипотезы в следующем. ТК-фактор, реализующий новый смыслообразующий синтез во внутреннем и трансперсональном пространстве личности, представляет собой холодинамический цикл, разворачивающийся как «Стресс-Транс-формация». Предполагается, что Стресс и Транс являются первичными, базисными, универсальными компонентами целостной динамики душевной жизни: переживания / переосмысления / преобразования. Несмотря на то, что по проблемам стресса и транс существует очень разноречивая и противоречивая литература, я нахожу все больше подтверждений представленной гипотезе.

В работах Г. Селье [22; 23] стресс на физиологическом и психофизиологическом уровне трактуется как первичная, естественная и «неспецифическая» (универсальная) реакция индивидуума на внешние и внутренние изменения в жизненном процессе. Большинство проведенных исследований [24] касались негативных последствий стресса, связанных с трудностями адаптации, истощением ресурсов организма и личности, возникновением разнообразных нарушений и болезней. При этом оказывалась на втором плане первичная жизненная функция стресса – мобилизация возможностей в направлении активной переадаптации или трансформации жизненного процесса в соответствии с воспринятыми изменениями. В результате в центре внимания преимущественно оказывается негативная физиологическая и социально-психологическая симптоматика (тревога, негативные эмоции, нарушения сна, питания, контактов и т.п.). Поэтому в практической психологии и психотерапии в основном разработаны методы борьбы, сопротивления, преодоления и избегания всего, что связано со стрессом, который фактически сводится к дистрессу [25; 26; 27].

В контексте нашей гипотезы важнее, однако, вернуться к исходным идеям Г. Селье, который продемонстрировал именно холистическое видение специфики стресса как целостной и жизненно значимой сверхактивности, ориентированной на эффективное переживание изменений (нового!). В этом смысле успешная, плодотворная, полноценная жизнь – это жизнь в постоянном эустрессе, т.е. стрессе приятном, позитивном, полезном [23]. Поэтому нужна не борьба на уничтожение или преодоление стресса, а поиск его глубинного позитивного смысла и эффекта. Смысл этот оказывается удивительно простым и неожиданным. Достаточно вспомнить переживания после прыжка в воду или с парашютом, холодного душа, восхождения на вершину... и то, как относятся к этому «практически здоровые» люди.

Организм и личность едины в потребности мобилизации на обновление. И хотя Г. Селье, следуя концепции В. Бернара, видел в этом преимущественно гомеостатический смысл, многие психологи увидели в этой активности еще более важную антигомеостатическую тенденцию на самоактуализацию и саморазвитие (Г. Олпорт; А. Маслоу), трансцендирование и самотрансценденцию (В. Франкл, К.Г. Юнг), «сверхнормативную активность», риск, интеллектуальную инициативу, креативность и т.п. (Р.С. Немов, В.А. Петровский, Д.Б. Богоявленская). В очень разнообраз-

ной феноменологии эустресса я бы выделил универсальный вектор: *Актуализация – Любопытство*. Эволюционная глубина и культурная перспектива этого вектора общеизвестны в сравнительной психологии.

Существенно, что у человека психологический ряд «любопытство / удивление / опасение / тревога / испуг / страх» весьма проницаем, подвижен и часто слабо дифференцирован. Поэтому остается актуальной проблема защиты от дистресса, которая эффективнее всего решается позитивной «Транс-формацией» энергии стресса.

Ключевым моментом в гипотезе о ТК-факторе является понимание душевного переживания как инверсии, точнее цикличной реверсии: Стресс ↔ Транс. Интересно, что очень многие методы «борьбы» со стрессом базируются на технологиях «наведения» искусственного гипнотического транса [27; 28]. Сегодня психологи уже хорошо осознают, что транс не менее естественное проявление жизни и переживаний индивида, нежели стресс [18; 29; 30]. Но в прошлые десятилетия и столетия транс в основном связывали с наведенным гипнотическим состоянием или особым состоянием, вызванным ритуальными церемониями или/и психоделическими средствами (шаманские, жреческие и другие культовые традиции). Во всех этих случаях транс ассоциировался преимущественно также и с аномальными проявлениями – автоматизм, потеря ориентировки и самоконтроля, галлюцинации, различные болезненные проявления. Естественно, подобные представления рождают или страх и негативное отношение к трансовым состояниям, или компенсаторное аддитивное их принятие. Однако в основе Транса, как и стресса, лежит естественная жизненная способность-расширение, раскрытие границ восприимчивости (эмпатия, импринтинг) и переживаний (экстаз, инсайт, катарсис) [18; 20; 29].

С. Гиллиген суммирует понимание транса как специфического естественного состояния души и / или сознания в следующих характеристиках: – «Естественное переживание, феноменологически аналогичное другим психологическим переживаниям... – Первичный способ обработки информации (т.е. менее критичный и оборонительный и более образно ориентированный)... – Спонтанная идиодинамика с парадоксальной логикой «оба/и» («это и то», «внутри и вне», «здесь и там», «часть и целое»...)... – Ритмичность, текучесть, полифункциональность, трансситуативность и транскультурность... – Фундаментальные процессы, порождающие психологический опыт (смыслообразование, регрессия, прогрессия, гипермнезия, амнезия, воображение...)... – Усиленные проявления нормальных бессознательных процессов... – Полноценность переживаниями... – Самопроявление, не требующее усилий... – Переживаемое, неконцептуальное участие... – Готовность экспериментировать с открывающимися новыми ресурсами... – Гибкость пространственно-временных отношений... – Обострение всех чувств... – Динамизм степени вовлеченности... – Моторно-вербальная заторможенность... – Метафорическая обработка информации... – Автономизация психологического времени (вплоть до исчезновения)...» [29. С. 54–75].

Здесь речь идет об универсальных качествах транса, характерных для всего спектра многообразных измененных состояний сознания, что представлено в других работах [20; 31]. При этом суще-

ственно, что, как и в «векторе стресса», в «векторе транса» (расширение-раскрытие границ переживания → поглощенность переживанием → реориентация-дезориентация в пространстве-времени внешнего и внутреннего мира → снятие самоконтроля → спонтанный автоматизм → невменяемость) процессы взаимно проницаемы и слабодифференцированы, что также порождает опасность психических нарушений. Интересно, что наиболее простым противоядием будет рациональная «стресс-терапия» в духе «борьбы с аддикциями». Таким образом, в крайних аномальных положениях «маятника комплементарных состояний» Транс⇔Стресс можно сказать, что патологический стресс пытаются лечить трансом, а аномальный транс – стрессом.

Следующий аспект гипотезы ТК-фактора заключается в том, что общим признаком аномальности этих полярных состояний является потеря коммуникабельности как смыслообразующего отношения к миру и к себе (невменяемость как безотчетность и безответственность в коммуникативном смысле). Следовательно, в нормальном диапазоне коммуникативный стресс и коммуникативный транс образуют гармоничный холодинамический ТК-фактор, в котором взаимоотношения К-стресса и К-транса лучше всего раскрываются общеизвестной древневосточной метафорой-символом: «Инь-Ян» (рис. 1).

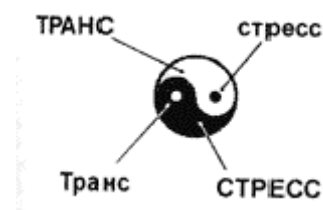


Рис. 1. ТК-фактор как «Стресс–Транс–формация»

Являясь универсальным, ТК-фактор, вероятно, определяет особенность холодинамики каждого уровня (ТК-мира) психологического универсума личности, рассмотренного в первой части статьи.

В комплексном лонгитюдном исследовании коммуникативных миров студентов этому допущению получено существенное подтверждение. Факторный анализ динамики К-мира личности в трехлетний период обнаружил два универсальных сквозных фактора, которые оказалось возможным интерпретировать как (1) фактор К-транса, ответственного, собственно, за личностный рост, и (2) фактор К-стресса, ответственный за сохранность личностной определенности [19].

Поэтому есть основания разрозненно, диффузно и эклектически очерченную в литературе феноменологию стресса и транса и на микроуровне синергетически представить в ранее рассмотренном пространстве лучей транскоммуникации.

Сделать это нетрудно, поскольку большинство исследователей и практиков, работающих с трансовыми и стрессовыми состояниями человека, в своих описаниях в той или иной мере указывают и на «нисходящую» (психофизиологическую, психосоматическую, нейропсихическую, катарктическую и т.п.), и на «импрессиивную» («завороженность», замирание, ориентировочный рефлекс, эмпатия, поглощенность впечатлением, импритинг), и на «экстенсивную» (демонстративность, экспрессия, гиперактивность, гипердинамика, энтузиазм, экспансия, экстаз), и на «восходящую» (душевный подъем, эйфория, гордость, тщеславие, вдохновение, прозрение, окрыленность, провидение, ясновидение, просвет-

ление, инсайт и т.п.) составляющие.

Выбирая ключевые слова-символы, я хотел бы сохранить и культурно-историческую ретроспективу (ведь речь идет о базовых вечных качествах души), и уже заявленную возможность научной репрезентации. Этим условиям удовлетворяют следующие достаточно известные понятия: для НТК – *Катарсис*, для ИТК – *Импритинг*, для ЭТК – *Экстенсия*, для ВТК – *Инсайт*. Сохраняя общепринятые во многом метафорические значения этих слов и привнося в них ТК-интерпретацию и семантику, также рефлексивно-метафорическую по сути, получаем концептуально-метафорические конструкты в качестве инструментов исследования (контент-анализ) и моделей тренинга. Указанные типы переживаний несут противоречивый смысл, контрастные соответствующим невербальным поведенческим паттернам, содействуют самоактуализации и самотрансценденции, т.е. личностному росту, если их внутренняя холодинамика осуществляется как стресс-транс-формация, т.е. как ТК-фактор.

Если неадекватный, дисгармоничный, аномальный транс обозначить как «дистранс» аналогично *дистрессу*, обладающему этими же характеристиками, то оппозицию ТК-переживаниям, воплощающим личностный рост, составят дисгармоничные переживания по типу *дистресса* или *дистранса* по каждому ТК-лучу.

А. *Катарсису* (гармония очищения в адекватных ситуациях, эмоциях, смехе, слезах) противостоит регрессия как редукция, примитивизация переживания и поведения, ведущая к потере адекватного контакта с актуальной ситуацией.

В. *Импритингу* (освежающие впечатления, помогающие глубже почувствовать ситуацию, партнера) противостоит гипнотическая или стрессогенная фиксация на переживаниях и объектах, выключающая адекватное восприятие динамики ситуации и контакта.

С. *Экстенсии* (сверхнормативная вовлеченность в действие, позволяющая раскрепостить внутренние ресурсы, «выразить невыразимое», «превзойти себя», стать понятнее партнерам) противостоит демонстративность, истероидность, вычурность, ведущая к психопатической неадекватности или автоматическому конформизму.

Д. *Инсайту* (вдохновение, озарение, просветленная мудрость) противостоит прожектерство, претенциозность, синдром перфекционизма.

Таким образом, ТК-фактор личностного роста показывает холодинамику жизненных процессов более высокого порядка. Известная поляризация «транс-стресс» сменяется холодинамикой гештальта переживания: К-стресс – К-транс // дистресс – дистранс.

По названным признакам может проводиться исследование доминирования или транскоммуникативных (развивающих), или компенсаторно-регрессивных тенденций в общении (дистресс – дистранс). Опыт пилотажного исследования поведения и переживаний студентов в ТК-ситуациях показывает, что на уровне экспертных оценок респондентов-наблюдателей и контент-анализа видеозаписи эта главная поляризация достаточно различима. Более того, углубленный анализ вербально-невербальных гармоний и дисгармоний личности в ТК-ситуации позволяет с помощью видеозаписи уловить и тонкие «Стресс-Транс-формации» в качестве «квантов» ТК-процесса как личностного роста в конкретной транскоммуникативной ситуации.

Аспекты ТК-холодинамики, проецируемые в настоящей статье, могут быть обобщены концептуально-метафорической схемой (рис. 2).

	ВТК Духовность вдохновение, восхождение, прозрение, открытие	
ИТК Душевность восхищение, удивление, завороченность	ОТВЕТСТВЕННОСТЬ АУТЕНТИЧНОСТЬ	ЭТК Великодушие восторг, энтузиазм, воодушевление
	ИНСАЙТ СТРЕСС– ИМПРИТИНГ ТРАНС– ЭКСТАЗ ФОРМАЦИЯ КАТАРСИС	
	СЕНСИТИВНОСТЬ СПОНТАННОСТЬ	
	НТК Одухотворенность успокоение, очищение, раскрепощение, просветление	

Рис.2. Концептуально-метафорическая схема холодинамики ТК-фактора личностного роста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Юнг К.Г. Психология бессознательного. М., 1994. 320 с.
2. Юнг К., Нойман Э. Психоанализ и искусство. М., 1996. 302 с.
3. Кабрин В.И. Психологический универсум образования в транскомуникативной перспективе // Образование и наука: современные стратегии развития. Томск, 1995. С. 68–76.
4. Гостев А.А. Эволюция сознания в разрешении глобальных конфликтов. М., 1993. 120 с.
5. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло»). М., 1994. 272 с.
6. Современная зарубежная социальная психология. М.: Изд-во МГУ, 1984. 255 с.
7. Кейсмент П. Обучаясь у пациента. Воронеж, 1995. 256 с.
8. Якоби М. Встреча с аналитиком. М., 1996. 176 с.
9. Шибутани Т. Социальная психология. М., 1969. 535 с.
10. Роджерс К. Взгляд на психотерапию, становление личности. М., 1994. 480 с.
11. Роджерс К. Клиентоориентированная терапия. М., 1997. 312 с.
12. Мей Р. Искусство психологического консультирования. М., 1994. 144 с.
13. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990. 368 с.
14. Ясперс К. Смысл и назначение истории. М., 1991. 527 с.
15. Юнг К. Синхроничность. М., 1997. 315 с.
16. Гроф Ст. За пределами мозга: рождение, смерть и трансценденция в психотерапии. М.: Изд-во трансперсонального института, 1992. 335 с.
17. Налимов В.В., Дрогалина Ж.А. Реальность нереального. М., 1995. 432 с.
18. Уилбер К. Вечная психология: спектр сознания // Пути за пределы «Эго». М., 1996. 318 с.
19. Кабрин В.И. Транскомуникация и личностное развитие. Томск: Изд-во ТГУ, 1992. 225 с.
20. Что такое просветление? исследование цели духовного пути. М.: Изд-во трансперсонального института, 1996. 326 с.
21. Кабрин В.И. Коммуникативный стресс и личностный рост // Психологический универсум образования человека нозического. Томск, 1995. С. 71–74.
22. Селье Г. На уровне целого организма. М., 1996.
23. Селье Г. Стресс без дистресса. М., 1979.
24. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М., 1983. 368 с.
25. Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. Вып.5. Мотивация, эмоции и личность. М., 1975. 284 с.
26. Тьюбинг Д.А. Избегайте стрессовых ситуаций. М., 1993. 144 с.
27. Психотерапевтическая энциклопедия / Под. ред. Б.Д. Карвасарского. СПб., 1998. 752 с.
28. Бендлер Р., Гриндер Дж. Наведение транса. М., 1995. 304 с.
29. Гиллиген Ст. Терапевтические трансы. Руководство по эриксоновской гипнотерапии. М., 1997. 416 с.
30. Гримак Л.П. Общение с собой. Начала психологии активности. М., 1991. 320 с.
31. Пути за пределы «Эго». Трансперсональная перспектива. М., 1996. 318 с.

Статья поступила в научную редакцию 8 ноября 1998 года.