

Выпуск 10

**СИБИРСКИЙ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ
ЖУРНАЛ**

Томск 1999

СОЦИАЛЬНАЯ И ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

КРЕАТИВНОСТЬ, ДУХОВНОСТЬ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ В НОЭТИЧЕСКОЙ И ТРАНСКОММУНИКАТИВНОЙ ПЕРСПЕКТИВЕ*

В.И. КАБРИН

Аннотация: В статье рассматриваются различные подходы к исследованию творчества в основных научно-практических школах психологии. Обсуждаются главные этапы духовного становления личности, начиная с особенностей детской души (протоноия); духовное развитие в период активного накопления опыта (ортоноия); в период духовного кризиса (параноия); в период достижения мудрости и зрелости (метаноия). Проводится идея о взаимосвязи основных процессов творчества и этапов духовного становления личности.

Ключевые слова: духовность, креативность, протоноия, ортоноия, параноия, метаноия, транскоммуникация.

Эта статья - о возможностях преодоления эгоизма и мании величия, уныния и отчаяния, ими вызванных, на пути обретения и проживания человеком своей личной «миссии» от «одаренности» к «призванию».

Правда, эта проблема рассматривается пока лишь в виде концептуально-метафорических схем, исследовательских и профилактических проектов.

1. Образы творчества

Проблема креативности как источника жизненной состоятельности и творческого потенциала личности в целом является пробным камнем для «самоопределения» основных научно-практических школ классической и современной психологии. Не менее десятка психологических школ вырабатывают специфические образы и модели человеческого творчества.

Несколько упрощая, этот богатый спектр образов-ПАРАДИГМ творчества можно расположить в четырех континуумах-векторах.

• **А. «Драматические интерпретации»:** от фатальной наследственной, инсайтовой психической, предопределенности (*био психология*) - к социокультурному преформированию (*социальная психология*). Типичной для этого направления является базовая метафора творческого цикла Уоллеса:

«влюбленность» (зачатие) → «вынашивание» (беременность) → «открытие» (роды) → «признание» (принятие).

как в культуральном, так и в «натуральном» его воплощениях [1, С. 159-160]. Креативность здесь - это «рок судьбы», а творчество разворачивается от способа борьбы с болезнью, помешательством, смертью [1, 2, 3] до социального самоутверждения человека в культуре.

• **В. «Импрессионистские интерпретации»:** от дифференциации перцепций, реакций и когний (*когнитивно-поведенческая психоло-*

гия) - к дифференцированному вчувствованию, эмпатии и конгруэнции (*гуманистическая психология*). Креативность здесь - это растущий сензитивно-адаптивный потенциал позитивной самоактуализации личности, задающий бесконечное многообразие и плюрализм (равноценность) творческих циклов и траекторий [4, 5, 6, 7, 8, 9, 10].

• **С. «Экспрессионистские интерпретации»:** от бессознательных защитно-компенсаторных фантазий, проекций, рационализаций (*психоанализ или динамическая психология*) - к «интеллектуальной инициативе» и свободным сознательным проектам (*экзистенциальная психология*). «Креативное поле» творческого процесса здесь возделывается через обретение внутренней свободы, самостоятельности и аутентичности, в рискованных порывах «выразить невыразимое», преодолеть невозможное, открыть непостижимое [10, 11, 12, 13].

• **Д. «Трансценденталистские интерпретации»:** от спонтанных трансформаций и транс-позиций, инверсий и инсайтов в «феноменалистическом» психологическом пространстве субъекта (*гештальт психология*) - к особой трансцендентной просветленности и открытости креативных состояний сознания, к мистически окрашенным открытиям и открытиям «синхроничности» обычных земных событий и высших гармоний и смыслов бытия (холистическая, трансперсональная, трансцендентальная психология). Здесь впервые целостное креативное пространство всего спектра сознания человека по-настоящему высвобождается из рамок эгоцентризма. Творческий процесс уже инициируется не сомнением или желанием признания и самоутверждения (т.е. комплексами мегаломании и перфекционизма), а смиренной обращенностью чувств и интуитивной сенсibili-

* Работа выполнена при поддержке РГНФ, проект № 98-06-08150.

защитой в отношении высших смыслов и сфер [10, 14, 15, 16].

2. Аспекты духовности

Психологическая феноменология душевной жизни человека [15, 17, 18, 19, 20] не оставляет сомнений о ее принадлежности не столько миру физическому, сколько миру эйдетическому, символическому, ноосферному, нозтическому, духовному [21, 22, 23, 24].

Только на уровне понимания трансцендентной природы человека его креативность и творчество обнаруживают сверхбыденную, сверхбытовую этическую и эстетическую природу, указывающую на **духовный источник** в высшем мистически-религиозном смысле. И здесь появляется возможность в холистически и антропологически обновляющейся науке на новом уровне теоретически и практически освоить не только феноменологию, но и суть человеческой **Одаренности и Призвания**.

Самосознание современной гуманитарной науки позволяет понять ее особую миссию в эволюции человека: - будучи частью культуры, неизбежно выходить за ее рамки, и, следовательно, быть мостом между светской культурой и мировой (мистической) религией. Поэтому современная психология и способна переосмыслить миссию человека нозтического [30], который, перерастая в себе «человека разумного», страдает непостижимостью «человека божественного» [10, 15, 16].

Практическая психология и психотерапия показывает, что современный человек еще очень смутно чувствует и почти не осознает *свое образоподобие*. слишком слабо реализует свои эйдетические способности и творческое воображение, не угадывая и не узнавая в них *сверхбытийный* источник креативности. путь открытия и полноценного осуществления своей миссии, своего смысла жизни.

Понимание нозтической природы человеческой креативности может помочь растущей личности различать полноценное истинное творчество и искусственную, извращенную, компенсаторную «творческую активность».

Креативный нозтический цикл жизни человека как цикл его духовного становления развертывается *между одаренностью и призванием*. Но прямой счастливый путь между ними - исключительная редкость. Чаще на этом пути - барьеры, пустыни, пропасти, кризисы, падения и взлеты [12, 16, 25, 26, 27]. В этом *нозтическом цикле*, несмотря на «явную» трансцендентность его начала («одаренность») и конца («призвание»), на нашем земном плане отчетливо различимы четыре его фазы-уровня:

- А. Переживания-страсти детской души, хранимые «колыбелью духа» могут быть обозначены как *протоноя* - источник *радикальной психики* ребенка.

- В. Опыт обучения «правильной», адаптивной, адекватной, разумной ориентации и самоорганизации в типичных ситуациях жизнедеятельности образуют *ортоною* как источник

и основу *функциональной психики* взрослеющего человека.

- С. Переживание противоречий, парадоксов, несуразностей, неправильности и неправедности бытия; сомнения в реалистичности смысла жизни и смерти, возможно на грани «безумия и помешательства», свидетельствуют о *парано*е как периоде духовных исканий, духовного кризиса, осознания относительности многих истин и принятия плюралистичности мира во всей его противоречивости. В этом «антипсихиатрическом» смысле паранойя - источник мира *плюралистической житейской психологии отношений и персонафикаций* взрослой личности, переживающей духовный кризис середины жизни.

- Д. Интуитивное постижение высших законов и ценностей бытия, этически и эстетически просветленное, мудрое принятие всего многообразия мира, исходящего из сверхбытийного, сверхмудрого источника означает *метаною* как основу мировоззренческой, *трансцендирующей психологии человека нозтического*, просветленного эйдосами вечности.

3. Духовная креативность личности

Именно трансцендентный источник нозтического цикла жизни человека говорит о *транскоммуникативной природе его креативности* [27, 28, 29] на всех выше очерченных ее уровнях-векторах. Эти континуумы-векторы нозтической креативности человека можно рассматривать в качестве основных *лучей транскоммуникации*, т.е. лучей дающих приобщенность к сверхбытийным аспектам универсума:

- © А. *Катартическая креативность* извлекает взрослого и охраняет ребенка от эгоизма в очищающем и одухотворяющем сочувствии смеха и слез, что и осмысливается как *нисходящий луч транскоммуникации*.

- © В. *Импрессивная креативность*, т.е. способность восхищаться миром и запечатлевать сокровенное, может быть осмыслена как *импрессивный луч транскоммуникации*.

- © С. *Экспрессивная креативность*, выражая невыразимое, как шаг в бездну, как отодвигание тьмы неведомого, реализует *луч экспрессивной транскоммуникации*.

- © Д. *Трансцендирующая, инсайтная креативность* как просветляющая озаряющая интуиция-эйдос может быть осмыслена как *восходящий луч транскоммуникации*.

Творческий процесс как переживание катартических, импрессивных, экспрессивных, инсайтных образов - это не только *образование нового* через соединение разнородного (синектика), это не просто создание новых «изобретений» и «произведений», но это процесс все более глубокого *приобщения* к высшим этическим и эстетическим ценностям бытия, имеющим сверхбытийный источник. В этом смысле - это процесс духовного движения личности от протоноии к метано

ляемому призванию (чувство исполняемой миссии у зрелой личности).

Таким образом, мы получаем критерий адекватной смысловой нозтической ориентации разнообразных креативных психологических практик и стратегий.

Речь идет о психологическом обеспечении позитивно и транскоммуникативно ориентированного цикла катартических - импринтинговых - экзистенциальных - инсайтных переживаний.

На этой основе известные психологические практики - «психодрама», «группы встреч», «группы экзистенциального опыта», разнообразные группы творческого самовыражения (группы психосинтеза и арт-группы) - могут давать не только психотерапевтические и психокоррекционные эффекты, но и поддерживать позитивную динамику духовного становления личности с учетом специфики соответствующих стадий ее нозтической биографии.

4. Стресс-транс-формация и личностный рост

Исследуя еще в 70-х годах психосемантику коммуникативного мира личности в студенческой группе, я обнаружил удививший меня тогда факт. Количество характеристик в образе себя и партнера в общении, указанное респондентом в качестве противоречащих друг другу, положительно коррелировало с количеством именно взаимных связей в группе, а также с количеством его актуальных Я-образов. Чувствительность к противоречиям («ЧП»), следовательно, оказывалась существенным моментом и коммуникабельности, и внутреннего роста личности.

Лонгитюдное исследование коммуникативного развития личности в студенческие годы вскрыло два универсальных и отчетливо комплементарных фактора этого развития [28]. Первый из них оказалось возможным интерпретировать как фактор К-транса (расширения и закрепощения спектра коммуникабельности по темам и партнерам), второй - как фактор К-стресса (мобилизации защиты и концентрирования наличного диапазона общения). Сопоставление этих факторов позволяет понять и, возможно, исследовать специфику глубинной динамики человеческой транскоммуникации, связанной с ростом творческого потенциала личности [29].

Эти факты подтверждают интуитивно понятную амбивалентность человеческой коммуникативной интенции. Неукротимая тяга и жажда изречения сталкивается с тревогой и страхом обреченности. Человек переживает себя одновременно и источником, и пленником РЕЧИ. Речи своей, которая в этот момент перестает быть своей, и речи чужой, которая даже при отвержении неизбежно оказывается «своей».

Воспользуемся естественной метафоричностью нашего языка, оставив читателю «свободу передвижения» во множествах семантических контекстов.

Это напряженное единство изречения и обреченности образует ПРОТИВОРЕЧИЕ. т.е. коммуникацию в буквальном, стереотипном и переносном, символическом смысле. Если человек переживает это противоречие (для некоторых коммуникация не является ни проблемой, ни противоречием), оно может разрешиться, трансформироваться в особые «децентрированные» пиковые переживания-вспышки: *катарсис, импринтинг, экстаз, инсайт*.

Эти переживания я называю транскоммуникативными, имея в виду, что в транскоммуникативном акте (в отличие от обычной коммуникации) происходит трансформация противоречия и «транзит» (децентрация) эгоцентрических чувств в со-бытийные переживания. Можно предположить, что в такой транскоммуникации «про-креативная фрустрация» трансформируется в «креативный транс», а это и относится к событию именно личностного роста.

Я попытался здесь представить гипотетическое и пока метафорическое описание глубинной динамики того, что в жизни мы встречаем как *смех, слезы, шутки, остроты, открытия и откровения*.

Однако такую транскоммуникабельность душевных переживаний, представляющую своеобразие личностного креативного процесса, я имел возможность наблюдать в естественном формирующем эксперименте с группой студентов-психологов первого курса в 1998 году.

Актуализация транскоммуникативного процесса задавалась следующей ситуацией. Студентам на семинаре предлагалась задача: прочувствовать свои коммуникативные возможности. Представ перед группой, молча переживать свое состояние «здесь и сейчас», пока кто-либо из группы не скажет «Да», означающее, что он почувствовал-понял состояние этого человека. Затем последний вербализует свое состояние. Поскольку в эксперимент явно вводился фактор К-стресса, из психотерапевтических и этических соображений он уравнивался экзистенциальным фактором. Участвовали лишь «добровольцы» и исключалось любое давление на процесс и темп свободного принятия решения.

Важно отметить, что в очерченной модели транскоммуникации богатая семантика ключевого слова РЕЧЬ используется в возможно широком смысле. Учитываются не только все ее паралингвистические, экстралингвистические аспекты, но и включенные в нее молчание, тишину, паузы, которые, как правило, «красноречивее» ее многословия. Рассматриваемый опыт также показал, что в свободном общении человек обычно не разграничивает внутренний и внешний речевые процессы. А когда внешняя речь, как более дискурсивная, репрезентирует фрагменты внутреннего диалога личности, становятся ясными как естественная их синергичность, так и проблемы, возникающие при их дивергенции.

Так расхождение внутренних и вербальных компонентов в Речи человека, которое улавливается студентами в эксперименте, как правило, не позволяет ему трансформировать и разрешить исследуемое здесь базисное противоречие. В результате изначально про-креативная энергия К-стресса обычно переходит в трудно обратимое состояние дистресса с наблюдаемой и часто осознаваемой психосоматической симптоматикой.

В то же время качественный анализ результатов наблюдения, групповой перцепции, видеозаписей процесса эксперимента, фотографий, сделанных в момент «самопрезентации» и получение отклика подтверждает прогностические возможности основной гипотезы.

Студенты, проявившие синергию вербальных и невербальных, внутренних и внешних аспектов Речи, обычно делились с группой сложным переживанием противоречия между страхом подвергнуться восприятию и оценке и победившим желанием высказаться и вступить в контакт. Момент перехода от сомнения к откровению воспринимался группой и осознавался личностью как прорыв и преображение. Аутентичность искреннего удивления круто меняющемуся состоянию «здесь и сейчас» не вызывала и тени сомнения в возможности «игры на публику».

В момент наблюдаемой отваги открытия и откровения, «Шага на Встречу...» группе эти вспыхнувшие обаянием, совсем юные личности говорили о приливе светлой, теплой энергии, чувстве легкости и обновления, радости и симпатии к другим, о переживании новых, еще не формулируемых возможностей.

Хотя в групповом процессе развитие таких состояний измеряется минутами, они надолго остаются актуальными, значимыми событиями внутренней жизни, что показывают последующие встречи. В этом мне видится креативный потенциал таких моментов «истинной жизни» для личностного роста в целом.

То, что этот потенциал личностного роста реализуется именно в транскомуникативных переживаниях, имеет особое значение для переосмысления перспективы жизненного пути современного человека.

В транскомуникативной перспективе становится понятно, что высший, акмеологический результат личностного роста - это не только достижение индивидуальности (с ее самоценной аутентичной уникальностью), но - это индивидуация (К.Г. Юнг) как путь преодоления персональных границ и ограниченности и обретение утраченной синергии в трансперсональном поэтическом универсуме.

Конечно, рассмотренные здесь наблюдения и предположения нуждаются в строгом научном исследовании. Но, с другой стороны, их можно непосредственно испытывать, изучать и использовать в тренинговых группах транскомуникативного опыта.

Литература:

1. Проблема научного творчества в современной психологии / Под ред. М.Г. Ярошевского. - М., 1971.
2. Ломброзо Ц. Гениальность и помешательство. - СПб., 1982.
3. Энгельмейер П.К. Теория творчества. - СПб., 1910.
4. Брунер Дж. Психология познания. - М., 1977.
5. Арнхейм Р. Новые очерки по психологии искусства. - М., 1994.
6. Кедров Б.М. О творчестве в науке и технике. - М., 1987.
7. Пономарев Я.А. Психология творчества. - М., 1976.
8. Альтшулер Г.С. Найти идею. Введение в теорию решения изобретательских задач. - Новосибирск, 1986.
9. Рождерс К. Становление человека. Взгляд на психотерапию. - М., 1994.
10. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. - СПб., 1997.
11. Богоявленская Д.Б. Интеллектуальная активность как проблема творчества. - Ростов-на-Дону, 1983.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла. - М., 1990.
13. Мей Р. Любовь и воля. - М., 1997.
14. Уилбер К. Вечная психология: спектр сознания. - Пути за пределы «Эго». Трансперсональная перспектива. - М., 1996.
15. Ясперс К. Смысл и назначение истории. - М., 1991.
16. А. ван Каам Трансцендентная терапия // Журнал практического психолога. № 6. 1998. - С. 3-20.
17. Гуссерль Э. Амстердамские доклады. Феноменологическая психология. // Логос. № 3. 1992. - С. 62-81.
18. Хайдеггер М. Цоллиникеровские семинары. [О Dasein-аналитике] // Логос. № 3. 1992. - С. 82-97.
19. Шадриков В.Д. Духовные способности. - М., 1996.
20. Братусь Б.С. К проблеме человека в психологии // Вопросы психологии. № 5. 1997. С. 3-19.
21. Юнг К.Г. Синхроничность. - М., 1997.
22. Налимов В.В., Дрогалина Ж.А. Реальность нереального. - М., 1995.
23. Шарден П.Т. Феномен человека. - М., 1987.
24. Гроф Ст. Путешествие в поисках себя. - М., 1994.
25. Уилбер К. Никаких границ. - М., 1998.
26. Уайт Дж. Просветление и иудейско-христианская традиция. - Что такое просветление. Исследование цели духовного пути. - М., 1996. С. 181-193.
27. Гроф Ст. Духовный кризис. - М., 1995.
28. Кабрин В.И. Транскомуникация и личностное развитие. - Томск, 1992.

29. Кабрин В.И. Транскоммуникативная холодинамика психологического универсума личности (стресс-транс-формация) // Вестник Томского государственного университета. № 3, 1998.

30. Кабрин В.И. Психологический универсум человека нозтического // Психологический универсум образования человека нозтического. - Томск, 1999.

Abstract: In the article are considered different approaches to the study creative in main scientifically-practical schools of psychology. Discussed main stages of spiritual

development personality, as from particularities baby showers (protonoia); spiritual development at a period of the active accumulation of experience (ortonnoia); at a period of the spiritual crisis (paranoia); at a period of achievements of wisdom and maturity (metanoia). Conducted idea on intercoupling the main processes of the creative and stages of spiritual development personality.

Keywords: spiritualism, protonoia, ortonnoia, paranoia, metanoia, transcommunication.

ЖЕНЩИНА И СТРЕСС В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ: МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ Г.В. ЗАЛЕВСКИЙ

Те мифы книги Бытия и других космогоний, которые приписывают мужчине создание женщины, возвестили более глубокую истину, чем биологические теории эволюции, которые верят в происхождение мужского из женского элемента.

О. Вейнингер

Аннотация: Стрессы, перерастая границы физиологической необходимости, превращаются в дистрессы, приводят к дезадаптивному поведению все большее число членов нашего общества, особенно страдают от дистрессов дети и женщины, так как у них к обычным, прибавляются и специфические дистрессы, хотя здесь не обходится без мифов «о слабости женского пола»

Ключевые слова: стресс, дистресс, женский стресс, мифы, женская психология.

Жизнь без стрессов немыслима. Полную свободу от стресса, - считает Ганс Селье, - даст только смерть (1956). Стрессы были всегда, поскольку всегда, во все времена, в разные периоды своей индивидуальной жизни человек - мужчина или женщина - испытывали разного рода и разной степени давления, потрясения и напряжения. Просто мы не знали раньше слова «стресс», которое с английского так и переводится «давление, напряжение» и которое стало таким модным во второй половине XX столетия после того, как стали достаточно широко известны результаты исследования Ганса Селье, а жизнь наша приняла такие бешенные темпы в связи с научно-техническим прогрессом, информационными перегрузками, природными и социально-экономическими катаклизмами.

Мы будем вести разговор о стрессе и стрессорах, действующих на человека в слишком частых и больших дозах - но это уже не стресс, а дистресс - «плохой стресс». Именно он - «дистресс» есть состояние напряжения, влияющее на поведение и деятельность человека отрицатель-

но, даже разрушительно, например, в случае разрыва с любимым человеком, потери близкого человека - это плохие стрессоры - абсолютные дистрессоры, ведущие нередко к болезни, к смерти, к суициду (самоубийству) и гомициду (убийству). Так, недавно газеты одного из сибирских областных центров писали о молодой женщине-матери, которая, отчаявшись в возможности прокормить себя и ребенка, убивает и ребенка, и себя. Это, конечно, крайний случай проявления дистресса. Есть стрессоры, т.е. факторы, давящие на человека, вызывающие напряжение, которые могут быть для одних людей отрицательно действующими, а для других - нет, как, например, развод, беременность и т.п. Иначе говоря, реакция людей на разного рода экстремальные ситуации/условия может быть обусловлена как индивидуальными и возрастными, так и половыми особенностями.

В наиболее общей классификации выделяют стресс физиологический и психологический. Психологически, в свою очередь, подразделяется на два вида стресса: информационный и