ВЕСТНИК ТОМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

Том № 268 ноябрь 1999

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 транскоммуникабельности, холодинамика взаимоотношений стресса и транса в транскоммуникативном факторе личностного роста; катарсис, импритинг, экстенсия и инсайт как базовые транскоммуникативные 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 транскоммуникативной природы [3].

Эта статья посвящена эмпирическому и концептуальному анализу фактора и феномена транскоммуникации, 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.

Транскоммуникативная 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 гене, 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. развертывающаяся 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 ежемоментные 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 навернувшиеся 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, недосягаемости) *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).

D. 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 транскоммуникацию* (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→B→ C→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 простом.

В координатах этого ТК-пространства существенно меняется представление о природе психического и сущности жизни. Как только мы понимаем, что результат транскоммуникации – это трансляция и транспонирование одной коммуникативной ситуации в другую, одного коммуникативного мира в другой с одновременным их взаимопреображением и сохранением каждого в контексте другого, мы можем понять, что основные «странности» или сущностные свойства душевной жизни связаны именно с ее *транскоммуникабельностью.* 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 преображаются в *символы* этих душевных переживаний. Таким образом, речь идет о *транскоммуникативном альянсе как наиболее деликатном*, ибо при всем их единстве душевное и органическое измерения жизни сохраняют свою закономерную автономию. Поэтому, преображаясь, человек остается тем же.

Мы получаем возможность видеть биосоциальное, биокультурное и биодуховное единство жизни, не путая и не смешивая одно с другим. *Транскоммуникативное 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 *транскоммуникативных событий.*

Выявление единой транскоммуникативной 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 геномного 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 смы-слотворческими проявлениями ее транскоммуникабельности 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.

A. *Нисходящий луч* транскоммуникации 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», «внушенные 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».

B. *Импрессивный луч* душевной транскоммуникации (ИТК) образует объектно-субъектную целостность человека. В период становления психологии как естественно-научной дисциплины психологи слишком были ориентированы на исследование способностей души латентно уподобляться 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.

C. *Экспансивный луч* душевной транскоммуникации (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 транскоммуникативную перспективу личностной самореализации и самотрансценденции человека. Это основа мира субъективной психологии «персонификаций» и «отношений».

D. *Восходящий луч* душевной транскоммуникации (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 транскоммуникативные 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 транскоммуникабельности. *Транскоммуникабельность 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 ноэтического» [21] достаточно определенно просматривается как многомерная психосемантическая синергия вышеозначенных транскоммуникативных миров. Личность является той центральной ТК-инстанцией и символом, которая реализует эту синергию.

Субъективные состояния и переживания, сознаваемые личностью в себе, чувствуемые и осознавае-

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

Внутренняя формация транскоммуникативного фактора личностного роста

Здесь я предлагаю концептуальную схему анализа, раскрывающую транскоммуникативную 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, развертывающийся как «Стресс-Транс-формация». Предполагается, что Стресс и Транс являются первичными, базисными, универсальными компонентами целостной динамики душевной жизни: переживания / переосмысления / преображения. Несмотря на то, что по проблемам стресса и транса 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 разнообразной 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 аддиктивное их принятие. Однако в основе Транса, как и стресса, лежит естественная жизненная способность-расширение, раскрытие границ восприимчивости (эмпатия, импритинг) 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... – Поглощенность 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 взаимотношения К-стресса и К-транса лучше всего раскрываются общеизвестной древневосточной метафорой-символом: «Инь-Ян» (рис. 1).

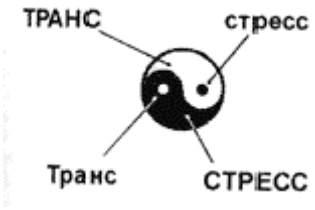

Рис. 1. ТК-фактор как «Стресс–Транс–формация»

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 *импрессивную* («завороженность», замирание, ориентировочный рефлекс, эмпатия, поглощенность впечатлением, импритинг), и на *экстенсивную* (демонстративность, экспрессия, гиперактивность, гипердинамия, энтузиазм, экспансия, экстаз), и на *восходящую* (душевный подъем, эйфория, гордость, тщеславие, вдохновение, прозрение, окрыленность, провидение, ясновидение, просветление, 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 (контен-анализ) и моделей тренинга. Указанные типы переживаний несут противоречивый смысл, конгруэнтны 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.

A. *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.

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

C. *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.

D. *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 дисгар-моний 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, проедставленные в настоящей статье, могут быть обобщены концептуально-метафорической схемой (рис. 2).

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">ВТК
Духовность
вдохновение, восхождение,прозрение, открытие</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="3">ИТК
Душевность
восхищение,
удивление,
завороженность</td><td colspan="2">ОТВЕТСТВЕННОСТЬ АУТЕНТИЧНОСТЬ</td><td rowspan="3">ЭТК
Великодушие
восторг,
энтузиазм,
воодушевление</td></tr>
<tr><td colspan="2"><u>ИНСАЙТ</u>
СТРЕСС–
<u>ИМПРИТИНГ</u> ТРАНС– <u>ЭКСТАЗ</u>
ФОРМАЦИЯ
<u>КАТАРСИС</u></td></tr>
<tr><td colspan="2">СЕНСИТИВНОСТЬ СПОНТАННОСТЬ</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">НТК
Одухотворенность
успокоение, очищение,раскрепощение, просветление</td><td></td></tr>
</table>

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 транскоммуникативной 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 смыла. М., 1990. 368 с.
14. *Ясперс К.* Смысл и назначение истории. М., 1991. 527 с.
15. *Юнг К.* Синхронистичность. 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.* Транскоммуникация 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 ноэтического. 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.