

Владимир Козлов, Ярославский университет

Любая сложная система имеет координирующее и интегрирующее ядро. На уровне личности мы можем вычленить в качестве ядра систему отождествлений, которую обозначим как «Я-материальное». Эта система в свою очередь имеет свой функциональный центр. Центром «Я – материального» является образ своей телесности и телесность, как таковая, и отношение к телу. Вторичные материальные идентификации - это пол, возраст и качества, которые высвечивают отношения к своей телесности, биологической данности.

Первое, что вычленяется из действительности в филогенетическом и онтогенетическом аспектах, структурируется как элемент сознания и личности, что осознается как «Я», это тело.

Первым шагом возникновения самосознания, самоидентификации, вообще возникновения сознания является акт расчленения между «Я», как телом, и другим, как телесным объектом. На уровне индивидуальной биографии - это первичная матрица дуальности «Я» и «не Я»: на уровне матери и ребенка. Когда ребенок отрывается от груди, в это время и формируется личный (личностный) «Я» как некая автономная репрезентация.

Появляется расчленение на «свое» и другое. Появляется свое тело, как объект, и тело другого, как объект (объективная реальность). Происходит отторжение наблюдателя от наблюдаемого, дифференциация субъекта и объекта.

Более того, первичные чувства, которые формируются у личности (например, отношение к себе, как к сверхценному объекту или как к незначимому объекту, или как к амбивалентному существу), идут в основном из взаимодействия с матерью или с телом другого объекта.

Первое - это телесность и отношение к телесности, и то, что человек получает из этого опыта. В силу того, что это первичная, стержневая структура человеческого самосознания, то в основном на базовых отношениях к телесности формируются все другие конструкции Его, все другие конструкции Его-идентификаций.

Как очень справедливо отметила К.А.Абульханова-Славская «...телесность ... несводима ни к индивидуальному, ни к психофизиологическому уровням организации, а становится способом выражения отношений человека к миру».

Первые эмоционально-значимые состояния и первая идентифицированность с телесностью, отношение к телесности и составляет ядро «Я – материального». Затем, это отношение к своему телу экстраполируется, переносится на предметное пространство, воспринимаемую вещную структуру бытия, (моя мама, моя кукла, мой стол, моя квартира, мой район, моя Родина...). Обозначается это и переживается как нечто,

мне принадлежащее. Важно подчеркнуть, что отношение к вещам и предметному миру является неким продолжением, проявлением отношения к телу и к пространству группового существования.. Мы можем обозначить это территориальным фактором. Он занимает значимое место в личностной структуре, т.к. индивидуумы считают, что имеют права на некоторые объекты или места, которые в действительности не являются их собственностью. Объекты или территория занимают и используются так, как будто принадлежат данной личности, причем чужаки оттуда всячески изгоняются, а если данная территория потеряна, то ее стремятся как можно скорее вернуть. На уровне индивидуальности этот фактор можно обозначить как личное место. Личное место - то пространство вокруг индивидуума, которое является его собственным, в которое никто другой не имеет доступа. Люди всячески отражают вторжения в их личное место, испытывая отрицательные чувства к тем, кто такое вторжение предпринимает. Интересным является тот факт, что люди сохраняют между собой дистанцию, пропорционально близости межличностного взаимодействия.

Человек охраняет и не пускают в свое пространство. Первичный опыт отделения, расчленения телесности связан с негативным опытом. Это связано с травмой рождения и с травмой отделения от матери как источника пищи и энергии, тепла и комфорта, защищенности. В этом часто проявляется наше стремление не только не пускать в пространство нашей телесности, но и охранять наше предметное окружение, которое, как мы указывали выше, бессознательно воспринимается телом. Тот же самый феномен наблюдается как проявление личностных качеств в групповом сознании.

Есть «Я» - тело, затем человек начинает идентифицироваться с вещами, предметами, которые прикрывают тело, украшают тело или являются индивидуальной символической манифестацией нашей телесности (одежда, макияж, какие-то проявления отождествленности с половой, этносоциальной или социально-психологической принадлежностью). Предметы, на самом деле, являются внешне манифестированной структурой нашего внутреннего Его, Его - материального. Мы есть то, чем мы себя окружаем. Мы есть то, как мы одеваемся, как обставляем свою квартиру, на какой машине ездим, какой счет в банке имеем, в каком доме и в каком квартале, в каком городе и в какой стране живем, как мы относимся к своему телу...

Окружающие вещи являются ярким критерием отношения к телу. Квартира, в которой живет человек - это, в некотором смысле, отношение к телу. Холодильник, машина, счет в банке, загородный коттедж, часто женщина, которая находится рядом с мужчиной всю жизнь или ситуативно, являются объектами материальной идентификации и содержанием «Его –материального».

С возрастом растет не только тело, но и расширяется «Его - материальное».

Новорожденный не дифференцирует свое тело и окружающую среду, человек рождается с Его, которое расширено до границ Вселенной. В этот период у человека не существует субъектно-объектных отношений.

В некотором смысле дифференциация своего тела и окружающей действительности

является первичной трещиной во Вселенной в дуальностях «Я - Другие», «Я – Другое», «Я» - «Не Я», «Субъект- Объект», .

Затем происходит расширение зоны знания и действия. Человек, с одной стороны, как бы завоевывают внешнее пространство, с другой – раскрывает и осваивает свое внутреннее психическое пространство, структурируя и открывая свои внутренние возможности.

Основные тенденции личности.

Первая тенденция, которая существует в индивиде и которая манифестируется на всех уровнях, подструктурах личности - это расширение пространства. Мы уже писали, что понятие тенденции было введено В.Н.Мясищевым в его психологии отношений и понимается как напряженная направленность психической активности человека. Что касается нашего осмысления первой тенденции, то мы должны принять тезис Мясищева о том, что потребности, как одна сторона основного отношения «...можно определить как конативную (от латинского слова *conare* – стремиться, домогаться) тенденцию овладения».

Пока человек расширяет пространство своего Его - материального - это считается позитивным эволюционным и биографическим шагом. Детское стремление «Стать большим» (овладеть большим – если перефразировать тезис Мясищева) на самом деле является доминирующим в человеке до тех пор, пока они имеют достаточный уровень витальности. Вещи становятся элементом тела, материального Его. К телу и материальным вещам человек относится, как к наиболее значимым, наиболее важным элементам индивидуального бытия. Когда мы говорим «Он (она) имеет вес», то указание на чисто материальную сторону (вес понятие физическое) показывает, что «Я – материальное» в человеке значимо. Чем «раздутее» Ям, тем он (человек) ценнее не только в социальном плане, но и в плане внутренней самооценки, значимости принадлежности к группе.

В этом смысле деньги являются неким критерием того, каким образом человек расширяет свое пространство, какой у него потенциал Ям. На уровне человеческого сознания расширение ареала и вообще расширение потока энергии (в денежной форме или в других эквивалентах), считается позитивным.

Идея сама по себе удивительно старая. Именно она управляла не только поведением человека, но и реальной активностью больших и малых человеческих групп и этносов.

Мы можем даже предположить, что запускающий механизм мало управляется человеком сознательно, т.к. опирается на бессознательную инстинктивную природу подавления и захватывая все больших ареалов выживания. Чем больше ареал у самца, тем больше у него самок, возможности воспроизводства, возможности выжить за счет биоценоза. На самом деле, это нормальный эволюционный, биологически оправданный

механизм.

Когда человек останавливается в расширении материального Я - это уже считается тормозом в обыденном сознании. Когда человек сужает свое материальное Эго, это считается инволюцией, деградацией: человек теряет силу и вес в социальном плане. Когда личность, ее экстраполированное материальное Эго, становятся функционально незначимыми, 90% социальных контактов теряется. Человек «теряет вес», становится незначимым. Мы можем зафиксировать некую зависимость между динамикой материального Эго и структурой социально-психологического взаимодействия личности с окружающими общностями, между объемом материального эго и социометрическим «весом» в социальных общностях.

Вторая тенденция: изменение качества объекта идентификации, изменение структуры пространства тоже считается позитивной тенденцией. Любой объект идентификации существует в социально-психологическом пространстве оценок по качественным признакам - лучше, комфортнее, красивее, престижнее, моднее, изящнее, правильнее, гигиеничнее, удобнее, дороже... Эти качества являются выражением социокультурных оценок и отношений, которые становятся достоянием личности. Изменения, которые через активную деятельность реализует личность, являются выражением конативной тенденции, но в отличие от тенденции к расширению в пространства и объема идентификаций, предметом овладения являются новые качества объектов идентификации. На уровне метафор мы можем выразить это примерами и сравнениями. Например: вы купили трехкомнатную квартиру, пока вы обставляете ее, вы считаете это позитивным. На уровне группы переструктурирование пространства, улучшение качества пространства касается качеств физического пространства репрезентации в социуме.

Социальное окружение, общности разного уровня положительно реагируют и считают позитивным, когда есть изменение качества в объектах отождествления личности. Изменение качества, структуры пространства на телесном, идентифицированном уровне материального Я, предметном уровне, в человеческом сознании считается позитивным.

Существует третье, очень важное, качество функционирования личности - это степень идентифицированности с объектом: насколько жестко мы привязаны к своим предметам, к своей телесности и к вещному миру вообще.

Третья тенденция является отражением интенсивности отношений, уровня их ригидности и динамичности. Как пишет В.Н. Мясищев, отношения «могут приобрести устойчивость, выраженность, большую значимость и, продолжая оставаться отношениями, становятся характерными для личности. В этом смысле они и являются чертами характера.».

В социально-психологическом аспекте многие психодуховные, личностные и т.д. кризисы, психологические проблемы и стрессы связаны со степенью идентифицированности, с тем, насколько человек отождествлен с объектами идеальными, материальными или социальными в своем субъективном сознании, с тем,

выражаясь обыденным языком, насколько человек считает нечто своим: мое.

Четвертая и очень важная тенденция Его на материальном, на социальном, на духовном уровне - это консервативная, гомеостатическая тенденция: сохранение структуры отношений, их эмоционального содержания, устойчивости в объеме и качестве отождествлений. Гомеостатическая тенденция обеспечивает стабильность существования человека в социально-психологическом пространстве, устойчивость основных характеристик, целостность. Именно гомеостатическая тенденция обеспечивает сохранность обобщенных диспозиций личности и группы, предрасположенность думать, чувствовать и вести себя определенным образом. В социально-психологическом смысле гомеостатическая тенденция обеспечивает восприятие и понимание другого, адекватную социальную перцепцию в коммуникативном процессе. На наш взгляд, существует некий оптимум в выраженности этой тенденции в континууме «гибкость-жесткость». Высокая степень жесткости обеспечивает эффективность только в социальных системах, которые являются ригидными по своей структуре. В более динамичных социокультурных и экономических условиях высокая степень выраженности гомеостатической тенденции уменьшает возможности и способности к социальной адаптации. Как пишет В.Н.Мясищев, «В динамичности отношений человека адекватно отражается сама жизнь, а перспективность отношений в наибольшей степени характеризует не только отражающую, но и преобразующую природу сознания человека».

Гомеостатическая тенденция в социальном и психологическом отношениях является положительным социально-психологическим явлением. Каждая личность включена в огромную систему отношений, в микро и макро социальные сообщества. Во многих смыслах именно гомеостатическая тенденция на личностном и групповом уровнях обеспечивают устойчивость социальных общностей и обеспечивает выполнение не только материально-репродуктивных, но и социально и духовно репродуктивных функций.

Как мы указывали выше, в структуру Его материального в качестве объектов отождествления кроме центрального, стержневого объекта – «Я-образа», входит много предметов объективной реальности, которые окружают личность: личные вещи, одежда, предметы обихода, мебель, квартира, дача, машина, счет в банке. Субъективная ценность этих предметов материального мира связана с личной историей взаимодействия с ними. Любая вещь ценна потому, что имеет свое мифическое пространство, иногда связанная с историей семьи, рода. Вне сомнения, существует культурная, политическая, идеологическая, экономическая селективность ценностей идентификации. Но более значимы для функционирования личности субъективно оцениваемые, эмоционально переживаемые отношения.

Материальная идентификация является базовым конструктом личности. Любое разрушение, любое нарушение в скорости расширения пространства, в качестве изменения пространства, в степени идентифицированности, в гомеостатической тенденции переживается личностью как притязание на ее пространство и вызывает какую-то адекватную или неадекватную реакцию. Мы можем предположить, что это

является психологическим законом личностного и группового существования. Дело не в содержании реакции: защитной, агрессивной, восторженной... Важно, что реакция всегда возникает в тот момент, когда есть стимул на эти четыре переменные.

Все эти четыре качества зависят от одной переменной, которая мало зависит от личности, но проявляется через личность и является качеством личности. Эту переменную мы называем уровнем витальности. Еще В.М. Бехтерев утверждал, что психические явления имеют энергетическую природу. Энергия рассматривается в концепции Бехтерева в качестве базового, субстанциального, предельно широкого, выступающего в качестве основания как психических, так и материальных явлений, источника проявления всех форм жизнедеятельности человека и общества.

В нашем понимании уровень витальности - это та жизненная энергия, с которой человек рождается. Характер и уровень манифестации как бы заложен в нас с рождения. Жизненная энергия, которой мы обладаем, в основном имеет врожденный, биологический характер. Она считается стержневой, основной, самой важной структурой. По уровню витальности люди от рождения разные. Проявление жизненной энергии происходит в расширении пространства. Лидеры в социально-психологическом отношении в соответствии с биологической, генетической наследственностью имеют выраженную конативную тенденцию. Это настоящие борцы, у них огромная витальность. Где угодно, но они все равно становятся лидерами. Нет разницы: то ли он в деревне - «первый парень», то ли он президент России или он является диктатором в доме. Разница заключается только в том, какую территорию по масштабности личность захватывает и обуславливает. По законам его расширенного «Я» живут остальные.

Насколько мы можем расшириться, в основном зависит от того:

- 1) насколько велик потенциал жизненной энергии человека;
- 2) насколько человек не «забит», насколько человек находит путь к своей личностной силе, к своей жизненной энергии. Какой бы человек ни был «крутой», всегда находится социальная структура, которая зажимает личность, не дает ей проявиться.

Важно не только количество жизненной энергии, но и ее направление. При социопатической направленности, например, личность, может самоутверждаться через насилие. Энергия одна и та же, но направления энергии могут быть очень разные. В личности важен не столько уровень витальности, сколько умение использовать ее структурированно и целенаправленно. Можно, с одной стороны, иметь огромную энергию, но распылать ее вне цели и вне структуры, и человек может прожить свою жизнь впустую, вне позитивного творчества. При минимальном уровне витальности, но при более структурированных целях можно достичь того же самого, чего достигает человек с огромной энергией. Самое главное - научиться центрировать и держать намерение. Те же закономерности наблюдаются в существовании группы.

Люди с большой витальностью привлекательны потому, что они являются источником энергии. Для многих они представляют открытую возможность использовать их энергию

для достижения своих целей. Всегда, когда не имеешь большой витальности, нужно создавать большую структурированность и целенаправленность своей энергии. Необходимо научиться структурировать время и пространство. Когда есть огромная витальность - нет проблем, но нужно понимать, что чем больше ее растрачиваешь, тем быстрее она истощается. Человек с огромной витальностью может постареть к 30-ти годам. Человек с минимальной витальностью может сохранить ее уровень и в 70 лет. Необходимо чувствовать уровень своей витальности, уровень своей жизненной энергии. Растрачивать ее нужно целенаправленно, а также создавать условия ее реанимации, восстановления, накопления.

Важность использования телесноориентированных психотехник в практической психологии и психотерапии обусловлена тем фактом, что тело является центром личного космоса, системообразующим фактором человека как существа общественного и духовного.