

Кочетков А. В.

## СУПЕРЭГО: СЕКРЕТ ХОРОШИХ ОТНОШЕНИЙ

В статье раскрываются основные принципы взаимодействия людей, составляющих по соционическим типам пару *суперэго*. Указываются рекомендации и условия, необходимые для плодотворного сотрудничества. Рассматриваются некоторые практические применения особенностей этих непростых отношений.

*Ключевые слова:* интертипные отношения, суперэго, соционика, Есенин-Габен.

*Суперэго* — симметричные отношения, в которых ментальное кольцо взаимодействует с ментальным, а витальное с витальным. Поэтому здесь всегда присутствует информация, которая слабо осознается, но она, тем не менее, играет свою роль.

Основные каналы взаимодействия (рис. 1):

1. Информация с базовой (1) функции партнера попадает на ролевую (3) другого. Личностные проявления оцениваются и поддерживаются в ситуации адаптации.
2. Информация с творческой (2) функции попадает на болевую (4) точку. Попытки «втянуть» партнера в «интересное», по мнению другого, занятие встречают более или менее резкий отказ. Партнер быстро перегружается новой информацией и уходит от контакта.
3. Информация с суггестивной (5) функции попадает на ограничительную (7). Если детские выходки заденут партнера, непроизвольно последует жесткое программирование, которое запомнится надолго.
4. Информация с референтной (6) функции попадает на фоновую (8). Это вызывает поддержку и бессознательное желание «взять вопрос на себя», чему партнер, как правило, не сопротивляется.

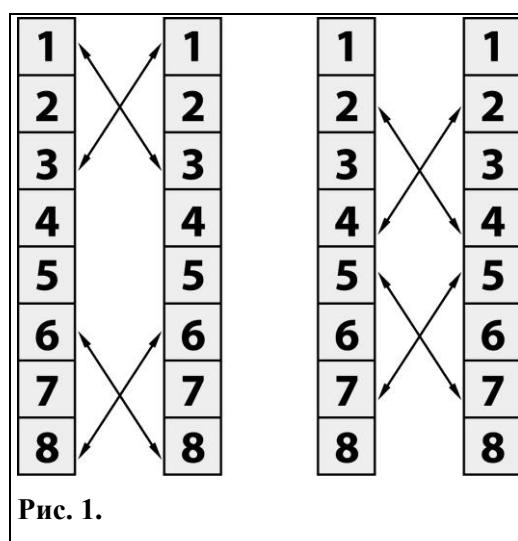


Рис. 1.

Отношения *суперэго* характеризуются острыми ощущениями, могут быть активными, способствовать генерации идей, однако они не дают полного ощущения взаимопонимания. Такие отношения не предназначены для совместной работы, их задача — обеспечить нам ориентацию среди людей.

Эти отношения считаются неблагоприятными для длительного взаимодействия, в связи с возможностью негативного программирования суггестивной (5) функции и периодической подачей информации на болевую (4).

Рассмотрим отношения *суперэго* на примере пары: Есенин ( $\Delta\blacksquare$ , ИЭИ) — Габен ( $\text{O}\blacksquare$ , СЛИ). Сначала опишем кратко их типовые черты.

### Есенин: интуитивно-этический интроверт (ИЭИ, $\Delta\blacksquare$ ) (рис. 2)

Первый блок — *Эго — интуиция времени*  $\Delta$  и *этика эмоций*  $\blacksquare$ .

$\Delta$  ИЭИ легки, быстры, точны и пунктуальны. Они интересуются историей, внимательны к старшим. Предпочитают прогнозировать результаты усилий, не любят бессмысленной и несвоевременной работы. Хорошо ориентируются в своём опыте, могут извлечь из него уроки на будущее; если работа уже сделана и не принесла плодов, всё же считают её полезной как опыт — в следующий раз за неё уже не возьмутся.

■ Мягкие, улыбчивые, обаятельные люди. Постоянно демонстрируют игру настроения, склонны к мягким шуткам и добродушным подколкам, но бурные эмоции проявляют редко. Чувствуют настроения людей, могут утешить и успокоить расстроенного человека. Умеют развеселить людей, создать атмосферу праздника.

Проявления блока *Эго* (взрослого) *Есенина*:

Девушка *Есенин* придумала и заказала сшить в ателье платье необычного фасона. Окружающие удивлялись, почему она носит столь необычную одежду, а через полгода в подобных платьях уже ходили многие.

Второй блок — *СуперЭго* — сенсорика ощущений  $\textcircled{O}$  и логика действий ■.

○ Стارаются окружить себя комфортом. Любят поесть, а еще больше любят поговорить о вкусной еде, удобствах, хотя вряд ли станут старательно и ежедневно готовить, убирать квартиру, работать руками. Предпочитают украшать дом к празднику, обычно и сами бывают симпатичными.

■ Работоспособность ИЭИ сильно зависит от настроения и обстановки, им бывает сложно заставить себя сделать необходимую работу. Они бывают подвержены приступам лени. Не особенно любят решать вопрос «что делать», разрабатывать технологии. Организационные вопросы решают через других людей, склонны преувеличивать роль личных отношений и обаяния в деле. Им сложно объективно оценить свой труд, спланировать расходы. Нуждаются в тактичной помощи партнёра, способного легко и непринуждённо разрешить организационные проблемы.

Проявления блока *СуперЭго* у *Есенина*:

«Готовить умею, но редко этим занимаюсь».

«Вот еду в грязной машине, и ощущение, что все на меня смотрят».

«Когда деньги кончатся, я просто перестаю их тратить».

Третий блок — *СуперИд* — волевая сенсорика  $\textcircled{\bullet}$  и структурная логика □.

● ИЭИ ценят волевых, сильных, смелых людей. Сами же они люди мягкие, уступчивые, утонченные. Им трудно противостоять прямому волевому давлению.

□ Ценят в людях ум, эрудицию. Нередко изучают математику, языки, программирование, держат в своей библиотеке научные книги. При правильном обучении способны хорошо усваивать и воспроизводить информацию, но придумать что-то самостоятельно им трудно. Бывают благодарны тем, кто поможет им понять правила, законы, необходимые формальности. Получив в детстве развитие логического мышления, они имеют впоследствии хорошую поддержку в жизни.

Проявления блока *СуперИд* (детского) у *Есенина*:

«Когда мне приказывают, я сначала внутренне возмущаюсь, а на лице улыбка такая глупая появляется. Ну, для приличия я все-таки сначала гордо скажу «НЕТ». Но точно понимаю, что во второй раз уже сделаю, что говорят».

Четвертый блок — *Ид* — интуиция возможностей  $\blacktriangle$  и этика отношений  $\square$ .

▲ Замечательно чувствуют возможности людей, ситуаций, легко к ним приспособливаются. «Не могу» — эти слова они произносят каждый раз, когда им не хочется что-либо делать.

□ Отношения с людьми строят легко и свободно. С помощью своего обаяния могут с легкостью выйти из сложных психологических ситуаций, но чаще всего в них не попадают. Легко могут сгладить неловкость, «не заметить» этическую оплошность, не ставят партнёра в щекотливое положение. Не любят навязываться, добиваться внимания. Не склонны к выяснению отношений, если они беспersпективны — тихо сводят их на нет.

Проявления блока *Ид* у *Есенина*:

«Если нужно, подружиться можно с кем угодно. Я это умею, но не люблю».

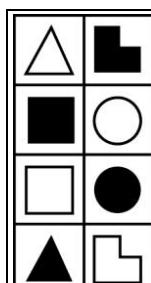


Рис. 2.

Когда девушку-Есенина спросили, что если на понравившиеся в магазине сапоги не хватает денег, сразу сказала: «Либо позвоню подруге, одолжу у нее, либо маме с папой позвоню, если у подруги не будет денег... Ну или, наконец, если это мои сапоги, — они меня дождутся».

**Габен: сенсорно-логический интроверт (СЛИ, ○■) (рис. 3)**

Первый блок — *Эго* — сенсорика ощущений ○ и логика действий ■

○ СЛИ прекрасно разбираются в вопросах здоровья, хорошего самочувствия, правильного питания, комфорта. Одеваются аккуратно, со вкусом, не броско. Предпочитают пастельные тона.

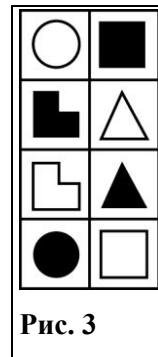
■ Не любят делать ничего лишнего, но дело, которым занимаются, как правило, доводят до конца на высоком технологическом уровне. Обычно не упускают своей выгоды, за работу требуют оплаты. Стараются не заниматься бесполезным, нецелесообразным делом.

Проявления блока *Эго* (взрослого) у Габена:

«Есть одно универсальное лекарство — это сон».

«Все равно же, что ни готовишь, еда получается».

«Работать надо как можно меньше, а получать как можно больше. Это называется эффективность!»



Второй блок — *СуперЭго* — интуиция времени △ и этика эмоций ▲

△ В непривычной обстановке они стараются все успеть, спланировать свои дела. В обычной жизни их планы порой оказываются слишком напряженными, приводят к эмоциональным перегрузкам. СЛИ нуждаются в помощи по сопоставлению планов с реальностью.

▲ Эмоций своих СЛИ чаще всего не проявляют и не любят слишком сильного проявления эмоций у других.

Проявления блока *СуперЭго* у Габена:

«Я люблю потанцевать. Я на дискотеке была последний раз... восьмого марта... две тысячи... третьего года.»

«Больше всего я люблю тишину. А в гостях сидишь, сидишь — шумно. Я в гостях зверею. Поэтому не люблю в гостиходить»»

Третий блок — *СуперИд* — интуиция возможностей ▲ и этика отношений ▾

▲ СЛИ доверчивы, поэтому очень не любят даже безобидных розыгрышей. Очень уважают в партнерах широту кругозора и интуицию.

▼ СЛИ чувствительны к проявлению отношения к ним, не спешат поверить в чувство. Причины изменения отношений от них зачастую ускользают.

Проявления блока *СуперИд* (детского) у Габенов:

«Люблю поудивляться. Поэтому хожу на бараходки — никогда не знаешь, что там найдешь»

Четвертый блок — *Ид* — волевая сенсорика ● и структурная логика □

● Волевые, упрямые СЛИ с трудом уступают свои позиции. Не проявляя агрессии, они будут молчаливо сопротивляться тому, что не вписывается органично в их картину мира.

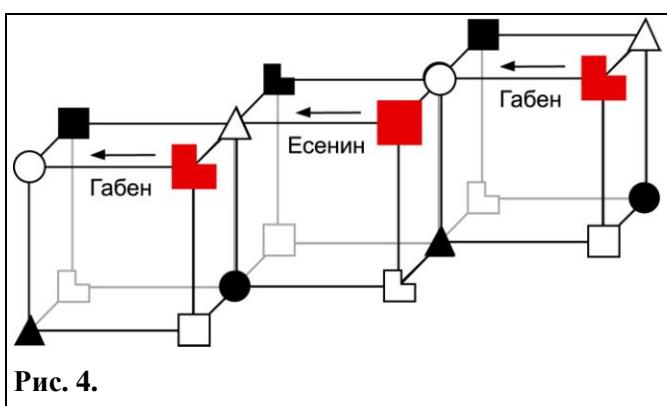
□ Формально-логические моменты СЛИ воспринимают легко и свободно, чувствуют нарушение смысла, разрыва логических связей. Легко усваивают языки и правила, понимают их суть.

Проявления блока *Ид* у Габенов:

«Если к жене вдруг пришли подружки и устроили галдеж? Я их построю в шеренгу и выведу на улицу, пусть там базарят».

Посмотрим с помощью геометрического представления модели А, каковы отношения у этих двух соционических типов. У обоих типов совпадают признаки R1 (*интроверсия*) и R2 (*динамика*), и поэтому взаимодействие идет по вертикальным ребрам. То есть процесс информационного обмена идет одновременно на сознательном (ментальном) и подсознательном (вitalном) уровнях. Можно различить две фазы взаимодействия:

1. **Оценочно-ролевая фаза:** функции 1-3, 5-7 (рис. 4)
2. **Продуктивно-конфликтная:** функции 2-4, 6-8 (рис. 5)



Как видно из иллюстраций, **первая фаза** срабатывает, когда затрагиваются аспекты базовой или ролевой функций. При этом взаимодействии у того, кто обсуждает сферу своей базовой функции, открывается канал суггестивной точки, куда направляется информация с ограничительной функции собеседника. Здесь и появляется опасность негативного программирования партнера *суперэго*. Но всегда ли это происходит?

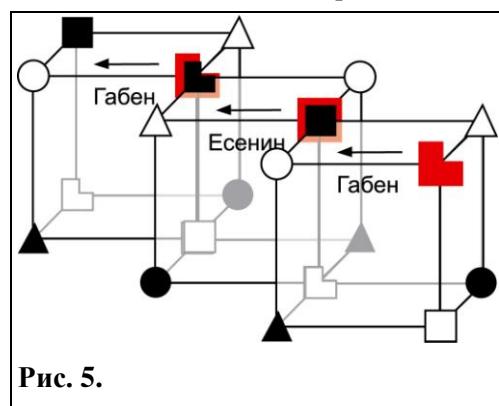
Как показывает практика — не всегда. Принято считать, что ограничительная выдает только негативную реакцию, как защиту. Но известно, что при дуальном взаимодействии ограничительная часто направлена не на самого *дуала*, а на окружение, с целью защитить своего партнера. То есть *Есенин* может начать искать нужную *Жукову* информацию, подкидывать ему варианты и возможности. *Габен* же со всей черносенсорной отвагой может защищать «своих» от агрессии окружающей среды.

В чем же разница? В первую очередь в осознанности процесса обмена информацией — забота не получается автоматически, как в случае с *дуалами*, — нужно осознать необходимость заботиться друг о друге. Получается, что если *Есенин* и *Габен* примут друг друга за «своих», то своими ограничительными они будут стараться друг другу помочь. При этом будет эффект заботы и по сознательным функциям: *Есенин* начинает показывать *Габену* перспективы и сигнализировать, что «пора действовать», а *Габен* помогает в вопросах комфорта и правильного питания. Таким образом, у обоих обогащаются и корректируются шаблоны по двумерной осознанной функции — ролевой.

К сожалению, как показывает практика, это возможно лишь при соблюдении двух условий: оба человека должны знать основы соционики и особенности интертиповых отношений (чтобы знали, чего можно ожидать от партнера, а чего нет), а также быть самоидентифицированными, без амбиций по слабым функциям (чтобы адекватно воспринимать информацию от партнера).

**Пример:** Взаимодействие автора статьи (*Есенин*)

и руководителя (*Габен*). Тесное общение началось при работе над тренингом по *белой интуиции* (*интуиции времени*,  $\Delta$ ). Все *Есенины*, и автор не исключение, редко высказывают свои мысли, аргументируя тем, что никто их не слушает. Изначально мысли по интуиции времени (базовой *Есенина*) автор излагал очень осторожно и при первой же критике или возражении, скорее всего, перестал бы общаться на эти темы. Однако *Габен* терпеливо и заинтересованно читала эти записи, что вызвало ощущение



**Рис. 5.**

ние «защищенности». В свою очередь автор начал высказывать различные идеи и искать новую информацию, чем *Габен* была довольна. И тогда же при личном общении появилась забота друг о друге по базовым функциям: «Пора» в обмен на «комфорт».

**Вторая фаза** появляется, когда возникает необходимость работать вместе. У *Есенина*, как мы помним, работоспособность зависит от настроения, поэтому он старается увеличить свой энтузиазм и сделать работу быстрее. У *Габена* прямо противоположная позиция: работать технологично и не торопясь. Именно в этой фазе появляется и растет раздражение друг другом. Но! Оказывается, это не единственный возможный вариант взаимодействия: при полном освоении своих сильных функций у обоих типов наблюдается другой эффект.

Тут сначала сделаем небольшое отступление. Под полным освоением своих сильных функций автор имеет ввиду: наполнение функции, знание особенностей проявлений аспекта в различных ячейках модели А, осознание необходимости дозировки информации по аспекту при общении с представителями других соционических типов, ответственность по аспекту за окружающих.

Что же происходит при общении двух взрослых *Есенина* и *Габена*? С одной стороны, *Есенин* прекрасно понимает разрушительное действие ярких эмоций и переживаний для *Габена* и держит атмосферу общения на нужном уровне без перепадов. С другой — *Габен* осознает тщетность разговоров о технологиях и старается разбить мысли на более простые, чтобы *Есенин* успевал их переварить и осознать опорные точки, переведя технологию в структурную логику. С обеих сторон ощущается некая забота по аспекту болевой функции, и в ответ идет реакция заботы с фоновой. Фоновая, как мы помним, в *суперэго* работает с референтной функцией партнера: таким образом, корректируются и обогащаются шаблоны двухмерной подсознательной функции.

**Пример:** Автор статьи (*Есенин*) не позволяет себе ярких эмоций в присутствии *Габена*, аккуратно корректируя атмосферу и поддерживая комфортный уровень энергетики в помещении. В свою очередь *Габен* в щадящей форме говорит, каких принципов нужно придерживаться в разработке методик или в отношении к заработку, работе, что сняло панику по болевому аспекту. Параллельно у автора прояснились вопросы логики и статуса, а у *Габена* несколько проработались вопросы программирования по этике отношений.

Кроме особенностей интертипных отношений *суперэго*, стоит обратить внимание на следующее — в ходе практики выяснилось, что камнем преткновения во взаимопонимании обычно являются следующие признаки (в порядке убывания): R10 (*рациональность/иррациональность*), R9 (*правые/левые*), R2 (*статика/динамика*).

Рассмотрим их немного подробнее.

**R10 (рациональность/иррациональность)** — базовый признак, обнаруженный Юнгом; не является дополняющим.

*Рациональные* типы — с доминированием логики и этики — ориентируются на накопленный опыт, достижения среднего разума, уважают авторитеты, правила, нормы.

*Иrrациональные* типы — с доминированием сенсорики и интуиции — опираются на свое восприятие постоянно меняющегося мира, авторитетов не признают, нормы и правила не уважают.

Проблема непонимания: споры о том, надо ли поступать как все или как хочется.

**R9 (правые/левые)** — один из диадных признаков Рейнина (иногда встречается название «процесс/результат»).

*Правые* — люди, которым важен процесс и погружение в него. Они предпочитают работать с информацией, которая уже существует. Они как бы работают в горизонтальной плоскости, расширяя и утаптывая площадку для применения накопленных знаний.

*Левые* — люди, которым важен результат, они не отождествляют себя с протекающими процессами. Им важно подведение промежуточных итогов. Интересуются новыми исследованиями. Работают как бы в вертикальной плоскости — обеспечивают прорыв в новые пласти знаний и открытий.

Проблема непонимания: разные сферы интересов и как следствие проблемы в совместной работе: левые предпочитают заниматься новым, экспериментировать, ориентируясь на результат, правые предпочитают процесс созидаания информации из сферы изученного, раздраженно отмахиваясь от левых.

**R2 (статика/динамика)** — один из индивидуальных признаков Рейнина.

*Статики* — люди, сознание которых ориентировано на постоянные, неизменные характеристики объекта, ситуации, состояния, а действительность воспринимается как набор картинок (кадров, слайдов).

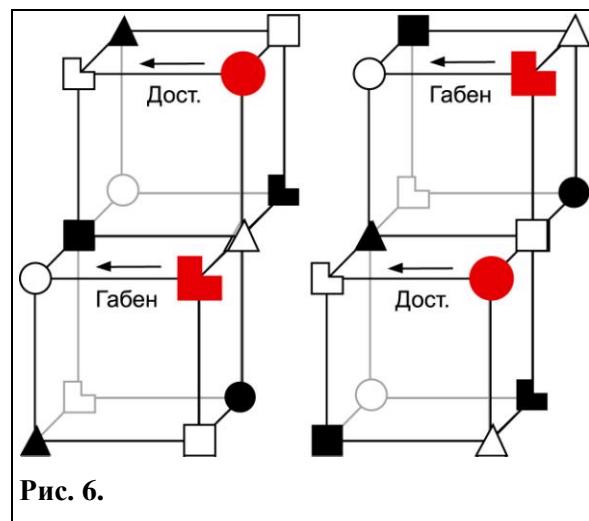
*Динамики* — люди, для которых более осознаваемыми являются динамические, изменяющиеся характеристики объекта, ситуации, процесса, а действительность воспринимается как слитная последовательность событий.

Стоит оговориться, что признак R2 является дополняющим, но в нем есть большое различие в восприятии окружающего мира.

Проблема непонимания: разница в восприятии мира не выявляет больших протестов у соционических типов, различных по этому признаку (все-таки *дуальная* пара сочетает в себе оба признака), но при совместной работе *статики* «хотят всего здесь и сейчас», а *динамики* понимают ценность времени как ресурса и динамическое развитие тех или иных процессов.

Вернемся к *суперэго*. Если мы посмотрим по признакам Рейнина, то увидим: у обоих типов одинаковые все три признака R10, R9 и R2. То есть у них во многом совпадают взгляды, ценности и видение мира (в случае Есенина и Габена — процессуальное, динамическое). Причем отношения являются дополняющими по признакам R5 (*интуиция/сенсорика*) и R6 (*этика/логика*). Отсюда можно сделать вывод, что *суперэго* может быть весьма продуктивным при соблюдении вышеописанных условий.

Кроме того, у отношений *суперэго* есть интересное практическое применение. В нашей школе практикуется преподавание в дополняющем режиме. Обычно преподаватели составляют активационную пару. Отношения активации считаются благоприятными, но там есть и подводные камни, о которых писала М. Фролова в своей статье «Отношения активации при преподавательской работе в дополняющем режиме в паре Робеспьер — Дюма».



Если описать проблему вкратце, то при работе по базовой у одного из партнеров активируется информационный обмен по горизонтальному ребру, включающее ограничительную функцию у партнера.

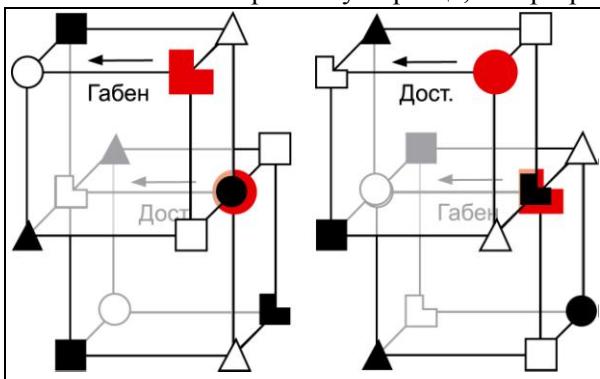


Рис. 7.

А как мы помним, в активации защитная функция одного падает на болевую функцию другого. Посмотрим, как это выглядит в геометрическом представлении модели А (на примере Габена и Достоевского). Отчетливо видно два режима взаимодействия: комфортный (рис. 6) и конфликтный (рис. 7).

Оказывается, отношения *супер-эго* могут переводить конфликтный ре-

жим активации в комфортный.

Рассмотрим несколько вариантов: **первый конфликтный режим** — когда *Достоевский* начинает работать по базовой функции — этике отношений, активируя ограничительную волевую сенсорику *Габена* (рис. 8). На рисунке отображена фаза конфликта (обведена

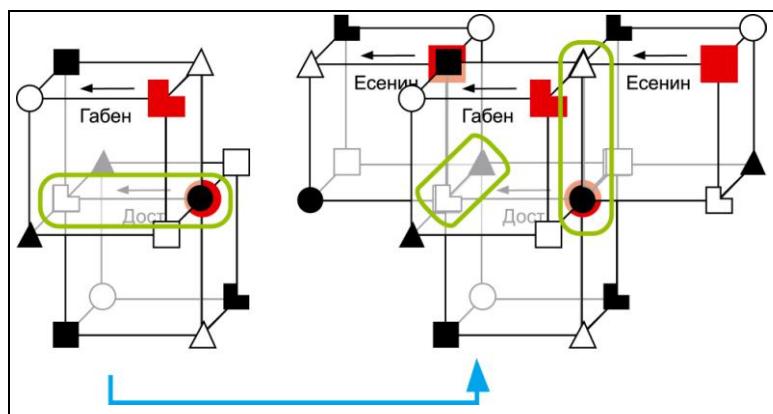


Рис. 8.

зеленым контуром) и дальнейшие варианты взаимодействия Есенина с Габеном и Достоевским (в геометрическом изображении, как кубик Есенина может состыковаться с конфигурацией кубиков Достоевского и Габена), активируя ребра индивидуальных отношений (также обведены зеленым контуром), меняя акценты текущих разговоров, переводя энергию из опасных аспектов в другие.

Тут возможны два варианта разрешения проблемы.

**Профилактический:** когда реакция Габена еще не произошла. В этом случае Есенин взаимодействует с Достоевским, переводя тему разговора на аспект интуиции возможностей (рис. 9). Если мы обратим внимание на геометрию, то увидим, что при теме, затрагивающей этику отношений, в паре Есенин-Достоевский активируется ребро  $\square \rightarrow \triangle$ . Поэтому «энергия» автоматически при участии Есенина в общении перенаправляется на  $\triangle$  — творческую функцию Достоевского, что и переводит сцепку в комфортный режим.

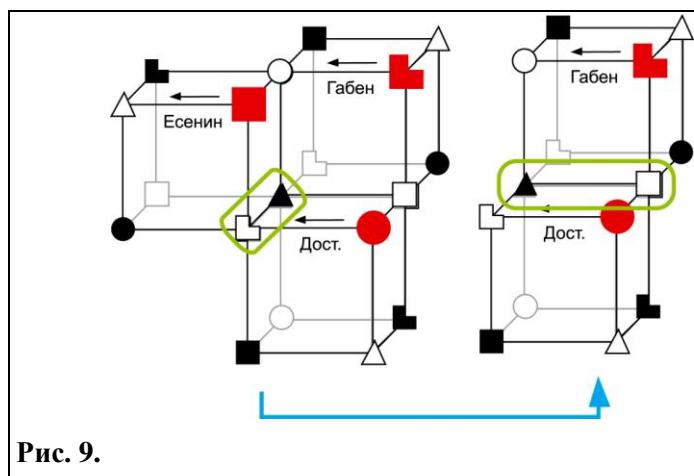


Рис. 9.

**Реанимирующий:** реакция Габена уже есть. В этом случае Есенин уже взаимодействует с Габеном (рис. 10). В защитном режиме Габен «надевает маску Жукова», чего Есенин, в отличие от Достоевского, не боится, и он способен успокоить Габена, переведя разговор в русло белой интуиции «все будет хорошо». Достоевскому лучше на время покинуть помещение, с целью сберечь болевую функцию. Кроме того, Есенин может успокоить и Достоевского — квазитождески отличично понимают друг друга и могут найти общий язык. Если мы посмотрим на геометрию, то увидим, что при воздействии ограничительной функции Габена у пары Есенин-Габен активируется ребро, переводящее энергию с аспекта черной сенсорики на аспект интуиции времени, и, таким образом, конфликтный режим становится комфортным.

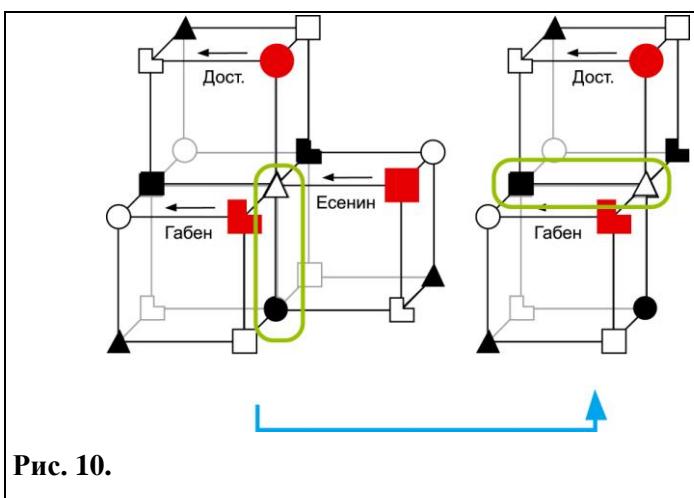


Рис. 10.

**Второй конфликтный режим:** уже Габен начинает много говорить по аспекту базовой белой сенсорики, что активирует защитную реакцию Достоевского — этику эмоций (рис. 11). На рисунке отображена фаза конфликта (обведена контуром) и дальнейшие варианты взаимодействия Есенина с Габеном и Достоевским (в геометрическом изображении, как кубик Есенина может состыковаться с конфигурацией кубиков Достоевского и Габена), активируя ребра индивидуальных отношений (также обведены контуром), меняя акценты текущих разговоров, переводя энергию из опасных аспектов в другие.

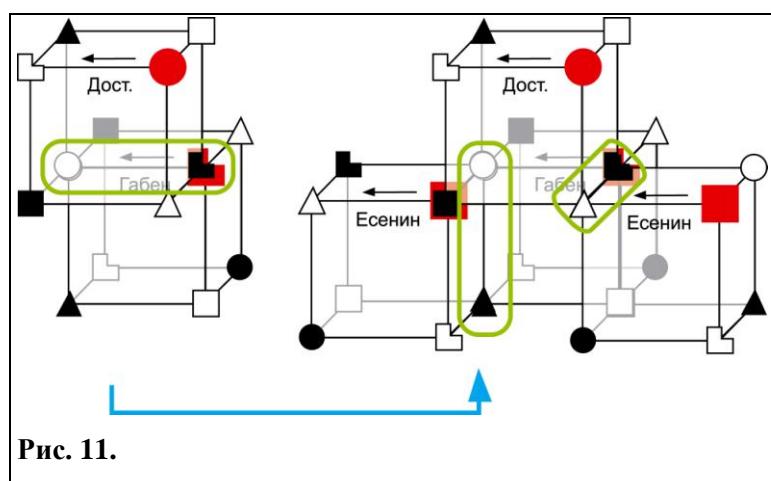


Рис. 11.

Снова у нас два варианта решения назревающего конфликта.

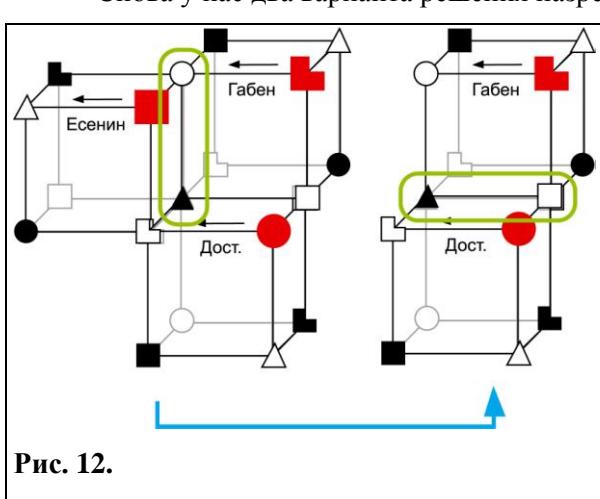


Рис. 12.

**Профилактический:** реакции Достоевского еще нет. Взаимодействие Есенина идет с Габеном — перевод темы на аспект интуиции возможностей (рис. 12). При взгляде на геометрию отношений, становится очевидно, что в присутствии Есенина разговор по аспекту белой сенсорики (○) активирует ребро, переводящее энергию общения в русло интуиции возможностей (▲), что сводит возможность конфликтной сцепки Достоевского и Габена на нет.

**Реанимирующий:** реакция Достоевского уже есть. Снова нужно разделить активаторов и успокаивать по очереди. Есенин, в принципе, не боится эмоциональных излияний и способен перевести тему на аспект *интуиции времени* ( $\Delta$ ) (как мы видим, сцепка Достоевского и Есенина при проявлении эмоций идет также по *интровертной интуиции*). И потом в разговоре Есенина с Габеном можно скорректировать его эмоциональное состояние и обсудить причины (сцепка эмоций ( $\blacksquare$ ) со *структурной логикой* ( $\square$ ) в вертикальном ребре) (рис. 13). Снова посмотрим на геометрию отношений: аспект черной этики у Достоевского при Есенине вызывает активацию ребра (у пары Есенин-Достоевский), переводащего энергию из эмоций в интуицию времени, что переводит конфликт в комфорт.

Таким образом, вопреки тому, что *суперэго* считаются неблагоприятными отношениями, мы видим, насколько при наличии определенных условий они могут быть взаимно полезными, продуктивными и поддерживающими, обогащающими шаблоны двухмерных функций и снимающими программирование.

Но все же, несмотря на все описанные преимущества, стоит признать, что режимы дозировки информации по творческой функции и осознанной помощи/заботы по ограничительной функции довольно непросто удерживать. Поэтому **в любом случае рекомендуется друг от друга отдыхать**, дабы избежать перегрузки по болевой функции.

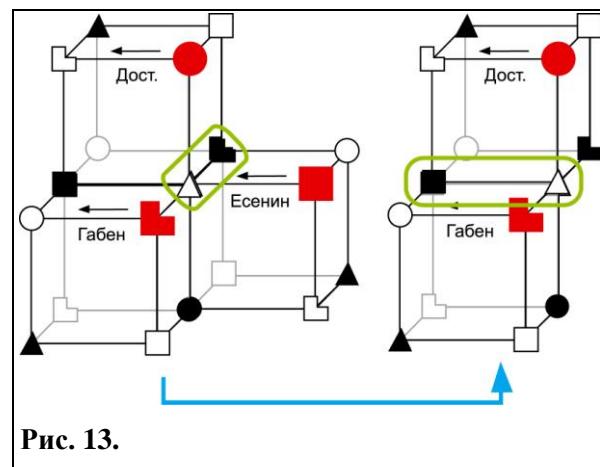


Рис. 13.

### Л и т е р а т у р а :

1. Аугустинович А. Соционика: Психотипы. Тесты. / Сост. Л. Филиппов. — М.: АСТ; СПб.: Terra Fantastica, 1998.
2. Бескова Л., Удалова Е. Уроки соционики, или Самое главное, чему нас не научили в школе. — М.: «Астрель», 2003
3. Удалова Е. А. Уроки соционики — 2, или Секреты наших отношений. — М., 2007. — 268с.
4. Фролова М.Г. Отношения активации при преподавательской работе в дополняющем режиме в паре Робеспьер–Дюма. // Соционика, ментология и психология личности. — 2009. — № 6. — С. 15–23.
5. Гуленко В., Тышенко В. Юнг в Школе. Соционика — межвозрастной педагогике. Новосибирск: Изд-во Новосиб. ун-та, 1998.
6. Букалов А. В. Структура и размерность функций информационного метаболизма» // Соционика, ментология и психология личности. — 1995. — № 2.
7. Рабочая группа по соционике при лаборатории междисциплинарных исследований ИБПЧ (Санкт-Петербург) Наполнение признаков Рейнина: результаты практических исследований. // Соционика, ментология и психология личности. — 2003. — № 1. — С. 8–28.
8. Карпенко О. Б. Признаки Рейнина: происхождение, существование, применение // Соционика, ментология и психология личности. — 2002. — № 6.

Статья поступила в редакцию 02.02.2010 г.