

Пятницкий В. В.

ОБ УПРАВЛЯЮЩИХ ЭМОЦИЯХ И МОДЕЛИ ТИМа

Выдвинута гипотеза о том, что с точки зрения системной соционики механизм управления ТИМ для биологических систем реализуется через эмоциональные состояния. Предложено называть такие эмоции управляющими эмоциями. Рассмотрена параллель между управляющими эмоциями и «отравляющими» эмоциями в буддизме.

Ключевые слова: соционика, эмоции, управление, состояние.

Для того чтобы вы получили понятие о предмете данной статьи, предлагаю вам вспомнить недавний яркий эпизод, когда вы чувствовали острую эмоцию злости, возмущения, негодования, интереса, желания, агрессии, отвращения, влечения, зависти, опасения, страха, паники.

Если быть внимательным к нашей жизни, то мы заметим, что подобные эмоции совсем не редкость, мы испытываем их множество раз на день в самых обыденных ситуациях. Что более важно и в чем, возможно, мы не отдаем себе отчета, так это в том, что вся наша жизнь, по сути, направляется, и можно сказать, определяется этими эмоциями. Мы стремимся к тому, что нас привлекает и избегаем того, что нам не нравится. Таковы два полюса: **притяжение и отталкивание**, которые с точки зрения теории систем достаточны для **управления** целенаправленной деятельностью.

Соционика, как наука об информационном взаимодействии психики с окружающим миром, моделирует такую целенаправленную деятельность используя модель А как заместитель психики. Как показал В. Д. Ермак [1], модель А можно рассматривать с позиций теории управления. С этой точки зрения психика обязана иметь как минимум две «кнопки» — притяжение и отталкивание, которые направляют ее в ходе функционирования, т. е. обеспечивают «наведение» носителя психики для достижения заданной цели.

В этом ключе, под **управлением** мы будем понимать **воздействие внешнего мира (надсистемы), которое осуществляется с помощью механизма притяжения и отталкивания, для ориентации носителя психики на достижение определенного результата.**

Такое управление присутствует в модели А на разных уровнях. Если говорить о блоках, то две управляющие кнопки (притяжение и отталкивание) означают блоки Супер-Эго и Супер-Ид. Так, известно, что блок Супер-Ид имеет характер работы «хочу» и реагирует на привлекательную информацию, а блок Супер-Эго обрабатывает информацию, которая неприятна, хотя, может быть, и необходима, и его работа носит характер «надо». Если мы говорим об отдельных функциях, то управление моделью А происходит через четвертую (болевую) и пятую (суггестивную) функции. Четвертая функция иногда называется точкой наименьшего сопротивления (ТНС) и ее реакция состоит в том, чтобы уйти от неприятной (болезненной) информации по своему аспекту. Пятая функция наоборот как бы неосознанно «ищет» информацию по своему аспекту, которая выглядит интересной, привлекательной.

Если рассмотреть функции в разрезе размерностей, то можно заметить, что управленческая природа одномерных четвертой и пятой функций реализуется именно в силу наличия в этих функциях только размерности опыта, способной выдавать результат обработки информации только в терминах двух полярностей: мое / не мое, хорошо / плохо, принять / отвергнуть, нравится / не нравится.

На практике можно почувствовать описанное управление, проделав предложенное в начале статьи наблюдение над собственными эмоциями. Если задаться целью в течение дня отслеживать появление перечисленных эмоций и наблюдать их связь с нашими действиями, мы увидим, что каждый раз, когда возникает эмоция, мы склоняемся к принятию того или иного решения, другими словами, эмоции подсказывают нам коридор, в котором мы можем двигаться. В таком нехитром эксперименте можно очень наглядно и как бы «изнутри» пси-

хики ощутить на себе работу управления модели ТИМ. Наблюдения показывают, что очень большая масса управляющих воздействий (если не все) имеет эмоциональный характер. Иногда эти эмоции очень ярко выражены и мы можем ощущать их настолько остро, что нам хочется от них избавиться как можно скорее, а иногда они имеют незаметный характер мимолетных предпочтений, которые как подводные течения направляют нашу жизнь.

Сформулируем гипотезу: управляющее действие функций, обрабатывающих информацию, субъективно носит характер эмоций, направленных на притяжение–отталкивание, которые будем называть **управляющими эмоциями**.

«Субъективно» означает, что так они воспринимаются изнутри. То, что управляющее воздействие носит эмоциональный характер, означает, что оно описывается в терминах макроаспекта *этики*.

Опираясь на гипотезу «эмоциональности» управления можно объяснить некоторые особенности интерпретации модели А. Первая особенность интерпретации состоит в том, что модель А часто называют энерго-информационной, при этом ставя энергию и информацию в одну плоскость и делая их как бы равноправными. С нашей же точки зрения, энергетика является внутренним механизмом передачи управления в информационной модели психики.

Вторая особенность интерпретации модели А, проистекающая из энергетического характера управления психикой заключается в том, что зачастую при идентификации ТИМа путают проявление управляющих эмоций и результат обработки информации функциями *этики эмоций* (■) и *этики отношений* (□). Например, когда человек говорит: «мне это не нравится», эту фразу можно трактовать как выдачу информации об отношении к чему-то от функции *этики отношений*. С другой стороны, эту фразу в зависимости от контекста, можно понять и как указывающую на процесс **управления**, т. е. стремление избежать работы по маломерным функциям Супер-Эго. И. Эглит было предложено выделить энергетические реакции функций (прилагаемое усилие) и отличать их от рабочей (реальной) информации по *этике эмоций* (■). [3] Энергетические реакции функций фактически являются управляющими эмоциями, так как, в конечном счете, все они являются «указанием» о направлении движения. Таким образом, следует быть внимательным и различать случаи проявления управляющих эмоций (говорящих нам о характере управления модели вообще) и обработку информации по аспекту ■.

Приведем несколько примеров.

Информация по аспекту ■ (этика эмоций):

Чувства человека это очень важно, его переживаниями, эмоциями, состояниями нельзя пренебрегать, прикрываясь какими-то материальными выгодами, подменяя ложными ценностями. Особенно чувства ребенка, особенно слезы (если слезы настоящие, то можно представить что у него внутри твориться) — это очень чистые чувства, в которых нет мусора, фальши...

Окружающие называют меня веселым и оптимистом. Не люблю пессимизм. Вечерами настроение обычно какое-то грустное, а днем, когда на людях чаще веселое. Бывает и грустное, иду например по универу, грустно, тут навстречу кто-нибудь знакомый, улыбка сама появляется, настроение улучшается, а если это вообще близкий знакомый, то тут может настроение вообще сильно подскочить, и надолго его хватит. За минуту поднялось и потом час прет.

Отслеживание управляющих эмоций в функции ■ (подчеркнуто):

Во-первых, действительно, важно именно состояние в ближнем окружении. Не столько лично моё настроение, сколько маленький праздник вокруг. Ну, пусть не праздник

(это громко сказано), а хотя бы просто спокойное, нейтральное состояние. Это окрыляет, придаёт силы.

А если кому-то плохо, кто-то рядом со мной находится в минусе — это обычно выбивает. Например, в общежитии когда-то типичная для меня ситуация: приходит сосед по комнате в дурном расположении духа и начинает молча всем своим видом показывать как ему плохо (сидит надутый, может ещё дверью демонстративно хлопнуть, посудой погреть). Ну, в общем, типа неприятности там у него какие-то на работе. Обычно, мне этого вполне достаточно: я в полном ауте, даже если перед этим было хорошее настроение, оно улетучивается практически моментально.

Отслеживание управляющих эмоций в функции □:

На работе или в абстрактном споре, а также в споре с вышестоящими инстанциями, я готова отстаивать свою позицию до опупения. Потому что поражение не будет болезненным, а стимулирующим. Особенно если уверен, что ты прав.

Отслеживание управляющих эмоций в функции □:

Боязнь, что меня не будут любить. Эпизоды помню с самого детства. Когда в 7 лет мне подружка во дворе «объявила бойкот» и перестала со мной разговаривать — я даже спросить не смогла, почему. Ушла домой реветь. Потом, спустя 2 дня она бойкот сняла, сообщив, что ей просто захотелось побыть наедине. Да сейчас тоже ловлю себя на мысли, что, например, могу бояться добавить интересного человека в друзья в социальной сети, так как без причины вроде бы стучусь и тем более, если мы не знакомы, он имеет право меня проигнорировать.

Отслеживание управляющих эмоций в функции ■:

С качеством покупаемой вещи у меня бывают проблемы: я уделяю ему очень большое внимание, всегда стараюсь все проанализировать, и в большинстве случаев после покупки натываюсь на что-то незамеченное и разочаровываюсь.

Вообще, мне нравятся технически совершенные и красивые, сложные устройства. Меня завораживают карманные компьютеры, сотовые телефоны с большим количеством функций как атрибуты деловитости, наверное.

Как видим, человек управляется через маломерные блоки с помощью энергетических состояний (управляющих эмоций) удовольствия или разочарования.

Когда человек действует от своего блока Эго и воздействует на маломерные функции других людей, то фактически здесь реализуется тот же механизм управления. Пример использования эмоций (блок Эго) в качестве управления:

Фальшь — это когда внутреннее состояние не соответствует тому, что выдается наружу, более того эти эмоции используются как средство для манипуляции. С возрастом ребенок может отслеживать, как и какие его действия влияют на окружающих. Например, я еще в раннем детстве понял, что можно, когда надо надуться, когда надо заплакать, когда надо отстраниться или показать в какой-то степени презрение, и тогда со мной пойдут гулять, несмотря на какие-то дела, купят машинку или еще что-нибудь.

По нашим наблюдениям, управляющие эмоции присутствуют не только в маломерных блоках. В многомерных блоках тоже можно наблюдать энергетические состояния притяжения и отталкивания. Самые распространенные среди них — интерес и увлеченность (также присутствует в блоке Суперид):

Какие есть параметры, по которым я могу определить справлюсь ли я с работой? Во-первых — опыт. Если некоторое подобие этой работы проделывалось

ранее, я могу прогнозировать по силам ли мне эта работа. Во-вторых — интерес. Бывают ситуации, когда просто интересно сделать ту или иную работу даже если раньше никогда ничего подобного не делал. Если работа интересна, я 99,9% ее сделаю.

Также направляющими нас эмоциями многомерных функций являются: чувство важности, стремление быть лучше, высокомерие, гордыня, амбициозность, а также злость, агрессия, неудовольствие, если не удастся достигнуть вершины, быть первым.

Просто всегда есть настрой и желание, а точнее потребность делать все лучше других. Это все равно, что выходишь на беговую дорожку. Раз вышел, то должен бежать изо всех сил. Даже если ты не самый сильный бегун. Должен отработать на все 100. Если нет уверенности или желания, то лучше ничего не делать. Поэтому, если говорить об иерархической лестнице, то происходит то же самое. Ты видишь там, высоко последнюю ступеньку. И начинаешь стремиться к ней. И когда ты движешься к ней, переходишь с одной ступени на другую, то получаешь посто громадное удовлетворение. Не от того, что ты кого-то обошел (здесь этого нет), а от того, что ты сделал это. Своего рода соревнование с самим собой.

Следует отметить, что многие индикаторы размерности и знаков функций, выявленные в ШСС, фактически опираются на отслеживание управляющих эмоций. Именно управляющие эмоции показывают нам на границы компетенции функции. Как только мы приближаемся к такой границе, появляются состояния неуверенности волнения, беспокойства, трепета, а последующим нарастанием накала вплоть до страха, паники, ужаса.

Интересна точка зрения буддизма, на предмет эмоций. В буддизме [3] выделяются так называемые «отравляющие» эмоции, к которым классически относятся три: страсть, отвращение и безразличие (или тупость). Вместе с тем в буддизме кроме отравляющих эмоций существуют конструктивные эмоции, такие как радость, счастье, любовь и другие. Однако буддистские техники направлены на работу прежде всего с отравляющими эмоциями, так как они отрицательно влияют на жизнь человека и являются причиной сансары (заблуждения и страданий).

В таком изложении становится очевидна корреляция с концепцией управления в теории систем, описывающей притяжение и отталкивание в качестве основных управляющих воздействий. Тупость или безразличие могут быть проинтерпретированы как слабая форма отталкивания, слабое стремление избежать ситуации.

Можно заключить, что последователи буддизма, стремясь к избавлению от страданий, имеют дело, прежде всего, с отравляющими (=управляющими) эмоциями, работая над тем, чтобы получить лучший контроль над ними и, в конечном итоге, превзойти их действие. Здесь важно заметить, что буддисты не борются с проявлениями эмоций как таковыми, негативным считаются лишь неосознанные реакции, вызванные этими эмоциями. С точки зрения системной соционики, такая работа эквивалентна работе с управляющими сигналами или говоря иначе, в осознанном перехвате управления.

Буддизм, предлагает искать точку, в которой генерация управляющей эмоции еще не произошла. Вот что пишет последователь буддизма Реджиналд Рей [3]:

... Между чувством, заключительной ниданой [фазой] кармического результата, и жаждой, первой производящей карму ниданой [фазой], есть открытое пространство. Здесь нет никакой неизбежности и никакого предопределения. Это точка, в которой у нас есть свобода. Сделает ли человек следующий шаг к жажде — это действительно вопрос выбора, хотя это шаг, который мы обычно делаем, не отдавая себе отчета в том, что выбор существовал. ... Другими словами, мы можем остаться со своим удовольствием и болью, не пытаясь попробовать сделать что-нибудь с этим. ... нам нужен метод, который даст возможность воспользоваться преимуществом этой открытости в нашем собственном состоянии сознания, чтобы найти это место и остаться в нем. Это — цель медитации... Фактически, можно сказать, что полный путь тибетского буддизма... — это не что иное, как обучение умению остаться в пространстве между чувством и жаждой

как можно более глубоко и тонко и уменью увидеть влияние этого пребывания на тот способ, которым мы проживаем свою жизнь.

Таким образом, индивид может получить большую степень свободы, не будучи настолько зависим от управляющего сигнала.

Пока оставим в стороне вопрос насколько вообще возможно выйти из-под управления надсистемы, но с точки зрения соционики такой поход к решению проблемы выглядит вполне логичным. Более логично разбираться с корнем — с эмоциональным **управлением** маломерных функций (четвертой и пятой), чем усиленно их «прокачивать», как рекомендуют некоторые соционические консультанты, в надежде, что «слабые» функции когда-нибудь станут настолько «сильными», что перестанут доставлять беспокойство. Этого не случится именно в силу функционального назначения маломерных функций: они предназначены для управления психикой, т. е. генерирования управленческих сигналов. Для решения проблемы более правильно работать не с наполнением, а с управлением функций (что, конечно не исключает работу с наполнением психики в целом).

Что произойдет в случае, если индивиду удастся получить достаточную свободу от управляющего воздействия управляющих функций и блоков модели? Можно предположить, что управление не исчезнет (т. к. с точки зрения теории систем это привело бы к гибели системы [1]), но перейдет на качественно другой уровень, о котором можно только догадываться. «Превзойдет» ли такой индивид свою модель психики? Можно предположить, что изменятся только управляющие воздействия маломерных блоков в том виде, в каком они известны нам, но мерность обработки информации функциями модели останется прежней.

В свете выше изложенного интересны следующие вопросы:

- Все ли эмоции являются управляющими?
- Любое ли управление носит эмоциональную (энергетическую) природу?

По большей части ответы на эти вопросы остаются пока открытыми для автора статьи.

Возможно, энергетичность управления, т. е. сильная зависимость целеполагания от внутреннего состояния системы является особенностью только биологических систем в том виде, в котором они известны нам. В этом смысле биологические живые системы обречены на страдания в силу энергетической природы управления. Можно предположить, что управление для небологических систем может осуществляться чисто алгоритмически без необходимости привлекать энергетическое состояние системы.

Возвращаясь к системной соционике, можно видеть непосредственное практическое применение феномена управляющих эмоций для идентификации ТИМа. В ходе практической работы над методикой идентификации ТИМа [4] мы убедились в поразительной эффективности наблюдения за управляющими эмоциями для определения ТИМа. На самом деле, наблюдение за управляющими эмоциями может считаться самым быстрым и эффективным способом идентификации, включая самоидентификацию.

Л и т е р а т у р а :

1. Ермак В. Д. Классическая соционика. — М.: Черная Белка, 2009.
2. Эглит И. М. Основы соционического самонаблюдения // СМиПЛ, 2011, №1.
3. Реджиналд А. Рей. Нерушимые истины. // АСТ, 2004.
4. Эглит И. М., Пятницкий В. В. Исследование страхов в одномерных функциях // СМиПЛ, 2009, №4.

Статья поступила в редакцию 10.08.2011 г.