

## МЕТОДОЛОГИЯ

УДК 159.92

Фролова М.Г.

### О РАЗВИТИИ ИНТУИЦИИ

Описаны практические методы развития психических функций интуиции времени (интровертная интуиция) и интуиции возможностей (экстравертная интуиция), которые реализуются в соционических тренингах. Рассмотрены примеры проявления и восприятия по этим функциям.

*Ключевые слова:* соционика, интуиция времени, интровертная интуиция, интуиция возможностей, экстравертная интуиция, логика, этика, личностное развитие.

Базовым курсом в Школе прикладной соционики Е.А.Удаловой является курс «Основы соционической диагностики». В процессе обучения у студентов происходит не только познание самой науки, но и самоидентификация. И тогда мы с неизбежностью сталкиваемся с тем, что такое свойство человека как интуиция, «не проходят» в школе.

*Логика, немножко этика, даже сенсорика* в виде дисциплины (черная) и гигиены (белая) хоть как-то отражены в учебном процессе. А *интуицию* педагогика игнорирует. Если еще и родители не видят ее в ребенке, то он и сам не умеет ею пользоваться и доверять своим «неясным» предчувствиям. Поэтому тренинги интуиции для интуитов был неизбежным шагом в нашей программе.

В соционике *интуиция* — функция психики, осуществляющая непосредственное восприятие, сбор мельчайших крупиц информации о непроявленном мире. Из этой, собранной при помощи интуиции информации, в голове человека, обладающего сильной интуицией, выстраивается общая картина мира.

Непроявленный мир существует, но его нельзя потрогать руками, измерить температуру или плотность. Наряду с объектами проявленного мира, которые можно увидеть, объективно существует некий набор возможностей, потенциалов каждого из этих объектов, набор условий, в которых могут реализоваться эти потенциалы, а также динамика изменения набора потенциалов и условий с течением времени.

Человек с наполненной, развитой интуицией экспертно и адекватно воспринимает информацию об этих возможностях, потенциалах, условиях и изменениях.

Как любая соционическая функция, *интуиция* существует в *экстравертной* и *интровертной* установке. *Экстравертная* (черная) *интуиция* («интуиция возможностей» ▲) оперирует информацией о потенциалах и состояниях, возможных на текущий момент. *Интровертная* (белая) *интуиция* («интуиция времени» △) оперирует информацией о динамике возможностей.

Часто людям, даже прошедшим обучение соционике, сложно бывает различить между собой проявления *экстравертной* (▲) и *интровертной* (△) интуиции.

*Черная интуиция* ▲ — это множество возможностей, однако, если мы делаем выбор для определения более перспективного варианта, то это уже будет *белая интуиция* △.

*Черная интуиция* ▲ — это варианты, потенциал, то, что заложено в человеке, явлении, объекте, и оно само по себе существует. Если сейчас мы придумываем какой-нибудь вариант, ищем какой-нибудь вариант, то это состояние на «сейчас», работает *интуиция возможностей* ▲. Если же мы смотрим развитие этих вариантов, пытаемся увидеть последствия и выбрать один из этого множества — работает *интуиция времени* △.

*Черная интуиция* заканчивается там, где заканчивается выбор.

Работающая интуиция возможностей — это чуткость и доверие к миру, гибкое реагирование по обратным связям, исполнение желаний, оформленных в виде комплекса ощущений или решения (*мир поддерживает нас в наших устремлениях (дословно!)*).

Работающая интуиция времени — это чуткость и доверие к себе, считывание сигналов, видение и управление тенденциями перспективами и судьбой посредством выборов и решений.

В раннем детстве, как правило, у каждого интуитивного ребенка интуиция работает хорошо. Дети склонны к фантазиям и образному мышлению, когда мы маленькие, мы охотно верим в чудеса и волшебство. Но по мере взросления наша вера постепенно тускнеет, а следовательно, и наши «интуитские» способности постепенно гаснут. Почему это происходит? Обычно под влиянием взрослых. Они говорят детям, что нужно быть серьезнее и заниматься делом, говорят, что пустые фантазии ни к чему не приводят, говорят «ты уже взрослый, хватит выдумывать».

Относительно недавно я столкнулась с подобной ситуацией в своей семье. Мы общались с моей восьмилетней племянницей — интуитивно логическим интровертом (Δ■). Я не очень помню, о чём таком мы изначально разговаривали, но в какой-то момент она сказала, что **больше уже** не верит в чудеса и волшебство. Я спросила её почему. Она ответила «ну не бывает же как в сказках и мультфильмах, чтобы волшебная палочка, превращения, летать... Я ей говорю, да, как в мультфильмах не бывает, бывает иначе. Мы продолжили говорить, и выяснилось, что уже в свои 8 лет она видит как будут развиваться события, видит перспективы для себя и своих близких. Но всякий раз, когда она пыталась рассказать о своём видении своим сенсорным маме и бабушке, она сталкивалась с тем, что ей не доверяют, отмахиваются от её предостережений, а то и вовсе говорят «ерунды много выдумываешь». А всякий ребенок склонен верить значимым взрослым.

Я, откровенно говоря, была сильно удивлена, что такие способности проявились у нее так рано, помня свой опыт, ожидала позднее, годам к 14-15. Чуть не упустила момент. В этом случае ситуацию мне, конечно же, удалось несколько выправить. И сестра, и мама ко мне, к счастью, прислушиваются, и прониклись тем, насколько важно с вниманием и доверием относиться к тому, что говорит племянница. Но можно легко представить себе какое огромное количество интуитивных детей не получило и не получает в детстве подобной поддержки.

На консультациях почти каждый интуит задаёт вопрос «а как это слушать себя, как это быть в интуиции». Мы все живём в физическом мире. Каждый день сталкиваемся с бытовыми заботами, вопросами здоровья, красоты и комфорта, необходимостью отстаивать свои интересы, чего-то добиваться, куда-то пробиваться. То есть погружены в сенсорные вопросы, идущие для интуитов по слабым функциям. Все эти вопросы оттягивают на себя ресурсы нашей психики и не позволяют нам непрерывно находиться в состоянии «потока» и «подключённости» к информационному полю. Всё как обычно — слабые функции перегружены, сильные страдают.

Примерно год назад я по этому поводу написала две небольшие статьи, процитирую:

*Быт и черный интуит*

*Для тех, кто учился в нашей Школе, не секрет, что ТИМ ориентирует нас в поисках своей миссии в мире. Функции верхнего блока очерчивают ту область, реализуясь в которой, мы вносим в мир то, что ему нужно. И тогда мир поддерживает нас успехом, достатком, благополучием.*

*Также не секрет, что реализуясь по слабым функциям, мы «перекрываем кислород» своим сильным — тем, которые находятся на противоположном полюсе (одна дихотомия + разная вертность). И тогда миссию свою в мире мы не выполняем, и отклик от мира имеем соответствующий.*

*На семинаре по БЭ для логиков мы, в числе прочего, говорим, что отношения — это не только белая этика. Для логиков это скорее партнерский проект, и, если этот проект любимый, или мы хотим, чтобы он приносил нам прибыль, а не убытки, над ним следует совместно созидательно работать.*

*Теперь посмотрим, что может внести в отношения черный интуит. Ну, помимо сюрпризов, хотя и они многим нравятся. И идей многим не хватает, да. Но главное, ЧИ —*

это развитие. Себя, партнера, пары. Потенциал же виден, и всегда можно придумать — как. И именно в этом и состоит миссия черного интуита в отношениях. А они, отношения, — часть мира. Выполняем миссию — бонусы получаем, не выполняем — плюхи. Все просто.

И сложно. Потому что есть же бытовые задачи, и социум неколебим в мнении о том, кто должен их решать. И ладно социум, от него можно отгородиться. Но партнер же говорит, неужели тебе не хочется для меня? Борщ там сварганить, или рубашки выгладить. Или даже не говорит, но мы знаем же, что ждет, и хотим его порадовать. Или чувствуем себя за что-то обязанными. Или у нас дети и здоровое чувство ответственности. И мы начинаем созидать наши отношения со своей слабой белой сенсорики. Прогноз печален при любом варианте развития событий. Пока мы жарим котлетки, наводим чистоту и уют и подтираем деткам попки и носики, наша ЧИ не работает, и работать, в полную силу, не будет. Одно гасит другое, это неизбежно, тут не бывает исключений.

Как же быть? Тут все понятно в случае, если у нас здоровая психика. Тогда у нас адекватный партнер, с которым можно поговорить. Сказать ему, что в мире полно людей, которые могут готовить, убираться и все остальное бытовое. И мало людей, которые могут дать то, что могу я (для начала, конечно, для себя нужно понять, а что я, собственно, могу, и партнеру это продемонстрировать, чтобы увидел, что правда могу). И это, то, что я могу дать, оно более ценно, чем то, что может любая повар/нянька/уборщица. А чтобы мочь, я должна быть свободна от их функций. Я и чувствую себя совсем иначе, когда у меня есть свобода быть собой, крылья у меня тогда вырастают, и на них мы вместе можем летать...

Адекватный партнер поймет. И дальше вопрос о том, как решить бытовые задачи, становится чисто техническим. Ну, а если партнер понимает отказывается, это повод задуматься о том, правда ли это хороший партнер для такого глобального проекта. А главное о том, правда ли с нашей психикой все в порядке, если мы сочли его хорошим...

### Про страх

У каждого из нас, если покопаться, немало найдется неуверенностей, которые, оставаясь с нами всю жизнь, рано или поздно перерастают в страхи.

Все эти неуверенности (и затем страхи) возникают в области наших слабых функций, по сильным мы уверены, что справимся с любой сложной задачей.

### Например.

Сенсорик не уверен в том, что будет, что может с ним случиться. Жил себе, жил, а тут бац — пандемия, и трансляция того, что бывает от этого вируса. И он начинает бояться заразиться. Т.е. не просто разумно опасаться и меры защитные принимать, а именно погружаться в ощущение страха.

Интуит не уверен в собственной телесной привлекательности (не встречала вообще людей, на 100% довольных своим телом). Если при этом он логик, то с возрастными изменениями внешности эта неуверенность перерастает в страх потери партнера (типа кому я такой еще буду нужен). У этиков такое реже, если они отношениями с этики рулят. Но среди этиков интуитов тоже бывает страх перед вирусом если они акцентируются на вопросах своего здоровья.

Логики в какой-то момент начинают бояться одиночества, этики — нищеты. Лично знаю этика, который очень хорошо зарабатывал и имел солидные накопления на счетах, и жил, при этом, в страхе, что все потеряет.

Как видим, все эти страхи, что случится что-то плохое, идут со слабых функций.

Вспомним теперь знаменитое изречение «Кирпич ни с того ни с сего никому и никогда на голову не свалится». И подумаем, что оно означает.

Мы говорили уже о миссии и об обратных связях. Миру нужны люди, которые реализуют в нем свое предназначение. Т.е. свои сильные функции. С такими людьми ничего фатального (раньше времени, конечно) случиться не может.

*Так что единственное, чего на самом деле стоит опасаться — это зализнуть в слабых функциях, т.е. потерять себя. Сохранение себя (жизнь по сильным функциям) должно быть главным приоритетом для того, кто хочет жить полноценно, качественно и счастливо.*

На тренингах мы говорим о том, что быть в интуиции прежде всего означает быть в определённом состоянии, настрое. У всех интуитов искомое состояние периодически случается в течение их жизни спонтанно. И каждый из них их на занятиях об этом конечно же вспоминает. И в процессе тренингов совместными усилиями преподавателей и группы настройка на нужное состояние участников происходит. В дальнейшем задача состоит в том, чтобы это состояние поддерживать, не утратить его в жизненной повседневности, заботах и суете.

Для того чтобы помочь интуитам разгрузить свою слабую сенсорную систему, мы разработали семинар по сенсорике ощущений для интуитов. На семинаре разбираем типичные сложности, которые возникают у интуитов в этой области, даём адекватные шаблоны, советы как разгружать себя, как и о чём перестать беспокоиться. По волевым сенсорике разработка подобного семинара только ещё предстоит, у нас это запланировано — и тренинг, и семинар. Разработка семинаров по слабым функциям является вторым этапом относительно разработки тренингов по сильным.

Разработка тренинга процесс непростой и не быстрый. Во-первых, нужно собрать группу экспертов (носителей сильной функции, хорошо по ней развитых), которые будут готовы на чистом энтузиазме посвятить довольно большое количество своего времени сбору материалов. О каких материалах идёт речь. Это и различные жизненные ситуации, и видео иллюстрации по соответствующей функции в проявлении каждой из её четырёх мерностей, и история вопроса.

Для примера приведу некоторые из трудов ученых и философов, изученных в процессе подготовки тренингов по интуиции:

*«Синхронистичность: акаузальный, связующий принцип», К.Юнг (в противовес причинности, являвшейся привычной опорой современной ему науки, ввел понятие синхронистичности как некоего значимого совпадения, которое является сокровенной частью структуры Вселенной и объясняется ее невидимым, трудноуловимым, руководящим принципом.*

*Он говорил о наличии в мире иных связей между событиями, отличных от причинно-следственных. И пришел к выводу, что совпадения — это нечто большее, чем просто случайность. Что между событиями, не связанными друг с другом, как связаны причина и следствие, существуют связи иной природы — синхронистические.*

*Юнг высказывал гипотезу, что для того, чтобы заставить нас обратить внимание на нечто важное, наша внутренняя психика фактически меняет мир, создает совпадения, которые способны указать путь к спасению, выход из безнадежной ситуации).*

*Одновременно и отчасти совместно с Юнгом совпадениями интересовался другой ученый, физик, специалист в области квантовой механики В.Паули. Он придерживался такой точки зрения: то, что мы воспринимаем как реальность, представляет собой удивительный результат случайных столкновений, волн энергии и непредсказуемых событий, которые необъяснимым образом «складываются» в упорядоченную Вселенную. И непонятно лишь где находится «мост» через пропасть между макромиром «столов и стульев», который был вполне предсказуем, и микромиром призрачных частиц и текучей энергии, из которых на самом деле строилось то, что представлялось таким прочным и стабильным.*

*Классификация примеров «феномена синхронности» А.Кестлера, английского философа (опубликована в 1972г.)*

*«Закон последовательностей» или «Закон серийности» — результат исследования Пауля Каммерера, австрийского биолога-зоолога, 1919г.*

«Корпускулярно-волновая теория» (В начале двадцатого века ученые столкнулись с тем, что элементарные частицы, в частности электрон, проявляют свойства как частицы, так и электромагнитной волны. Свойства электромагнитной волны нелокальны, и распространяются далеко за пределы источника. Материя состоит из элементарных частиц, в частности, из электронов. Люди состоят из материи, и, соответственно, из электронов. Таким образом, помимо того, что мы существуем как физическое тело, другая часть нас существует как электромагнитное поле, или электромагнитная волна, возмущение электромагнитного поля, распространяющееся в пространстве).

«Квантовая теория поля» — развитие принципа корпускулярно-волнового дуализма — изучающая поведение квантовых систем с бесконечно большим числом степеней свободы (некоторые учёные, в том числе В.И.Вернадский, Н.В.Тимофеев-Ресовский, писали о существовании некоего энергоинформационного поля).

Труды основоположника кибернетики Норберта Винера (говорил об объективности информации. Отделял ее и от материи, и от энергии. Современная кибернетика объективную информацию определяет как объективное свойство материальных объектов и явлений порождать многообразие состояний. Материальная система в кибернетике рассматривается как множество объектов, которые сами по себе могут находиться в различных состояниях, но состояние каждого из них определяется состояниями других объектов системы. «В природе множество состояний системы представляет собой информацию, сами состояния представляют собой первичный код, или код источника. Вследствие непрерывного движения, понимаемого в широком смысле как перемещение в пространстве и развитие во времени, материальные объекты изменяют свои состояния. Состояния объектов изменяется и при взаимодействиях с другими объектами. Множество возможных состояний материальной системы и всех её подсистем представляет информацию о системе»).

«Теория торсионных полей» Г.И. Шипова и А.Е. Акимова, российских учёных (предполагает непрерывное накопление информации во вселенной, её мгновенное распространение и возможность считывания разумным существом в любой точке космоса).

«Теория голографического строения вселенной» английского физика Дэвида Бом, и Карла Прибрама, американского врача, психолога и нейрофизиолога австрийского происхождения (Одно из предположений Бом заключается в том, что наша осязаемая повседневная реальность на самом деле — всего лишь иллюзия, наподобие голографического изображения. Под ней находится более глубокий порядок бытия — беспредельный и изначальный уровень реальности, — из которого рождаются все объекты и, в том числе, видимость нашего физического мира аналогично тому, как из кусочка голографической пленки рождается голограмма. Бом называет этот глубинный уровень реальности имплицативным (то есть «скрытым») порядком, в то время как наш собственный уровень существования он определяет как эксплицативный, или раскрытый порядок.

В общей теории относительности Эйнштейн заявил, что пространство и время — не раздельные, но плавно соединенные сущности, вытекающие как части из целого, которое он назвал пространственно-временным континуумом.

Бом говорит, что все во вселенной — часть континуума. «Несмотря на кажущуюся разделенность вещей на эксплицативном уровне, все представляет собой непрерывно распределенную реальность, в конце концов заканчивающуюся тем, что имплицативные и эксплицативные порядки сливаются друг с другом».

Это не значит, что вселенная — неразличимая масса. Вещи могут быть частью неделимого целого и в то же время обладать уникальными качествами. Чтобы проиллюстрировать эту мысль, он обращает внимание на небольшие водовороты и вихри, часто образующиеся в реке. На первый взгляд такие водовороты кажутся независимыми и обладают индивидуальными характеристиками, такими как величина, скорость и

направление вращения. Но при внимательном рассмотрении оказывается невозможным определить, где заканчивается данный водоворот и начинается река.

Поскольку все вещи являются аспектами голодинамики, Бом полагает, что нет смысла говорить о взаимодействующих сознании и материи. В некотором смысле наблюдатель и есть само наблюдаемое. Наблюдатель также — измерительный прибор, экспериментальные результаты, лаборатория и ветерок, дующий за стенами лаборатории.

Представим себе, что мы являемся частью вселенской голограммы. А голограмма, как известно, содержит информацию обо всем объекте. Тогда у каждого из нас есть доступ ко всей информации обо всем мире, всей вселенной. И, вероятно, при определенных условиях мы можем ее извлекать).

Другие исследования Д. Бома, в которых он связал воедино идеи частицы и волны, представив себе образную аналогию корабля и направляющей его радарной волны. Используя аналогию корабля в море, он сказал, что частица подобна кораблю, а волновая функция — радарной волне, которая направляет корабль в море.

В этой образной аналогии корабль «ощущает» волны и направляет себя соответствующим образом. Все, что происходит на этом корабле — мысли капитана, поведение команды, работа двигателя — взаимосвязано с «разумом» пилот-волны.

Бом полагал, что пилот-волна не полностью определяет путь частицы/корабля, и что поведение частицы/корабля, в свою очередь, влияет на пилот-волну. Он называл это влияние «обратным действием». И считал, что не только у частиц, но и у материальных объектов есть пилот-волны.

Это основные, но не все материалы по истории вопроса.

Во-вторых нужно собрать достаточное для тренинга количество материала. В общей сложности его должно быть очень много, потому что в процессе дальнейшей работы часть его неизбежно отсеивается, а на закреплённое в методике количество часов занятий оставшегося должно хватить. Далее предстоит отсмотреть, отсортировать, систематизировать материал в соответствии со структурой тренинга. Для всех тренингов у нас в Школе разработана и установлена единая структура. Далее на основе собранного материала необходимо делать соответствующие выводы и обобщения, которые в дальнейшем проверяются на первых погонах тренинга в пилотных учебных группах.

Затем в процессе проведения тренингов материалы ещё многократно дополняются и корректируются. И параллельно обрисовывается область проблематики по данному аспекту, с которой сталкиваются носители слабой функции. И только после этого становится возможной работа по формированию семинара по слабой функции. В общей сложности процесс занимает несколько лет.

Дополнительной сложностью в разработке именно семинаров является то, что когда у нас та или иная функция сильная, нам бывает сложно оценить, что именно и насколько — реально является проблемой для тех, у кого эта функция слабая. То есть для семинаров по слабым функциям необходим ещё и запрос от потенциальных потребителей этих семинаров. Однако далеко не все люди, просто прошедшие обучение соционике, в состоянии сформулировать свой запрос адекватно — какую именно помощь и какие инструменты по своим слабым функциям они хотели бы получить, что могло бы им помочь.

Интуитивно-логические (и логико-интуитивные) типы сталкиваются с дополнительными сложностями по освоению своей интуиции. В культуре нет проблем с развитием логики. А интуитивные ощущения, озарения и прозрения не подлежат обоснованию и логическому объяснению. Вследствие этого, большинство логиков сталкиваются с тем, что развив свою логику перестают доверять тому, что нелогично (необъяснимо и необоснованно). А отсутствие внимания и доверия к себе приводит к тому, что логики перестают слышать голос интуиции и со временем он становится всё менее различим. Вот как говорил об этом Алан Комбс, исследователь сознания, нейропсихолог, профессор Калифорнийского института интегральных исследований:

*«Мой многолетний опыт наблюдений показывает, что совпадения обычно идут чередой. Чем больше вы привыкаете к ним, тем чаще они случаются. А если вы отмечаете их, считая глупостями, они избегают вас. Если вы просто проявляете к ним интерес, то они могут сослужить вам хорошую службу. Чем серьезнее вы к ним относитесь, тем большую роль они играют в вашей жизни. Тем не менее, никто точно не знает, почему происходят совпадения. Но нет сомнений, что это реальные явления. Многие ученые утверждают, что это чистая случайность и что у людей есть склонность преувеличивать их значение. Но многие, пережившие их, придерживаются противоположного мнения. Лично я рассматриваю совпадения как знаки судьбы, воспринимаемые подсознанием и указывающие верный путь в этой жизни».*

Вернуть доверие к себе тренинги по интуиции интуитивным логикам тоже очень помогают — когда они много раз слышат, что другим «кажется» точно также, как им самим, это «кажется» перестаёт быть для них «выдумкой» или «личный придурью». И становится важной составляющей частью жизни.

Кроме того, не забудем, что для всех нас свойственны неуверенности и страхи по слабым функциям (о чем уже упоминалось в процитированной выше статье «про страхи»). Для логиков этическая сфера — отношения и различные эмоциональные взаимодействия — являются поводом для сомнений и переживаний. Этики переживают о деньгах, документах, рабочих вопросах. Любые переживания и неуверенность разрушают то состояние, в котором интуиция работает хорошо.

И тут опять семинары по слабым функциям способствуют выходу из деструктивных состояний через адекватные шаблоны по этим функциям, снижение значимости вопросов по ним и изменение своего отношения к этим вопросам. Семинары для логиков по этике отношений и по этике эмоций разработаны и регулярно проводятся. А вот для этиков семинаров по логике пока ещё не получилось именно по тем причинам, о которых говорилось выше. Нам, логикам, сложно даже представить себе, для каких именно логических ситуаций этикам необходимые шаблоны. А запросы этиков на логическую помощь для логиков настолько ситуативны и разрозненны, что пока еще не сложились у нас в целостную картину.

Вот примеры таких запросов:

*«Когда начала проводить игры психологические — сбор денег был мучением. Столкнулась с необходимостью вводить полные предоплаты — иначе человек может передумать в последний момент участвовать — а игры требуют определенного количества людей — и из-за одного необязательного человека я подведу вся прочую группу (а еще у меня оплата аренды и пр.). Я советовалась тогда с более опытными ведущими, с другими логиками (все, в один голос ратовали за предоплаты). И меня прямо физически трясло, когда я первый раз говорила: мол, я работаю по предоплате. Казалось, что я оскорбляю этим людей. К моему удивлению, люди реагировали спокойно, переводили деньги — и оргмоменты намного упростились. Теперь у меня позиция «Пока нет предоплаты — нет клиента» Но все это так неловко и мучительно каждый раз — ужас. Не знаю, можно ли тут нам чем-то помочь»*

*«Что-то мою племянницу вспомнила. Когда ей было лет 13 она решила зарабатывать деньги. Узнала про орифлейм и их продажи косметики. Даже что-то там закупила (не помню на свои деньги или в счёт будущих продаж они товар дают). У неё все чётко и грамотно было, прям бизнес-план готовый. Все рассчитала! А потом оказалось, что вот 8 марта — надо бабушке подарок, тёте, маме. А потом день рождения у подруги, а потом ещё что-то, а вот эта клеевая штучка самой нужна- чего я её продавать буду))) в общем, весь товар так и разошёлся на подарки себе и окружающим :) не сложился бизнес )»*

*«Про покупки и кафе! С девушками, например, даже если нет денег, я её поведу в кафе и заплачу кредиткой, буду сидеть довольный и важный, солью кучу кредитных денег..., мне дико стыдно и неудобно не платить или пополам! Часто вижу, что и малознакомые*

девушки не платят за себя, а я за них! Там кофе купил, тут чаем угостил, на чай я оставил и прочее. А потом меня это, конечно, раздражает.»

«По поводу что делать! Я могу оказаться в ситуации первый раз, где не знаю, как быть. Например, за границей ехать на машине, проехать заправки и остаться без бензина, попасть в пробку или заблудиться... вот тут паника и я начинаю дергаться, что делать-что делать! Начинаю требовать от окружающих, что же делать! Накручивать эмоциями, злиться, винить человека :) что как же так мы попали в такую ситуацию и раньше не предприняли никаких действий!»

«В поездках заметила такую штуку-если в стране не евро и не доллар, а местная валюта, то вхожу в ступор-совсем непонятно, много я трачу или нет, пытаешься посчитать, путаешься»

Продолжаем собирать материал — жалобы и пожелания.

Таким образом, мы пришли к выводу, что развитие интуиции «тянет» за собой освоение всей модели. С сильных функций мы должны осознать свою ответственность, миссию. А по слабым должны научиться проявлять смирение, отказаться от амбиций и «перекидывать» все сложные вопросы в верхний блок модели А. Думается, что балансировка модели — вопрос ключевой для самоидентификации — потребует разработки еще множества тренингов и семинаров и воспитания тренеров с подходящими типами.

#### Л и т е р а т у р а :

1. Юнг К.Г. Синхроничность: акаузальный, связующий принцип. — URL: <http://oculus.ru/stat.php?id=169>.
2. Аугустинавичюте А. Модель информационного метаболизма // Соционика, ментология и психология личности. — 1995. — № 1. — С. 4–8.
3. Аугустинавичюте А. Социон // Соционика, ментология и психология личности. — 1996. — №№ 4-5.
4. Bohm D. Wholeness and the Implicate Order. — London: Routledge & Kegan Paul, 1980.
5. Бом Д. Причинность и случайность в современной физике / Пер. с англ. С. Ф. Шушурин // Москва, «ИЛ», 1959 8.
6. Temple R. David Bohm // New Scientist. 1982. November 11.
7. Талбот М. Голографическая Вселенная. — М.: «София», 2004. — 368 с. ISBN 5-9550-0482-3.
8. Литвиненко И.Ю., Шаповалова Л.А. Качественный человек // Психология и соционика межличностных отношений. — 2019. — № 1-2. — С. 5–8.
9. Букалов А.В., Карпенко О.Б. Развитие психологического знания в свете достижений соционики // Соционика, ментология и психология личности. — 2019. — № 4-5. — С. 5–8.
10. Чикирисова Г.В., Карпенко О.Б., Букалов А.В. Соционические технологии в школе // Психология и соционика межличностных отношений. — 2019. — № 11-12. — С. 5–9.
11. Криво Н.Е. Соционика — профессия и наука: развитие и преемственность // Психология и соционика межличностных отношений. — 2020. — № 3-4. — С. 20–24.
12. Рейнин Г.Р. Об информации, её передаче и информационном метаболизме // Соционика, ментология и психология личности. — 2021. — № 1-2. — С. 5–9.
13. Каммерер П. Закон серий. — URL: [http://www.cognitivist.ru/er/kernel/kammerer\\_06.xml](http://www.cognitivist.ru/er/kernel/kammerer_06.xml)

Статья поступила в редакцию 23.09.2021 г.