**Использование модели ноэтической динамики в психологическом консультировании**

Пуха Марина, Психолог, тренер, член Гильдии тренинга и психотерапии, Санкт-Петербург, Сотрудник Международной Лаборатории Умных Психотехнологий

В последние годы проблематика современного мира очень изменилась, и человек зачастую не успевает адекватно реагировать на изменения и успевать приспосабливаться к ним. Такие перемены требуют новых системных подходов, и один из них - модель Ноэтической Динамики.

Термин «ноэтик» означает «интуитивное сознание» и употреблялся еще в трудах Блаженного Августина. Модель Ноэтической Динамики создана Лабораторией «Умных психотехнологий» (США, Калифорния) в результате взаимодействия с Институтом Дж. Фетцера (Мичиган), Калифорнийским Институтом Интегральных Обучений, Институтом Креативности (Санта-Фе, Нью-Мексико), Калифорнийским Институтом Ноэтических Наук и Национальным Институтом Научных Открытий (основанным астронавтом Эдгаром Митчеллом).

Ноэтическая Динамика синтезирует несколько научных дисциплин и теорий по принципу системного подхода и разрабатывает эффективные методы гармоничного развития и биопсихосоциальной интеграции человека.

Интегративный подход Ноэтической динамики позволяет ответить на такие вопросы, как:

Что управляет человеческой жизнью?

Как быть по-настоящему свободным?

В чем причина кризисов в человеческой жизни?

Что необходимо изменить в нашей жизни и в каком направлении?

Ноэтическая Динамика, наряду с другими дисциплинами, включает в себя:

- Модель Самоидентификации Сознания (SIM), разработанную в результате взаимодействия Лаборатории «умных психотехнологиий» с А.Янгом, создателем Теории Процесса, Т. Мак-Кенной, исследователем эволюции сознания, Р. Бендлером, создателем NLP и DHE, и др.

Эта модель раскрывает механизм развития человеческого Я (Self), появления новых Самоидентификаций, которые координируют динамику внешних и внутренних процессов человека, создают устойчивость в изменяющихся условиях человеческого существования. При смене Самоидентификаций происходит переход на другой уровень психологического существования с новым типом поведения и иными ценностями, иным режимом работы мозга и нервной системы. Новый уровень психологического существования дает человеку соответствующие ресурсы и возможности.

-Спиральные Динамики (Spiral Dynamics).

Это развитие Теории Уровней Существования д-ра К. Грейвза, проделанное Д. Беком и К. Кованом. Грейвз утверждал, что человек- это открытая развивающаяся система, и в ответ на изменившиеся условия жизни люди меняют уровень психологического существования.

Идеи диалектики уровней психологического существования также онтогенетически заложены в структуре коры головного мозга человека (эти идеи блестяще разработаны в работах А. Лурия).

Человеческая природа, согласно теории К. Грейвза, поступательно развивается от одного сбалансированного состояния к другому. Эти состояния называются спиральными уровнями, при том, что каждый последующий уровень добавляет к предыдущему новые элементы. Каждый предыдущий, в свою очередь, является основой для последующего.

Каждый такой уровень существования определяет определенный способ восприятия мира. Отсюда – особенности в процессе принятия решений, идеи и способы приспособления к реальности. Модель не имеет никакого отношения к оценочным суждениям и сравнениям одного уровня с другим по типу «лучше-хуже». Она просто определяет, какая система мышления преобладает.

Согласно Теории Спиральных Динамик, существует 9 уровней существования: 6 уровней потребностей и 3 бытийных.

Для простоты в 70-е г.г. К. Кованом и Д. Бэком были введены цветовые коды, описывающие каждый спиральный уровень.

Уровни потребностей:

1.БЕЖЕВЫЙ: связан с выживанием, природными и биологическими потребностями; ценности выживания диктуют состояние бытия. На этом уровне живут маленькие дети, бомжи, старики. Это первобытно-общинный строй.

2. ПУРПУРНЫЙ: потребность в безопасности от пугающего и таинственного мира, полного мистических сил и духов, которым нужно поклоняться и угождать или усмирять, приверженность роду, племени, анимистическое мышление, вера в магическое влияние на событие, которая усиливается, когда усиливается чувство незащищенности (в периоды революций, потрясений).

3. КРАСНЫЙ: утверждение индивидуальной силы; ценности власти, захвата, удовлетворение своих желаний любой ценой. Царствует право сильного.

4. СИНИЙ: ценности авторитета, иерархии, дисциплины, стабильности; поиск смыслов, появление понятий добра и зла, морали, религии, государства. Поиск порядка и смысла жизни.

5. ОРАНЖЕВЫЙ: соревновательность, успех, мир, полный ресурсов и возможностей сделать все лучше и достичь процветания, личная независимость, позитивизм. Человек сам ставит себе высокие задачи «быть самым лучшим». Главное – успех. Капитализм, свобода предпринимательства

6. ЗЕЛЕНЫЙ: пробуждение социально-ориентированного Я, окружение, в котором человечество может найти любовь и исполнить свои цели взаимодействуя и делясь, поиск внутренней гармонии, союз ради взаимного развития. Принцип эгалитаризма, осознание собственной уникальности и уникальности других.

Уровни бытия:

7. ЖЕЛТЫЙ: стратегическое мышление, неопределенность – приемлемое состояние бытия, интегрализм, восстановление человеческой ценности в мире хаоса и отсутствие страха хаоса.

8. БИРЮЗОВЫЙ: холистическое мышление, внутренняя гармония, когда все уровни существования одновременны и равнозначны.

9. Коралловый – идея саморазвития как отдельная ценность. Собственно ноэтический уровень сознания. Этот уровень только начинает зарождаться.

- Миметика (Memetics).

Наука, изучающая мимы (memes) - информационные единицы, подобные живым микроорганизмам (вирусам), которые переходят от человека к человеку, «заражая» их. Мимами являются заражающие людей идеи, образы, формы поведения, религиозные убеждения, мода и т.д. Мимы определяют восприятие, представления и действия людей.

Концепция мимов была создана Р. Симоном и развита Р. Докинсом.

Наряду с вышеперечисленными моделями, в Ноэтические Динамики входят также Теория Комплексных Адаптивных Систем, Теория Множественной Разумности, Когнитивная Лингвистика, Нейронаука.

Как работает Ноэтическая динамика в психологическом консультировании?

С помощью модели Самоидентификации Сознания в психологическом консультировании можно эффективно выявлять Самоидентификации клиента и их взаимоотношения (конфликт Самоидентификаций), а также регулировать эти взаимоотношения и гармонизировать их так, чтобы вектор развития человека был прогрессивным.

Самоидентификации определяются через вопросы 3-х уровней:

-описание мечты;

- оценку событий, значимых для человека;

- описание отношения к чему-либо, значимому для человека.

В «точке пересечения» этих описаний и находится основная Самоидентификация человека.

Используя Теорию Спиральных Динамик, можно определить, на каком уровне спирали (комплексе реальных условий) самоидентифицирован человек, и как отражены ценностные условия всех остальных спиральных уровней в его основной Самоидентификации.

Например: человек центрирован на синем уровне, при этом ценностные условия всех остальных уровней, где уже есть опыт человека, также будут присутствовать в его Самоидентификации в определенных пропорциях и играть определяющую роль в поведении человека. Ценностные условия здесь – это условия, определяющие нормальную жизнедеятельность человека на каждом из спиральных уровней.

На бежевом – это безопасность, удовлетворение физических потребностей для выживания.

На пурпурном – связь с родом, семьей, включенность в живые сообщества (род, племя, семью).

На красном - это виталические импульсы, потребность во владении/властвовании.

Все эти ценности включаются в Самоидентификацию синего уровня (более высокого порядка). Но ценности предыдущих уровней могут быть не реализованы в нужной полноте, и тогда нереализованная потребность будет проявлена в «нездоровой» форме и вызовет внутренний диссонанс.

Например:

У клиента M. сложные отношения с отцом: «любовь-ненависть», связанные с тем, что пьющий отец много раз в состоянии опьянения бил и оскорблял его в детстве.

Как выглядит эта проблема с точки зрения модели Ноэтической Динамики?

Та Самоидентификация М, которая любит отца, находится на «синем» уровне, где существуют понятия о чувстве долга, благодарности и т.д. Самоидентификация, которая ненавидит отца – это Самоидентификация «красного» уровня, с характерными для него агрессией, желанием власти, и эта Самоидентификация ненавидит не ОТЦА, а человека, который бил и оскорблял М., т.е. другую особь.

Между двумя этими Самоидентификациями возникает конфликт. Проблему можно рассматривать спирально, на разных уровнях, где эти два опыта диссонируют. В силу этого диссонанса возникает новый сложный рефлекс, который проявляется как невроз. Таким образом, невроз становится негармоничным, «диссонансным» способом синтезирования разных частей опыта, разных Самоидентификаций, т.е. это адаптация через болезнь. Условный комплексный рефлекс – невроз - выступает как сила, препятствующая гармоничному развитию (в категориях Форс-Динамики препятствием может быть не отсутствие чего-либо, а наличие; например, силы, препятствующей развитию человека).

В результате, взаимоотношения двух Самоидентификаций выражаются в негативную адаптацию.

Для эффективного преодоления этой адаптации нужно не просто заменить одно из звеньев, одну из «нот» этого «аккорда», а полностью менять весь «аккорд», создавать новую связь Самоидентификаций по гармоничному плану.

Такой системный подход дает возможность рассмотреть проблемы человека на спиральном уровне и увидеть, между какими Самоидентификациями возникает конфликт, где эти два опыта согласуются между собой негармонично, на каком уровне спирали существует «провал», как работают компенсаторные механизмы.

Таким образом, психологическое консультирование клиента в модели Ноэтической Динамики представляется нам наиболее системным и интегративным подходом, не отрицающим уже существующие, а включающим их. Это новый уровень подхода к проблеме, включающий в себя всю полноту взаимоотношений между человеком (его нейробиологической системой, сознанием, внутренним миром), социумом и культурой, окружающей средой.

В Лаборатории «Умных психотехнологий» разработаны упражнения для формирования «здоровых» манифестаций потребностей с более низких уровней, а также методики, помогающие интегрироваться на соответствующем спиральном уровне и переходить на более высокие уровни, с соответствующими этому уровню сознания ресурсами и возможностями.