

МІЖРЕГІОНАЛЬНА  
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



МАУП

**В. М. Колпаков**

# **САМОМЕНЕДЖМЕНТ**

*Рекомендовано  
Міністерством освіти і науки України  
як навчальний посібник  
для студентів вищих навчальних закладів*

МАУП

Київ  
ДП «Видавничий дім «Персонал»  
2008

ББК 88.52я73  
К61

Рецензенти: *В. В. Олійник*, д-р пед. наук, проф.  
*О. С. Анісімов*, д-р психол. наук,  
гранд-д-р філософії, проф.  
*Г. А. Дмитренко*, д-р екон. наук, проф.

*Схвалено Вченою радою Міжрегіональної Академії  
управління персоналом (протокол № 8 від 28.09.05)*

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України  
(лист № 14/18.2-2519 від 14.11.05)*

**Колпаков В. М.**

К61 Самоменеджмент : Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. —  
К. : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2008. — 528 с. : іл. — Біб-  
ліогр. у кінці розд.

ISBN 978-966-608-732-7

У посібнику викладено теоретико-методологічні засади самоуправління життєдіяльністю і діяльністю людини, запропоновано варіанти стратегічного, повсякденного самоуправління. Рекомендовано апробовані засоби реалізації функцій самоменеджменту. Розглянуто порядок вирішення найактуальнішої за всіх часів проблеми: як жити, щоб бути самим собою, досягти поставленої мети.

Для молоді, яка вступає у період життя, коли необхідно здійснювати своє життєве, професійне, стратегічне самовизначення й активно реалізовувати життєві проекти в реальних умовах дійсності.

**ББК 88.52я73**

ISBN 978-966-608-732-7

© В. М. Колпаков, 2008  
© Міжрегіональна Академія  
управління персоналом (МАУП), 2008  
© ДП «Видавничий дім «Персонал», 2008

## Передмова

Диференціація наук, які вивчають людину, — закономірна і прогресивна тенденція розвитку наукового знання. Вона відбувається з часів Аристотеля і є необхідною умовою поглибленого вивчення обраної частини цілого. Завдяки диференціації виокремлюється все нове, розкриваються різноманітні його прояви. Проте спеціальні наукові дисципліни досліджують тільки якусь одну частину (або один аспект) феномена людини. Таке дослідження містить небезпеку втрати цілого. Кожна спеціальна дисципліна, що вивчає людину, має у своєму розпорядженні свої методи дослідження, керується певними засадами, користується власним понятійним апаратом, накопичує знання стосовно свого об'єкта дослідження. Уже давно обговорюється питання про необхідність комплексного дослідження людини.

Таким чином, сучасна наука, з одного боку, розвивалася, механічно розчленовуючись на окремі дисципліни, а з іншого — прагнула, як свідчить сьгоднішня синергетика, виключити випадкове, одиничне, унікальне. Необхідність інтегративної тенденції в розвитку науки про людину безпосередньо впливає з положень про загальний зв'язок, взаємодію, з вимог закону єдності та боротьби протилежностей. Розуміння характеру самоуправління життєдіяльності та діяльності людини як наукової дисципліни, теорії дає можливість осмислити основні етапи її становлення і розвитку.

Моментом зародження практики, а потім і теорії самоуправління людини є поява свідомості, рефлексії її життя. Природно, що передовий досвід людиною узагальнювався і згодом набував форми зведення життєвих правил, настанов відповідно до традицій певного народу, був основою системи соціалізації людей.

До нас дійшли «Діалоги» Платона, «Етика» Аристотеля, «Роздуми» Марка Аврелія, «Наставляння чадам» князя Володимира, «Звід законів

часів» Ярослава Мудрого та ін., де найбільш освічені та навчені життям люди зосереджували увагу на осмисленні та наступному викладі досвіду управління, розробленні рекомендацій з його вдосконалення.

Сьогодні у низці робіт фахівці зазначають характерну для сучасних управлінських структур рису копіювати чужий досвід, а не творчо переробляти його з урахуванням власного менталітету, національної культури. Неповага до культури предків у нас почала культивуватися здавна. Нині маємо традицію, коли на зламах історії руйнується старе і на порожньому місці створюється нове. Проте за всієї розбіжності пропонованих проектів земної перебудови — від «Держави» Платона до «Государя» Н. Макіавеллі, «Утопії» Т. Мора і «Міста сонця» Т. Кампанеллі — їх поєднує одне: людина беззаперечно приноситься на вівтар державного молоту як неминуча жертва необхідності, а теоретичні узагальнення «самоменеджменту» рекомендується реалізувати лише государям.

XXI століття вимагає вже науково обґрунтованих підходів до самоуправління людини. З одного боку, капіталістичний світ продовжує успішно експлуатувати «людський фактор», а з іншого — організовано, з використанням науково обґрунтованих методів, узагальненням культури різних народів розробляє технології впливу на людину, що дають змогу одних людей перетворювати на тварин, інших на «надлюдей». Наприкінці ХХ ст. людство стало свідком масованого, планового розроблення інформаційних засобів поразки, концентральних воєн (ураження і знищення певних типів свідомості людей). Сьогодні людина має засоби для саморозвитку власних потенцій або для того, щоб підкорити собі подібних своїй волі. Проте всі мислителі світу доходять висновку про необхідність принципової зміни підходу до місця і ролі людини на планеті.

Усе, що створено у процесі розвитку людської цивілізації, зроблено людиною, й усе, що ще напишуть письменники, мемуаристи, дослідники, присвячено людині, її життю, боротьбі за місце в цьому світі. Читаючи книжки, спостерігаючи життя, людина завжди переносить дії літературних персонажів, сучасників на свої життєві проекти, систему своїх дій, намагаючись врахувати досвід інших, використовувати апробовані технології досягнення поставлених цілей. Особливо загострена увага до систематизованих і обґрунтованих рекомендацій стосовно поведінки в умовах революцій, змін.

Масова поява літератури з рекомендаціями і порадами досягнення успіху в бізнесі, житті — це наслідок природної потреби людини. Проте набуття компетентності читанням літератури, яка відображає дії тисяч

процвітаючих людей, без знання основних закономірностей функціонування людського організму, людини як індивіда, суб'єкта, особистості, без знання механізмів самоорганізації, саморегулювання тощо, технологій самоуправління і навичок з їх використання приречені на напівпрофесіоналізм, напівефективність, напівуспіх.

Підготовка людини, пов'язана з вивченням літератури, дає знання, узагальнює і систематизує чужий досвід. Інший напрям дає змогу накласти на реальне життя знання людиною законів життєдіяльності та діяльності, осмислити надскладні процеси, які відбуваються в ній під впливом внутрішнього і зовнішнього світів, а їхня взаємозумовленість, взаємозв'язок з інтенсивною самоосвітою, самодіяльністю і самоуправлінням дає науково обґрунтовані можливості вдосконалення особистої практики, стає фактором успіху. Це пов'язано з предметом дисципліни, названої самоуправлінням людини, або «самоменеджментом».

Під самоуправлінням розуміємо стратегічне і повсякденне управління людиною своїм життям, що робить його змістовним і гармонійним, забезпечує ефективну реалізацію внутрішніх потенцій і досягнення життєвих цілей.

Громадяни усіх країн, в тому числі й високорозвинених, живуть в епоху змін. Як зазначають деякі вчені, нині виявляється духовна криза, а в Україні ще й економічна, політична, соціальна, які набули характеру системних. Головною причиною всіх криз є криза управління, зумовлена, зокрема, невідповідністю соціальної системи управління загальнолюдським цілям та її нездатністю забезпечити розвиток людини і суспільства.

Усе на цій планеті створено не державами, не партіями, а людьми, потім і кров'ю кожної окремої людини. Тому величезне значення має діяльність кожного з нас, які цілі, ми ставимо у своєму житті, які засоби використовуємо для їх досягнення. Тобто майбутнє людства залежить від самоуправління, самоменеджменту людини, яка перебуває як на вершині піраміди влади, так і біля її підніжжя. Людина вже не має права на стратегічні помилки. Цим підкреслюється значущість дисципліни «самоменеджмент».

Незважаючи на важливість сказаного про самоменеджмент, ця дисципліна, а частіше її складові, вивчаються тільки у вищих навчальних закладах, де керівництво тримає руку на пульсі вимог життя. Одна з причин цього — нерозробленість навчальної дисципліни, що базується на філософії, методології, теорії управління, кібернетиці, соціосинергетиці, теорії особистості, біології, соціології, психології, праксеології, акмеоло-

гії, валеології та ін. Не існує навіть сформованого поняття «самоменеджмент». Різні його концепції розглядають односторонньо предмет цієї дисципліни. Переважно застосовують раціоналістичний підхід до людини, де її життєві цілі багато в чому пов'язані з особистою вигодою, користю. Потрібен стратегічний прорив у цій галузі знання і культурі його використання в реальному житті. Це, у свою чергу, може бути досягнуто готовністю практики сприйняти рекомендації науки.

Рівень розвитку науки про самоменеджмент людини з урахуванням уже відомих масовому читачеві наробітків про можливості в самоуправлінні, саморозвитку, самовдосконаленні ще відносно невисокий. Проте нині розроблено технології втручання в структури людської пам'яті, психологічного впливу як на окрему людину, так і на величезні маси людей. Технології маніпуляції свідомістю вже давно стали стратегічним засобом психологічної боротьби. Це, з одного боку, характеризує можливості теорії і практики у сфері самоуправління людини, а з іншого — свідчить про можливості зловживання ними як проти окремої людини, так і цілих народів.

Через самоуправління людини, його наукове розроблення, творче заволодіння і культуру застосування пролягає шлях до розвитку суспільства, держави і головне — кожної окремої людини. Сьогодні, на початку XXI ст., почуття розгубленості перед прийдешніми змінами, смута в умах багатьох людей досягають межі, за якою губляться причинно-наслідкові зв'язки, розуміння сутності речей і подій. Коли не без підстав вважають, що в основі будь-якої кризи — криза управління, варто було б додати, що в кінцевому підсумку зростання некерованості фокусується не в структурах, функціях або концепціях, а в суб'єкті управління — керівникові, менеджері, державному чиновнику. Ми намагаємося управляти країною, суспільством, іншими людьми, але найчастіше не в змозі керувати навіть самими собою. Людина не знає своїх меж і можливостей, не знає «усієї глибини свого незнання». І якщо кожне покоління має право самостійно обирати своє майбутнє, визначати шляхи розвитку, тим більше таке право має кожна людина. Але яку відповідальність люди беруть на себе при цьому і чи беруть взагалі?

Концептуальне розуміння самоуправління діяльністю людини як сполучної ланки між державою і громадянином, суспільством і особистістю, окремою людиною і людством накладає на кожного з нас соціальну відповідальність бути представником держави, універсуму, що претендує на упорядкування і розвиток соціуму, підвищення рівня і

якості життя людей, збереження життя на Землі. Сьогодні доля всіх кардинальних реформ значною мірою залежить від того, які люди придуть на державну і муніципальну службу, у підприємництво, чи будуть вони майстрами своєї справи і високоморальними особистостями. Проте нинішньому соціуму непотрібні люди, здатні до самоуправління. Самоуправління виключає можливість застосування технологій маніпулювання свідомістю людини, програмуванням її поведінки.

Здатність до самоменеджменту — одна з одвічних проблем кожного нового покоління. За А. Богдановим кожна людина має власну практичну тектологію, породжену досвідом життя. Додаткову актуальність додають особистому менеджменту як загальна демократизація, орієнтація на ініціативу, самостійність, підприємництво, визначення балансу між самоорганізацією та управлінням, так і демократизація управління, де рішення приймаються на всіх рівнях управлінської піраміди, а не тільки у вищому ешелоні влади. Еволюція систем управління, яка висунула на передній план систему «стратегічне управління», не тільки дала нові можливості суб'єкту управління для реакції на нові виклики середовища, а й підвищила рівень стратегічної помилки, її вплив на долі і діяльність багатьох людей. У свою чергу, розвиток стратегічного управління, аналіз середовища, невизначеності закономірно призвели до виникнення ситуаційного підходу до управління, ситуаційного менеджменту. І в стратегічному, і в ситуаційному менеджменті людина набуває нового значення.

Самоменеджмент людини як теорія і практика сьогодні посідає особливе місце в освітній парадигмі, суспільному і гуманітарному знанні. По-перше, намітився явний антропологічний поворот суспільствознавства. Багато людей на Заході та Сході дійшли висновку, що єдиний спосіб змінити світ — це змінити себе. Виникнення самоуправління як наукової дисципліни також свідчить про деяку переорієнтацію науки, її цілей, моделей і пріоритетів.

По-друге, безліч робіт із самоорганізації, синергетики, соціосинергетики чинять могутній вплив на розвиток теорії самоуправління життєдіяльністю і діяльністю людини. Лауреат Нобелівської премії І. Пригожин зазначає, що в будь-якому масштабі самоорганізація, складність і час відіграють несподівано нову роль. Особливо актуальними стали питання міжлюдського впливу, «пагубної самовпевненості» людського розуму (Ф. Хаек), випадковості, вибору в ситуації невизначеності, слабких впливів. У реальному світі індивідуальні поведінка, воля, неорди-

нарність особистості можуть стати фактором визначального впливу на соціальну систему в її кризовому стані.

По-третє, є помітним явний зустрічний рух суспільствознавства і природознавства, в якому теорія і практика самоменеджменту отримують нові точки відліку. Підтверджують це розробки в галузі теорії діяльності, психології управління, виникнення альтернативної соціології, в яких породжуються нові відносини людини і природи. Це дає надію на стійкий розвиток суспільства у XXI ст.

Посібник розроблено відповідно до програм «Самоменеджмент» та «Теорія і практика самоменеджменту» Міжрегіональної академії управління персоналом. У ньому викладено теоретико-методологічні аспекти самоуправління життєдіяльністю і діяльністю людини. Організаційно-технологічні аспекти докладніше розглянуто у посібнику «Організація праці менеджера» (Колпаков В. М. — К. : МАУП, 2005).



# ОСНОВНІ ЗАСАДИ ТЕОРІЇ САМОМЕНЕДЖМЕНТУ

Людська істота — досить складний агрегат, і його необхідно вивчати як якусь машину. Ми усвідомлюємо, що для управління будь-яким агрегатом на зразок автомобіля або локомотива нам насамперед потрібно пройти навчання. Ми не можемо керувати цими машинами інстинктивно, але чомусь думаємо, що звичайних інстинктів досить для управління людською машиною, хоча вона набагато складніша ...

*Г. Л. Гурджієв*

## 1.1. Загальні положення

### 1.1.1. Основні поняття

Як зазначав Г. Щедровицький, дослідження разом з іншими діяльностями спрямоване на створення апарату понять, який би забезпечував правильне уявлення світу, необхідне для практичної діяльності. Для того щоб ми могли практикувати, тобто мати грамотних педагогів, психіатрів, інженерів, які вміють бачити і діяти, потрібно в процесі їхнього навчання в школі та вищому навчальному закладі вкладати в їхні голови правильні поняття. Маючи правильні поняття, вони вмітимуть діяти і розбиратися в ситуації.

Робота зі створення понять не може здійснюватися в процесі практичної діяльності. Ніяка діяльність — виробнича, практична, життєва — не зумовлює зміну понять і розвитку людей. Розвивається тільки виробнича діяльність, причому завжди — і це показано гігантською історією — вона

розвивається за рахунок того, що підвищення продуктивності праці дає змогу дедалі більшу кількість людей виділяти на дослідження, тобто спеціальний розвиток понять. Ті ж, хто виробляє, понять не розвивають. Для розвитку виробництва потрібно змінювати і трансформувати поняття, і робити це безупинно. І той, хто розвиває і трансформує поняття — та країна, той народ, та держава, — той і виграє історичне змагання.

У будь-якій науці обґрунтованість теоретичних висновків і цінність практичних рекомендацій з вирішення конкретної проблеми безпосередньо залежать від правильного розуміння дослідником явищ і процесів, які стосовно цієї проблеми мають загальніший характер, а також від методології дослідження, її світоглядних і загальнонаукових засад. Важливе значення має конкретність життєдіяльності та діяльності людини, але розв'язуючи окремі питання в житті, неминуче підсвідомо стикаєшся з необхідністю попереднього вирішення загальних. Загальне, як відомо, є «ступінь до пізнання конкретного».

Це методологічне твердження зобов'язує нас перед тим, як вести мову про окремі та конкретні питання людського самоуправління, попередньо розглянути загальне поняття «управління» і принципи побудови і функціонування усіх без винятку систем управління.

Велике значення для теорії та практики має правильне і єдине тлумачення застосовуваних термінів. Досвід багатьох наук свідчить, що без цього не може успішно розвиватися жодна теорія, а в практиці мають місце різні непорозуміння, суперечки, сперечання і навіть дезорганізація діяльності. Для запобігання подібному французький учений Р. Декарт свого часу радив: «Уточнюйте значення слів і ви позбавите людство половини оман». Справедливість такої думки для досліджуваного нами предмета стане тим більше очевидною, якщо врахувати, що до визначення і тлумачення тих самих термінів і загальних понять щодо управління існує різний підхід. При цьому представники філософії здебільшого характеризують управління як одну з властивостей матеріальних систем; кібернетики — як процес руху інформації, упорядкування або переведення системи з одного стану в інший. Математиків і програмістів цікавлять передусім можливості формалізації, алгоритмізації, кількісного опису і моделювання процесів управління з метою створення математичної основи для їхньої автоматизації. Соціологи та юристи найчастіше підкреслюють суспільні й правові відносини, що складаються в системах управління, а економісти — господарські аспекти управління.

Ці тлумачення характеризують управління тільки з якоїсь однієї або кількох точок зору, не даючи про нього цілісного уявлення. Отже, керуючись системним принципом, проаналізуємо поняття, визначимо місце і роль теорії та практики самоменеджменту (СМ).

*Наука* (грецьк. *episteme*, лат. *scientia*) — сфера людської діяльності, функцією якої є здобуття знань про дійсність, що відповідає критерію істинності. Наука утворює сутність людського знання.

*Теорія* (грецьк. *theoria* — розгляд, дослідження) — система основних ідей у певній галузі знання. У сучасному розумінні теорією на противагу суто емпірії називається будь-яка наукова єдність знання, в якій факти і гіпотези пов'язані в деяку цілісність, тобто таке наукове знання, в якому факти підводяться під загальні закони, а зв'язки між фактами виводяться із законів [19]. При цьому будь-якому теоретичному пізнанню в силу того, що теорія неминуче містить гіпотетичний елемент, властивий момент непевності, імовірнісний характер. З позиції віри в упорядкованість усіх світових подій вважається: чим простіша теорія, тим ближче вона до істини [24]. Теорія — форма узагальненого відображення дійсності в мисленні, є внутрішньо диференційованою цілісною системою знань. Це філософська категорія для позначення системи знань, що розвивається і достовірно та адекватно відображає сутність і закономірності явищ певної сфери об'єктивної дійсності, а також є настановою для практичної діяльності [8]. Будь-яке теоретичне знання передбачає наявність певної системи понять, дефініцій, термінів.

Виходячи зі сформованих понять, для досягнення мети нашої роботи необхідно розробити вихідні, головні положення, що становлять ядро теорії самоуправління людини, яка дає змогу розвивати теорію і практику СМ. Ці положення повинні обумовлювати, виходячи з реалій дійсності, необхідність розвитку самоуправління людини, бути основою цілісної системи знань про СМ.

**Методологія.** *Методологія* — вчення про структуру, логічну організацію, методи і засоби діяльності [16]. Існує ще одне важливе визначення методології — сфера діяльності, функцією якої є створення й удосконалення інтелектуальних засобів організації рефлексивних процесів [1]. У праксеологічному аспекті під методологією розуміють систему певних теорій, що використовують керівний принцип, науковий аналіз, засоби реалізації цього аналізу. Призначення методології — забезпечити чітке, системне знання, що розвивається, про закони, категорії, за допомогою яких дійсність може адекватно відобразитися у свідомості людей. Існує

й інше визначення, відповідно до якого методологія — вчення не просто про засоби, методи мислення і діяльності, а й про форму організації життєдіяльності людей. Наводячи різні визначення, ми не маємо на меті констатувати відсутність єдиного поняття, а хочемо показати вплив методології на життєдіяльність людини, особливо на систему прийняття рішень.

Один із засновників сучасної вітчизняної психології Л. Виготський зазначав необхідність цілеспрямованого управління з боку методології, називаючи її філософією спеціальних дисциплін. На його думку, функціональне місце і значення методології в «організмі» науки ті самі, що і кістяка в організмі живої істоти. Цей «принципово методологічний кістяк» забезпечує єдність і цілісність наукових систем. Під «кістяком» мають на увазі систему основних понять якоїсь галузі знань, її концептуальний каркас. Виходячи з цього в даному посібнику при розгляді питань СМ приділено увагу взаємозв'язку категорій.

Отже, методологія важлива і в системі СМ, і в науці, і в життєдіяльності людини та суспільства. Відомо, що кожна теорія, вчення, наука мають свої об'єкт і предмет дослідження, отже, їх необхідно виділити і сформулювати для СМ.

Кожна наука пізнає світ через знання свого об'єкта дослідження. Нині переважна більшість дослідників у всіх галузях науки прагнуть працювати тільки в межах своїх наукових предметів і представників інших дисциплін розглядають як «чужинців», яких варто побоюватися і триматись на розумній відстані, щоб захистити свої наукові предмети від «забруднення» і вульгаризації [22]. Наука взагалі останніми десятиліттями внаслідок такої спеціалізації і концентрування на своєму предметі зробила ривок у пізнанні конкретних сфер реальної дійсності, але втратила цілісність. Сучасні психологи знають тільки психологію людини, фізіологи — тільки її фізіологію і т. д. Це природно, але доти, поки не виникає питання, що таке людина. Чому вона приймає рішення, що суперечать моральності або елементарному раціоналізму? Виявляється, такий підхід у пізнанні має як переваги, так і принципові недоліки. Звідси випливає необхідність пошуку форм спільної діяльності над вирішенням загальних проблем у науці, економіці, політиці.

Об'єкти управління (соціальні системи), як правило, складні, вивчаються різними науками, які мають специфічні предмети, і особи, які приймають управлінські рішення, повинні їх системно враховувати. Спільна робота різних фахівців зумовила необхідність розвитку форм

міждисциплінарної комунікації та комплексного поліпредметного мислення. Це сприяло пошукові відповідного методологічного забезпечення. Сьогодні цілком обґрунтовано думку, що людині необхідне мислення, яке заступить наукове і філософське, тобто методологічне мислення [1].

Наукове мислення, розмежоване на безліч ізольованих автономних наукових предметів (наук), призвело до розриву зв'язків між ними, що не дає цілісної наукової картини світу. Сьогодні існують біологічна, соціологічна, навіть математична картина світу, але відсутня цілісна. І, ймовірно, тому, приймаючи управлінські рішення, які призводять до катастрофічних наслідків, сучасні керівники щиро дивуються і не можуть зрозуміти, як це відбулося.

Досить часто представники певних галузей науки або практики, приймаючи управлінські рішення, за аналогією переносять знання свого предмета на ту сферу, в якій вони є дилетантами. Таке проектування власного досвіду породжує дії відповідно до норм і стандартів, прийнятих в одній сфері діяльності, де працювали одні закони, на іншу, підпорядковану іншим законам. Людина позбавлена системного, цілісного бачення проблем, і її мислення (хоча і є науковим), але «звужене» межами досліджуваного нею предмета.

Під сутністю будь-якого процесу, в тому числі управління, варто розуміти його найбільш глибокі, загальні, стійкі та постійно повторювані внутрішні аспекти. При цьому сутність невидима на поверхні досліджуваного процесу, оскільки вона не збігається із зовнішніми виявами.

**Управління.** Це наука, що поєднує у собі прикладні та теоретичні складові. З наукового погляду *управління* — спрямована координація й організація об'єкта управління. Ця сфера людської діяльності виникла внаслідок поділу праці, за допомогою якої людина впливає на технологічні, економічні та соціальні процеси для досягнення визначених цілей. Управління — процес, що забезпечує (в разі використання за цільовим призначенням) необхідні перетворення енергії, речовини та інформації, підтримання працездатності та безаварійності функціонування об'єкта шляхом збирання й оброблення інформації про стан об'єкта і зовнішнього середовища, розроблення рішень про вплив на об'єкт та їх використання [24].

Управління як явище об'єктивного світу дуже багатоманітне. Воно має місце у всіх формах руху матерії: механічному, фізичному, біологічному, соціальному житті. Без управління не може нормально працювати ніяка машина, проходити провідником електрострум, існу-

вати організм, функціонувати промислове підприємство тощо. Виходячи з цього, у сучасній науці управління прийнято поділяти (класифікувати) на три види:

- *управління в неживій природі*, у тому числі в машинах і комплексах машин (вивчається переважно технічними науками);
- *управління в живих організмах* (біологічних системах). Управління процесами, які відбуваються у живій природі та пов'язані з життєдіяльністю організмів. Ця сфера управління є предметом вивчення природничих наук;
- *управління в людському суспільстві*, у колективах людей в їхньому громадському житті (соціальне управління). Управління як вплив на діяльність людей, об'єднаних у соціальні групи з різними інтересами, тобто управління соціальними системами, є переважно предметом вивчення соціальних наук [24].

Між цими видами управління існує істотна відмінність за характером і цілями. Природно, не можна ставити знак рівності, наприклад, між живою клітиною і фірмою. Більш того, управління людиною як біосоціальною і духовною системою та управління ноосферними процесами не вписується в цю класифікацію. У зв'язку зі специфікою можна виділити в запропонованій вище класифікації четвертий вид. З огляду на те, що соціальне управління містить два основних підкласи: управління індивідуальною діяльністю людини і управління колективною (спільною) діяльністю людей, доповнити підкласом — *самоуправління людини, самоменеджмент* (СМ). Акцентуємо увагу на те, що управління людиною охоплює самоуправління біосоціальними і духовними процесами.

У силу діалектичної єдності матеріального світу усім видам управління властиві й однакові формальні ознаки, а також загальні принципи і закономірності, знання яких має велике теоретичне і практичне значення. Першою такою ознакою будь-якого управління є наявність певної структури, організації. Адже сам термін «управління» насамперед передбачає наявність суб'єкта або об'єкта, який управляє, і того, ким (або чим) керують. Перший прийнято називати органом (суб'єктом) управління, а другий — об'єктом управління.

З наведеної класифікації процесів управління англomовне поняття «менеджмент» не можна однозначно замінити терміном «управління», оскільки в першому випадку йдеться лише про один з видів управління, а саме про управління виробництвом (хоч деякі дослідники останнім ча-

сом схильні поширювати це поняття на соціальне управління в цілому, що, як показано нижче, не позбавлено підстави) [24].

Оксфордський словник англійської мови дає такі основні трактування терміна «менеджмент»: спосіб, манера спілкування з людьми; влада і мистецтво управління; особливого роду вмільсть і адміністративні навички; орган управління, адміністративна одиниця. Проте у функціональному плані менеджмент можна оцінити як процес, за допомогою якого група людей, які співпрацюють, спрямовує свої дії на загальні цілі. Отже, поняття «менеджмент» правомірно застосовувати тільки до класу управління соціальними системами і його основними видами. Загалом *менеджмент* — це процес планування, організації, мотивації і контролю, спрямований на те, щоб сформувати і досягти цілі організації через інших людей [13].

Потребує уточнення і поняття «самоменеджмент». Визначення сутності СМ в літературі здебільшого зводять до керування своїм часом діяльності, але при цьому термін «керування» також потрібно пояснити. Недостатньо чітко визначено сутність СМ і в енциклопедичному словнику з управління персоналом: «послідовне і цілеспрямоване використання керівником (фахівцем та ін.) випробуваних методів і практичних прийомів роботи в повсякденній діяльності для підвищення ефективності виконуваних процедур і операцій, досягнення поставлених цілей». У цьому ж словнику зазначається, що СМ спрямований на максимальне використання працівником власних можливостей і свідоме управління своїм часом [17]. Неточність такого визначення полягає хоча б у твердженні, що персонал використовує випробувані, а за необхідності також не апробовані в певній ситуації засоби. Крім того, у наведеному визначенні вживається термін «управління часом», який має скоріше образний, ніж науковий характер. У цих умовах для того щоб управляти собою, потрібно керувати і процесами, які відбуваються у зовнішньому середовищі. Останнє ж у буквальному значенні слова «управління» у принципі немислиме хоча б тому, що людина не може управляти впливами ззовні.

Зі сказаного видно, що існує гостра необхідність дати чітке і науково обґрунтоване визначення понять «управління» взагалі, а потім і «управління собою» зокрема. Причому, щоб таке визначення було зрозумілим, а головне — мало практичну цінність, воно, на наш погляд, повинне відповідати, як мінімум, на такі питання: хто (що), ким (чим), на основі чого, з якою метою і як конкретно управляє.

Вирішити це завдання можна, спираючись на методологію управлінської науки. У розв'язанні його можуть допомогти досягнення наук, що розглядають різні аспекти управління: соціологія, психологія, кібернетика та ін. Комплексний підхід, тобто з урахуванням висновків усіх наук, що досліджують певні сторони управління, має велике методологічне значення. При цьому вихідною базою для дослідження може бути тільки практика, оскільки ніяку наукову теорію або формулювання вигадати не можна, її можна отримати тільки з навколишнього світу, з реально й об'єктивно існуючих фактів. Практика й об'єктивний світ з питань СМ насамперед свідчать, що управління — це не якесь надумане або таке, що виникло на «голому місці» явище, а одна із загальних і об'єктивно необхідних властивостей та умов існування і розвитку матеріального світу.

У смислового значенні термін «управління» вживається тоді, коли йдеться про такі дії об'єкта, що не можуть і не повинні відбуватися стихійно, неорганізовано, коли потрібний певний спрямовуючий і організуючий вплив на нього з боку органу управління. Але для здійснення такого впливу між органом і об'єктом управління обов'язково повинен бути якийсь зв'язок.

Терміни «управління», «коригування», «спрямування» та ін. вживаються переважно в тому разі, коли процесові управління хочуть додати певний відтінок. Так, термін «управління» застосовується, як правило, тоді, коли йдеться про управління з боку вищих державних органів і посадових осіб, яке має більш загальний координуючий і спрямовуючий характер, поєднує у собі не лише господарсько-економічні, а й стратегічні функції (наприклад, добір і розміщення кадрів, узгодження їхньої діяльності тощо).

Поняття «спрямування», «регулювання», «коригування» та інші вживаються замість «управління» здебільшого щодо якогось процесу, в його динаміці. Таким чином, якщо аналізувати процес управління з погляду форми у будь-якому матеріальному середовищі, сукупність трьох елементів — органу управління з властивими йому технічними засобами і методами дій, об'єкта управління, каналів зв'язку між ними і цілі — прийнято називати системою управління .

Системою в науці вважають організовану і замкнуту єдність закономірно пов'язаних і здатних до взаємодії (і взаємного сприяння — за П. Анохіним) елементів (об'єктів, суб'єктів, поглядів тощо). При цьому властивості системи в цілому не тотожні властивостям кожного окремо взятого елемента або групи елементів.



Керуюча система (суб'єкт) — мозок людини, а керована система (об'єкт управління) — тіло людини. Отже, система управління, утворює внутрішню структуру, матеріальну основу будь-якого процесу управління. Без системи, структури неможливе й управління. Системність — універсальна властивість, об'єктивно необхідна умова для перебігу будь-якого процесу управління. Об'єктивний характер існування систем управління вимагає їх постійного розвитку і вдосконалення.

У процесі тривалої історичної еволюції на базі елементарних систем виникли більш складні й організовані біологічні системи управління, починаючи від живої клітини і закінчуючи найскладнішою і високоорганізованою системою — людським організмом. Завдяки самоуправлінню в таких системах підтримуються прийнятні для життя кров'яний тиск, температура, кількість цукру в крові, відбуваються видалення продуктів переробки їжі, захист від шкідливих зовнішніх впливів і багато інших процесів. Для зв'язку між органами й об'єктами управління використовуються різноманітні канали — від зорових і слухових до складних радіоелектронних пристроїв, що входять в автоматизовані системи управління.

Розглянувши зовнішню форму, перейдемо до аналізу внутрішнього змісту управління, під яким, як правило, розуміють сукупність взаємозалежних функцій, здійснюваних органами управління для необхідного впливу на об'єкти управління і досягнення кінцевої мети. Функціями управління, у свою чергу, прийнято вважати відособлений вид управлінської праці органу управління, який сприяє досягненню конкретної (проміжної) мети на шляху до загальної та кінцевої цілей.

**Функції СМ.** Функція — поняття самостійніше, ніж будь-яка окрема дія. Воно охоплює систему організованих мозком дій, здійснення яких дає змогу досягти конкретної мети і розпочати виконання наступної функції. На практиці іноді мають місце зміна ролі й деяке переплетення функцій, накладання однієї функції на іншу за часом їх здійснення. У взаємозв'язках і сукупності функцій виявляються зміст, технологія і динаміка всього процесу управління. Їх поява зумовлена поділом і спеціалізацією управлінської праці.

У СМ можна запропонувати таку класифікацію функцій:

- *функції стратегічного самоуправління* (прийняття стратегічних рішень, самоуправління, саморозвитку, самовиховання тощо);
- *функції повсякденного самоуправління* (інформаційна, цілепокладання, прийняття рішень, планування, організація, самомотивування, саморегулювання, самоконтроль тощо).

Теорія самоуправління, як і будь-яка інша теорія, виконує пізнавальну і прогнозуючу функції.

*Пізнавальна функція* виявляється в розкритті сутності процесів самоуправління, закономірностей, яким воно підпорядковане, поясненні основних властивостей і взаємозв'язків складових досліджуваного предмета.

*Прогнозуюча функція* полягає у визначенні тенденцій подальшого розвитку самоуправлінської діяльності.

Відповідно до функцій будується структура органів управління, а для виконання кожної з них, як правило, потрібний відповідний розподіл прав, обов'язків і відповідальності між складовими (наприклад, посадовими особами) цих органів, їхні спеціальні знання, навички, застосування відповідних технічних засобів управління, а також послідовності методів і прийомів дій. Отже, чітке визначення функцій органів управління має велике значення. Для цього необхідно проаналізувати практику їх дій. За такого аналізу можна порівняно легко визначити наперед той факт, що процес управління з боку будь-якого органу виникає не сам собою, а має певну причину, є реакцією на якісь зміни в об'єкті управління або в його навколишньому середовищі.

*Функція одержання інформації.* Головною функцією органу управління є одержання каналом зворотного зв'язку інформації про стан і дії об'єкта управління, його навколишнє середовище. Без цього управління з боку будь-якого органу в принципі неможливе, тому що це неминуче (рано або пізно) ввійде у суперечність з об'єктивною дійсністю і призведе до руйнування системи. Водночас одержання такої інформації завжди є специфічним і складним видом діяльності органу управління, що вимагає від нього спеціальних прав, знань і застосування відповідних засобів і способів дій. Тому цілком правомірно вважати одержання інформації функцією управління, а не допоміжним заходом. Особливо це стосується сучасних суспільних систем управління, де потоки інформації з кожним роком зростають. Реакція органу управління на отриману інформацію стану буває різною.

*Функція планування дій об'єкта управління і прийняття рішення.* У високорозвинених системах орган управління не лише отримує, а й сприймає, зберігає, вивчає, перетворює інформацію стану, зіставляє її із заданим станом і за потреби переводить систему в принципово новий стан, який відповідає зміненим умовам. Тим самим орган управління активно впливає на об'єкт управління. Така активна реакція системи

стає можливою завдяки тому, що в основу її побудови покладено принцип зворотного зв'язку. Цей принцип обов'язково передбачає не тільки одержання інформації стану, а й наступну функцію органу управління — планування дій об'єкта управління, найважливішим і об'єктивно необхідним актом якого є прийняття рішення. Без рішення органу управління ніякі цілеспрямовані дії об'єкта управління в принципі немислимі.

Сутність прийняття будь-якого рішення й у цілому планування полягає у визначенні органом управління на підставі аналізу й оцінки інформації стану, а також закономірностей у певному середовищі, мети дій об'єкта управління, конкретних його завдань, послідовності, сил, засобів, способів і термінів їх виконання, а також заходів із забезпечення цих дій.

У кібернетиці процес прийняття рішення називають перетворенням органом управління інформації стану на команду, тобто таку, за допомогою якої потім ставляться завдання об'єкту управління і тим самим його діям і функціонуванню системи в цілому надається цілеспрямований характер. Цілком очевидно, що безцільні стихійні дії будь-якого об'єкта не можна вважати керованими, оскільки вони суперечать самому змісту терміна «управління». Будь-яке управління здійснюється не заради його самого, а задля досягнення керованим об'єктом якоїсь мети. Отже, *цілеспрямованість* є обов'язковою і головною ознакою будь-якого виду управління, незалежно від того, де воно здійснюється (у машинах, живому організмі або в колективі людей).

За своїм характером цілі управління можуть бути різними залежно від призначення системи й умов її функціонування. По-різному також відбувається в системах визначення цілі органом управління. У системах, що функціонують без участі людини, наприклад в організмах тварин, ціль формується на основі набутих за тисячі років безумовних і умовних рефлексів, пристосування до навколишнього середовища, а також вироблених інстинктів. Принципово інакше цілі управління визначаються в системах за участю людини. Тут основою такого визначення є вища форма відображення об'єктивної дійсності — мислення, свідоме цілепокладання, спрямоване на задоволення своїх потреб. При цьому людина здатна активно впливати на природу, ідеально передбачати кінцеві результати дій об'єкта управління. К. Маркс щодо цього зазначав, що найгірший архітектор від найкращої бджоли із самого початку відрізняється тим, що, перш ніж будувати чарунку з воску, він уже побудував її у своїй голові. Процес праці завершується отриманням результату, який ще на початку цього процесу існував в уявленні людини,

тобто є «ідеальним» [10]. У природі діють одна на іншу лише «сліпі», несвідомі сили, у взаємодії яких і виявляються загальні закони. Тут ніде немає свідомої, бажаної цілі. Навпаки, в історії суспільства люди діють свідомо або під впливом пристрасті й прагнуть до визначених цілей [10]. У разі управління колективами людей в суспільному житті ціль не лише визначається, а й досягається людиною. Управлінська праця тут є різновидом розумової праці, а відносини в системі управління набувають форми суспільних відносин між людьми з їх суто людськими якостями (соціальним станом, моральним обличчям, ставленням до праці, знаннями і навичками, звичками, звичаями тощо). Мета управління тут має суто усвідомлений характер.

Після прийняття рішення процес планування за необхідності та можливості триває і завершується. При цьому орган управління конкретизує і деталізує завдання, способи, послідовність, застосовувані засоби і терміни дій об'єктів управління, порядок їх взаємодії між собою і з навколишнім середовищем.

У суворій відповідності з прийнятим рішенням і наміченим планом дій орган управління здійснює такі функції: формулювання завдань об'єкту управління, організація взаємодії та зв'язку з ним і навколишнім середовищем, а також всебічне забезпечення його дій. Виконуючи ці функції, орган управління має справу вже не з інформацією стану, а з матеріальними об'єктами і впливом на них шляхом передання їм командної (керуючої) інформації. Виконання прийнятого рішення і наміченого плану дій забезпечується організаційно з боку того самого органу управління. Тому цю групу функцій управління деякі автори поєднують в одну більшу функцію — організування, проте це можна вважати правомірним з тим застереженням, що різкої межі між функціями не існує, вона досить умовна і рухлива. Таке застереження підтверджує той факт, що без отримання інформації стану і прийняття рішення ніяка правильна організація неможлива, і, навпаки, збирання інформації, прийняття рішення і всі інші функції також потребують організації. Отже, організація притаманна всьому процесу управління і дії самої системи.

Усі наведені функції становлять свого роду підготовчий етап у діяльності органу управління і системи в цілому (управління в статичі). Після їх виконання настає новий виконавчий етап, на якому здійснюються функції управління у процесі дій об'єктів з виконання поставлених ним завдань, тобто управління в динаміці. Ці функції органу управління

нерідко узагальнюють і називають регулюванням, коригуванням або оперативним управлінням. При цьому за своїм змістом і суттю вони багато в чому схожі з попередніми (підготовчими) функціями. Оскільки управління собою, як і будь-яке інше управління, завжди має чітко виражений циклічний характер, більшість функцій СМ у процесі життєдіяльності та діяльності неминуче і багаторазово повторюються; змінюються лише їх конкретний зміст і умови здійснення.

Під час виконання завдання будь-яким об'єктом управління орган управління знову отримує каналом зворотного зв'язку дані (інформацію) про його стан і навколишнє середовище, зіставляє їх з попередньо наміченим планом, у разі відхилення (розбіжності) вносить у план відповідні корективи або приймає принципово нове рішення (за різких змін умов), а потім каналом прямого зв'язку доводить до об'єкта управління уточнене або нове завдання, тобто передає командну інформацію. Такі операції повторюються доти, поки об'єкт управління не виконає повністю своє завдання і не буде досягнуто кінцевої мети дій системи в цілому. Отже, весь процес управління має яскраво виражений циклічний характер.

Варто коротко зупинитися ще на одній функції управління — *контролі*. Виділення її в самостійну функцію зумовлено значенням контролю у загальному процесі управління. В основі контролю — принцип зворотного зв'язку між органом і об'єктом управління.

Аналіз кібернетиками процесу будь-якого управління свідчить, що незалежно від того, де цей процес відбувається (у машині, живому організмі, колективі людей або в суспільстві в цілому), загальними його рисами є:

- обов'язкова наявність системи управління, що складається з органу управління, об'єкта (об'єктів) управління та з'єднуючих їх каналів прямого і зворотного зв'язку та цілі;
- існування причинно-наслідкового зв'язку між елементами системи управління;
- цілеспрямованість дій системи і наявність управлінського параметра;
- динамічний характер системи, її здатність переходити з одного стану в інший і зазнавати при цьому великих навантажень від зовнішнього впливу без порушення своєї структури і властивостей.

За формою управління в будь-якій системі є процесом цілеспрямованого впливу органу управління на об'єкт управління. За змістом воно в статичності та динаміці виконує функції, основними з яких у кожному циклі

е: отримання каналом зворотного зв'язку інформації стану; прийняття стосовно неї рішення і доведення до об'єкта каналом прямого зв'язку командної інформації, тобто постановка йому завдання. Без цих функцій управління в принципі неможливе. Вони тісно пов'язані з іншими функціями і характеризують процес управління. Таким чином, знаючи сутність наведених функцій, можна дати загальне визначення поняттю «управління». Будь-яке *управління* — заснований на об'єктивних законах певного середовища цілеспрямований процес впливу органу управління на об'єкт управління шляхом одержання інформації про його стан, прийняття рішення стосовно неї та постановки об'єкту завдання з досягнення цілі діяльності. Це визначення відповідає на наведені вище запитання: для чого, хто (що), ким (чим), на основі чого і як управляє.

У нашому розумінні самоменеджмент — це наукова дисципліна, яка вивчає теорію і практику самостійного управління людиною процесом своїх життєдіяльності та діяльності й має переважно практичну спрямованість на життєвий успіх і на те, як стати самим собою. «Самоуправління людини» — визначення, що містить весь діапазон здійснення практики управлінської діяльності людини як особистості, індивідуума, суб'єкта, індивідуальності й універсуму. Поняття «самоменеджмент» використовується як навчальна дисципліна самоуправління життєдіяльністю і діяльністю.

Основним методологічним положенням ми визначаємо сам підхід до здійснення людиною діяльності для життя, а не навпаки, як було і є в нашому суспільстві, коли людина є придатком суспільної системи, що служила державі без адекватного взаємного сприяння в досягненні цілей. У цьому плані філософія за своєю природою виконує особливу світоглядну і методологічну функцію. Філософія — форма суспільного впливу на вироблення цілісного погляду на світ і місце в ньому людини. Ми звертаємося до філософського бачення теорії самоуправління життєдіяльністю і діяльністю в силу того, що вона визначає сукупність вихідних орієнтирів для її розроблення і, виконуючи свої функції, виражає певні відносини між людиною і світом. Людина перебуває в центрі уваги в загальних зв'язках із всесвітом та у взаємодії з її навколишнім світом. Взаємодія є істотним логіко-методологічним і гносеологічним принципом пізнання предмета теорії самоуправління людини.

## 1.1.2. Предмет, закони, принципи теорії самоменеджменту

**Предмет і об'єкт СМ.** Кожна наука має різні, відносно самостійні теорії, які вивчають і досліджують окремі сторони її об'єкта — те, на що спрямовано предметно-практичну і пізнавальну діяльність. Якщо самоуправління життєдіяльністю і діяльністю людини розглядати як наукову дисципліну, то в ній слід виділити свої предмет і об'єкт вивчення і дослідження. Якщо СМ є науковою теорією то можна говорити про систему знань, що служать об'єктом, джерелом дослідницької діяльності у сфері, яка нас цікавить.

Аналіз практики управління дає змогу зробити висновок, що самоуправління — складне біологічне, соціальне, духовне, інформаційне, організаційно-технологічне явище, системна діяльність у сфері управління людиною. Розглядаючи цю складну діяльність як процес, можна визначити, що він відбувається зі зміною станів, якостей об'єкта, передбачає наявність певних етапів і тенденцій, пов'язаний із закономірностями, що становлять предмет цієї наукової дисципліни.

*Об'єктом СМ є людина як складна біосоціальна і духовна система, інформаційно-енергетичний комплекс. Предмет* — діяльність людини із самоуправління своєю життєдіяльністю і діяльністю при досягненні поставлених цілей.

Необхідною умовою формування теорії СМ як складової науки управління є точне визначення її предмета, меж і напрямів вивчення, форм і методів дослідження. Нині критично переробляється багато теоретичних положень науки управління, у першу чергу, в галузі управління економікою і господарством, визначаються місце і роль людини.

Сучасні концепції самоуправління людини, а також створені нею теорія і практика є цілісною системою поглядів, де, з одного боку, доведено, що краще управління — це самоуправління, а з іншого — що людина є автоматизованою, саморегульованою системою, яка самоорганізується. Людина як система здатна розвиватися повністю самостійно. Сьогодні теорія самоуправління людини вступає в якісно новий період розвитку. Характерною рисою розвитку науки про ефективну людську діяльність є інтенсивний процес її диференціації. Виокремилася праксеологія, об'єктом дослідження якої є свідомо діяльність людини щодо її вдосконалення. Поява особливої сфери знань — акмеології зумовлена потребою суспільства у високому професіоналізмі

фахівців, у створенні умов максимального їхнього самовираження і творчої самореалізації. Акмеологія, яка вивчає механізми розвитку, фактори, що заважають і сприяють розвитку людини, досягненню нею вершин «акме», може стати базовою для СМ.

Разом з диференціацією відбувається і процес інтеграції, коли на стику раніше роз'єднаних теорій з'являються нові, відносно самостійні теорії, границі яких виявляються досить чітко. До такого комплексу теорій належить самоуправління, самоменеджмент. Стимулює процес створення цієї наукової дисципліни зміна суспільного ладу і наслідки цього для кожної людини.

Складність і різноманіття законів самоуправління людини як системи, підвищення відповідальності людини за результати своєї життєдіяльності зумовлюють виокремлення теорії самоуправління у відносно самостійну дисципліну. Теорія самоуправління — сума знань про самоуправління людини, закони (закономірності) функціонування її як біосоціальної і духовної системи, принципи, методи, прийоми, техніка вирішення нею завдань для досягнення поставлених цілей. Вона призначена для визначення найбільш ефективних шляхів і засобів досягнення людиною життєвих цілей.

**Завдання теорії самоуправління.** Основними завданнями теорії самоуправління є:

- вивчення й узагальнення досвіду самоуправління життєдіяльністю і діяльністю людини при досягненні нею своїх цілей;
- виявлення і дослідження закономірностей, властивих самоуправлінню, визначення принципів, розроблення технологій вирішення життєво важливих завдань;
- розроблення рекомендацій в галузі самоуправління, підготовки людини до активної життєвої позиції;
- розроблення методів дослідження проблем самоуправління, виявлення нових вимог і тенденцій розвитку.

Вирішення завдань теорії СМ можна очікувати лише за умови:

- розроблення рекомендацій на підставі фундаментальних досліджень у галузі методології, біології, психології, психофізіології, соціальної психології, акмеології, теорії самоуправління і теорії діяльності, педагогіки, соціології, валеології, праксеології та інших наукових дисциплін;
- системодіяльнісного підходу до розроблення і реалізації програм навчання і підготовки людини до життя;
- готовності людини сприймати рекомендації науки і передової практики.



Основні розділи теорії СМ:

- біосоціальні та духовні засади самоуправління життєдіяльністю і діяльністю людини;
- теорія і практика стратегічного і тактичного (повсякденного) самоуправління;
- засоби реалізації функцій самоуправління;
- особливості самоуправління в соціумі в різних умовах, тенденції розвитку теорії і практики.

На сьогодні завдання і зміст навчальної дисципліни «Самоменеджмент» може бути представлений в системній залежності з іншими дисциплінами (рис. 1.1)

**Категорії теорії СМ.** *Категорія* — поняття, яке відображає найзагальніші властивості, принципи положення, зв'язки явищ реального світу, застосовувані в теорії і практиці самоуправління. Це «родове поняття», від якого походять інші. Кожній галузі науки властиві свої категорії.

Важливе значення для теорії і практики має правильне розуміння категорій і єдине тлумачення застосовуваних термінів. Досвід розвитку багатьох наук довів, що без цього не може успішно розвиватися жодна теорія, а в практичній діяльності постійно виникають непорозуміння, суперечки.

Так, наприклад, у теорії управління по-різному трактують поняття «сутність» і «зміст управління», «організація управління» тощо. При цьому представники філософії, як правило, визначають управління як одну з властивостей матеріальних систем, кібернетики — як вплив керуючої системи на керовану при переведенні її з одного стану в інший або як процес руху інформації. У даному разі принципових помилок немає, але вони характеризують управління тільки з однієї або кількох точок зору, не даючи цілісного уявлення.

Гірше буває, коли в різні поняття вкладається однаковий зміст, і навпаки. Низка понять, наприклад «методи управління», «методи роботи (праці)», «спосіб», визначаються без взаємного зв'язку між ними, що не дає змоги чітко розмежувати їх зміст. У літературі поняття «метод» часто використовується як синонім терміна «принцип», а вони в системі категорій посідають власні місця: принцип — це вимога закону, правила його виконання, а метод — засіб для виконання цих вимог.

Будь-яка наукова категорія відображає об'єктивну реальність. У змісті категорії фіксується рівень знання про дійсність, він є вузловим, вихідним

### Завдання

<i>Методичні</i>	<i>Психофізіологічні</i>	<i>Соціальні</i>	<i>Економічні</i>	<i>Педагогічні</i>
Розроблення методів пізнання СМ. Вони дають чітке системне знання про закони, категорії адекватного відображення у свідомості людей процесів самоорганізації, самоуправління, саморегулювання, самовиховання	Розвиток здібностей до гармонійного саморозвитку й вдосконалення особистості Збереження здоров'я і працездатності	Формування рис нової людини Організація взаємодії та життєдіяльності в умовах нового суспільства	Підвищення продуктивності та ефективності виробництва Вироблення в людини якостей, необхідних для ринкової системи господарювання	Виховання нової людини

### Основні напрями

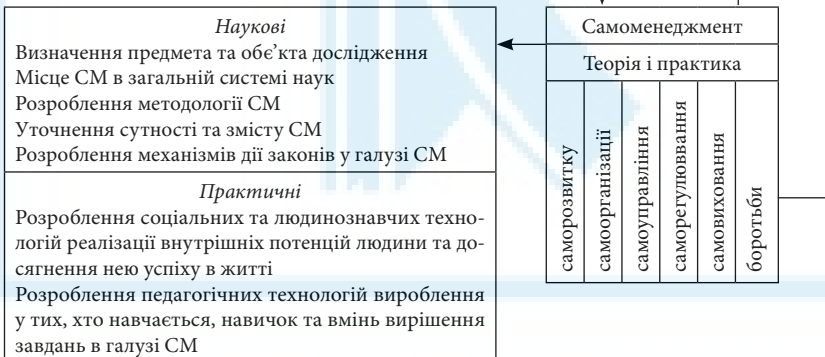


Рис. 1.1. Завдання і зміст

### Взаємодіючі науки

Науки про управління	<p>Менеджмент:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• управління персоналом;</li> <li>• екологічний;</li> <li>• інвестиційний;</li> <li>• технологічний та ін.</li> </ul> <p>Інформатика Лінгвістика Конфліктологія тощо</p>
Науки про працю	<p>Психологія праці Соціологія праці Педагогіка праці Фізіологія праці</p>
Економічні науки	Основи економіки
Медицинські науки	<p>Психіатрія та неврологія Валеологія та ін.</p>
Теорія боротьби	<p>Стратегія Тактика Стратегіми Техніка боротьби Теорія ігор</p>

Філософія	Логіка (традиційна)	Загальна теорія діяльності
Методологія	Логіка дії	Наукова організація праці
Психологія	Загальна теорія боротьби	Наукова організація управління
Соціологія	Теорія систем	Особиста тектологія
Соціальна психологія	Екологія	Праксеологія
Біологія	Біоритмологія	Загальна методологія дії
Психологія розвитку	Кібернетика	Теорія діяльності
Педагогіка	Етика	Теорія результативної дії
Валеологія	Естетика	Синергетика
Теорія управління		

**самоменеджменту**

пунктом подальшого теоретичного і практичного пізнання. У категоріях самоуправління відображаються найбільш істотні сторони і властивості самодіяльності людини, зв'язки і відносини між різними явищами, процесами, які відбуваються в ній як біосоціальної і духовної системи.

Для усунення утруднень у сприйнятті принципів положень теорії самоуправління нижче, у міру викладу матеріалу, показано значення навантаження використовуваних понять, взаємозалежність основних категорій теорії самоуправління. Тут розглянемо поняття, що виражають найбільш загальні властивості та зв'язки, є сутністю самоуправління, вузловими пунктами, які допомагають пізнати природу цього явища.

До вузлових, спірних категорій теорії самоуправління належать «сутність», «зміст», «система» і «засоби» (методи, техніки, технології тощо). Особливе місце відведено взаємозв'язку і взаємозалежності категорій теорії самоуправління (рис. 1.2).

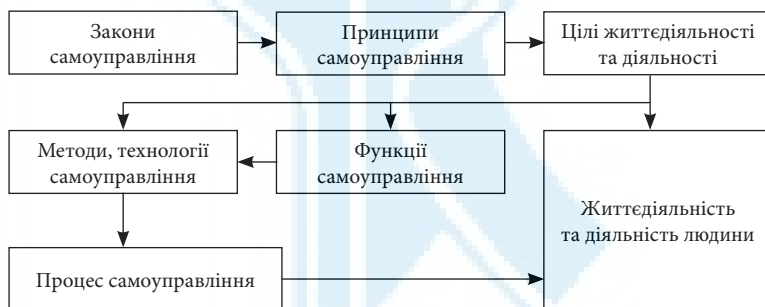


Рис. 1.2. Взаємозв'язок основних категорій теорії самоуправління

*Категоріальна структура* — опосередкований переходами взаємозв'язок основних категорій теорії самоуправління життєдіяльністю людини. Кожна категорія має певний філософський зміст. Показаний на рис.1.2 взаємозв'язок категорій дає змогу виділити, виходячи з логічної послідовності їх функцій у теорії самоуправління, три вузлові категорії: вихідну, центральну і завершальну. При цьому завершальна категорія не означає кінець теоретичного пізнання об'єкта, а дає можливість конкретизувати основні категорії теорії та вводити нові поняття в її структуру.

Вихідна категорія — «життєдіяльність». Вона вибрана на підставі аналізу її змісту, що визначає межі дослідження. Ця категорія є основою побудови системи теоретичного знання.

Центральна категорія — «ціль». Це «продукт» свідомості, який виступає системотвірним і організуючим фактором у людини. Внаслідок протилежності вихідної та центральної категорій теорії самоуправління остання не може бути безпосередньо дедукована (виведена) з вихідної. Перехід від життєдіяльності до цілі здійснюється шляхом аналізу процесу інтеріоризації, що у реальності опосередковує зв'язок цілі з чуттєво-практичною діяльністю. Від категорії «ціль» походять загальні поняття (категорії) — функції, методи. Вона виконує функцію цілепокладання життєдіяльності та діяльності людини.

Завершальна категорія — «самоуправління», є ланкою між вихідною і центральною категоріями. Вона спрямовує дослідження об'єкта і відображає якісну межу його розвитку, де відбуваються зміна різноманітних властивостей, реалізація певних можливостей об'єкта.

Кожна категорія, яка відображає об'єктивне явище, у процесі самоуправління, посідає певне місце в загальній системі категорій. Розбіжності у формулюванні основних понять зумовлені недостатньо чітким підходом до їх добору і визначення змісту з урахуванням особливостей СМ. Робота з формулювання і добору категорій та понять триває і нині. Кожна нова категорія повинна в узагальненій формі збагачувати теорію СМ новими знаннями про предмет цієї наукової дисципліни, вносити накопичений досвід і результати останніх досягнень науки.

Категоріальний аналіз свідчить, що СМ притаманні власні категорії. Взаємозв'язок основних категорій дає змогу запропонувати модель СМ (рис. 1.3).

**Закони управління.** Закон — об'єктивно існуючі, постійні причинно-наслідкові зв'язки між об'єктами управління і явищами, які характеризуються загальністю, необхідністю і повторюваністю.

*Истотні відносини* показують закономірність зв'язку, що відображає головні внутрішні грані об'єктів і явищ, які зумовлюють їх характер поведінки, внутрішню природу.

*Загальність* — заданий зв'язок, властивий всім явищам, процесам певного рівня, типу, класу.

*Необхідне відношення* виходить із природи даного класу явищ, що відображається у певних умовах і не залежить від обставин.



Рис.1.3. Концептуальна модель самоменеджменту

*Умови* — весь комплекс явищ, обставин, які супроводжують причини породження певних наслідків, що забезпечують їх розвиток.

*Супутні причини* відображають загальний фон явищ і безпосередньо не впливають на те, що відбувається.

Закон починає діяти за відповідних умов. Знання об'єктивного закону дає змогу:

- уточнити зв'язки, що відповідають його сутності;
- вивчити умови чинності закону;
- розкрити принципи, що визначають вимоги цього закону;
- вибрати методи його практичної реалізації.

Закони виявляються в діяльності людей, вони об'єктивні й не залежать від їхньої свідомості, волі, бажань. Виходячи з цього, вважається, що люди самі творять історію, будучи одночасно і авторами, і дійовими особами. Багато законів, що впливають на людину, наведено в розділі 2.

Ефективність самоуправління залежить від того, наскільки система його відповідає законам (закономірностям), які об'єктивно діють у сфері життєдіяльності та діяльності людини, визначають її функціонування і розвиток. Отже, потрібно знати закони управління, особливо механізм їх

дії, форми вияву і правильно використовувати їх в процесі життєдіяльності та діяльності у конкретних умовах, що склалися. Творче застосування знань законів управління дає змогу свідомо створювати умови для сприятливої їх дії, передбачати розвиток подій, визначати обґрунтовані та реальні цілі самоуправління, приймати оптимальні рішення й ефективно управляти життєдіяльністю і діяльністю. У самоуправлінні діють загальні та специфічні закони управління. Загальні закони виражають найістотніші зв'язки і відносини між життєдіяльністю і діяльністю людини та іншими явищами природного і громадського життя, а специфічні — між самоуправлінням конкретної людини та елементами зовнішнього середовища.

**Принципи СМ.** *Принципи* — це вимоги об'єктивного закону управління і правила їх виконання в управлінській діяльності. Принципи охоплюють вимоги і правила. У навчальній літературі можна зустріти або перше, або друге. Об'єктивні труднощі в даному разі зумовлені нерозробленістю теорії управління, де були б розкриті закони та відповідні їм принципи. Відсутність стійких положень теорії управління спонукає фахівців робити не завжди обґрунтовані висновки.

На підставі пізнання об'єктивних законів у теорії самоуправління формулюються відповідні принципи як вимоги відповідних законів і правила (рекомендації) для їх практичного використання у процесі самоуправління. Принципи випливають із законів, що існують і діють об'єктивно, поза свідомістю людей і незалежно від їхньої волі та бажань. Принципи переводять вимоги законів на мову практики. Уся сума принципів повинна відповідати сукупності об'єктивних законів управління. На жаль, у практиці управління, навіть суспільством, в угоду певному лідеру держави часто вигадують принципи управління економікою, господарською сферою і суспільством у цілому. Щодо людей, то необхідно враховувати, у першу чергу, закономірності життєдіяльності та діяльності людини як біологічної системи, виражені в таких принципах:

- «агресії особистостей»;
- принципі Гаузе (два види не можуть існувати в одній місцевості);
- спрямованості еволюції або мінімуму дисипації (розсіювання) енергії;
- підстави;
- принципі Бауера (стійкої нерівноваги).

Принципи біосоціальної системи викладено в роботах із соціального управління. Додатково варто враховувати принципи, які зумовлюють самоуправління людини і сповідуються народами різних релігійних систем. Прикладом можуть бути в християнській релігії принципи, вик-

ладені в проповідях Ісуса. Людина на підставі принципів управління біосоціальними системами, з урахуванням особливостей індивідуальної життєдіяльності, розробляє свої принципи самоуправління (СМ). Прикладом індивідуальних принципів самоуправління життєдіяльністю є поради Честерфілда [20].

**Ціль і стратегія її досягнення.** Ціль — одне з базових понять у теорії управління (самоуправління). Це дуже складна категорія, яка має багато визначень. Ми під ціллю розуміємо бажаний результат діяльності окремої людини або всієї організації. Ціль у кібернетиці — характеристика поведінки системи, спрямованої на досягнення визначеного кінцевого стану [14]. Цілі людини в системі СМ — прогнозовані, плановані і бажані результати, на досягнення яких спрямована її діяльність.

Складність діяльності людини зумовлює її багатоцільовий характер, ієрархію цілей, їх пріоритетність. При цьому гомеостатичність і цілісність системи вимагають певної рівноваги між цілями. Усі цілі («дерево цілей») визначаються місією людини, яка виражає її суспільне призначення, а також системою поділу праці, що склалася в її інтересах. Місія, у свою чергу, сприяє зімкненню організації життєдіяльності та діяльності, їх єднанню, формуванню культури, визначає принципові положення для розроблення стратегії.

*Основні характеристики цілей:*

- ціль визначає організаційну, функціональну структуру життєдіяльності та діяльності, систему і механізм самоуправління;
- ціль є системотвірним, системоорганізуючим фактором життєдіяльності та діяльності людини.

На підставі аналізу матеріалів досліджень доходимо висновку, що стратегія діяльності людини:

- визначає перспективні напрями і траєкторію руху особи в часі та просторі;
- організує форми, технології, методи, способи, прийоми діяльності;
- це динамічна модель доцільної, системної діяльності, яка враховує вплив факторів зовнішнього і внутрішнього середовищ;
- функція самоуправління, яка відокремилася.

Стратегія визначається метою організації праці менеджера і впливає на зміни її структури. Стратегія є ланкою в ланцюжку «принципи управління — цілі — стратегії — методи — прийоми». Вона — організуючий початок усіх прийомів, методів, технологій, що дає змогу менеджерів досягти поставлених цілей за умови її відповідності об'єктивним



законам. Стратегія спирається на уявлення про сутність діяльності, про стан системи в минулому, сьогоденні та прогнозованому майбутньому. Вона, як правило, задається абстрактно заданою нормою (метою, програмою, проектом, планом, методом тощо). Стратегії розробляються відповідно до вимог об'єктивних законів управління і правил їх реалізації у практичній діяльності (принципів) і організують, поєднують прийоми та способи діяльності людей з досягнення погоджених ними цілей. Наша версія визначення стратегії пов'язує її з поняттями «модель», «норма», «метод». Стратегія є функцією засобу створення і перетворення конкретних норм діяльності. Варіанти найбільш використовуваних стратегій наведено в розділі 9.

**Методи самоуправління.** *Метод самоуправління* — організація прийомів і способів досягнення конкретної цілі. Сутність термінів «метод» і «стратегія» принципово різна. У стратегії насамперед передбачається майбутня дія, а не її засобово-розумова основа [1], як у методі. Метод відповідає за правильність розумових процедур, стратегія — за організуючий початок майбутньої і наступної дій. Стратегії та методи мають одну логіко-розумову генетичну базу, але з різними фокусуваннями, пов'язаними з відмінністю замовлення на нормативні узагальнення [1]. Методи — результат усвідомлюваної діяльності абстрактного мислення, за конкретизації якого ми маємо методики і технології. Людина, яка реалізує стратегічну функцію, здійснює рефлексію технології діяльності, виявляє самосвідомість та інтелектуальну волю. При цьому встановлюється «синхронізація» між змістом мислення і самосвідомістю, що супроводжує рух самовизначення менеджера (людини).

Слід зазначити важливість самовизначення в діяльності людини. Багато негативів у суспільстві є наслідком її самовизначення, що не оформилося. Самовизначення людини у СМ повинне здійснюватися насамперед стосовно стратегії. При цьому людський суб'єктивізм має «підганятися» до того рівня загальності, до ціннісного ставлення, що самоусвідомлює, витиснувши індивідуалізовану динаміку потреб [1]. У цьому разі самовизначення конкретизується в стратегії та цінностях. Стратегія разом з методом, спираючись на концепцію, сповідувани цінності, здійснює самовизначення людини, колективу, суспільства а також цілеспрямовану діяльність.

Іноді вважають, що методи управління і методи роботи є ідентичними поняттями, проте це не так. Поняття «метод роботи (праці)»

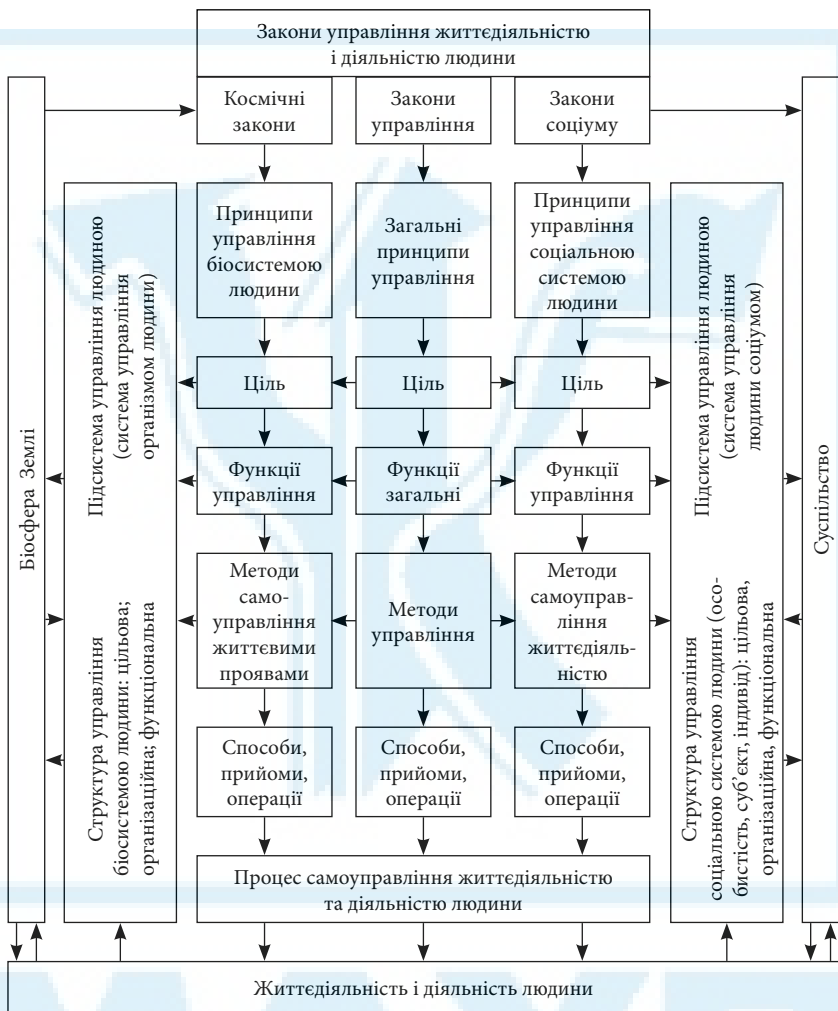
пов'язане з діяльністю людини, а «метод управління» — із впливом на цю діяльність. Уточнення поняття «метод», його взаємозв'язку із законами, принципами, цілями, функціями управління, організаційною структурою дасть змогу обґрунтувати методологію підходу до застосування і вдосконалення методів.

Найбільш поширені в теорії і практиці управління такі визначення:

- метод — прийом, система прийомів і правил в якій-небудь діяльності;
- метод — сукупність прийомів та операцій практичного або теоретичного освоєння дійсності, спрямованих на вирішення конкретних завдань;
- метод — спосіб досягнення мети.

Проте, на наш погляд, ці дефініції помилкові: прийом — це прийом, спосіб повинен бути способом, а метод методом. У теорії та практиці чіткого визначення поняття «метод» не склалося. Для формулювання його варто з'ясувати природу методу, тобто його сутність, основні властивості. Для вивчення місця методу в системі та процесі СМ розглянемо взаємозв'язок його з категоріями теорії управління (рис. 1.4). З наведеної схеми видно, що методи управління посідають певне місце в системі категорій теорії управління. Вони є ланкою в ланцюзі: «цілі управління, що базуються на законах і принципах управління, — методи — прийоми і способи виконання операцій у процесі управління». Через методи реалізуються управлінські (самоуправлінські) функції, у застосуванні цих методів — основний зміст самоуправлінської діяльності.

Метод складається з прийомів і способів. *Прийом* — це певна дія, *спосіб* — порядок застосування сил і засобів. Відповідно до умов, вимог законів, які управляють людьми, в суспільстві прийоми і способи організуються, їм надаються спрямованість, певна форма впливу. Таким чином, *метод СМ* — це організація прийомів і способів, яка забезпечує досягнення цілі. Ціль, виступаючи передбаченням результату роботи, зумовлює вибір засобів його отримання. Засоби досягнення мети можуть бути різними. Вони залежать від сформованих умов життєдіяльності, культури людини, системи індивідуальних цінностей, організаційної культури тощо. Засоби додають різне забарвлення наступним методам досягнення поставлених цілей. Вони, наприклад, роблять методи аморальними. Ціль у процесі самоуправління впливає на організацію життєдіяльності. Відповідно до цілі формується механізм управління (самоуправління), будується його система.



**Рис 1.4. Концептуальна модель самоуправління людини як біосоціальної системи**

Отже, *метод діяльності* — внутрішня упорядкованість, погодженість застосовуваних прийомів і способів, процедур, операцій для досягнення поставленої цілі. *Метод самоуправління* — це їх організація. Відповідно до цієї класифікації та характеристики різних методів діяльності людей вирізняють *методи управління* (організаціями і самоуправління) та *методи праці* (вирішення функціональних завдань, творчої праці та творчої праці з виконавськими функціями).

Застосування методів, їх вдосконалення, пов'язане з ефективністю СМ, залежать від наукової обґрунтованості принципів управління та вибраних з урахуванням їх вимог цілей управління життєдіяльністю і діяльністю людини.

**Діяльність.** Не тільки на практиці, а й у теорії управління часто категорія «діяльність» використовується як синонім понять «робота», «праця» на стратегічному і тактичному рівнях. Тут криється принципова помилка. «Діяльність» — дуже складне поняття. Діяльність людини на стратегічному рівні управління характеризується абстрактністю, вимагає розвинених стратегічних здібностей, а на тактичному — конкретністю ситуаційно виникаючих завдань, які мають вирішуватися в межах стратегії. Основи теорії діяльності викладено у розділі 7 і посібнику [10].

**Організаційна форма.** Форма — це те, що виступає основою організуючого впливу на процес самоуправління, властивості чого відтворюються в організованому змісті життєдіяльності та діяльності людини. Форма відповідає «принципам» змісту діяльності, надає їй статичності через структуруючий і трансформаційний впливи.

Необхідно розрізняти організацію праці (стратегічний, макрорівень) і організаційну поведінку індивідумів і груп (тактичний, мікрорівень). Ця діяльність вимагає використання різних організаційних форм. Ефективне функціонування і розвиток людини можливі за відповідності структури її життєдіяльності та дій меті й формі організації діяльності.

### 1.1.3. Сутність самоуправління в життєдіяльності та діяльності

Термін «управління» використовується, коли на об'єкт управління суб'єкт чинить спрямовуючий і організуючий вплив. Для досягнення цього між ними повинен існувати зв'язок. У суспільстві одна особа (керівник, менеджер) керує і є суб'єктом управління, інші — керо-

вані, є об'єктами. Уявимо самоуправління людини. Що в даному разі є суб'єктом, а що об'єктом? На що впливати — на суб'єкт (керуючу підсистему, наприклад, мозок людини) або на об'єкт (керовану підсистему, наприклад, тіло людини). Цих питань уникнути принципово неможливо. У цьому разі варто розглядати людину як систему. Як зазначалося вище, система — це організована і замкнута єдність закономірно пов'язаних між собою і зовнішнім середовищем елементів, здатних до взаємодії у досягненні цілей. При цьому властивості системи в цілому не тотожні властивостям кожного окремого елемента.

Вбачаючи у людині біосоціальну і духовну систему, можна сформулювати *сутність самоуправління* — це усвідомлений (вольовий) вплив людини, яка оцінила умови внутрішнього середовища (стану організму) або зовнішнього (навколишнього світу), що спонукають до досягнення сформованої та усвідомленої або ще не усвідомленої (підсвідомої) цілі. Виявляються впливи і на суб'єкт, і на об'єкт. Це визначення відповідає положенням теорії управління, яка стверджує, що за своєю формою управління в будь-якій системі є процесом цілеспрямованого впливу. Людина, яка управляє собою, повинна будувати суб'єкт — суб'єктні відносини, й у цьому є певна специфіка.

Як зазначалося вище, самоуправління виконує різні функції, з яких головними, обов'язковими, сталими, повторюваними в кожному циклі управління є:

- збирання людиною інформації про свій внутрішній стан і місце на траєкторії руху до цілі (інформаційна);
- аналіз цієї інформації і прийняття рішень з корекції своєї життєдіяльності та діяльності (аналітична);
- організація самостійної життєдіяльності та діяльності зі стратегічного і тактичного (повсякденного) управління (організаційна).

Особливістю системи самоуправління є те, що керуючі та керовані органи в людині, — це його нервова система. Під *засобами самоуправління* розуміють цілі, плани, програми, методи, техніку самовпливу, технології вирішення функціональних завдань. Вони виступають як норми діяльності.

*Ціль* — найпростіший тип норми. Це бажане, запропоноване уявлення про результат. Цільова характеристика додає змістовності людській діяльності.

*План* — деталізована (часто документально оформлена) послідовність заходів, що визначають систему дій із досягнення проміжних і кінце-

вих результатів. У кожному із проміжних станів є свій результат, йому відповідає певна ціль.

*Програма* — зміст і послідовність дій людини із досягнення проміжних і кінцевих цілей.

*Метод* — організація прийомів і способів самоуправління, що забезпечує досягнення життєвих цілей.

*Техніка* — сукупність навичок, прийомів, використовуваних людиною у сфері самоуправління. Основне призначення техніки — полегшення і підвищення ефективності трудових зусиль людини, розширення її можливостей у процесі життєдіяльності.

*Технологія* — сукупність операцій, здійснюваних певним способом і у визначеній послідовності, з яких складається процес самоуправління, процес реалізації функцій самоуправління і вирішення функціональних завдань, досягнення конкретної мети. Володіти технологією — це вміння здійснювати відповідним чином організовані дії.

Робота з формулювання і добору категорій і понять триває. Кожна нова категорія повинна в узагальненій формі доповнювати теорію самоуправління новими знаннями про предмет цієї наукової дисципліни, враховувати накопичений досвід і результати останніх досягнень науки.

З-поміж інших категорій виділяється «діяльність». Визначення цього терміна можна знайти в роботах багатьох мислителів (наприклад, Аристотеля, Плотіна, Фіхте, Гегеля та ін.). Важливість поняття «діяльність» зумовлена:

- необхідністю рефлексивного усвідомлення діяльності;
- залежністю результату діяльності від способу дії людини;
- особливим значенням способу діяльності та здібностей людини для його розвитку.

І. Фіхте стверджував, що здібності розвиваються паралельно з розвитком діяльності. К. Маркс виділив не тільки спосіб, а й засоби діяльності, залежність її якості від застосовуваних засобів.

Для діяльності характерним є процес реалізації норми перетворення чогось. Норма (ціль, план, програма, проект тощо) визначає процес перетворення «матеріалу» на «продукт», можливий за рахунок використання «засобів», тому що сам матеріал не перетвориться відповідно до зовнішньої цільові вимоги і вимог норми як форми процесу в цілому [1]. Людина є лише одним із забезпечуючих факторів, діячем, або таким, що організує взаємодію між матеріалом і засобом. У даному разі вихідними є виникнення потреби і цикл процесів, що забезпечує її задоволення. Він

охоплює активацію поведінки, пошук предмета, його пізнання, оцінку, привласнення, задоволення потреби і, отже, її «зникнення» як підстави циклу процесів. Це буття називаємо життєдіяльністю.

Життєдіяльність має повністю визначені структурно-процесуальні межі, обриси «одиниці» аналізу. За виникнення утруднень у життєдіяльності з'являється вже не базова, а ситуаційна потреба разом з усіма типовими ланками. Можна говорити про яруси, ситуаційно значущі набори типових, сфокусованих на певну ланку початкового циклу життєдіяльності. Оскільки динаміка потреб обумовлена зсередини і ззовні, вона може призвести до деформації повного і «правильного» циклу життєдіяльності.

У процесі соціалізації, входження в нормативні простори соціуму і культури малюнок життєдіяльності змінюється паралельно тимчасовим (зовнішнім) і постійним (зміна психічних механізмів) факторам. Стаючи адекватною соціальному, діяльнісному світам і світовій культурі (інтелектуальній і духовній), людина свідомо підпорядковує їм життєдіяльність у рутинному і творчо-інноваційному варіантах [1]. У даному разі життєдіяльність перетворюється на діяльність. У діяльності людина реалізує норми, визначені соціумом (державою, суспільством, власником підприємств тощо).

## **1.2. Філософські та методичні засади розвитку теорії самоменеджменту**

### **1.2.1. Принципи взаємозв'язку, взаємодії, розвитку**

Людина результатами своїх життєдіяльності та діяльності опосередковує існуючі в природі зв'язки та відносини між предметами і процесами. При цьому вона свідомо або несвідомо порушує цей загальний зв'язок, впливаючи на навколишній світ, що призводить до негативних наслідків. Будь-яка взаємодія пов'язана з матеріальними полями і супроводжується перенесенням матерії, руху та інформації. На біологічному рівні відбувається інформаційно-енергетична взаємодія, на соціальному — це процес і продукт взаємодії людей із природою і між собою. У духовному світі людини відбуваються значеннєві (психологічні,

логічні, моральні тощо) взаємодії. Це зумовлює необхідність вивчення взаємозв'язків внутрішнього світу людини із зовнішнім, сутності системи взаємодії у тій сфері, де людина як об'єкт дослідження набуває якісної визначеності. Внутрішні та зовнішні зв'язки в людині як системі є умовою здійснення саморозвитку, саморуку. У навколишньому середовищі людини, де діє ціла система факторів, акти його саморуку досить обмежені. Чинність закону ентропії не дає йому тривалий час перебувати в саморусі. У цьому разі зовнішнє середовище дає матеріал для розвитку. Саморух і саморозвиток повною мірою виявляються в людині, вона — «зв'язне ціле, енергія внутрішніх зв'язків якого більша за енергію зовнішніх зв'язків із середовищем» [3].

Проте не всі компоненти і зв'язки однаково істотні для людини, існують випадкові внутрішні зв'язки. Особливу роль відіграють системотвірні властивості та необхідні, закономірні системотвірні зв'язки між ними. При цьому взаємозв'язки між протилежними властивостями є стимулом і підставою саморозвитку. Велике значення мають організованість, впорядкованість, зв'язок елементів системи, їх взаємодія, що визначається самоуправлінням.

Виявляючись в умовах змін, людина як система, що самоорганізується, перебудовує наявні зв'язки між елементами своєї системи й утворює нові зв'язки. Ця «перебудова» є способом самоорганізації, самоадаптації її в реальних умовах життя. При цьому перехід системи в новий якісний стан відбувається шляхом кардинальної перебудови і супроводжується зниженням ентропії (підвищенням її організованості). Для цілеспрямованої зміни системи потрібний відповідний рівень її самоорганізації. Отже, будь-яка організована система має потребу в управлінні, що є її необхідним елементом, функцією, що забезпечує реалізацію цільової програми життєдіяльності. Цю функцію управління стосовно людини ми називаємо самоуправлінням її життєдіяльністю і діяльністю, або самоменеджментом. Тому основою теорії самоуправління є розкриття взаємозв'язків і форм взаємодії в їх завершеному вираженні.

Як відомо, результатом застосування принципу загального зв'язку і взаємодії є категорія діалектики «розвиток». Концепцію розвитку відрізняє передусім те, що вона головну увагу зосереджує на пізнанні джерела саморуку [13]. При цьому джерело розглядається в протиріччях, властивих усім предметам і явищам.

Деякі роботи дають досить повне, цілісне й обґрунтоване уявлення щодо *проблеми (ідеї) саморуку*, зазначається логіка її концептуальної



розробки, що зумовлює глибше розуміння її методологічної ролі. Щодо предмета СМ, то концепція саморуху відіграє значну роль у змістовній інтерпретації понять «самоорганізація» і «самоуправління», які свідчать про внутрішнє джерело відповідних процесів. Виявлення адекватного, повного змісту цих понять пов'язане з визначенням іманентного протиріччя самокерованих систем і систем, які самоорганізуються, як джерела відповідних процесів [13]. Отже, у цьому сенсі концепція саморуху є принциповою філософсько-методологічною програмою побудови і розвитку теорії самоорганізації та самоуправління [3].

Саморух по-різному виявляється на різних рівнях. Найвиразнішою формою є низка ознак саморуху і саморозвитку вже на рівні біосфери. В. Вернадський розглядав біосферу як систему, здатну до саморуху і саморозвитку. Ця система є трансформатором космічної енергії (енергії випромінювань) в особливу енергію земного середовища, здатну здійснювати роботу. Цей «трансформатор» має внутрішню активність, будучи «великим, постійним і безперервним порушником хімічної відсталості поверхні нашої планети» [4]. Живій речовині біосфери властива зростаюча тенденція «розтікатися» шляхом розмноження по всій планеті, чинити постійний тиск на навколишнє середовище. «Розтікання» життя — рух, що виражається у всьому житті, — є прояв внутрішньої енергії виробленої хімічної роботи [4]. Саморух біосфери виявляється в активному перетворенні живої та неживої матерії, ускладненні живої речовини, виступає як саморозвиток, що закономірно вимагає вдосконалення самоуправління на біологічному рівні.

Якісно новий етап у розвитку біосфери почався з виникненням людського суспільства, названого ноосферою. Життєдіяльність і діяльність людини, впливаючи на біосферу, зумовлюють зміну як живого, так і неживого покриву. Отже, життя в планетарному масштабі виглядає безперервним потоком змін і відновлень, виявляється в різних формах.

Вирішення проблеми саморуху, саморозвитку і самоуправління представники різних напрямів науки пов'язують з недостатньо з'ясованими механізмами і причинами розвитку життя. Дослідження цих механізмів на біосферному рівні зумовлює необхідність вивчення нижчих рівнів. Проте, якщо біосфера є відносно самостійною, внутрішньо активною системою, то її елементи і форми (види, популяції організми) перебувають у взаємодії як з абіотичним середовищем (сукупність умов неорганічного середовища, що впливають на організм), так і між собою. Це ускладнює вирішення проблеми саморуху і самоуправління лю-

дини, зокрема, вимагає розв'язання завдання щодо ролі зовнішньої та внутрішньої детермінації у розвитку.

Теорії еволюції Спенсера, Богданова та ін. пов'язують вирішення проблеми саморозвитку з діями внутрішніх і зовнішніх факторів між системою (людиною) і середовищем. З позицій І. Шмальгаузена еволюція відбувалася взагалі під знаком звільнення організму, що розвивається, з-під влади випадкових явищ у зовнішньому середовищі. Різні фактори зовнішнього середовища дедалі більше освоюються організмом. Організм сам визначає своє ставлення до зовнішніх факторів, захищаючись від одних і використовуючи інші. [21]. Таким чином, у процесі саморуху визначальна роль належить внутрішнім факторам. Це звільнення від зовнішніх чинників зумовлене зростанням значення внутрішніх механізмів регуляції, що розвивалися й удосконалювалися у філогенезі (нагромадження спадкової інформації, ускладнення і розвиток структури біосистеми).

Рушійні сили еволюції утримуються всередині системи, зокрема для виду — всередині цього виду, для популяції — всередині популяції. Внутрішньовидова боротьба є справжньою рушійною силою еволюції. Навіть найгостріша конкуренція всередині виду ніколи не завдає йому шкоди, а спонукає його до подальшого прогресу або, за детальнішої розбіжності, — до спеціалізації. Це має переваги перед гострішими формами конкуренції. Внутрішня боротьба не лише сприяє життю виду, а й визначає ширші шляхи прогресивної еволюції.

Необхідною передумовою для використання концепції саморуху в розробленні теорії самоуправління людини є підхід до неї як до внутрішньо активної системи. Підставою для цього є результати досліджень для Л. Берталанфі, Н. Бернштейна, А. Маслоу та ін. Як зазначає Л. Берталанфі, організм навіть за незмінних зовнішніх умов і відсутності зовнішніх подразників є не системою, що спочиває, а внутрішньо активною [7]. Н. Бернштейн у період розквіту біхевіоризму дійшов висновку, що сучасна фізіологія повинна віднайти «міст» від фізіології реакцій до фізіології активності [6]. Вираженням внутрішньої активності системи є її зовнішні зв'язки. Поняття «активність» відображає закон зв'язку і взаємодії системи із середовищем, її поведінку в навколишньому світі. На рівні людини ця активність виявляється не лише у розвитку певної незалежності, автономності її біосоціальної системи стосовно середовища, а й у тому, що вона видозмінює своє оточення. Такої думки дотримувався А. Маслоу, досліджуючи соціальну активність своїх видатних співвітчизників, і стверджував необхідність самоак-

туалізації, тобто постійного процесу розвитку своїх потенціальних можливостей, повноти життя на основі «кращого життєвого вибору» [12]. Таким чином, концептуальні засади теорії самоуправління життєдіяльністю людини враховують основні філософські принципи розвитку — зв'язку, взаємодії, історизму.

## 1.2.2. Етапи розвитку самоменеджменту. Зв'язок з іншими науками

Самоуправління життєдіяльністю людини (самоменеджмент) як наукова дисципліна належить до розряду міждисциплінарних інтегруючих наук, незважаючи на триваючу диференціацію знань.

Ретроспективний аналіз розвитку теорії і практики самоуправління життєдіяльністю і діяльністю дає змогу виділити такі характерні етапи:

- *латентний* (з появи людини до початку ХХ ст.). Визначається формуванням історичних, філософських, соціальних, наукових, практичних та інших передумов виокремлення в науковому пізнанні такої сфери людинознавства, як самоуправління людини. Протягом тривалого періоду відбувалося нагромадження знань, культури саморегуляції, самовиховання, самоуправління;
- *номінаційний* (початок ХХ ст., з виникненням наукових засад управління і виявленням ролі людського фактора в досягненні різних цілей);
- *інкубаційний* (початок може датуватися виникненням концептуальної ідеї про необхідність досліджень проблематики самоуправління як нової сфери людинознавства). Передумовою до цього стали систематизація та узагальнення досвіду, культури в багатьох країнах. Завершився цей етап виділенням програм СМ (під різними назвами: «Персональний менеджмент», «Організація праці менеджера» та ін.) у вищих навчальних закладах в окрему дисципліну;
- *інституційний* — пов'язаний зі створенням деяких соціальних структур: лабораторій з проблем самоуправління життєдіяльністю людини, кафедр у вищих навчальних закладах тощо. У цих науково-навчальних структурах мають здійснюватися дослідження, розроблятися методи, техніка, технології самоуправління життєдіяльністю людини. Нині цей етап лише розпочався.

Аналіз становлення і розвитку самоуправління людини дає змогу визначити методологічний статус цієї наукової дисципліни, що фор-

мується. Завданням викладачів, вчених, які навчають студентів СМ, є визначення специфічної проблематики цієї дисципліни, предмета і методів її вивчення, формування методологічних принципів і концептуальних підходів, вибір напрямів пізнання, стратегії дослідження і сфер застосування. Це забезпечить впровадження СМ в соціальну практику, залучення в систему сучасних наук.

Вивчення практики становлення СМ дає можливість постулювати основні положення аксеологічного, онтологічного, методологічного і гносеологічного аспектів. У методологічному аспекті СМ за своїм загальнонауковому статусом є (стане) сучасною комплексною науковою дисципліною фундаментально-прикладного характеру. Вона пізнає закономірності реального світу, що в онтологічному аспекті не вбирають у себе інші існуючі науки. Зі створених нещодавно дисциплін, вона межує з акмеологією, предметом якої є об'єктивні та суб'єктивні фактори, що сприяють і перешкоджають досягненню вершин професіоналізму; праксеологією, яка оголосила себе загальною теорією людської діяльності, та ін. Прикладною дисципліною СМ є тому, що на базі пізнаних фундаментальних закономірностей розвитку людини, створюваних протягом тисячоріч методів, технік, технологій самоуправління розробляє практично орієнтовані технології досягнення життєвих цілей. При цьому СМ вбирає в себе знання всіх наукових дисциплін, що вивчають людину та її життєдіяльність і діяльність.

В аксеологічному аспекті СМ виступає як системотвірний фактор інтеграції різних наукових знань (філософії, біології, соціології, психології, кібернетики тощо), необхідних сучасній людині для вирішення практичних завдань.

Таким чином, СМ як наукова дисципліна характеризується в таких аспектах:

- *онтологічному* — охоплює сферу людської реальності (самоуправління в процесі життя), не досліджувану іншими науковими дисциплінами;
- *методологічному* — є самостійною науковою дисципліною, що перебуває на стадії становлення. СМ є міждисциплінарним за походженням, системним за способом організації знань, комплексним за формою існування, базується на фундаментальних знаннях про людину і суспільство і має прикладну, практичну спрямованість;
- *аксеологічному* — є цінним для людини як засіб саморозвитку, самоствердження, адаптації в умовах змін, досягнення життєвих цілей;

- *гносеологічному* — пізнає реальність в аспекті можливості її дослідження і використання отриманих результатів у процесі оцінки сформованої життєвої ситуації, своїх можливостей з реалізації життєвих цілей.

Самоменеджмент має гуманітарну і технологічну орієнтацію, тому що належить до сфери наук про людину і безпосередньо пов'язаний з дисциплінами, які вивчають технологізацію гуманітарного знання (праксеологія, акмеологія) і гуманізацію технічних наук (біоніки, евристики). Наукова орієнтація у СМ виражається в методологічному застосуванні дисциплінарних стандартів (у вигляді експериментальних фактів, механізмів, закономірностей, їх математичної вірогідності тощо), які склалися ще в класичному природознавстві. За аналізу низки проблем, оцінки життєвої ситуації, своїх здібностей з досягнення життєвих цілей, їх розвитку тощо звертаються до природничонаукових знань у галузі психофізіології людини і праці, соціології та ін. Гуманітарна орієнтація у СМ виявляється багатоманітно. Він, з одного боку, належить до сфери наук про людину і визначається у процесі історичного розвитку, а з іншого — характеризується предметним відокремленням від них як самостійної дисципліни, що формується на сучасному етапі становлення. Зрозуміло, що і до її виникнення біологами, соціологами, кібернетиками, педагогами досліджувалися проблеми самовиховання, саморозвитку тощо, які функціонально багато в чому схожі за проблематикою з СМ. Проте в умовах, коли реальність змусила звернутися до людського фактора, коли людина стає центром уваги і від її дій іноді залежить життя людської цивілізації, стало необхідним дбати про її саморозвиток, самоуправління своєю життєдіяльністю.

Технологічна орієнтація СМ виявляється у його безпосередній взаємодії з науками, які тяжіють до техніки (кібернетика, теорія ергатичних систем, системотехніка, теорія інформації та ін.), у властивій їм відповідності алгоритмічно чітким стандартам практично орієнтованого прикладного знання. Необхідно враховувати вплив на СМ праксеології у вигляді двостороннього процесу технологізації гуманітарного знання (наприклад, у формі психотехніки та агротехніки, інноватики і рефлексії), а також гуманітаризації технічних наук (у вигляді виникнення біоніки, соціоніки, евристики, синергетики тощо). Н. Моїсеев зазначає необхідність створення кібернетики, орієнтованої на вивчення людського фактора. Сучасна праксеологія (як і її попередниця — тектологія Богданова і наукова організація виробництва Ф. Тейлора та ін.) прагне виділити позитивні принципи раціональної організації життєдіяль-

ності та діяльності в різних сферах соціальної практики не лише з позицій загальної теорії систем, а і з урахуванням даних людинознавства і суспільствознавства, а також теорії боротьби.

Зв'язки СМ з філософією здійснюються за двома напрямками: світоглядним і методологічним. У першому випадку філософія задає ціннісну точку відліку в аналізі життєдіяльності та діяльності людини, визначаючи систему критеріїв (екзистенціальних, культурологічних, моральних, естетичних, юридичних тощо) її становлення і вивчення. У методологічному плані філософія визначає засоби створення СМ як комплексної фундаментально-прикладної дисципліни. Ця дисципліна, з одного боку, асимілює та інтегрує знання суміжних наук про людину, а з іншого — вибирає і розробляє специфічні уявлення про управління її життєдіяльністю. Таким чином, філософія світоглядно задає аксеологічні ідеали та праксеологічні цілі СМ як суспільній науковій дисципліні й особливому розділу сучасного людинознавства. Отже, СМ у взаємодії з багатьма науками про людину, що розвиваються останнім часом, істотно змінює акценти у сфері життєдіяльності суспільства.

## 1.3. Загальна характеристика концепцій самоменеджменту

У посібнику ми ставили за мету не аналіз існуючих концепцій у світовій практиці, а лише їх наведення і подальше використання для вивчення дисципліни.

### 1.3.1. Концепції самоменеджменту в західній культурі

**Концепція раціонального життя.** Ця система поглядів на діяльність людини і суспільства, що базується на логіці, раціональних міркуваннях, з'явилася в США. Вона відображала спосіб життя американського народу, закономірну форму процесу діяльності американського суспільства. Бачити сенс свого життя у праці, прораховувати результати вчинків — цьому вчить

американська дійсність. Концепція чітко відображена у працях Д. Карнегі: «Як здобувати друзів і впливати на людей», «Як виховати впевненість у собі й впливати на людей, виступаючи прилюдно», «Як перестати турбуватися і почати жити» (М., 1990), які протягом десятиліть приносять величезну користь у підготовці до управлінської діяльності менеджерів різних рівнів, забезпечують досягнення життєвого успіху багатьох людей.

Усі рекомендації, пропоновані Д. Карнегі, взято ним із практики, реальної американської дійсності. У цьому їх перевага і недолік. Перше — це результат спостережень вияву закономірної життєдіяльності людини в конкретних умовах. Друге — відсутність наукового обґрунтування рекомендацій. Проте треба віддати належне, книги Д. Карнегі написано на початку століття, коли психологія, соціологія та інші науки про людину тільки зароджувалися.

Іноді Карнегі обвинувачують у тому, що він вчить маніпулювати людьми. Використання рекомендацій, пропонованих автором, дійсно, дає змогу маніпулювати людиною, що дуже погано, але це і доводить дієвість рекомендованих ним засобів (методів, технологій). Факт маніпуляції є наслідком поставлених людиною цілей, що визначають необхідні засоби (методи технологій та ін.) їх досягнення (рис. 1.3). Немає аморальних методів, прийомів впливу, але є аморальні цілі, що додають першим відповідне забарвлення.

Уважно прочитавши книги Д. Карнегі, Ви знатимете:

- сутність рекомендацій щодо вибору методів спілкування з людьми;
- як виховати впевненість у собі;
- як впливати на людей, виступаючи прилюдно;
- правила і рекомендації з їх застосування в реальних умовах, щоб сподобатися людям; схилити оточення до Вашої точки зору; впливати на людей, не ображаючи їх; зробити Ваше сімейне життя щасливішим; писати листи, які дають чудодійні результати;
- правила і рекомендації щодо їх застосування, щоб перестати турбуватися і почати жити: правила створення умонастрою, що забезпечують душевний спокій і щастя; запобігання втомі та занепокоєнню, підтримання високого тону і гарного настрою.

**Концепція обмежень**<sup>1</sup>. Ця система поглядів, спрямована на максимальне використання і розвиток потенціалу менеджера, керівника, пов'язана з іменами американських консультантів з управління М. Вудкока і Д. Френсіса [45].

<sup>1</sup> Рекомендована література [14, 45, 88].

Кожна людина, плануючи відкрити нову сторінку свого життя, оцінює свої сильні та слабкі сторони, які у певних умовах можуть стати факторами досягнення поставлених цілей. Прочитавши книгу зазначених авторів, можна продіагностувати свої сильні сторони в ролі менеджера і виявити якості, що вимагають подальшого розвитку. Обмеженням автори називають фактор, що стримує потенціал і результати роботи як організації, так і окремої людини. Наводиться список потенційних обмежень:

- невміння управляти собою;
- розмиті особисті цінності;
- нечіткі власні цілі;
- зупинений саморозвиток;
- недостатність навичок вирішувати проблеми;
- недостатнє розуміння особливостей управлінської праці;
- слабкі навички управління;
- невміння навчати;
- низька здатність формувати колектив.

Кожному менеджеру запропоновано методику оцінки своїх якостей і одержання самооцінки щодо особистих обмежень, їх негативного впливу на показники роботи як керівника. Розглянуто питання бар'єрів на шляху зростання, способів розвитку управлінських навичок, підготовки планів власного росту, практичних дій з подолання обмежень.

До бар'єрів на шляху зростання управлінської майстерності найчастіше належать: страх перед новими ситуаціями, не виправдати очікування оточення; вразливість, невір'я у власні сили; недостатні навички. Ці бар'єри в кожній людині свої. Більш того, у певних умовах вони переходять на режим факторного впливу, з одного боку, гальмуючи розвиток, а з іншого — сприяючи йому. Людина потрапляє в «силове поле», вплив якого сприяє управлінню особистим розвитком.

Здійснювати розвиток доцільно планово. Особистий план розвитку розробляється з урахуванням таких правил:

- поставити перед собою чіткі цілі;
- визначити ознаки успіху;
- задовольнятися скромним прогресом;
- ризикувати в незнайомих ситуаціях;
- пам'ятати, що своїм розвитком кожна людина управляє сама;
- враховувати, що Ваші зміни можуть занепокоїти оточення;
- не слід втрачати можливості;
- необхідно бути готовим учитися в інших;



- вчитися на своїх невдачах і помилках;
- розібратися в політичному підґрунті діяльності Вашої організації;
- обговорювати свої погляди у відвертих дискусіях;
- приносити користь організації, в якій працюєте;
- слова не повинні розходитися зі справами;
- варто контролювати просування вперед;
- одержувати задоволення від свого розвитку.

План містить кілька етапів: 1) виявлення обмежень; 2) оцінка й обговорення обмежень; 3) подолання перешкод; 4) набуття нових навичок; 5) впровадження нових методів роботи; 6) аналіз просування вперед.

Перевірити засвоєння даної концепції можна, відповівши на запитання:

1. У чому сутність відмінності поведінкового напрямку в менеджменті від раціоналістичного?

2. Які основні навички та якості менеджерів, що забезпечують, на думку авторів концепції, успіх у наступному десятилітті? Яка їх трансформація в умовах України?

3. Які потенційні обмеження менеджера, у чому вони виявляються на практиці?

4. Які зміст і послідовність дій за оцінки своїх особистих обмежень?

5. Які зміст і послідовність дій за оцінки впливу обмеження на показники Вашої роботи як керівника?

6. Які зміст і послідовність дій з подолання обмежень?

Стикаючись з нездоланими проблемами, багато менеджерів шукають яких-небудь рекомендацій. Проте, на жаль, управлінські «рецепти», розроблені в минулі роки, часто не прийнятні для наших днів. У цій же книзі ви знайдете практичний підхід до управління, що досліджує і визначає характеристики і навички, необхідні менеджерам і керівникам, якщо вони хочуть уціліти і домогтися успіху в найближчому десятилітті.

**Концепція раціональної організації часу<sup>1</sup>.** Час у цій концепції — це тривалість, послідовність зміни явищ, станів. Будь-яка матеріальна система, у тому числі людина, розвивається за своїм власним часом, що залежить від характеру циклічних змін у її структурі та зовнішньому середовищі. Час однорозмірний, асиметричний і незворотний; може прискорюватися і сповільнюватися. Для людини час — це спосіб її існування, в якому вона переживає минуле, сьогодення і майбутнє (Августін, Лейбніц).

<sup>1</sup> Рекомендована література [24, 44, 47, 49, 51, 61, 62, 67, 71, 73, 75, 76].

Про час, його роль і місце в житті кожної людини на Землі сказано і написано дуже багато. Л. Зайверт у своїй популярній праці «Ваш час у ваших руках» [49] зумів узагальнити багато розробок, запропонувати рекомендації, апробовані на практиці. На його думку, СМ — це послідовне і цілеспрямоване використання випробуваних методів роботи в повсякденній практиці для того, щоб оптимально і змістовно використовувати свій час. На наш погляд, це однобічний підхід до СМ. Тим більше що автор сам ставить ширші цілі для СМ: максимально використовувати власні можливості; свідомо управляти плином свого життя; долати зовнішні перешкоди на роботі й в особистому житті; неупорядковану роботу перетворювати на доцільну.

Досягнення цих цілей забезпечується послідовним плануванням часу, використанням методів наукової організації праці. Для цього автор рекомендує:

- раціонально використовувати наявний час;
- мислити цілеспрямованими категоріями і працювати відповідно до цілей;
- за допомогою планування набути впевненості та позбутися стресів;
- щодня домагатися успіхів і викроювати вільний час.

У книзі даються чудові рекомендації з раціональної організації часу, викладені в доступній для сприйняття формі, які можна миттєво апробувати на практиці й переконатися в їх корисності. Після звернення до читачів з доказом значення часу і раціональної організації життя автор пропонує визначити, скільки часу лишилося, нагадує, що сьогодні починається перший день залишку Вашого життя.

У роботі пропонується методика аналізу витрат часу, що містить: аналіз використання часу; аналіз тимчасових втрат; дослідження «поглиначів» часу (причин непродуктивної його витрати). Результатом аналізу є узагальнені причини нераціонального використання часу, які при врахуванні їх у практичній діяльності можуть стати факторами успіху. Л. Зайверт докладно описав функції СМ, названі ним «низкою правил»: постановка цілей, планування, прийняття рішень, організація їх реалізації, контроль і об'єднувальну функцію — інформації та комунікації. Внаслідок однобічності підходу до предмета СМ розглянуто не всі функції. Докладно розглянувши, як реалізовувати ці функції, директор Інституту раціонального часу ФРН дає такі рекомендації: як раціонально читати (пропонує порядок дій з вибору та прийняття рішення — що читати, а що ні); десять правил удоско-

налення методики читання тощо; як раціонально проводити наради, співбесіди, вести переговори телефоном, вести кореспонденцію і використовувати листки-пам'ятки.

Визначаються принципи планування часу: структурування часу; фіксування результатів; встановлення пріоритетів; делегування повноважень; системність; реалістичність; альтернативність; заповнення втрат. Рекомендується методика планування часу (метод «Альпи»), що містить кілька стадій: визначення завдань; оцінка тривалості акцій; резервування часу про запас; прийняття рішень за пріоритетами; скорочення і передоручення; контроль і перенесення невиконаного.

Про раціональне використання часу написано багато праць у колишньому СРСР. Інтенсивно розробляли цю проблему А. Гастев і П. Керженцев, а надалі вона зазначалася у всіх роботах з наукової організації праці.

**Раціонально-психологічна концепція<sup>1</sup>.** Сутність цієї системи поглядів полягає в раціональному використанні «законів» функціонування психіки людини для вирішення завдань СМ. У цьому плані варто було б вивчити всі роботи від З. Фрейда та І. Павлова до представників сучасних психологічних шкіл. Рекомендуємо взяти на озброєння вже готові пропозиції практиків, ознайомлених з раціонально-психологічними поглядами у сфері СМ.

Доступною і популярною є книга Н. Енкельмана і М. Біркенбіля «Досягати успіху з радістю». Молитовник для шефа» [89]. Будучи фахівцями з управлінського консультування, вони розробили рекомендації успішної діяльності. Використовуючи досягнення науки в галузі психічної діяльності людини, особистий досвід роботи з людьми, спробували обґрунтувати принципи розкриття особистості, програмування підсвідомості (перетворенням песимістичних установок на оптимістичні).

Сформульовано принципи розкриття особистості:

- тільки людина здатна свідомо обмірковувати, планувати і здійснювати свої задуми. Тільки вона може цілеспрямовано впливати на себе саму, а отже, на свою долю і майбутнє;
- на початку будь-якої справи виникає ідея. Існує тільки те, про що думаєш;
- думки формуються і розвиваються в підсвідомості під впливом самої людини або під впливом ззовні;

<sup>1</sup> Рекомендована література [28, 32, 55–59, 70, 79–84, 89].

- підсвідомість — «будівельний майданчик» життя і «робоче приміщення» душі — прагне реалізувати кожну думку;
- найменший проблиск думки може перетворитися на палахкотливе полум'я;
- усе, що росте, має потребу в їжі. Їжа думки — концентрування;
- свідоме або неусвідомлене концентрування є згустком життєвої енергії;
- у конфлікті між почуттям і розумом перемагає завжди почуття;
- почуття спрямовують і підсилюють концентрування несвідомо, але наполегливо;
- внаслідок прийняття цільового рішення можна спрямувати увагу на будь-яке питання;
- увага зумовлює посилення інтелектуальної діяльності, відсутність уваги — ослаблення;
- згода активізує сили, внаслідок відмови життєві сили висихають;
- постійне повторення однієї ідеї перетворюється спершу на віру, потім — на переконання;
- віра веде до дії, концентрування — до успіху, повторення — до майстерності;
- що ти про себе думаєш, тим ти і станеш.

Сформулювавши свої принципи, автор пропонує їх виконання почати із самоаналізу. Збирання необхідної для цього інформації рекомендується почати з вивчення свого зовнішнього вигляду, поведінки, самопізнання (постава, відносини зі слухачами, звороти мови, техніка мови, невербальна мова, стиль мови, риторичні прийоми, вираження думок, тема, побудова виступу).

У даному разі ставиться мета пізнання себе, знання того, що ти вмієш; того, що вміння робить нас могутніми. Розібравшись в тому, ким ти є, що тебе зробило таким, можна віднайти можливість самовдосконалення. Для цього плануються і здійснюються тренування підсвідомості, що дає змогу підтримувати рівень умінь, виробляти необхідні звички і характер, орієнтований на успіх. Успіх, у свою чергу, зумовлений діями, що відповідають законам природи. Отже, потрібно готувати себе до таких дій, доводити їх до автоматизму, виробляти і зберігати в умі правильні програми, адекватні ситуаціям, що виникають, розв'язуваням завданням. При цьому головною умовою є віра в самого себе, у своє призначення, формування позитивної установки на успіх.

**Акмеолого-технологічна концепція**<sup>1</sup>. Деяке уявлення про одну з найцікавіших систем поглядів на самоуправління дають рекомендації з досягнення успіху в житті: пропоновані акмеологами [26] методологія і засоби досягнення вершин особистого і професійного розвитку людини; кроки для досягнення життєвого успіху Н. Хілла [85]; підхід до підготовки менеджерів, здійснюваний технологічною школою бізнесу [63]. Рекомендації акмеологів можна використовувати для розкриття факторів, що впливають на досягнення вершин розвитку людиною, вивчення механізмів розвитку. Пропозиції інших спеціалістів можна застосовувати як технологію стратегічного впливу на людину, а соціокультурні технології, розроблені Д. Гріндером, Р. Бендлером [29–31], А. Ситніковим [74], — як засоби управління і самоуправління, саморозвитком у СМ.

А. Хілл у книзі «Думай і багатій» [85], узагальнюючи результати успішної діяльності багатьох видатних американців, запропонував етапне досягнення успіху в житті. Наведені ним 13 кроків (бажання, віра, самонавіяння, спеціальні знання, уява, планування, рішення, наполегливість, «мозковий центр», таємниці сексу і сублимації, підсвідомість, інтелект, «шосте почуття») повністю обґрунтовуються результатами досліджень сучасної науки.

Так, *бажання* (внутрішнє прагнення, прагнення до здійснення чогонебудь) є своєрідною технікою самогіпнозу, емоційного впливу на підсвідомість для формування установки на досягнення поставленої цілі.

*Віра* (тверда переконаність, стан свідомості, пов'язаний з визнанням існування чогонебудь) може розглядатися як гіпнотично зумовлена позитивна галюцинація, що будує у свідомості щось неіснуюче, але до чого суб'єкт ставиться як до реального. Ця віра може стати «картою» внутрішнього світу людини, на яку він реагує як на реальність. Віру можна сформувати і зміцнити, залучаючи у підсвідомість потрібні думки.

*Самонавіяння* — це, з одного боку, техніка впливу на підсвідому діяльність, а з іншого — визнання необхідності, для досягнення певних результатів у житті залучення до процесу самоуправління глибинних структур мозку.

*Спеціальні знання* — визнання необхідності для досягнення успіху оволодіння крім базових знань ще і спеціальними, у першу чергу, знаннями СМ.

<sup>1</sup> Рекомендована література [26, 29–31, 63, 74, 78, 85].

*Уява* — рекомендується використання її як творчої майстерні, що виводить людські плани і бажання.

*Планування і прийняття рішення* — основні функції самоуправління, організації процесу досягнення цілей.

*Наполегливість* — визнання важливості волі як фактора успіху. Це рекомендація врахування дії законів інерції людського мислення, вироблення у підсвідомості установки на успіх.

*«Мозковий центр»* — одержання синергійного ефекту від організаційної діяльності різних фахівців, об'єднаних загальною метою.

*Таємниці сексу і сублимації* — використання енергії, породжуваної великими почуттями, у саморозвитку, з метою досягнення успіху в житті.

*Підсвідомість* — реалізує виконання вимог закону єдності свідомого і несвідомого. Н. Хілл визначив роль і місце підсвідомості в життєдіяльності людини, можливість через підсвідомість «черпати» інформацію від Світового Розуму, те, що масштаб людини дорівнює масштабу його розуму.

*Інтелект* — розумові здібності людини, рівень її розумового розвитку. Робота інтелекту створює умови для появи «шостого почуття». Правильна організація функціонування мозку дає можливість використовувати в наших інтересах пристрій, за складністю і могутністю якому немає рівних у світі.

*«Шосте почуття»* — можливість у певних станах пов'язувати свою свідомість зі Світовим Розумом або, на думку деяких фахівців, залучатися до інформаційного поля Землі. «Шосте почуття» багато хто пов'язує з інсайтом, осяянням, що іноді «попереджає» нас про небезпеку і дає можливість оцінити шанси на успіх.

Рекомендуючи тому, хто бажає досягти успіху в житті, зробити ці 13 кроків, Н. Хілл запропонував своєрідну технологію СМ. Хоча сучасна наука не визнає ні «шостих почуттів», ні багато чого іншого, описаного в подібних працях, практика свідчить про корисність для людини віри у вищий розум. Здебільшого ці рекомендації «працюють», оскільки автори емпірично одержали технології свідомого управління психофізіологічними резервами організму, але сучасна наука не завжди їх може пояснити.

Однією з яскравих характеристик технологічної концепції є розроблена в 1975–1979 рр. в умовах північноамериканської культури технологія нейролінгвістичного програмування (НЛП). Це нова технологія ефективних комунікацій, синтезована з технік, прийомів, способів роботи гіпнотерапевтів М. Еріксона і В. Сатір. У СМ її можна використовувати як систему засобів для пізнання і зміни людської поведінки і мислення [29–31, 63, 74, 78].

### 1.3.2. Східна концепція самоменеджменту<sup>1</sup>

Культуру Сходу європейці сотні років сприймали зверхньо. Проте процеси середини і кінця ХХ ст. змусили багатьох змінити свою думку. З початком останнього десятиліття в державах Східної Європи з'явилася численна література, що дає змогу вивчити і використовувати часом езотеричні знання в СМ. Центральним поняттям у східних навчаннях саморозвитку, самовдосконалення є концепція «звільнення» людини. Навіть поверховий огляд доктрин, підходів, методів «звільнення» свідчить про наявність безлічі шкіл, що тлумачать його по-різному.

Східні методи самовпливу в управлінні людиною дуже різноманітні за своєю спрямованістю, часом навіть протилежні за ефектом: одні активізують соціальну діяльність людини; інші замикають її у собі, ізолюють від зовнішнього світу. Сприйняття і розуміння східних «рекомендацій» значно утруднено наявними недосконалими перекладами, численними інтерпретаціями східних філософських систем. Передати ідеї індубуддійської і даосько-конфуціанської шкіл мовою «європейської» логіки дуже важко. Перекладати повинен не просто перекладач, а той, хто володіє також певним мистецтвом, предметом перекладу.

Центральне місце у східних вченнях посідає медитація. Здатність медитувати дає змогу управляти своїми думками і почуттями. Будь-яке зосередження думки, концентрування уваги на чому-небудь аналогічні медитації, самогіпнозу. У медитації немає нічого містичного. Згадайте, як працює свідомість. Ми усвідомлюємо тільки те, на що спрямовано нашу увагу. Якщо зосередитися на проблемі, можна її вирішити; якщо сконцентрувати увагу на фізіологічних процесах, вони можуть змінитися. Прикладом є відоме всім аутогенне тренування, коли концентрування на відчутті тепла спричиняє приплив крові до шкіри. На Сході вважають, що, концентруючи увагу на чакрах, люди здатні регулювати свої психічні переживання.

Розвинена медитація дає змогу утримувати свідомість на якій-небудь проблемі, очищати її від звичних думок, робити її «порожньою». Це робить світ іншим, сприйняття — безпосереднім, народжує неупередженість, дає можливість уникати стереотипів мислення, творчо вирішувати завдання. Наприклад, у східних бойових мистецтвах стан «порожнього розуму» вважається необхідною умовою перемоги, тому що виключає усвідомлену реакцію на дії супротивника, вона є підсвідомою.

<sup>1</sup> Рекомендована література [46, 48, 50, 52, 64, 65, 68, 69, 72, 86, 87].

Підтримання свідомості за допомогою медитації шляхом усунення «помилкової моделі світу» створює стан, названий «просвітленням». Це використовується у творчості, бізнесі. Такі стани сприяють необхідній трансформації особистості. Застосування східних технік, які сприяють «просвітлінню», уможливує розкриття і реалізацію творчого потенціалу людини.

Європейці, бачачи по телебаченню, як тисячі китайців організовано займаються гімнастичними вправами, не знають, що це — техніка гармонізації біоенергетики організму, названа Тайцзи-Цюань. Ті, хто володіють цим мистецтвом, здатні «виробляти» в собі енергію, що значно підвищує можливості кожного у двобої із супротивником, за столом переговорів або у забезпеченні здоров'я.

На Сході тисячоріччями вважалося, що тіло, розум і дух — єдине ціле, що негативні емоції (злість, страх, жорстокість) можуть зашкодити якимсь органам, і пов'язані з ними частини тіла занедужують. Тіло є саморегулюючою системою і здатне саме набувати стану рівноваги, але існують техніки впливу на підсистеми організму, що дають змогу «допомагати» саморегуляції.

У наш час багато людей вивчають китайське мистецтво жити і виживати — стратагеми. Це відпрацьована практика боротьби з використанням прийомів і способів військового мистецтва. Американські менеджери вже кілька десятиліть вивчають японський досвід менеджменту. «Схід — справа тонка», — кажуть у Європі. Фахівці в галузі управління секрети багатьох успіхів країн Сходу вбачають у повазі до своєї культури, врахуванні її у процесі управління розвитком як економіки, господарства та інших сфер, так і окремої людини.

Збережено традиції військових мистецтв — спадщину систематизованих форм рукопашного бою (дзюдо, карате, айкідо та ін.), розроблених майстрами країн Далекого Сходу. В Японії, Китаї, Кореї і В'єтнамі існує традиція військових мистецтв, метою вивчення яких є перемога не стільки над супротивником, скільки над самим собою, подолання власних слабкостей і недоліків. У процесі освоєння військових мистецтв самопізнання загострювало сприйнятливості людини до прекрасного, живої природи, мистецтва. Не випадково в історії далекосхідної цивілізації поняття «культура» і «войовничість» щільно переплетені. Фундамент усієї системи «кемпо» — даосько-буддійський погляд на світ, згідно з яким світ — це Порожнеча, Небуття, на противагу греко-латинській, а згодом християнської моделі світу як Буття.



У Китаї та Японії склалося інше розуміння істини, зумовлене уявленням про рівновагу єдиного й одиничного (істину шукають «посередині»). Наука Сходу не знала стрибків, злетів, але не зазнала і глибоких розчарувань. Склалася не стільки теоретична, дедуктивна наука, скільки практична, невіддільна від індивідуального досвіду. Сфера діяльності з формування нового знання, що виходить з єдності суб'єкта, об'єкта і засобів пізнання, адекватно відповідає нелінійному характеру східного мислення.

Для східного мислення, орієнтованого на усвідомлення трансцендентного абсолюту, характерна нелінійність, несумісна з аристотелівською формальною логікою, що має біполярну структуру. Тоді як логіка європейського мислення не допускає протиріч, оскільки заснована на законі виключення третього, тетралема в буддійській логіці дозволяє випадки «нествердження/незаперечення» і «ствердження/заперечення», які є лемами досконалості. Виявляється, що у вирішенні певної проблеми будь-який діалог може бути плідним лише тоді, коли аргументація двох полярно протилежних позицій порушується появою третього фактора або поля, який вводить тетралемну іллогічність, що означає порушення інтелектуальної рівноваги між двома парадигмами, які поділяють глобальне інтелектуальне співтовариство на два протилежних поля. Отже, третє поле не є полем примирення; це, скоріше, поле новизни, творчого хаосу.

Необхідність недуюального, нелінійного мислення зумовлена ходом розвитку новітньої науки, різні дисципліни якої стикаються з динамічним хаосом (або випадковою поведінкою цілком детермінованих систем) природних і технічних систем. Хаотична поведінка властива всім нелінійним динамічним системам з кількістю ступенів свободи більше двох, і в досить великих тимчасових інтервалах їхня поведінка стає непередбаченою. Науці ще потрібно відповісти на низку фундаментальних питань, а саме: про хаос у квантових системах з багатьма частками, пов'язаними з кардинальною проблемою «стріли часу»; про співіснування хаосу і регулярного руху в утворенні біологічних структур та ін. Нелінійність природи змушує враховувати існування детермінованого хаосу, тому без нелінійного мислення в науковій творчості не обійтись. Тут може істотно допомогти східна мудрість, у межах якої і було вироблено концепцію нелінійного мислення.

Символом багатьох явищ японського життя є «сад каменів» у давній столиці Японії. З 15 каменів Ви постійно бачите тільки 14. Один з них з різних сторін постійно не бачимо. Вивчаючи усе, що можна використовувати у СМ, Ви постійно відкриватимете нове і щось не бачити. Схід для нас, дійсно, справа тонка.

### 1.3.3. Загальні риси інтегральної моделі самоменеджменту

Самоменеджмент — дисципліна управління самим собою. Це поняття нове, яке ще не склалося, але є дуже актуальним у нинішніх умовах, що вимагають від людини перебудови, швидкої адаптації до реалій дійсності, активної життєвої позиції та цілеспрямованої діяльності.

Навіть коротке ознайомлення з існуючими концепціями самоуправління дає підстави для багатьох висновків, що характеризують його сучасну модель:

1) самоуправлінська діяльність здійснюється з урахуванням національних традицій, загальних норм, культури, але базується на знанні законів функціонування людини як біосоціальної і духовної системи, а також законів навколишнього середовища;

2) для ефективного самоуправління людині необхідно оцінити ситуацію, в якій вона опинилася, свої можливості, поставити мету, повірити у свої можливості з її досягнення і, самовизначившись, виконувати самоуправлінські функції. При цьому варто пам'ятати, що людина як організаційна система належить до класу відкритих, нелінійних, динамічних систем, що самоорганізуються. Ці системи вирізняються низкою специфічних якостей, які раніше не враховувалися;

3) самоуправління — багатоетапний процес саморозвитку, вершина особистості — передбачає зміну станів, людських якостей. Ефективне самоуправління враховує біологічну і соціальну природу людини (біоритми, генетичну програму, соціальне кодування тощо), реальні економічні та соціально-психологічні умови в країні проживання, перспективи розвитку ринку праці, професій;

4) у процесі реалізації власних планів, програм, проектів людина не обмежується управлінням внутрішніми процесами в організмі, особистою життєдіяльністю і діяльністю, а активно впливає на навколишнє середовище;

5) самоуправління ситуативне, для нього характерне управління за слабкими сигналами, але здійснюється воно з орієнтацією на стратегічні цілі, стратегію життя. Узагальнюючи і теоретично осмислюючи світовий досвід, водночас варто враховувати, що самоуправління є глибоко індивідуальним, «забарвлене» талантом і особистим досвідом;

6) існує обґрунтована думка, що самоуправління є різновидом людинознавчих технологій, який охоплює навички, уміння, прийоми, операції, процедури, алгоритми впливу тощо. При цьому під технологією

розуміють сукупність методів циклічної цілеспрямованої діяльності суб'єкта управління і самоорганізації зі зміни стану соціуму й особистості. Вона передбачає упорядкування системи життя людини.

Наведені характеристики, що виявляють лише контури моделі самоуправління, дають підстави розуміти під самоуправлінням спеціальну наукову дисципліну, що має інтегральний характер, розвивається на межі багатьох наук і наукових дисциплін — методології, біології, теорії управління, соціології, психології, праксеології, акмеології та ін.

Самоуправління — невід'ємний компонент усіх навчальних технологій управління і природної сторони життя людини.

### **КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ**

1. Що охоплюють теоретико-методологічні засади СМ людини?
2. Охарактеризуйте основні засади теорії СМ.
3. Визначте предмет, функції, завдання, структуру, закони і категорії теорії СМ.
4. Розкрийте сутність навчальної дисципліни «Самоменеджмент».
5. Проаналізуйте системний зв'язок СМ з іншими дисциплінами.
6. Що є предметом і об'єктом СМ як навчальної дисципліни?
7. Як характеризуються основні категорії теорії самоуправління?
8. Виконайте порівняльний аналіз концепцій СМ.
9. Проаналізуйте концепції СМ західної культури.
10. Чим відрізняються концепції СМ східної культури?
11. Назвіть загальні риси інтегральної моделі СМ.
12. Визначте в загальних рисах власну модель СМ.

### **ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА**

1. Анисимов О. С. Основы методологии : В 2-х т. — М. : ДАМ и А, 1994.
2. Богданов А. А. Тектология: Всеобщая организационная наука : В 2-х т. — М. : Экономика, 1989.
3. Варламов К. И., Карпичев В. С. Личная тектология (самоменеджмент). — М. : Изд-во РАГС, 1993.
4. Вернадский В. И. Биосфера. — М. : Наука, 1967.
5. Вьяккерев Ф. Ф. Проблемы самодвижения в материалистической диалектике. — Л.: Изд-во ЛГУ, 1972.

6. Бернштейн. Пути и задачи физиологии активности // *Вопр. философии.* — 1961. — № 6.
7. Берталанфи Л. фон. История и статус общей теории систем // *Системные исследования.* Ежегодник. 1973. — М. : Наука, 1975.
8. *Диалектика* процесса познания. — М. : Изд-во МГУ, 1985. — Кн. 3.
9. Дукан В. Наука самоуправления: консультационное взаимодействие. — Ростов н/Д : Феникс, 1990.
10. Колпаков В. М. *Організація праці менеджера.* — К. : МАУП, 2005.
11. Маркс К., Энгельс Ф. Соч. — 2-е изд. — М. : Политиздат, 1995. — Т. 33.
12. Маслоу А. Психология бытия. — М. : Ваклер, 1997.
13. *Материалистическая диалектика как научная система.* М. : Изд-во МГУ, 1983.
14. Мескон М., Альберт М., Хедоури Ф. *Основы менеджмента.* — М. : Дело, 1995.
15. *Словарь по кибернетике* / Под ред. В. С. Михалевича. — К. : Гл. ред. Укр. сов. энцикл., 1989.
16. *Совместная деятельность: методология, теория, практика.* — М. : Наука, 1988.
17. *Советский энциклопедический словарь.* — М. : Сов. энцикл., 1984.
18. *Управление персоналом: Энциклопедический словарь* / Под ред. А. Я. Кибанова. — М. : ИНФРА-М, 1998.
19. Успенский П. Д. Четвертый путь. — М. : ФАИР-ПРЕС, 2001.
20. *Философский энциклопедический словарь.* — М. : ИНФРА-М, 2002.
21. Честерфилд. Письма к сыну. Максимумы. Характеры. — Л. : Наука, 1971.
22. Щедровицкий Г. П. *Избранные труды.* — М. : Шк. культ. полит., 1995..
23. Щедровицкий Г. П. *Психология и методология.* — М. : Путь, 2004. — Т. 2, вып.1.
24. Шёкин Г. В. *Социальная теория и кадровая политика.* — К. : МАУП, 2000.
25. Шмальгаузен И. И. *Факторы эволюции.* — М. : Наука, 1968.

## РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

26. *Акмеология* / Под ред. А. П. Деркача. — М. : РАГС, 2002.
27. *Архангельский Г.* Организация времени: от личной эффективности к развитию фирмы. — СПб. : Питер, 2003.
28. Бейлс Ф. *Основные принципы науки разума.* — Донецк, 1993.
29. Бендлер Р., Гриндер Д. *Рефрейминг.* — Воронеж : Модэк, 1995.
30. Бендлер Р., Гриндер Д. *Из лягушек в принцы.* — Воронеж : Модэк, 1995.
31. Бендлер Р., Гриндер Д. *Структура магии.* — М. : КААС, 1995.

32. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. — М. : Спец. лит., 1996.
33. *Берн Э.* Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных. — СПб. : История науки, 1991.
44. *Васильченко Ю. Л.* Механизм времени. Тайм-менеджмент: теория и практика. — К. : Наша культура і наука, 2001.
45. *Вудкок М., Френсис Д.* Раскрепощенный менеджер. — М. : Дело, 1991.
46. *Высшее сознание.* — М.; К. : Ваклер, 1995.
47. *Гастев А. К.* Как надо работать. — М. : ВЦСПС, 1927.
48. *Гринвелл Б.* Энергия трансформации: путеводитель по Кундалини. — К. : София, 1996.
49. *Зайверт Л.* Ваше время в ваших руках : Пер. с нем. — М., 1995.
50. *Зенгер Х. фон.* Стратегемы. — М. : Прогресс, 1996.
51. *Зигерт В., Ланге Л.* Руководитель без конфликтов. — М. : Экономика, 1990.
52. *Зиновьев А. А.* Русская судьба. Исповедь отщепенца. — М. : Центрполиграф, 2000.
53. *Зиновьев А. А.* Логическая социология. — 2-е изд, испр. и доп. — М. : Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2003.
54. *Йоко Бек.* Ш. Дзен в любви и работе. — К. : София, 1996.
55. *Кандыба Д. В.* Техника гипноза «СК». — СПб. : Манм Юнеско, 1989.
56. *Кандыба Д. В., Кандыба В. М.* Управляемый медитативный тренинг.: М.: Медицина, 1990.
57. *Кандыба Д. В.* Тайные возможности человека. — Ростов н/Д. : Феникс, 1995.
58. *Кандыба В. М.* Сверхвозможности человека. — СПб. : Макет, 1996.
59. *Кандыба Д. В.* Тайны человеческой психики: В 2-х т. — СПб. : Каро, 1996. — Т. 1, 2.
60. *Карнеги Д.* Как приобрести друзей и оказывать влияние на людей. — М. : Прогресс, 1990
61. *Керженцев П. М.* Борьба за время. — М. : Экономика, 1965.
62. *Лакейн А.* Искусство успевать: 61 метод экономии вашего времени : Пер. с англ. — М., 1996.
63. *Кузьмин И. А.* Психотехнологии и эффективный менеджмент. — М. : ТШБ, 1992.
64. *Мантэк Чиа.* Железная рубашка. — К. : София, 1995.
65. *Мантэк Чиа.* Трансформация стресса в жизненную энергию. — К. : София, 1996.
66. *Мескон М., Альберт М., Хедоури Ф.* Основы менеджмента. — М. : Дело, 1995.
67. *Моргенстерн Д.* Тайм-менеджмент. — М. : Добрая кн., 2001.

68. Мюллер Ж. Шесть систем индийской философии. — М. : Искусство, 1995.
69. Паломничество в сторону Востока. — К. : Инициатива, 1994.
70. Панасюк А. Ю. А что у него в подсознании? — М. : Дело, 1996.
71. .Персональный менеджмент / С. Д. Резник и др. — М. : ИНФРА-М, 2002.
72. Рерих Н. К. Нерушимое. — Новосибирск : Вико, 1992.
73. Синергетика, философия, культура. — М. : Изд-во РАГС, 2000.
74. Ситников А. П. Акмеологический тренинг: теория, методика, психотехнологии. — М. : ТШБ, 1996.
75. Смирнов Е. Л. Справочное пособие по НОТ. — М. : Экономика, 1986.
76. Социальное управление: курс лекций. — М. : Изд-во РАГС, 2000.
77. Судзуки Д. Т. Наука Дзен-Ум Дзен. — К. : Пресса Украины, 1992.
78. Трансформация личности. Нейролингвистическое программирование. — Одесса : Хаджибей, 1995.
79. Фишер Р., Юри И. Путь к согласию. Или переговоры без поражения. — М. : Наука, 1990.
80. Франкл В. Человек в поисках смысла. — М. : Прогресс, 1990.
81. Фрейд З. Психология бессознательного — М. : Просвещение, 1989.
82. Фролов И. Т. Итоги и перспективы исследований философских и социальных проблем науки и техники // Вопр. философии. — 1987. — № 4.
83. Фромм Э. Душа человека. — М. : Республика, 1992.
84. Фромм Э. Бегство от свободы. — М. : Прогресс, 1995.
85. Хилл Н. Думай и богатей. — М. : Фаир, 1995.
86. Чжень Гун. Внутренние энергии в Тайцзы-Цюане. — К. : София, 1996.
87. Чжоу Цзунхуа. Дао Тайцзы-Цюаня. — К. : София, 1995.
88. Швальбе Б., Швальбе Ш. Личность. Карьера. Успех. — М. : Прогресс, 1993.
89. Энкельман Н. Б., Биркенбиль М. Преуспевать с радостью. Молитвенник для шефа. — М. : Экономика, 1993.



## **ЗАКОНИ, ПРИНЦИПИ, СИНЕРГЕТИЧНА ПАРАДИГМА САМОУПРАВЛІННЯ**

Людина є таємниця: ніколи не вір собі, що ти знаєш себе, якщо не хочеш свої можливості випробувати завчасно; вір, що несподіванка, яка вимагає нових сил, відкриє в тобі самому несподівані можливості, гідні тебе, взагалі людини.

*Ф. М. Достоевський*

### **2.1. Закони, принципи самоуправління**

#### **2.1.1. Загальні закони управління**

**Закон багаторівневої асиметрично-рівноважної квантово-циклічної системи саморегулюючого взаємозалежного розвитку.** Цей закон є основою теорії, запропонованої А. Астаф'євим «Єдиного живого Всесвіту» [3]. Він стверджує, що Всесвіт — єдина інформативно детермінована, ієрархічно організована система життя, з єдиним керуючим центром, яка сама еволюціонує та побудована за принципом зворотного зв'язку.

Відповідно до цього закону Всесвіт варто розглядати як єдину систему, що еволюціонує, спрямовану на нескінченне вдосконалення. Рівень її досконалості визначається здатністю стало, відповідно до законів еволюції матерії управляти всіма підпорядкованими системами життя, визначаючи їх елементарну структуру, регулюючи їх розвиток і еволюцію, особливо за наближення до «критичних точок» та їх подолання з виходом на якісно нові (емерджентні) рівні. Одним з наслідків цього закону є закон буття — боротьба протилежностей, їх єдність, тотожність, і ця боротьба має приховану гармонію.

**Закон цілепокладання.** Кожна організаційна система, будь-яка людини мають ціль (навіть якщо людина її не усвідомлює, а персонал організації не знає), зумовлену (запрограмовану організмом) об'єктивними законами навколишнього середовища і специфічними законами функціонування певної людини або організації. Це вимагає від людини, яка визначає ціль у житті, знати закони існування того середовища, де вона живе, і закони, які нею управляють як біосоціальною і духовною системою, а також розкрити, вивчити і врахувати зовнішні та внутрішні фактори, які несуть на собі вимоги цих законів.

Важливість знання цілі зумовлена тим, що вона є основою механізму самоуправління і під неї формується відповідна система управління. Закон визначає, що вибір цілі управління людини повинен здійснюватися на підставі об'єктивних законів її життя і специфічних законів функціонування. У протилежному випадку цілі дій будуть нереальними, а управління малоефективним і хаотичним. Для системи управління людини ціль є зовнішньою категорією, яку вона формує часто інтуїтивно. Постановка правильних цілей дій залишається мистецтвом, а вміння ставити їх є показником професійної підготовки. Виходячи із закону цілепокладання, можна говорити про пріоритетність цілей над засобами їх досягнення. Цілі управління, а відповідно і засоби їх досягнення, можуть бути духовними і моральними.

**Закон необхідної розмаїтості.** Визначає: чим складнішою і різноманітнішою є людина, тим більш складними і розмаїтими повинні бути механізм і система управління нею. Складність механізму самоуправління має відповідати культурній розмаїтості людини, яка реалізує свої цілі. Підвищення розмаїтості в підготовці людини — найважливіший шлях зростання якості самоуправління. Той, хто має глибокі знання і досвід, може управляти собою якісніше та ефективніше у будь-якій ситуації, оскільки здатен застосовувати різноманітні засоби впливу, самоуправління.

Розмаїтість впливів керуючого органа повинна бути не меншою, ніж розмаїтість керованого (принцип відповідності). Чим складнішим є об'єкт управління, тим складнішим повинен бути й керуючий орган. Сутність цього закону в тому, що керуюча підсистема повинна мати достатню розмаїтість керуючих впливів і пропускну здатність для перероблення інформації та прийняття управлінських рішень, щоб успішно впоратися з розмаїтістю системи, а також забезпечити її функціонування і розвиток відповідно до заданої програми. Це означає, що інформація



повинна містити максимум даних, які дають змогу забезпечити формування керуючих впливів відповідно до розмаїтості об'єкта управління.

Закон твердить, що керуючий орган повинен бути готовий змінити кожен з можливих, але небажаних змін керованого об'єкта. Наприклад, начальник повинен мати вищу культуру управління, ніж його підлеглі. Якщо його підлеглі набагато вищі за нього за рівнем загальної культури, то його управлінська культура повинна їй відповідати. Розмаїтість різних команд і стимулів (керуючих впливів) управління не повинна бути нижчою від певного рівня, який має керований об'єкт, у противному разі, не забезпечується його розвиток, і управління є неефективним.

Як зазначено вище, сучасні системи соціального управління мають меншу розмаїтість, ніж біосоціальна і духовна системи людини, і це виявляється у кризі, яка охопила світ і нашу країну зокрема.

Порушення цього закону наявне, коли людина, виправдуючись, каже: «Цього я не знав, це я не передбачив, цього не очікував, це випадковість» тощо. Закон визначає, що існує деякий мінімум інформації, необхідний органу управління (мозкові людини) для прийняття рішення і створення відповідної розмаїтості керуючих впливів (команд). Чим складнішою є людина як об'єкт управління, тим складнішим, розвиненішим повинен бути орган управління, тим більшою самостійністю, свободою він повинен відрізнятись. У розмаїтості керуючої системи потрібно враховувати, що керовані підсистеми людини здатні до самоорганізації та самоуправління.

**Закон відповідності.** На думку І. Павлова, це основний закон життя. Він твердить, що живий організм є складною відособленою системою, внутрішні сили якої кожної миті, поки вона існує як така, врівноважуються із зовнішніми силами навколишнього середовища, усе життя від найпростіших до найскладніших організмів [28]. Виходячи з цього закону, людина у своїй життєдіяльності виявляє тільки ті якості, реалізує ті можливості, розвиває здібності, яких вимагає від неї навколишнє середовище. Ступінь прояву якостей, здібностей і потенційних можливостей вищий від вимогливішого середовища існування. На вимоги цього закону посилаються ті представники людського співтовариства, яким зручно пояснювати свої дії відомою думкою К. Маркса: «Буття визначає свідомість». До речі, сказане класиком варто розуміти, по-перше: «як живеш — таким і будеш», а по-друге, за І. Павловим, цей закон стосується біосоціальних істот. Спроби розглядати людину як продукт спадковості та навколишнього середовища приречені на провал. В. Франкл, дійшов

висновку, що існує третій вимір, який робить людину хазяїном своєї долі. Людина, на думку В. Франкла, — це тілесно-душевно-духовне ціле, споконвічно вільне стосовно зовнішніх і внутрішніх, психічних, соціальних і біологічних обставин і обмежень [40]. У військовополонених і ув'язнених у таборах намагалися відняти все, перетворити на звіра, але реальність показала наявність у багатьох з них непохитної сили людського духу. Людське буття — насамперед сутнісно-зумовлене, що перебуває в історичному просторі, із системи координат якого його не можна вилучити. І ця система завжди визначається змістом, хоч і неусвідомленим або навіть взагалі невиявленим [40].

**Закон традиції.** Традиція є механізмом функціонування культури, це система зв'язків сьогодення з минулим. З використанням цього зв'язку здійснюються відбір, стереотипізація досвіду і передання стереотипів, які потім знову відтворюються. Динаміка культурної традиції — це постійний процес подолання одних видів соціально організованих стереотипів і утворення нових. Традиція є стрижнем соціальної самоорганізації, самоорганізації людського досвіду. Традиція може змінюватися зі зміною зовнішніх обставин. Формування традиції передують формуванню у свідомості людини нової моделі світобудови, уявлень про світ у цілому і про його соціокультурний устрій особливо. Встановлення цього порядку впливає на поведінкові моделі, прийняті в певному суспільстві. Традиція у суспільстві є не тільки символом безперервності, а й певною межею інновацій, головним критерієм їхньої законності, критерієм допустимих варіантів соціальної активності та соціальних змін. Закон виявляється у збереженні впливу традицій і звичаїв на людину за різних перебудов, змін системи управління. Традиції можуть прискорювати або гальмувати розвиток, вдосконалення людини. На основі традицій реалізується соціальне кодування — вироблені суспільством способи нагромадження, збереження і передання соціально значущої інформації нерозривно пов'язані із соціальною пам'яттю [11].

**Закон руху (зміни).** Вимагає врахування у процесі руху до цілі змін у зовнішньому середовищі та в людині. Відповідно до змін внутрішніх (освіта, здоров'я тощо) і зовнішнього середовища необхідно періодично перебудовувати, підбудовувати механізм управління собою (адаптуватися). Людина — відкрита система. Невиконання рекомендацій цього закону призводить до кризи, зриву з траєкторії життя до життєвої цілі.

**Закон зворотного зв'язку.** Виконання вимог цього закону досягається періодичним порівнянням досягнутого результату з планова-

ним, а також реалізацією тактичних цілей повсякдення із врахуванням стратегічних цілей. Для виконання вимог закону необхідно організувати зворотний зв'язок у соціальній системі. Це дає змогу вчасно координувати свої зусилля зміною регулюючих впливів відповідно до інформації про результати. Ця реакція на основі зворотного зв'язку компенсує недостатньо вивчені процеси функціонування людини. Вимога цього закону реалізуються функцією контролю.

**Закон резонансного порушення систем.** Людина як нелінійна система має низку управляючих параметрів, діючи на які можна здійснити вирішальний вплив на її функціонування і розвиток, положення на життєвій траєкторії руху. Наприклад, на тілі людини є біологічно активні точки, впливаючи на які (голкутерапія), можна стимулювати активність підсистем регулювання організму або окремих органів. Існують точки, вплив на які призводить до зворотного ефекту.

У людини в процесі життєдіяльності сформовано підпрограми реакції на життєві ситуації. Натиснувши на «хворий мозоль», можна спричинити реакцію, яка руйнує, зірвати людину із заданої траєкторії руху до цілі. Або, знаючи генетичний і соціальний коди людини, сприяти швидкому її розвитку у визначеному програмою життя напрямі.

**Закон ентропії** (ентропія — поворот, перетворення) — кількісна міра невизначеності ситуації. Досягнення успіху людиною вимагає великих потоків енергії. Чим більше ентропії виробляє біосоціальна система (людина), тим життєздатнішою вона є; тим більше імовірності, що людина досягне цілі. Зростання ентропії залежить від збільшення кількості елементів, що становлять систему, від можливості самоорганізації. Людині потрібні активна життєва позиція, свобода вибору. Життєва стійкість особи може бути статичною і динамічною. Людина, яка самоорганізується, повинна мати динамічну стійкість, тому що тільки за істотної зміни зовнішніх умов вона збереже свої позиції.

**Закон інтеграції управління.** Цей закон вимагає об'єднання в самоуправлінні різних спеціалізованих дій на різних ієрархічних рівнях і напрямках управління в єдиний управлінський процес у межах єдиної біосоціальної і духовної системи (організму) людини. Як інтегруючі фактори виступають цілі, завдання й інтереси людини, суспільства, природи, які потребують підтримання нормальних життєдіяльності та діяльності складної системи відповідно до постійних змін внутрішнього і зовнішнього середовищ.

## 2.1.2. Специфічні закони управління

**Закон соціального спадкування.** Будучи істотою біосоціальною і духовною, людина у своєму житті виконує вимоги біологічних і соціальних законів. У неї під впливом біологічної природи і навколишнього середовища сформувалися три програми. *Перша*, генетична, впливає з інстинктів. Вона не усвідомлюється людиною. Ця програма здійснює адаптацію людини в суспільстві на генетичному рівні. Вона визначає натуру людини, тип її інтелекту. Домінуючі інстинкти постійно вимагатимуть з підсвідомості певної спрямованості в житті, професійній спеціалізації. Людина, виходячи з оцінки обставин, що склалися, життєвої ситуації, може вибрати цілі, стратегію життя, які не відповідають генетичній програмі. Якщо це триватиме і далі, то ціль життя буде досягнута, найімовірніше, з виразкою шлунку або гіпертонією тощо.

*Друга* програма, настановна, формується вихованням, умовами життя в процесі соціального кодування. Це також неусвідомлювана програма людини.

*Третя* програма базується на усвідомленні системи цінностей, принципів, змісту життя. Виконання закону соціального спадкування повинне зумовити гармонізацію всіх трьох програм. Плануючи своє життя, людина має розкрити особливості генетичної програми (генетичний код), який впливає з домінуючих (базових) інстинктів, спрямованість настановної програми (соціальний код), творчо врахувати досвід свого життя і спрогнозувати розвиток ситуації (наприклад, на ринку професій).

**Закон єдності свідомого і несвідомого.** Дії, вчинки людини визначаються не тільки її мисленням, волею, знаннями, розумінням ситуації, життєвою філософією, а й роботою несвідомого. А всі внутрішні фізіологічні процеси в організмі керуються підсвідомо діяльністю. Академік А. Ухтомський на початку століття довів, що «...зі складних глибин підсвідомого визначається людина у своїх вчинках, переживаннях і сприйняттях. Якщо в неї є бажання опанувати свою поведінку, то спершу вона повинна опанувати глибини підсвідомого, тобто перебіг фізіологічних подій у собі, щоб через них опанувати і визначити потім свою поведінку, свої сприйняття, свій звіт життя в середовищі» [38]. Знання цього закону, механізму його дії дуже важливе в самоуправлінні, тому що удача і невдача, надія і розчарування, здоров'я і хвороба, мудрість і дурість, щастя і нещастя — усе формується і керується підсвідомістю.

Численні техніки і технології самоуправління, саморегулювання і самовиховання базуються на механізмі цього закону. Розвиток вищої нервової діяльності, що становить свідомість, підсвідомість і надсвідомість як тривірневу структуру здійснюється:

- свідомість — навчанням, освітою і мисленням;
- підсвідомість — наслідуванням, практичним досвідом;
- надсвідомість — грою і мистецтвом.

*Свідомість* — функція мозку (одна з гіпотез), змістом якої є ціле-спрямоване регулювання людини, її відносин з навколишнім світом. Робота свідомості базується на знанні людини, мисленні, самовизначенні, обраній цілі, системі цінностей та інтересах. Вона забезпечується відчуттями, сприйняттям, увагою, мисленням, волею і почуттями.

*Підсвідомість* — «будівельний майданчик» життя, комора досвіду людства. Робота підсвідомості заснована на життєвих програмах людини, установках. Вона має величезний творчий потенціал. Підсвідомість управляє життєдіяльністю організму, як правило, і поведінкою; допомагає свідомості в критичних ситуаціях.

**Закон інерції.** Людський мозок, почавши працювати в якомусь напрямі, набуває схильності працювати в тому ж напрямі й за інших зовнішніх подразників. Цей закон пов'язаний із законами установки і домінанти, що буде показано при розгляді психофізіології мозку. Механізм дії цього закону пояснює багато звичок, поганих і добрих. Добрі звички — це, коли не замислюючись, за інерцією прокидаєшся, робиш фізичні вправи, йдеш на роботу тощо. Погані — коли за інерцією не бачимо і не чуємо, не відчуваємо, який прекрасний світ, зупиняємо свій розвиток тощо.

**Закон установки.** Життєдіяльність і діяльність людини, її вчинки, способи досягнення цілей багато в чому визначаються її установками (спрямованістю діяльності). На основі систематично повторюваних впливів у головному мозку формуються системи рефлексів, що надалі перетворюються на підпрограми поведінки в умовах, що склалися. Особливістю є неусвідомленість створення цих установок. Одного разу ми раптом поведимося так, як не потрібно було б робити, категорично щось заперечуємо тощо. Впливаючи цілеспрямовано, змінюємо свої смаки, бажання.

**Закон домінанти.** Виникнення в корі мозку під впливом сприйняття осередка підвищеної збудливості та поширення його на глибинні структури мозку, що призводять до домінування яких-небудь реакцій, спрямованості діяльності, способів мислення, дій тощо, є проявом закону домінанти. Домінанти виникають зі слідів минулого, залишених у голов-

ному мозку, і внутрішнього або зовнішнього впливу в конкретний момент. Вони виявляються у посиленні сприйняття світу: дають змогу «відкрити очі й вуха» на те, що раніше залишилося б непоміченим; у спонуканнях до творчості характеризується тенденцією формування інтересів, які сприяють розвитку. Таким чином, поставивши собі ціль, вирішивши діяти саме так, необхідно своє рішення зробити домінуючим у прямуванні до цілі.

**Закон рефлекторного характеру діяльності.** Основою всіх діяльнісних актів людини є рефлекси: безумовні (вроджені) та умовні (набуті) — закономірні реакції організму на дію зовнішнього і внутрішнього середовищ. Особливе місце в системі рефлексів людини посідає рефлекс цілі — прагнення володіти предметом подразнення. Цей рефлекс є основою спонукання до діяльності, життєвою енергією кожної людини.

**Закон випереджального відображення дійсності.** Робота мозку у відповідь на стимул визначається прогнозуванням ситуації. Мозок приймає рішення з певним просторово-часовим випередженням стосовно майбутніх подій. Забезпечується це інтегральним механізмом психіки — рефлексією.

**Закон впливу емоцій.** Дія людини багато в чому залежить від емоцій і почуттів. Прагнення досягти цілі в житті супроводжується зростанням енергії, тонізацією діяльності всіх систем організму, посиленням його функціонування.

**Закон вольової детермінації.** Виявляється у здатності людини свідомо регулювати свої дії та вчинки, долати зовнішні та внутрішні перешкоди у досягненні цілей.

Розглянуті закони дають змогу зробити висновки про можливість людини вибирати ціль життя, планувати діяльність на перспективу й успішно досягати цілі з оптимальною витратою життєвих сил.

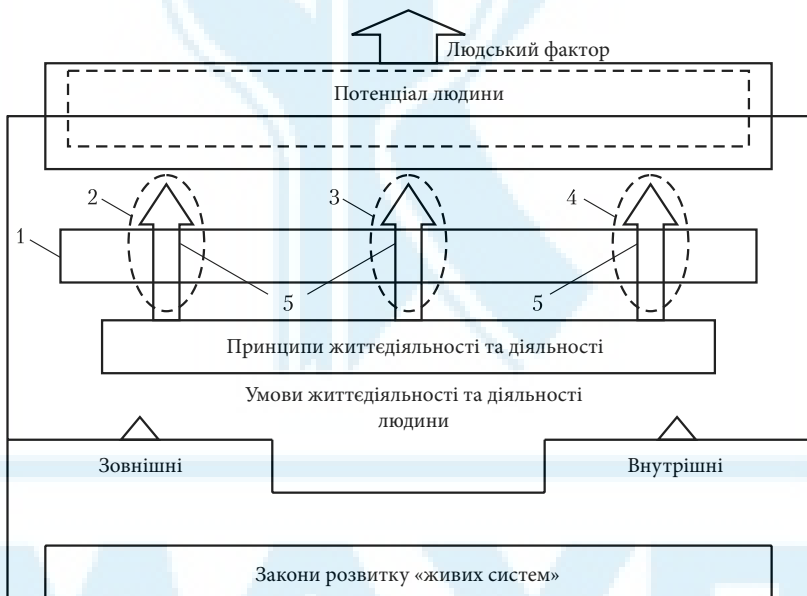
### 2.1.3. Основні принципи управління

**Розуміння основних принципів управління розвитком людини.** Це вимагає уявлень і підходів, які пов'язують, у першу чергу, теорію самоорганізації, нерівноважну термодинаміку і теорію інформації. Фізика живого як частина науки про найзагальніші властивості матерії поєднує синергійні та квантово-механічні принципи. З фізики живого в разі управління розвитком людини можна використовувати уявлення про стаціонарність, стабільність, динамічну стійкість і стаціонарну

нестійкість, а також принципи відтворення живих систем у процесі самоорганізації. Цей підхід до розуміння сутності самоуправління розширює методологічні межі управління саморозвитком людини, як «живою системою», забезпечує адекватне розуміння існуючої реальності світу.

Людина звикла до того, що незмінність законів її життя — реальність, і їхня дія передбачувана, але в дійсності для «спрацювання» якогось закону необхідно створити певні умови. На рис 2.1. показано взаємозв'язок: об'єктивних законів розвитку, принципів, сформованих людьми на підставі їхнього розуміння цих законів і реальних умов життєдіяльності та діяльності; реального потенціалу людини; використовуваних методів управління розвитком людини з метою породження причин і рушійних сил (організаційних факторів) у розвитку.

У біології як комплексі знань про життя, яка вивчає все живе, використовуються принципи розвитку, що пояснюють біологічну еволюцію [32]:



**Рис. 2.1. Взаємозв'язок законів, принципів і методів в управлінні розвитком людини:**

1 — закономірні зв'язки; 2 — психофізіологічна сфера; 3 — соціальна сфера; 4 — духовна сфера; 5 — методи

- принцип агресії — посилення конкуренції між собою за харчові ресурси і життєвий простір; два види з ідентичними потребами не можуть існувати в одній і тій самій місцевості;
- принцип Реді (живе походить тільки від живого);
- принцип стійкої нерівноваги Е. Бауера (динамічної рівноваги).

***Універсальний принцип природознавства — принцип додатковості***

**Бора.** Поняття додатковості було введено Н. Бором (1885–1962) для пояснення експериментальних результатів досліджень мікросвіту, але незабаром учений зрозумів його загальну значущість і переніс з фізики на психологію і взагалі на всю теорію пізнання. Відповідно до принципу Бора у світі існує те, що можна виміряти або оцінити. Двоїстість людської природи виявляється в баченні світу ззовні (очима інших) і зсередини за допомогою органів чуттів [13]. Приклад реалізації принципу Бора навів кінорежисер А. Кончаловський: «Людина, вільна зовні, повинна бути надзвичайно організованою внутрішньо. Чим більше людина організована, тобто внутрішньо невільна, тим вільніше суспільство вона створює. Кожний знає межі відведеної йому свободи і не вважає за тягар її межі. Самообмеження кожного — основа свободи усіх. Дуже часто доводиться чути про свободу росіян. Так, росіяни дійсно надзвичайно вільні внутрішньо, і не дивно, що компенсацією цьому є відсутність свободи зовнішньої. Вільне суспільство вони поки створити не можуть саме через невміння себе регламентувати. Кожний хоче бути вільний сам — усім стати вільними при цьому свідомо нереально» [20]. Можливості ефективного застосування принципу додатковості: відносини між цілим і частинами, структурою і функціями складної системи; хаосом і порядком за еволюції в процесі самоорганізації; стохастичністю і детермінованістю; випадковістю і необхідністю; між поняттями «янь» та «їнь» східного містицизму; синтез — аналіз тощо. Наприклад, одна з ознак характеризує об'єкт, інша — його оточення. Цілісний підхід до сприйняття дійсності з урахуванням принципу додатковості дає можливість вирішити завдання повнішого розуміння реального світу.

**Антропний принцип у розвитку людини.** Цей принцип визначає роль людини в процесі еволюції. У біології ідея розвитку є головною і поширюється на основні закони живої природи, що виникають разом зі становленням самого життя. Відповідно до нього людина є метою еволюції, яка відбувається в природі. Цей принцип може бути використаний як універсальний інструмент у дослідженні складних систем будь-якої природи. Виходячи з принципу додатковості Бора, не можна



зробити висновок про сутність загальних біологічних закономірностей суто з біологічних поглядів, випускаючи щось принципове про людину. Н. Бор вважав, що пізнання живого організму у вигляді системи є принциповим додатково до вивчення цього організму як цілісної системи, що одними законами біології або фізики неможливо пояснити феномен живого.

**Принцип створення мінімуму ентропії.** Зрозуміти процеси у відкритих системах можна з урахуванням принципу створення мінімуму ентропії [11, 30, 35]. Під ентропією розуміють кількісну міру невизначеності ситуації. У точках біфуркації (роздвоєння на траєкторії руху), де відбувається процес самоорганізації, система діє шляхом зниження значення ентропії. Отже, чим меншим є створення ентропії, тим більше система організована. Жива природа уникає зростання ентропії, підвищуючи її в навколишньому середовищі при спілкуванні з ним живого організму. Ентропія виступає мірою хаосу, невизначеності. Організм людини прагне мінімізувати ентропію.

## **2.2. Закони, принципи управління духовним розвитком**

### **2.2.1. Поняття «дух», «душа», «духовність»**

**Визначення понять у західній культурі.** *Духовність* — інтелектуальна природа, сутність людини, що протистоїть її фізичній і тілесній сутності. *Душа* — внутрішній психічний світ людини, її переживання, настрої, почуття тощо; сукупність характерних властивостей, рис, властивих особі, характер людини. *Дух* — психічні здібності, свідомість, мислення; внутрішній стан, моральна сила людини, колективу [36].

*Духовна особистість* — людина, розвинена духовно, тобто та, чий ідеальні устремління, цінності, шляхетні принципи вищі за особистий успіх. Під духовністю розуміють стан душі людини, який характеризується засвоєнням кращих досягнень культури та прагненням до вищих, ідеальних цінностей життя. «Духи мають свої особливі закони, які ставлять їх вище від змін, які відбуваються в матерії...» [23]. Духовне стосується лише того, що безпосередньо належить Світовій Свідомості [44]. Воно з'являється ще як синтез трьох вищих принципів

людини — Воля, Любов, Мудрість. Ці принципи Г. Гегель сформулював як «буття-в-собі» (Воля), «буття-для-іншого» (Любов) і «буття-в-собі і для-себе» (Мудрість). Вони характеризують три сторони буття в цілому.

Людина є духовною тією мірою, якою вона синтезувала усі принципи буття стосовно не локальності середовища, а цілісності Всесвіту. Духовність — це спрямованість до вищої реальності, зв'язок з нею через реалізацію потенційно божественної внутрішньої природи людини, її вищого «Я» і реалізацію цих принципів у повсякденному житті. Метою духовної людини є розвиток почуття єдності з усім сущим [27]. Вищий прояв духовності полягає у звільненні душі, розуму, серця та вчинків від нищих прагнень, перетворення їх на божественну, космічну дійсність. Важливим у формуванні духовності є абстрактність свідомості, як результат і умова нейтралізації нижчих форм [8]. У своєму духовному розвитку людина встановлює контроль над нижчим «єго» за рахунок сприйнятливості до вищої, абстрактної свідомості. Таким чином, душа у звичайному значенні цього слова — це сукупність спонукань свідомості живої істоти, особливо людини, антитеза понять «тіло» і «матерія». Душа, на відміну від індивідуального духу, — сукупність тісно пов'язаних з організмом психічних явищ (почуттів, прагнень). Душа є носієм духу, який підточує її сили. Але водночас дух зберігає і захищає життя, підносить, вдосконалює («одухотворює») тілесну діяльність. Дух виступає в трьох формах буття: як дух окремого індивіда (особистий), як загальний дух (об'єктивний) і як об'єктивований дух (сукупність завершених створінь духу). Дух сам себе створює за допомогою духовної роботи, яка не припиняється до кінця життя. Отже, духовні відмінності людей набагато більші, ніж біологічні. Потреб у людей дуже багато, і душа реагує на них із психологічною закономірністю за певним типом. Дух має свої закономірності, його взагалі не можна зрозуміти, виходячи з психології [41].

У соціальному плані розрізняють «духовність» у широкому та вузькому значеннях. У першому випадку духовність означає *служіння соціальному ідеалу*, готовність іти на жертви заради його реалізації. Духовність тут протистоїть бездуховності, прагненню пристосуватися до існуючої реальності й забезпечити собі в ній суто біологічне існування. Разом з бездуховністю існує і *псевдодуховність*, яка полягає в перекладанні відповідальності за те, що відбувається в соціумі, з власного «Я» на зовнішні сили. Справжня духовність полягає у відповідності соціальному ідеалові й моральним нормам, що визначаються цим ідеалом.

Оскільки соціальний ідеал багатогранний, то варто розрізняти економічні, політичні, етичні, естетичні та світоглядні ідеали. При цьому моральні норми не можна розглядати як щось незалежне від стереотипів та ідеалів, які їх визначають. Можна виділити різні ступені духовності. Духовністю є служіння утилітарним ідеалам, яке передбачає боротьбу за їх реалізацію. Вищим рівнем є служіння духовним ідеалам (етичним, естетичним і світоглядним).

*Цінність* є результатом реалізації ідеалу. В основі базової та індивідуальної систем цінностей, які становлять конкретну культуру, — ідеал. Фіксується прагнення людини до ідеалу. Бажання діяти, наблизитися до ідеалу — програма, закладена в людині. Дія феномена ідеалу простежується на всіх етапах розвитку культури як стійкого фактора, що визначає її специфічні риси і напрям еволюції. Існують світські та релігійні ідеали, а відповідно — два види духовності — світська і релігійна, пов'язані зі служінням своєму ідеалу.

Принципове значення для духовності має віра в абсолютну (загальнолюдську) цінність, яка має значення для всіх поколінь. Відмінність починається з постановки питання про обґрунтування. Світська філософія вбачає можливість існування абсолютної цінності в природному (матеріальному) світі, а релігійна — тільки в «потоїбчному». Віра в абсолютну цінність може бути пов'язана з вірою або невір'ям у надприродну істоту. Духовність не зводиться до її релігійного різновиду. Релігійна духовність є окремим випадком духовності загалом. Причина криз у суспільстві пов'язана з втратою не релігійної духовності, а домінуючої в суспільстві позитивної її складової.

Зв'язок духовності з ідеалом стосується проблеми співвідношення свідомого і несвідомого в психіці людини. Ще З. Фрейд повною мірою оцінив значення цього для розуміння людської поведінки й обґрунтував, що несвідоме первинно визначає свідомість і за своєю природою є ірраціональним. З цього випливає, що людська поведінка ірраціональна і важко прогнозована. Таке розуміння несумісне з визначальною роллю ідеалів у людській поведінці і зводить функцію духовності до нуля. Проте саме ідеали, якими керуються психічно нормальні люди, роблять їхню поведінку передбачуваною. Психічно здорова людина ніколи не є рабом ірраціонального несвідомого, того, що становить сукупність несвідомлених інстинктів, стереотипів та ідеалів, з різною пропорцією цих компонентів. Сфера свідомого обмежується сукупністю усвідомлених інстинктів, стереотипів та ідеалів, а поведінка людини у звичайному

стані свідомості визначається сукупністю дій механізмів психіки — мислення, самосвідомості, волі, рефлексії тощо.

Соціальний ідеал, — єдність економічного, політичного, етичного, естетичного і світоглядного ідеалів, що дають змогу виокремити в них утилітарну і духовну складові та розрізнити відповідні ідеали. Синергетичний історизм свідчить про тісний зв'язок понять «духовність» та «ідеал» [17].

**Поняття «духовність» у східній культурі.** На Сході у філолофсько-психологічних дослідженнях не менше, ніж на Заході, приділяється увага питанням розкриття таємниці життя, проблемам самовиховання на шляху усвідомлення духовності та змісту життя. У більшості філософських систем Сходу вважається, що таємниці життя перебувають поза межами досяжності людського інтелекту і не передаються за допомогою мови [17]. Осягаються вони лише в безпосередньому досвіді й розвитку свідомості сприймаючого, піднесенням його на вищий рівень, що дає змогу усвідомити реальність і зрозуміти істину. Коли йдеться про духовність, інтелект не є визначальним. Шлях до самопізнання полягає в спостереженні над власним розумом. Духовне зростання людини пов'язане з досягненням мудрості не через нагромодження ідей, а через вияв сутності людини.

Духовність виявляється у сприйнятливості, безтурботності розуму і межах станів людини. Вирізняють чотири стани психіки людини: сон, пильнування, самосвідомість та об'єктивна свідомість. Вважається, що людина живе здебільшого уві сні та за свідомості, що пильнує (сутність людини за Г. Гурджієвим). Самосвідомість та об'єктивний стан свідомості — це два вищих стани свідомості. За наявності самосвідомості людина стає об'єктивною стосовно себе. Об'єктивна свідомість — контакт із реальним світом, відокремленим почуттями, снами і суб'єктивними станами свідомості. Пізнання істини за об'єктивної свідомості можливе в разі повністю розвиненої самосвідомості. За свідомості, що не спить, можлива поява елементів самосвідомості, але це залежить від вольових зусиль людини. Отже, свобода є найважливішим елементом свідомості. Набуття самосвідомості — тривала діяльність з використанням відповідних засобів розвитку. Для розуміння духовності необхідно розрізнити в людині сутність і особистість. До сутності належать реальні якості людини. Особистість становить те, що людині не належить. Сутність втрачається, змінюється з більшими зусиллями, ніж особистість. У певних ситуаціях особистість може бути втрачена повністю. Сутність пов'язана з фізичними і розумовими якостями людини. Особистість визначається тим, що засвоєно

свідомо або несвідомо. З розвитком людини сутність і особистість можуть протидіяти. Сутність повинна домінувати над особистістю. Домінування особистості призводить до погіршення здоров'я людини. Проте вона не може прожити з однією сутністю без своєї особистості в соціумі. Досягнення гармонії сутності й особистості в цьому розумінні — духовність.

Шлях розвитку сутності та особистості пов'язаний із самопізнанням, що вимагає від людини вольових зусиль. Труднощі визначаються суб'єктивністю оцінки наявних якостей і виявом емоцій. Духовність означає прагнення до дедалі вищого рівня розвитку.

Для сучасної східної філософії характерно розглядати духовний розвиток людини у трьох напрямках: етичному, інтелектуальному і психоенергетичному. Духовна робота можлива лише у стані внутрішнього спокою, що досягається різними способами, найважливішим з яких є усвідомлення себе як згустку енергії, та вправами, спрямованими на управління цією енергією.

Особливе місце у вирішенні проблем духовності посідає вчення релігійного філософа Шрі Ауробіндо (1872–1950). Він намагався створити якусь загальнолюдську релігійно-філософську систему, яка примирює Захід і Схід, уникаючи прагматизму одних і відчуженості від реальності інших. Сутність шляху — відмова від егоїстичних устремлень і служіння суспільству [44].

Уся недосконалість світу пов'язана з недостатньо розвинутою духовною складовою в людині. Основний закон людського життя — людина не може існувати окремо від духу. Для розкриття своїх здібностей необхідно мати духовний простір. Справжня духовність передбачає наявність у людини свободи помилятися і шукати істину. Секрет трансформації — у перенесенні центру життя у вищу свідомість в зміні життєвої сили. Це перехід від вітального розуму тварини до розуму мислячого. При цьому пріоритет надається не волі до життя (вітальної), а духовній волі, але про неї людина має нечіткі уявлення. Вища досконалість людини — перебування в цьому ідеальному, а не реальному світі. Це перебування означає визнання сили духу в собі, внутрішньої свободи.

Отже, у східній культурі духовність — це рівень, до якого людина прагне у свідомому розвитку. Духовний розвиток відбувається двома лініями — лінією знання (розвиток знання про себе) і лінією буття (спосіб існування людини). Духовність є гармонією особистості та сутності в людині, що досягається у процесі розвитку буття. Особистість — це надбане, а сутність — вроджене.

## 2.2.2. Заповіді та закономірності духовного розвитку

У культурах народів світу використовуються різні закони і закономірності у сфері духовного розвитку. Найбільші розбіжності — між культурами Сходу і Заходу. Проте спільним для них є те, що закони матеріального світу, відкриті людиною, діють у певних умовах середовища і є відображенням духовних законів і закономірностей. Вони відображені у заповідях Христа [9] і хадисах Пророка Мухаммада [26]. Наведемо приклади найвідоміших закономірностей.

### Десять заповідей Христа:

1. Я — Господь, Бог твій, що вивів тебе з єгипетського краю з дому рабства. Хай не буде тобі інших богів передо Мною!
2. Не роби собі різьби і всякої подоби з того, що на небі вгорі, і що на землі доли, і що в воді під землею. Не вклоняйся їм і не служи їм, бо Я — Господь, Бог твій, Бог заздрисний, що карає за провину батьків на синах, на третіх і на четвертих поколіннях тих, хто ненавидить Мене і що чинить милість тисячам поколінь тих, хто любить Мене, і хто держиться Моїх заповідей.
3. Не призывай Імення Господа, Бога твого, надаремно, бо не помилує Господь того, хто призиватиме Його Імення надаремно.
4. Пам'ятай день суботній, щоб святити його! Шість день працєю і роби всю працю свою, а день сьомий — субота для Господа, Бога твого: не роби жодної праці ти й син твій, та дочка твоя, раб твій та невольниця твоя, і худоба твоя, і прихोцько твій, що в брамах твоїх. Бо шість день творив Господь небо та землю, море та все, що в них, а дня сьомого спочив, тому поблагословив Господь день суботній і освятив його.
5. Шануй свого батька та матір свою, щоб довгі були твої дні на землі, яку Господь, Бог твій, дає тобі!
6. Не вбивай!
7. Не чини перелюбу!
8. Не кради!
9. Не свідкуй неправдиво на свого ближнього!
10. Не жадай дому ближнього свого, не жадай жони ближнього свого, ані раба його, ані невольниці його, ані вола його, ані осла його, ані всього, що ближнього твого! (Вих. 20. 2–17.)

**Закономірності духовного розвитку.** *Свобода вибору.* Відповідно до цієї закономірності вищий розум не претендує на свідомість людини і надає їй можливість здійснити свій вибір. Природа дає змогу людині зро-

бити свій вибір, а наслідки вона реалізує сама. Що вибираємо, те й отримуємо. Іноді наслідки першого кроку позначаються згодом на нащадках. Прикладом можуть бути спадкові хвороби або, навпаки, — успіх у певній діяльності. Виявляючи свободу волі, ми вибираємо супутника життя, професію тощо. І як помітили люди, вони вільні зробити перший крок, а наступні залежать від нього.

*Жертвність.* Для духовного сходження до нового необхідно по-жертвувати старим. У матеріальному світі цьому закону відповідає закон заперечення заперечення. Людина, не підготовлена жертвувати своїми нижчими інтересами заради вищих, робить свій вибір не в бік духовного розвитку. Вона живе матеріальним життям, її натура пручається жертвності. Історія свідчить, що сходження еволюційними сходами людини і суспільства відбувається після чергової жертви. Духовний розвиток не вимагає жертви у вигляді знищення життя людини або плодів її праці, він потребує переосмислення прожитого, оцінки зробленого і корекції життєвої траєкторії на основі вищих критеріїв вибору. Христос показав, що, жертвуючи, ми можемо досягти духовної висоти.

*Причини і наслідки.* Закон причин і наслідків (закон карми у східній культурі) діє на всьому шляху життя людини. Зміст його гранично простий: що заробив, те й отримав, посієш вітер — пожнеш бурю. Різні причини породжують різні наслідки. Одна причина може породити багато наслідків. Наприклад, людина своєю діяльністю отруєє воду, забруднює повітря, що позначається на її здоров'ї, на якості споживаних продуктів. Причину можна знайти в духовно-моральній деградації людини.

*Закон диференціації та інтеграції ідеалів.* Відповідно до концепції синергетичного історизму духовний розвиток людства, визначається законом диференціації та інтеграції ідеалів, вищою формою духовності стає служіння абсолютному (загальнолюдському) ідеалу [17]. Квінтесенцією будь-якого соціального ідеалу є етичний ідеал, тобто ідеал людини. Служіння йому повинно виявлятися в боротьбі за гармонійне поєднання свободи (прав) і відповідальності (прийнятих на себе зобов'язань). Але гармонійне поєднання свободи і відповідальності неможливе без послідовного дотримання принципу конвергенції зобов'язань відповідно до якого людина почуває себе дійсно вільною, якщо має досить широкий спектр прав і можливість користування ними. Свобода з цього погляду є вибір з безлічі варіантів одного. Це може означати виховання людини в національних традиціях, які сприяють служінню загальнолюдському ідеалу і збільшенню загальнолюдських цінностей.

*Закон самоорганізації соціальних ідеалів* пояснює, чому саме періодична зміна ідеалів і зумовлена нею переоцінка цінностей є історично необхідним процесом. Сучасна бездуховність пов'язана не лише зі зникненням потреби створювати нові духовні цінності, а й з втратою будь-якого інтересу до духовних цінностей колишніх епох і дає підставу назвати ці «сутінки» соціального життя «ідеологічним вакуумом».

*Рефлексивність* — закономірність формування духовності та розвитку людини. Рефлексія як інтегральний механізм психіки пов'язана з механізмами мислення, свідомості, самосвідомості, волі тощо. Вона залучається у роботу, коли людина має утруднення у вирішенні завдань і проблем, свідомо розпочинає аналіз ситуації, що склалася, і синтез результатів аналітичної діяльності. Якщо людина не зазнає труднощів і не долає їх, то вона дозріває, але не розвивається. У цьому, очевидно, і криється «секрет» розвитку освіти. Багато мислителів пов'язували навчання, виховання і розвиток людини (особливо її духовності) з використанням рефлексії. Людина рефлексивно відображає навколишній світ, свої дії та ставлення до нього і себе.

**Закони духовного розвитку** (за Г. Гурджієвим) [14, 15].

1. *«Закон Трьох»*, який розглядає досягнення духовності як діяльність у трьох напрямках: 1) діяльність зі зміни себе; 2) надання духовної допомоги оточенню; 3) діяльність з усвідомлення себе членом духовного суспільства людей, як духовного цілого.

2. *Закон синусоїди*, який визначає, що за духовним піднесенням неминуче виникає тенденція до зниження, і необхідні вольові зусилля, щоб залишитися на досягнутому рівні.

3. *Закон проникнення всередину багатовимірного простору*. Реалізація вимог закону починається з аналізу своєї емоційної сфери та вміння жити в позитивному емоційному стані. Воля тут супроводжує весь духовний розвиток людини. Вона при цьому піддається трансформаціям і вдосконалюється.

4. *Закон інтелектуальної готовності*. Високі істини можуть бути зрозумілі людьми, інтелектуально готовими для сприйняття духовного знання. Інтелектуальна готовність досягається всебічним розвитком людини.

5. *Закон «сили в тонкощах»*. Необхідно розвивати не грубу, а тонку силу (мудрість і любов). Головним мотивом є досягнення блага інших.

Особливості дій законів на рівні розвитку людини наведено в Додатку 2.



## 2.3. Синергетичний підхід до управління функціонуванням і розвитком людини

### 2.3.1. Синергетична парадигма

*Парадигма* (стосовно СМ) — загальноновизнаний еталон, модель діяльності людини з управління собою, прийнята в суспільстві, у науковому співтоваристві на сьогоднішній день (охоплює закони, теорію, їх практичне застосування, метод, правила і стандарти тощо).

*Синергетика* (від грецьк. *sinergetikos* — погоджена дія) — сфера наукових досліджень, пов'язаних із процесами самоорганізації у відкритих системах (наприклад, людина), колективною поведінкою підсистем, пов'язаних з нестійкістю [35]. Вона є узагальненням еволюціонізму, доповнює детермінізм попередньої парадигми універсальними принципами розвитку і народження нового. Раніше вважали, що в разі заданих початкових умов будь-якої системи (людини) і наявних рівнянь, які описують її поведінку, можна розрахувати результати її розвитку. Сутність нової наукової парадигми в тому, що акцент переноситься зі статичного положення рівноваги на вивчення станів нестійкості, механізмів виникнення і перебудови структур [35]. У цьому плані східна філософія близька до синергетики, відображаючи гармонійний взаємозв'язок цілого і його частин.

Ключовими поняттями синергетики є флуктуації та біфуркації. *Флуктуацію* можна розглядати як коливання, відхилення від середнього значення величини (яка характеризує положення людини на траєкторії руху до цілі), а *біфуркацію* — як якусь критичну граничну точку роздвоєння, в якій система знаходиться у двох станах одночасно. У разі потрапляння системи в точки біфуркації може відбутися якісна зміна поведінки об'єкта (людини) за критичних значень параметрів його положення в часі та просторі. У ділянці біфуркації флуктуація може стрибкоподібно розростатися, і поведінка системи стає невизначеною. У таких зворотних процесах виявляється, що час тісно пов'язаний з цими флуктуаціями. І. Пригожин вводить для таких процесів поняття другого, внутрішнього часу [30], і зростання ентропії в навколишньому світі призводить до певної спрямованості його перебігу. Але в нестабільних динамічних системах немож-

ливо задати точні початкові умови, які зумовлюють однакове майбутнє для всіх ступенів свободи.

Синергетика як науковий напрям досліджує складні нелінійні системи, феномени взаємодії, кооперації, когерентності (узгодженого перебігу в часі кількох процесів). Вона фокусує увагу на вивченні закономірностей самоорганізації, виникненні складних структур, які діють усюди. Універсально описує складну поведінку різних систем, розробляє моделі в гуманітарних і соціальних галузях, охоплюючи низку наукових дисциплін, що вивчають різні сфери реальності.

На думку академіка Ю. Клімонтовича, «синергетика — це не нова наука, а новий об'єднуючий напрям у науці. Мета синергетики — виявлення загальних ідей, загальних методів і загальних закономірностей у різних галузях природознавства і соціології» [32].

Синергетичний підхід до процесів управління дав змогу виявити, що хаос (наприклад, управлінський як наслідок руйнування системи управління) має структуру певного типу. Більш того, хаотичний процес може бути описаний математично нелінійними рівняннями, що свідчить про наявність у ньому складного порядку. У відкритих системах (а людина належить до них) виникають різні структурні утворення, характеризувати які можна через ступінь їх впорядкованості або неупорядкованості з визначенням кількісних критеріїв. Ступінь безладдя і порядку може гармонійно співвідноситися як ціле і його частини за «золотим перерізом» [6]. Синергетичні процеси можна трактувати і як спільні, колективні, які взаємодіють на мікро- та макрорівні, що дає змогу застосовувати ці уявлення до опису процесів у природі, суспільстві та людині. Відповідно до теорії організації Богданова процеси самоорганізації беруть участь в еволюції систем разом із процесами деградації [10]. Самоорганізуючий початок критеріально пов'язаний з прагненням системи до рівноваги або нерівноваги, стійкого або хиткого стану. При цьому далеко не завжди рівновага пов'язана зі стійкістю, тому що стійкі структури можуть бути нерівноважними, а нерівноважні — стійкими. Це визначається внутрішніми властивостями самої системи за наявності зовнішнього впливу. Система може бути нерівноважною, але в ній простежуються структурна організованість та впорядкованість. І. Пригожин такі структури назвав дисипативними. Вони є відкритими, в яких за значних відхилень від рівноваги виникають впорядковані стани. При цьому характеристика внутрішньої неупорядкованості системи (ентропія) повинна зростати, оскільки зберігається її хаотичність [30].

Існує якісна відмінність замкнутої системи від відкритої. Перша може перебувати у нерівноважній ситуації до того, як система за рахунок внутрішніх процесів не досягне рівноваги, а ентропія — максимуму. Відкриті систем, живлячись енергією від зовнішнього середовища, можуть стати дисипативними структурами з меншою ентропією. Самоорганізуючись у новому стаціонарному стані, вони зменшують свою ентропію, «скидають» її надлишок, який зростає за рахунок внутрішніх процесів, у навколишнє середовище. Відкрита система «живиться» негативною ентропією [13]. Якщо дисипація енергії мінімальна і зростання ентропії виявляється менше, ніж в інших близьких станах, виникають нові стійкі нерівноважні стани, близькі до рівноваги.

У відкритих системах дисипація відіграє конструктивну роль в утворенні структур, виявляючись як процес загасання руху, розсіювання енергії, інформації. Для нелінійної системи з дисипацією практично неможливо передбачити конкретний шлях її розвитку через труднощі задання початкових умов і виникнення критичних точок якісної зміни поведінки об'єкта (біфуркацій) від малих збурювань, які значно змінюють сам хід розвитку [13, 30, 35]. Цим зумовлено труднощі реалізації життєвих планів людини без здійснення нею стратегічного самоуправління.

Управляються такі системи (і людина в тому числі) впливами на керуючі параметри. Ці впливи змінюють процеси, що відбуваються в системі, сприяють зростанню її розмаїтості, збільшенню в ній кількості функціональних одиниць. Параметр може бути відмінним для різних систем (фізичних, хімічних, біологічних або соціальних) і структур — це час, розмір, швидкість реакції, ріст тканини, стимул поведінки тощо [13]. За критичного значення управляючого параметра система потрапляє в точку біфуркації, порушується і переходить в інший, роздвоєний стан. *Точки біфуркації* — це точки розгалуження ліній поведінки системи. Залежно від стану системи і параметрів розгалужень може бути багато. Існують точки рівноваги, які «притягують» траєкторії розвитку об'єктів, — *атрактори*. Якщо в системі наявний позитивний зворотний зв'язок і вона сама добирає умови, що сприяють зовнішньому впливу, то, наприклад, дія однієї людини, яка виявляє мале збурювання, воно може розростися і призвести до зміни макросоціальних структур, як це відбулося в колишньому Радянському Союзі. Синергетичний підхід можна використовувати для опису соціальних, економічних і політич-

них систем, у яких людина здійснює СМ. Дисипативні процеси, пов'язані з посиленням безладдя, хаосу в момент нестійкості (біфуркації), вимагають врахування структури — атракторів у своєму розвитку. Практика свідчить, що системам, які самоорганізуються, не можна нав'язувати шляхи їх розвитку. Важливіше зрозуміти шляхи спільного життя і діяльності персоналу організації, природи і людини, спільної еволюції, коеволюції, оскільки в точках біфуркації навіть мала випадкова зміна може призвести до значного збурювання системи. Тут необхідна правильна топологічна конфігурація, певна архітектура впливу на складну систему [32]. Малі, але правильно організовані резонансні впливи на такі системи дуже ефективні (закон резонансного впливу).

Система, яка самоорганізується, є нелінійною і безлічі можливих рішень відповідає безліч шляхів її розвитку. Коли зміни параметрів необмежено зростають за обмежений час і наявні нелінійні позитивні зворотні зв'язки, процеси розвитку можуть відбутися в «режимі загострення» [13]. Дисипативні процеси мають макроскопічний прояв хаосу і на мікрорівні визначають тенденцію самоорганізації нелінійної системи або середовища, а нестійкі стани зумовлені надшвидким наростанням розвитку процесу з нелінійним позитивним зв'язком. Це є відображенням стохастичності детермінованих систем, які характеризуються наявністю атракторів [13, 30]. Поведінка таких атракторів непередбачена не тому, що людина не має засобів простежити і розрахувати їх траєкторію, а тому, що так влаштований світ [35]. Отже, синергетичний підхід дає можливість створити нові принципи організації розвитку складної системи, побудови складних структур із простих, цілого з його частин. Причому таке об'єднання не є простим додаванням частин. Ціле вже не дорівнює сумі частин, воно не менше і не більше, воно якісно інше.

У синергетичному підході поняття «атрактори» можна розглядати як зону тяжіння в деякому просторі, де є свій центр тяжіння, що несе різне значення навантаження. Наприклад, можна вважати, що існують атрактори — проблеми, книги, міста, особистості, які притягують інших людей атмосферою спілкування, організацією їх навколо себе як лідера і джерела ідей. В організаціях можуть бути люди-антиатрактори, з якими в колективі багато хто з персоналу відчуває психологічний дискомфорт. Атрактори у процесі розвитку можуть переважати інших або переходити в дистрактори — деградуючі структури, які реалізуються і функціонують у реальних нерівноважних умовах.

Якщо існують початкові умови, які визначають розвиток системи (і відтворюваність цього розвитку), то він може описуватися динамічними методами, динамічними моделями і, отже, є передбачуваним й оцінюваним. У реальному світі складних систем, які розвиваються через біфуркації, діють нелінійні закони, що характеризуються непередбачуваністю, неоднозначністю розвитку. В цих умовах лінійне мислення встановлює «бар'єр» між природничими науками і подіями в реальному житті, явищами свідомості та мистецтва.

Лінійні фізико-математичні уявлення починають впроваджувати у свідомість людей ідеї про їхнє всеилля в пізнанні й експлуатації природи, тоді як сучасне природознавство через нелінійну динаміку і синергетику відкриває плоску завісу, на якій зображено лінійні закони, а за нею з'являється об'ємний і різноманітний нелінійний світ [13]. Реальний світ є імовірнісним і в більшості випадків у ньому відбуваються стохастичні процеси. Нелінійне мислення усуває антагонізм в розумінні реалій дійсності, й у цьому його світоглядний зміст і загальнолюдське значення. Нелінійні системи можуть еволюціонувати по-різному, «вибираючи» різні траєкторії розвитку. Набір таких станів і утворює детермінований, або динамічний, хаос. Між біфуркаціями система поводить як детермінована, а в точках біфуркацій невиразно, і пророкувати поведінку системи в такій точці та після її проходження неможливо. Біфуркація — точка переходу, змін траєкторій еволюції системи за дуже малих збурювань.

Зміна траєкторій може виникнути навіть за дуже малих змін керуючих параметрів. Відповідно до теорії самоорганізації кожна нова біфуркація виникає у вузькому інтервалі простору керуючого параметра. Така «свобода вибору» особливо характерна для дисипативних структур. У цілому ж системи реального світу містять елементи як порядку, так і безладдя; модель динамічного хаосу — це ланка, що з'єднує цілком детерміновані системи та принципово випадкові.

Синергетична модель дає змогу запропонувати нову сучасну парадигму розвитку різних систем. Виявилось, що хаос на мікрорівні може призвести до упорядкування на макрорівні. В безлічі реальних ситуацій порядок невіддільний від хаосу, а сам хаос виступає як надскладна упорядкованість.

## 2.3.2. Моделі самоуправління розвитком людини

Одне із центральних завдань управління розвитком людини, особливо його стратегічної складової — це оцінка життєвої стратегічної ситуації, прогнозування її перебігу, оцінка впливу зовнішнього і внутрішнього середовищ тощо. Один зі способів його вирішення — побудова моделі розвитку навколишнього світу і на цій основі — розроблення моделі його управління. Аналіз соціальних теорій розвитку [43], результати дослідження моделей [60] дають підставу вважати найбільш актуальними для нас синергетичну і пасіонарні моделі.

Відповідно до розглянутої вище парадигми *ентропійна (термодинамічна, або синергетична)* модель фіксує увагу суб'єкта на тому, що термодинамічна функція стану системи є мірою її невпорядкованості; усі процеси прагнуть до зростання загальної ентропії системи і навколишнього середовища; рівновагою обмежується зростанням ентропії. Настання рівноваги означає і максимальну невпорядкованість системи (хаотичність) у діях людини. Усі процеси, які відбуваються в людині та супроводжуються ентропією, не можуть мимовільно змінювати напрямки і повертатися до вихідного стану. Зворотні процеси відбуваються без зміни ентропії, незворотні характеризуються її зростанням [13, 30]. Зі сказаного випливає, що безпосереднє застосування термодинамічних законів до аналізу явища самоуправління розвитком людини призводить до протиріччя, тому що еволюція живих систем відбувається в напрямку, протилежному зазначеному другим принципом термодинаміки: замість деградації системи і втрати енергії відбувається підвищення організації системи [13, 30].

Пояснення цьому явищу дає нерівноважна термодинаміка. Рівновага живих систем, розвиток яких вимагає відкритості зовнішнього середовища, аналогічна смерті. За принципом стійкої нерівноваги (Бауера) всі живі системи ніколи не бувають у рівновазі й використовують за рахунок своєї вільної енергії постійну роботу проти рівноваги, необхідної за законами фізики і хімії [32]. Відкриття І. Пригожиним дисипативних структур, які виникають у далеких від рівноваги системах, дає змогу прийняти теоретичний потенціал термодинаміки для пояснення процесів, які відбуваються в мікро- (людина) і макросистемах (соціум). Можуть бути визначені залежності між соціальним суб'єктом життя (макро- і мікрокосмос) та простором і часом. Для існування будь-якого стаціонарного стану відкритої системи необхідний потік вільної енергії

ззовні, постійне «накачування» потоком вільної енергії [3]. Отже, роль «цариці світу» за такого підходу відіграє енергія, а не її тінь — ентропія.

Суттєве значення для розуміння природи людини як розумної самодіяльної істоти має *генетико-адаптаційна модель* розвитку, де історичний процес розглядається в єдності елементів соціогенезу. З цього погляду розвиток людини — це прогресуюча інтенсифікація групового добору, зростання здатності до співробітництва, самовідданості, самопожертви. Суб'єкти, в яких ці властивості слабо виражені, потрапляють у глухі кути еволюції. Людина на відміну від них має розвинену здатність до утворення умовних і екстраполярих рефлексів, які є основою загальнолюдської етики (феномен совісті). Важлива і роль альтруїстичних емоцій.

*Пасіонарна модель* розвитку розроблена в наукових працях Л. Гумільова [26]. Автор виходить з того, що нерівномірність розподілу біохімічної енергії живої речовини біосфери позначається на поведінці колективів. Варіації цієї енергії дають ефект «пасіонарності» (лат. — «пристрась»). Пасіонарність — нездоланне внутрішнє прагнення до діяльності, цілі, яку людина ставить вище від інших цілей. Пасіонарність поєднується з будь-якими здібностями: значними, середніми, малими. Вона не має відношення до етики, однаково легко породжує творчість і руйнування, благо і зло. Як «незворотна сила» пасіонарність спричиняє глобальні колізії — міграції народів, культурне зростання людства. Саме пасіонарність робить безмежними ресурси людських розумів і волі.

Пояснити це можна тим, що кожний організм, має енергетичне поле (етнічне за Л. Гумільовим), яке створюється біохімічною енергією живої речовини. Застосовуючи цю (етноенергетичну) модель до проблем розвитку людини або досягнення своєї цілі, можна припустити, що індивід, етнос виступають як система коливань певного енергетичного (етнічного) поля. Різні «Я» відрізняються частотою коливання поля, особливим характером ритмів різних етнічних груп. Почуття «свого» означає унісон ритмів, почуття «чужого» — розбіжність ритмів. Після піку пасіонарності настає період дисипації, який виникає у далеких від рівноваги системах та існує завдяки обмінові енергії і речовини. Визначне в людях поступається місцем звичайному (принцип додатковості Н. Бора). У межах системи існують і видатні та звичайні особистості. Коли всередині соціальної системи запановує безладдя, то в ній, як правило, виживають не ті, хто беруть участь в історичному процесі, а ті, хто жили в гомеостазі, у рівновазі з природою. Наприклад, найбільш

сильні й здорові ішли на війну, де гинули. Новий пасіонарний поштовх все починає спочатку.

Пасіонарна модель має низку переваг. Л. Гумільов дійшов висновку, що не може бути ніяких обмежень прогресу; змінюються тільки лідери соціогенезу (антропосфери). «Згаслий» етнос після виконання своїх авангардних функцій поступається місцем тому, хто ввійшов у стан активності. Людський шлях можна пояснити так: якщо щось робиться в ім'я прагнення до нового, жаги вражень і несподіваних ситуацій, — це і є вияв вищих думок і емоцій. Але це вже наслідок, а причина — утворення «умовних і екстраполяційних рефлексів» [16].

З позицій синергетики неентропійний максимум у творчій системі «Я» людини є причиною відмови від досягнутих результатів, якщо вони починають тиснути на неї, перетворюватися на самоцінність. Рух до нового є проявом ентропійної якості, оскільки ускладнюється стан людини, яка шукає відповідь «Я». Але саме в цьому разі конфліктність, проблемність буття є кращим засобом підвищення творчої активності. Так формуються визначні характери і відбуваються відкриття. Г. Гегель підкреслював, що це шлях через страждання, які є привілеєм видатних натур [12]. Ефект ентропності (ентропійності) у житті людини можна пояснити за допомогою феномена поведінки, яка відхиляється від норми. Норма поступається місцем антинормі, звичайне в мотивах поведінки — незвичайному. Це і є шлях видатних натур. Нестандартність, нешаблонність вчинків виявляє відхилення від норми з метою найкращої самоорганізації. Це означає, що найзагальнішим засобом забезпечення збереження рівноваги творчої системи індивіда є її зміна. Чим динамічнішою є система, тим більшого значення набувають її зміни, а нерівноважність, нестійкість, нестабільність стають джерелами упорядкованості, сприяють досягненню ефективних результатів.

В єдиному світовому процесі саморух матерії, самоорганізація рівнозначні зниженню ентропії, самодезорганізація — зростанню негентропії. Організація і дезорганізація, порядок і безладдя, негентропійні та ентропійні процеси зумовлені їх нерівномірним розподілом у просторово-часовому континуумі Всесвіту. Земля, суспільство, людина і самоуправління є сферою організаційних, інформаційних, негентропійних процесів. У таких умовах породжуються інформаційно-генеруючі процеси — геогенез, антропосоціогенез. Протиріччя між порядком і безладдям об'єктивне і є необхідним джерелом розвитку фізичних, біологічних і соціальних систем [13, 35].



Підсумовування змісту всіх моделей розвитку є рухом до побудови *філософської моделі* цілісного, особистого життєвого простору, моделі світу, яка найбільш об'єктивно відображає процес саморозвитку, самоуправління. Ця модель сприяє вирішенню проблеми прогнозування життєвого шляху людини — безперервного ланцюга аспектів самореалізації. Життєвий шлях людини — це її рух у просторі й часі, здійснюваний в життєвому процесі. Отже, чим реальніша модель світу, чим ближче вона до життя, тим стійкішим є самоуправління розвитку людини і досягнення нею своїх цілей.

Життєвий шлях людини пов'язаний з усвідомленням цілі та сенсу життя з визначенням для себе свого призначення [37]. При цьому зміст життєвого шляху, як зазначав Л. Фейербах, полягає у самореалізації [39]; невід'ємною умовою повноти самореалізації особистості є усвідомлена його побудова з використанням на думку С. Рубінштейна рефлексії [39]. «Філософське осмислення життя пов'язане з появою у свідомості людини феномена рефлексії, дозріванням світоглядних почуттів, що є внутрішніми умовами, які визначають загальний ефект, зумовлений закономірним співвідношенням зовнішніх і внутрішніх умов» [33].

Соціальна практика свідчить, що потреба у визначенні сенсу життя — це не якась «примха» рефлектуючих суб'єктів, вона є нагальною потребою особистості. Вище вже зазначалося про системотвірні фактори, пов'язані з цією потребою. Звідси доходимо висновку, що в процесі руху життєвим шляхом сенс життя постійно уточнюється рефлексивним механізмом на підставі інформації моделі світу, що трансформується. Поширюючи знання синергетики, пасіонарності на життєдіяльність і діяльність людини, можна припускати, пояснювати і робити висновки. У людині як нелінійній нерівноважній системі у певних умовах життя утворюються внутрішні зв'язки, починають «працювати» системотвірні фактори, що організують, мобілізують її та дозволяють здійснювати дії, вчинки, яких вона сама та її оточення не очікували. Це дає підстави говорити, що кожна людина сама не знає, що в неї в умовах кризи з'являються (можуть виявитися) характеристики, якості, які дадуть їй змогу вийти на новий рівень розвитку. Мабуть, прояв цих закономірностей у житті, яких, природно, не знав Ф. де Ларошфуко, але вмів спостерігати явища і робити відповідні висновки, дало можливість написати [22]: «Замало мати видатні здібності, потрібно ще вміти ними скористатися». Про достоїнства людини треба робити висновки не за її позитивними якостями, а за тим, як вона ними користується.

Прояв якісних характеристик, можливостей людини в різних умовах приводить Ларошфуко до висновку про необхідність своєчасної й об'єктивної оцінки ситуації. У значних справах варто не стільки намагатися створити можливості, скільки скористатися тією, яка з'явилася. Потрібно тільки вміти діяти відповідно до існуючої ситуації. Позбавлені прозорливості не ті люди, які не досягають цілі, а ті, які проходять повз неї. Людина життєвими обставинами, кризовою ситуацією може бути виведена у стан біфуркації, коли вона змушена приймати рішення, що переводять її на зовсім нову траєкторію в життєвому просторі. Дисипативні процеси, дисипація — це не зло, не фактор, а важлива властивість процесів самореалізації, необхідна для виходу на атрактор для створення складної дисипативної структури в нелінійній відкритій системі.

Таким чином, синергетичне бачення вимагає зміни звичної думки, що флуктуації, випадки є несуттєвими й не можуть визначити шлях, еволюцію системи. Отже, у відкритих нелінійних середовищах, в яких людина живе, незначний вплив, флуктуація, випадковість можуть спричинити істотні результати. Проте, для того щоб випадковість могла так впливати, людина повинна опинитися в стані нестійкості. Тоді вона виявляється чутливою до малих флуктуацій. Цей стан може мати і конструктивний момент. Нестійкість зумовлює докорінні перебудови внутрішніх і зовнішніх зв'язків системи (людини). У цьому разі нестійкість означає розвиток. Людина за реалізації свого СМ повинна враховувати, що лавиноподібні процеси, що призводять часом до катастрофічних наслідків у житті, виникають, коли вона і навколишнє середовище певним чином підготовлені. Середовище повинне бути порушеним, перебувати у критичному стані, тоді досить незначного впливу на керуючий параметр біосоціальної і духовної системи людини (величина, що характеризує швидкість зміни стану системи), щоб виникли катастрофічні наслідки. Прикладом тут може бути розвал Радянського Союзу, коли він як складна система із сотнями мільйонів людей був доведений до такого стану, коли найменші впливи на «хворі» точки могли спричинити радикальні зрушення.

Значення принципів самоорганізації складних систем розкриває для самоуправління людини принципово нові можливості, які варто враховувати. Річ у тім, що в нелінійних середовищах існує поле шляхів розвитку, тобто для кожної людини цей шлях не єдиний, є можливість вибору. А Самарський на підставі результатів досліджень дійшов висновку, що можливі кілька шляхів розвитку складного об'єкта, майбутнє неоднозначне, визначається сьогоденням (початковими умовами), його не можна передбачити, спираю-

чись тільки на попередній досвід. Оптимальний шлях розвитку потрібно вибирати, обчислювати, управляти ним [34]. При цьому варто враховувати, що за наявності безлічі шляхів важливо визначити (обчислити) найбільш оптимальний і бажаний. Знаючи майбутній бажаний стан і стійкі закономірні тенденції самореалізації систем, людина може скоротити час виходу на атрактор, майбутню форму організації. Таким чином, вона може уникнути багатьох відхилень життєвого шляху, вибір якого, як правило, здійснюється методом проб і помилок.

Отже, людина повинна навчитися визначати цей шлях, тому що він потенційно здатний сам себе будувати, структурувати, правильно ініціювати бажані тенденції саморозвитку і досягнення власних цілей. Відбувається це з урахуванням того, що в кожному нелінійному процесі є певна ділянка параметрів або стадій, де нелінійна система особливо чутлива до впливів, які відповідають її внутрішнім властивостям (резонансним впливам). Резонансне порушення становить величезний інтерес у синергетиці. Розуміння способів впливу на складні системи і наслідків таких впливів — кінцева мета їхніх досліджень.

Керуючий вплив на процеси розвитку нелінійної системи (людини) може бути ефективним лише в разі узгодження його з внутрішніми властивостями цієї системи, тобто коли він є резонансним. Резонансний вплив означає, що важливою є не сила керуючого впливу на систему, а його правильна просторова організація. Отже, за слабого впливу на систему в потрібному місці і потрібний час, топологічно узгодженого з її власними структурами, вона розгортається у всьому багатстві своїх форм і структур. Реакція системи у певних станах на слабкі сигнали дає змогу зрозуміти феномен людини, що виявляється у виникненні надможливостей, в самозціленнях за відповідного психофізіологічного впливу на організм (аутотренінг, йога, китайське ушу, тайцзи-цюань, японське карате, акупунктура тощо).

### **2.3.3. Самоуправління розвитком людини**

**Сутність поняття «розвиток».** Виходячи з аналізу визначень розвитку (табл. 2.1), це поняття використовується в різних значеннях. Розвиток може характеризуватися: об'єктом дослідження; структурою (механізмом); джерелом розвитку; формою розвитку (основними формами розвитку є філогенез і онтогенез); спрямованістю (прогресивною і регресивною); динамікою (часом і темпами зростання).

## Визначення поняття «розвиток»

Визначення	Літературне джерело	Ключові слова
Розвиток — вищий тип руху, зміни матерії та свідомості, перехід від одного якісного стану до іншого, від старого до нового. Розвиток характеризується специфічним об'єктом, структурою, джерелом, формами, спрямованістю. Розвиток — не проста зміна, а з перетворенням у внутрішній будові об'єкта, у його структурі, що є сукупністю фізично взаємопов'язаних елементів, зв'язків і залежностей. Спільна лінія прогресивного розвитку поєднується зі змінами, що утворюють так звані тупикові ходи еволюції або навіть спрямовані у бік регресу	Философская энциклопедия. — М., 1967. — Т. 4  Философский энциклопедический словарь. — М., 1983	Вищий тип руху, зміни матерії та свідомості; процес розвитку — не універсальний і не однорідний; у ході розвитку діють різноспрямовані процеси
Розвиток об'єкта — це розкриття або розгортання його внутрішніх споконвічних потенцій як автономне явище в силу внутрішніх закономірностей	Зеновьев А. А. Логическая социология. — М.: Социум, 2002	Розкриття або розгортання внутрішніх споконвічних потенцій
Розвиток — це процес зворотних, спрямованих і закономірних змін, що призводить до виникнення кількісних, якісних і структурних перетворень психіки і поведінки людини. Основними властивостями розвитку, які відрізняють його, є незворотність, спрямованість, закономірність	Психология человека от рождения до смерти. — СПб., 2002	Процес незворотних, спрямованих і закономірних змін
Розвиток людини — освоєння нею внутрішнього, індивідуально-психологічного і зовнішнього суспільного потенціалу можливостей. Провідну роль у розвитку людини відіграє навчання. Будь-яке навчання сприяє розвитку	Педагогика: педагогические теории, системы, технологии / Под. ред. С. А. Смирнова. — М.: Академия, 1999	Освоєння внутрішнього і зовнішнього потенціалів. Навчання сприяє розвитку

Процес розвитку є неуніверсальним і неоднорідним, відбуваються різноспрямовані процеси. Загальна лінія прогресивного розвитку супроводжується змінами, що призводять до так званих, тупикових ходів еволюції або навіть спрямованих у бік регресу [29]. Поняття «розвиток»

часто використовується разом з поняттями «дозрівання і «ріст». Ріст — це кількісні зміни у процесі вдосконалення певної психічної функції. «Якщо не вдається знайти якісних змін, — це ріст» [31]. Дозрівання — процес, плин якого залежить від успадкованих особливостей індивідуума. Він полягає в послідовності попередньо запрограмованих змін не тільки зовнішнього вигляду організму, а і його складності, інтеграції, організації та функцій. Розвиток, дозрівання і ріст взаємозалежні: дозрівання і ріст — зміни кількісні, які є основою для розвитку якісних. В остаточному вигляді організм — продукт не функціонального дозрівання, а функціонального розвитку: він функціонує, розвиваючись, і розвивається, функціонуючи [31]. Основними формами розвитку є філогенез і онтогенез. Психічний розвиток у філогенезі здійснюється шляхом становлення психічних структур за біологічної еволюції виду або соціокультурній історії людства в цілому.

У ході онтогенезу формуються психічні структури протягом життя індивіда, іншими словами, онтогенез — це процес індивідуального розвитку людини. Надалі під розвитком матимемо на увазі процес індивідуального психічного розвитку.

Причиною розбіжностей у тлумаченні поняття «розвиток» (див. табл. 2.1) є некоректне його використання у практичній діяльності через нерозуміння термінів «навчання» і «освіта». Навчання, на думку багатьох учених, означає підготовку до якоїсь діяльності, виконання певних обов'язків. Освіта охоплює навчання, виховання і розвиток людини. Навчання і виховання завжди передбачають кінцевий результат її змін. Це результат «замовлення» суспільства на зміну людини [1], наприклад, підготовка фахівця відповідно до вимог державного стандарту і норм. В освіті ритм зміни, зони найближчого розвитку в реальних межах часу та обставин визначає людина, яка досягає цілі самозміни. Вона буде траєкторію і темп своєї зміни залежно від умов і самовизначення. Проте цінності самовизначення повинні бути усвідомлені, а освітні системи — сприяти підвищенню культури людини.

Як показала практика, завдання розвитку людини в організаціях ставиться вкрай рідко. Відсутність потреби в цьому зумовлена низькою ціною робочої сили на ринку праці й орієнтацією на прибуток «сьогодні і зараз». Природно, що тут допускається стратегічний прорахунок у формуванні майбутньої конкурентної здатності людини й організації, особливо в умовах глобалізації бізнесу.

**Розвиток як об'єкт самоуправління.** На підставі наведених вище значень терміна «розвиток» і взаємозв'язку з ним інших понять пока-

жемо діяльність персоналу з управління розвитком у вигляді схеми. З рис. 2.2 випливає, що розвиток людини (персоналу) — це внутрішня діяльність зі зміни кількісних і якісних показників, закладених у спадкових програмах (біологічний і соціальний коди), відповідно до умов керуючих впливів зовнішнього середовища. Умови зовнішнього середовища — це наслідок діяльності соціуму і природи, що формують певні фактори впливу. Вплив зовнішнього середовища на людину в організації виявляється через системну діяльність персоналу управління з його навчання, виховання, розвитку і через навколишню природу.

При цьому під освітою розуміють процес педагогічно організованої соціалізації в інтересах особистості та суспільства [1] або освоєння культурної спадщини суспільства і пов'язаного з ним рівня індивідуального розвитку [31]. Навчання — спільна діяльність вчителів і учнів із пізнання явищ навколишнього світу, їхніх закономірностей, історії розвитку й освоєння способів діяльності [1]. Виховання — процес цілісного впливу, мета якого в нагромадженні людиною необхідного для життя в суспільстві соціального досвіду і формування в неї системи цінностей [31].

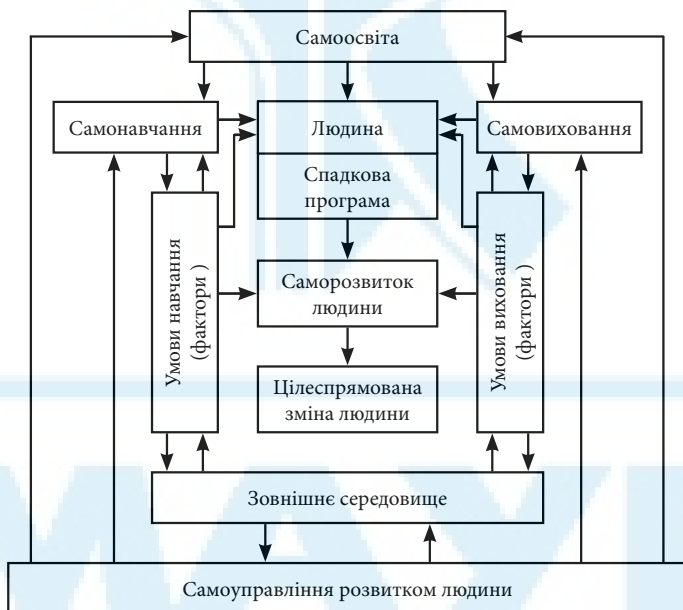


Рис. 2.2. Самоуправління розвитком людини

Навчання відрізняється від виховання організованістю. У навчанні повинен бути реалізований державний освітній стандарт, у вихованні стандарту немає. Навчання і виховання спрямовані на розвиток людини (див. рис. 2.2). Навчання допомагає накопичити досвід у науковій і предметній сферах, а виховання — у соціальній. Професійна освіта — підготовка фахівців початкової, середньої та вищої кваліфікації для роботи у певній сфері діяльності.

«Розвиток» як категорія діалектики є результатом застосування принципу загального зв'язку і взаємодії. Розвиток є незворотною, чітко спрямованою і закономірною зміною матеріальних та ідеальних об'єктів, що зумовлює виникнення нової якості.

Прийнято розглядати розвиток як процес і результат цілої системи змін — прогресивних і регресивних, зворотних і незворотних, переривчастих і безперервних, стабільних і нестійких, кількісних і якісних, пов'язаних з ускладненням і спрощенням системи, що розвивається, спрямованих і стохастичних, а також багатьох інших. Проте, не всі зміни є достатніми і необхідними характеристиками розвитку. Такими виступають незворотні, спрямовані якісні зміни організованих об'єктів, які відбуваються системно. Процес розвитку прокладає собі шлях крізь численні флуктуації, відхилення, зміни. І тією мірою, якою процес є спрямованим, цілеспрямованим, суб'єктивно організованим, ці зміни можуть акумулюватися, інтегруватися, вибудовуватися у внутрішню обумовлену лінію, траєкторію життєвого шляху людини.

Становлення самоуправління діяльністю особи здійснюється в процесі незворотного розвитку, але уявити його у вигляді вектора було б занадто грубим наближенням. Життєві обставини і внутрішня логіка само руху передбачають повернення, девіації, тимчасовий регрес, повторення пройденого, уповільнення і ривки, прискорення. Таким чином, розвиток теорії і практики самоуправління — це процес руху по висхідній всієї маси вже досягнутого змісту і збагачення новим. У розвитку старе відходить, а нове приходить, стверджуючи себе в боротьбі зі старим.

**Умови самоуправління функціонуванням і розвитком.** Умови необхідності самоуправління розвитком — обставини, в яких відбувається становлення людини. Йдеться про обстановку, що склалася всередині й поза людиною, дає змогу практично здійснювати самоуправління своїм функціонуванням і розвитком. Для виявлення умов розвитку уявімо систему функціонування людини у вигляді керуючого об'єкта (підсистеми управління формуванням людини, персоналу) і керованої системи

(людини як біосоціальної системи) (рис. 2.3). Керуюча система охоплює діяльність і механізми управління держави, цивільного суспільства (ЦС), громадських організацій (ГО), рухів (Р) і самостійну роботу людини (її самоменеджмент).

А. Богданов визначив, що основними умовами розвитку організаційних систем є наявність [16]:

- відкритості тобто обміну із зовнішнім середовищем інформацією (рис. 2.4, 6), енергією (7), речовиною (8);
- цілі організаційної системи (9);
- служби безпеки (3), що забезпечує орган управління (1) необхідною інформацією (2) про гармонійну реалізацію функції забезпечення і необхідності вжиття відповідних заходів.

Повністю закритими системи можуть бути тільки теоретично, проте закритість, яка зберігає цілісність людини, повинна забезпечуватися організованою протидією надходженню інформації, енергії та речовини, які не відповідають цілям функціонування і розвитку. Необхідність мати ціль визначається вимогами закону цілепокладання. Важливість цієї вимоги зумовлена тим, що відповідно до мети формується система управління організацією. Створювана система управління людини повинна відповідати цілі її життєдіяльності або діяльності (цілі розвитку).

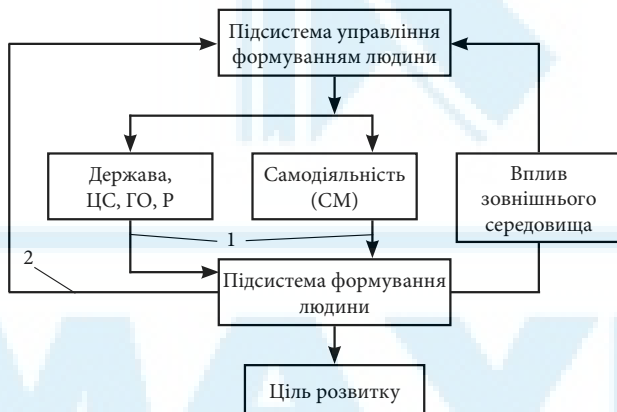
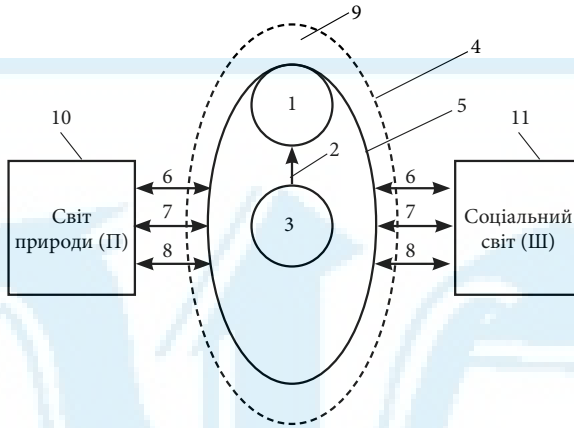


Рис. 2.3. Система формування людини:

1 — канали командного зв'язку, 2 — канали зворотного зв'язку





**Рис. 2.4. Умови ефективного функціонування і прогресивного розвитку людини:**

1 — орган управління (мозок людини); 2 — процес інформаційного забезпечення щодо стану безпеки системи; 3 — «служба безпеки» людини; 4 — границя внутріорганізаційного середовища (тіла людини); 5 — межа внутрішнього середовища безпечного інформаційно-психологічного впливу; 6 — інформація; 7 — енергія; 8 — речовина; 9 — ціль людини; 10 — зв'язок зі світом природи (природний); 11 — зв'язок із соціумом (штучний)

У цьому плані врахування вимог закону відповідності керованої та керуючої підсистем вимагає щоб вони відповідали цілі управління, а система управління — цілі людини. «Служба безпеки» людини повинна забезпечити інформаційну, фізичну безпеку її біосоціальної і духовної системам, головне — її цілісність на період досягнення цілі. У цьому плані сервіс безпеки реалізує стратегічну функцію.

Нині набуває розвитку так званий *енергетичний підхід* до пояснення явищ життя [11]. В енергетичному циклі життя відбуваються складні стійкі, нерівноважні процеси, для перебудови яких енергія живої матерії виконує роботу всередині системи і поза нею. Обмін живих організмів речовиною й енергією з навколишнім середовищем сприяє зростанню в них вільної енергії та негативної ентропії, тобто відтокові ентропії з організму, і тим самим підтримується їхній нерівноважний стан. Цільове призначення взаємодії із середовищем полягає у звільненні організму від позитивної ентропії, утвореної під час перетворень енергії в живих організмах і вилучення з навколишнього середовища негативної ентропії.

Організм людини завжди прагне мінімізувати ентропію. Е. Бауер увів для живого організму поняття стійкої термодинамічної нерівноваги, що виявляється за наявності трьох умов [32]:

- вільної енергії, що створюється без будь-якого зовнішнього впливу, тобто властивості спонтанної діяльності організму;
- реакції на зовнішні впливи, що вирівнює градієнт енергії та відновлює його первинне значення (у біологічному розумінні — це властивості подразливості та збудливості);
- нагромадження вільної енергії шляхом роботи проти факторів, які зумовлюють рівновагу, що в біології означає властивості доцільної поведінки і пристосувальної діяльності.

Доцільна поведінка (цільова функція) системи, з одного боку, — це виконання системою основних фізичних законів, насамперед законів збереження, умов стану стійкості та стабільності системи. З іншого боку, сутність цілепокладання передбачає формування механізмів самозбереження (адаптації) шляхом реалізації позитивних і негативних зворотних зв'язків між системою і навколишнім середовищем. Змістом цілепокладання є інформаційні процеси. Із загальнобіологічної точки зору для людини — це стійкий стабільний стан, існування її як виду, тобто збереження людського життя на Землі.

Без розвитку система перестає існувати (постулат єдності та боротьби протилежностей). Стійкість живої системи полягає в її розвитку, але цей розвиток визначається нестійкостями, що виникають. Він набуває нових властивостей: у рівновазі він «сліпий», у дуже нерівноважних процесах — «прозріває» [13, 21].

Для складних об'єктів живої природи, які самоорганізуються, процеси обміну речовиною й енергією з навколишнім середовищем відбуваються за наявності умов самоорганізації та нелінійних процесів. Нелінійність зумовлена флуктуаціями процесів, змінами меж чутливості до керуючих параметрів системи (людини), появою біфуркації та непередбачуваністю змін шляхів розвитку. Самоорганізація — формування в нерівноважному дисипативному середовищі просторових структур, які розвиваються в часі. Параметри цих структур визначаються властивостями середовища і мало залежать від джерела нерівноважності у вигляді потоків енергії та речовини.

Розвиватися з якісними змінами, зі зростанням рівня організації здатні лише відкриті системи [29], до яких належить людина [11, 18]. Проте найкраще розвивається система, в якій найбільш адекватно

зовнішньому впливу працює механізм адаптації; найдосконаліший механізм захисту (межа) від сигналів, які перевищують можливості адаптера (служби безпеки); найсприятливіше середовище для підтримання робочого стану адаптера і межі; організована діяльність сервісу (служби безпеки) (рис. 2.3). Ослабленням внутрішніх механізмів самоорганізації і захисту, збереження й адаптації цілісності можна пояснити раптову нездатність протистояти природному руйнівному впливу ззовні. Таким чином, перша умова саморозвитку — *пошук причини втрати можливостей протистояти впливу несприятливих внутрішніх і зовнішніх факторів всередині системи* (людини).

Друга умова саморозвитку (за А. Богдановим) — *наявність цілі*. Організація, система повинні мати ціль. І. Павлов особливе місце в системі рефлексів людини відводив рефлексу цілі — прагненню до володіння певним предметом-подразником, розуміючи і «володіння», і «предмет» у широкому значенні слів. Сутність цього рефлексу не в цілі або її цінності, а в прагненні. Сама ціль — річ другорядна, головне — прагнення до неї. Рефлекс цілі має величезне значення в житті, будучи основною формою життєвої енергії [28]. «Життя тільки в того гарне і сильне, хто все життя прагне цілі, якої постійно намагається досягти, але ніколи не досягає або з однаковим захватом переходить від однієї цілі до іншої. Усе життя, всі його поліпшення, уся його культура здійснюються тільки людьми, які прагнуть певної поставленої в житті цілі ... життя перестає прив'язувати до себе, як тільки зникає ціль» [28].

Особливістю рефлексу цілі є швидкий розвиток заспокоєння і байдужість після досягнення її, виникнення повторного прагнення в русі до нової цілі. Як й інші рефлекси, рефлекс цілі може підсилюватися або гальмуватися різними життєвими обставинами. Якщо ці обставини постійно на її шляху висувують будь-які нездоланні перешкоди (сваволя, формалізм, байдужість тощо), не дають змоги бачити життєву перспективу, то людина неминуче перетворюється на пасивну істоту, позбавлену здатності заглядати в майбутнє, ставити цілі та досягати їх.

Зазначивши важливість наявності мети, розглянемо цілі системи формування людини. Ціль не визначено, так само, як і не оприлюднено ціль великої та складної організаційної системи, якою є Україна. Людина поставлена в умови, коли свій розвиток передбачає тільки з урахуванням впливів зовнішнього середовища і власного світогляду і здійснює його в процесі самоуправління. Проте більшість населення мало деформований «комуністичний» світогляд, який визначав цілі, цінності, ідеали, життєву

позицію тощо. Підсистема управління в особі держави, суспільних інститутів начебто і змінила цілі, але залишила колишні структури, форми, методи управління. Відділення форми від змісту (морфології), як зазначалося вище, сприяє розвитку системної кризи. Особистий же менеджмент у багатьох людей асоціюється з метою «грабіжницького капіталізму».

Важливим елементом самоуправління розвитком є *рівень володіння рефлексією* [2]. Рефлексивна функція виникає і реалізується у будь-якій практичній діяльності, в якій виникло утруднення [2]. При цьому дослідницька функція рефлексії (реконструкція появи утруднення) обслуговує перехід до критичної (виявлення причини утруднення) і нормативної (перебудова колишньої норми) функцій. Сама критика і нормування як би виростають з дослідницького рефлексування [1]. Побудова картини минулої життєдіяльності дає матеріал для критики і наступного нормування (зміни життєвих планів, технологій вирішення завдань). Людина, яка розвивається, активно пізнає себе і навколишній світ, постійно рефлексує над своїми вчинками, над пережитими утрудненнями у вирішенні життєвих завдань. Вчинок є сполучною ланкою між людиною та її життєдіяльністю, яка сприяє її саморозвитку. Розуміючи структуру вчинку, важливості рефлексії над ним з урахуванням реальних умов і обставин, людина стає здатною займати позицію «над» своєю життєдіяльністю («виходити» з життєдіяльності), реально стає її суб'єктом. С. Рубінштейн [33] виділяв два способи існування людини у світі:

1. Людина не виходить за межі безпосередніх відносин, в яких живе. Тут вона вся усередині життя, і будь-яке її ставлення — це ставлення до окремих явищ, а не до життя в цілому. Таке життя виглядає як природний процес, хоча часто не усвідомлюється людиною.

2. Пов'язаний з появою рефлексії, що припиняє, перериває цей безперервний процес життя і виводить людину думкою за його межі. Людина займає позицію поза ним. Тут починається або шлях до душевної спустошеності, нігілізму, морального скептицизму, морального розкладання, або інший шлях — до побудови моральної людської позиції на новій свідомій основі. Людина стає справжнім суб'єктом своєї життєдіяльності, її вчинки набувають філософського відтінку, вона стає відповідальною за хід свого життя, за ставлення до нього. Проте розуміння можливості рефлексії ще не означає її ефективного застосування на практиці. Рефлексія — навичка, яку потрібно розвивати практикою, спеціальна підготовка людини.

Таким чином, відкритість людини як біосоціальної і духовної системи, наявність у неї адаптивного «пристрою», забезпечує стійкість до впливу зовнішнього середовища; мета і володіння рефлексією створюють її внутрішні умови для розвитку. Людина розвивається (вдосконалює свій ресурс), управляючи цим розвитком. Отже, самоуправління розвитком людини передбачає розвиток її ресурсу. Але людина реалізує свої задуми, розвивається тільки в суспільстві, у спілкуванні із собі подібними у трьох сферах колективної діяльності — духовній, політичній і матеріальній [43]. При цьому оптимальний розвиток соціуму відбувається за гармонійного сполучення всіх трьох сфер, об'єднуючого визнання загальнозначущості духовних цінностей.

Організуючою основою всебічного розвитку людини в сучасних умовах може бути *кадрова політика*, заснована на пізнанні та використанні закономірностей соціальної динаміки, яка служить інтересам як держави, так і громадянського суспільства. У разі обмеження кадрової політики виникають деформації у розвитку зовнішнього і внутрішнього середовищ людини, які згодом (особливо в умовах змін) призводять до системної кризи.

Феномени пасивності та активності розвитку у науці про людину є добре розробленими абстракціями, зміст яких достатньо зрозумілий. Вони стосуються (на рівні категорій) внутрішнього життя «Я» людини, самостійної здатності «Я» створювати речі й ідеї. Ці властивості «Я» можуть визначатися соціальними і природокосмічними факторами, відображеними в концепціях універсального еволюціонізму, пасіонарності та еволюціонізму. Н. Моїсеев зазначає виникнення нової тенденції в розвитку культури — *становлення «колективного інтелекту»* [25]. Проте за інтеграційних тенденцій «масою» можуть поглинатися окремі частини. Якщо розглянути відносини маси й особистості, то не можна виключити рецидив «безмовної більшості», як вже було в епоху Середньовіччя і в наступні часи. Більшість буває пасивною. Поштовхом до пасивності можуть бути умови життя індивіда, що змушують вибирати стратегію «подвійної свідомості», тобто водночас визнавати і не визнавати систему прийнятих у суспільстві цінностей.

Об'єктом кадрової політики є людські ресурси, предметом — система управління ними [43]. З огляду на те, що в процесі здійснення самоуправління життєдіяльністю людина вдосконалює свій ресурс, і те, що зовнішнє (соціальнє) управління людиною є, по суті, самоуправлінням [5, 6], можна запропонувати до пріоритетів кадрової політики віднести самоуправління функціонуванням і розвитком людини.

### 2.3.4. Життєва криза як рушійна сила розвитку

Умовою перевірки готовності людини до активної життєдіяльності та своєрідним «поштовхом» вияву людського фактора, усіх джерел саморозвитку в людині є кризові стани. Найбільш науково обґрунтований підхід до розуміння природи криз дає енергетика. Синергетичне пояснення криз пов'язане з порушеною рівновагою із зовнішнім середовищем. У кризовий (біфуркаційний) момент здійснюється якісне перетворення відкритої нелінійної системи, якою є людина, що має виражену тенденцію до самоорганізації. Розвиток цієї системи на якісно новому посткризовому рівні значною мірою залежить від випадкового флуктуаційного впливу в точці біфуркації, у момент піку кризових переживань. У сучасних дослідженнях розкриваються різні причини кризи, що надалі стане предметом дослідження, а в даній ситуації вона розглядається як фактор впливу на джерела саморозвитку людини.

Криза стає рушійною силою розвитку самоуправління, коли момент порушення рівноваги, появи нових потреб збігається з вузловими моментами, поворотними пунктами життєвого шляху людини, прийняття рішення, що зумовлює траєкторію подальшого руху. Джерелом, рушійною силою розвитку є зламні, кризові ситуації, що вимагають реставрації всієї просторово-часової структури, нового ставлення до себе і свого життя, перебудови системи самоуправління. Людина неодноразово опиняється у кризових ситуаціях, основою періодизації яких є не психофізіологічні сенситивні періоди, не вікові нормативні кризи, не соціальні переходи, а значущі життєві події, що вимагають вибору нової траєкторії життєвого шляху. Вирішальною умовою виникнення життєвих криз є загроза здійснення основних життєвих цілей, задумів, що зумовлює змушене коригування, усвідомлення життєвого сценарію, програмування життєдіяльності. Осмислене ставлення до часу власного життя стимулює пошук конструктивних виходів із кризової ситуації, мобілізує внутрішні ресурси, перед якими часто-густо відступають навіть хвороби.

Життєвий світ людини в умовах впливу зовнішніх факторів залишається відносно автономним і специфічним для кожної особи. При цьому, потрапляючи в екстремальні ситуації, людина, на відміну від тваринного світу, створює механізми виживання. Існує гіпотеза псевдоштучного добору, критерії якого вироблялися людьми. Виживали з більшою

імовірністю не біологічно, а соціально пристосованіші, здатні бути в тіні, коли вбивають яскравих, бути слабкими або прикинутися такими, коли вбивають сильних, бути розумними, коли б'ються дурні [42]. Проте зовнішні руйнівні сили майже неспроможні перед силою духу, «впертістю духу», як називав ці властивості характеру В. Франкл, аналізуючи особливості виживання в концентраційному таборі [63]. Ця сила духу є значним джерелом саморозвитку і самоуправління людини та системотвірним фактором. Для людини в кризовому стані важливою є наявність прагнення до реальної дійсності, бажання пробудити свій потенціал, свої резерви, наблизити життєвий світ, «який став суб'єктивним» до живої реальності. Реконструкція моделі світу передбачає усвідомлення життєвої ситуації як кризової, прийняття її як реальності, що вимагає від людини готовності до коригування життєвих задумів, уточнення життєвих цілей, вибору стратегії.

У наш час розуміння причин виникнення кризи пов'язують не зі стійкістю і рівноважними станами об'єктів, а зі складнішими законами становлення, саморозвитку, самоорганізації. Увага при цьому приділяється конструктивній випадковості, коли незначні причини можуть породити суттєві наслідки. Людина як нерівноважна система може бути приведена у кризовий стан, на думку І. Пригожина, тим швидше, чим більш вона чутлива до зовнішніх впливів. Слабкі сигнали на вході системи можуть породжувати значні відгуки і спричиняти несподівані ефекти. Система в цілому може перебудуватися так, що її поведінка здаватиметься непередбачуваною [29, 30]. Зовнішні обставини, які провокують кризу, взаємодіють із внутрішніми. Найважливішою ознакою кризи є вибіркове підвищення чутливості до важливих впливів. Оскільки за кризи змінюється спосіб детермінації процесу розвитку, то легко втрутитися в роботу внутріособистісних механізмів і сприяти пошуку оновлених життєвих цінностей.

Коли криза становить реальну загрозу існуванню, відбувається порушення звичного способу життя, вихід в іншу реальність, наростає відчуття спустошеності, нікчемності буття. Поведінка під час кризи визначається негнучкістю, прямолінійністю, примітивним рівнем емоційної регуляції життєдіяльності. Людина стає залежною від оточення, межі її психологічного простору розпливаються. Душевна смута супроводжується зростанням ролі віри, переосмисленням таких понять, як Бог, смерть, гріх, спокуса, які гіпнологи відносять до трансових станів свідомості.

Життєва криза є водночас рушійною силою. Криза (грецьк. — поворотний пункт, рішення) — це грань, що розділяє етапи життєвого шляху, стан суттєвих потрясінь, переоцінки колишніх цінностей, перегляду життєвих задумів. Результати багатьох досліджень дають підстави розглядати кризу як явище не випадкове, що має часом неясні причини виникнення, механізми перебігу. Кризи мають різні пускові механізми в життєвих ситуаціях, що складаються.

Становить інтерес криза як рушійна сила саморозвитку людини та управління цим процесом. Вплив, наприклад, зовнішніх факторів (екологічного лиха, соціального потрясіння), що призводить до порушення звичного способу життя, стійких стереотипів, спричиняє в одних людей виникнення руйнівних внутрішніх протиріч, а в інших — пробудження життєвих сил, які «дрімали», до яскравого розкриття особистості. Життєвий шлях людини проходить відповідно до життєвого задуму, сценарію. Виявившись у кризовій ситуації, вона вибирає рішення на основі багатьох альтернатив. Криза передбачає полівалентність, людина змушена зупинитися й озирнутися, усвідомити своє ставлення до життя як такого, пройденого відрізка часу, власного майбутнього. Оцінка якості життя, його змісту і цілі, болісний вибір подальшого напрямку руху, відповідальність перед собою та іншими в індивідуальному житті — це тільки психологічний зміст кризи. Загроза проекту майбутнього життя, що не дає змоги відхилитися від «наїждженого» шляху, призводить до осмислення, коригування планів, вибору нових стратегій досягнення життєвих цілей.

У процесі життєдіяльності відбувається динамічне перетворення людиною життєвого простору. Специфіка його динамічних реконструкцій може бути виявлена такими способами метизації, як онтогенез, час життя, життєвий цикл, життєвий шлях. Розвиток життєвого простору характеризується внутрішньою логікою його становлення. Уявляючи його координати у вигляді ставлення до власного життя (психологічний час) і до інших людей (психологічний простір), можна визначити їх функцію — ставлення до самого себе. Результати досліджень [37, 42] свідчать, що негативна і позитивна оцінки себе залежать від ставлення до інших, до своїх життєвих планів і їх реалізації, до потреб і бажань своїх та оточення. У ставленні до себе можна «побачити», «прочитати», чим для кожної людини є її власне життя, чи є вона його творцем, автором, режисером.

Просторово-часові характеристики життєвого простору містять у перетвореному вигляді онтогенетичні закономірності, вікові власти-



вості, риси хронологічного віку, життєвого циклу. Фази життя, вікові стадії, різні переходи в індивідуальному, сімейному житті, професійній діяльності створюють окремі етапи світобудови, що мають переривчасто-безперервний характер або певні періоди життєвого шляху. На кожному етапі життєвий простір (модель світу) з'являється цілісним феноменом з нелінійною детермінацією формування. У процесі розвитку він набуває певної форми, що впливає на організацію просторово-часових координат. Структурні характеристики життєвого простору за переходу від одного етапу життєвого шляху до іншого трансформуються.

Отже, перше, що потрібно зробити людині для виходу з кризи, — це змінити свою модель бачення життєвого простору, потім починати оцінювати життєву ситуацію і своє бачення в ній себе тощо; цей процес діяльності характерний для розглянутих вище соціальних технологій.

### **КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ**

1. Як враховувати механізм дії загальних законів управління?
2. Охарактеризуйте специфічні закони управління.
3. Як використовувати знання загальних і специфічних законів у самоуправлінській діяльності?
4. Як Ви уявляєте розвиток людини?
5. Охарактеризуйте процеси розвитку людини.
6. Дайте характеристику синергетичній моделі розвитку.
7. У чому єдність динаміки хаосу і порядку?
8. Поясніть генетичні основи розвитку.
9. У чому сутність синтетичної теорії еволюції?
10. Дайте загальну характеристику моделі розвитку «живого» і управління розвитком.
11. Що утруднює введення сомоуправління розвитком людини в суспільстві?
12. Які умови ефективного прогресивного розвитку людини?
13. Розкрийте сутність життєвої кризи людини. Проаналізуйте рушійну силу її розвитку.
14. Що потрібно зробити людині після виходу з кризи розвитку?

## ЛІТЕРАТУРА

1. Анисимов О. С. Педагогическая акмеология: общая и управленческая. — Минск. : Технопринт, 2002.
2. Анисимов О. С. Основы методологии : В 2-х т. — М. : ДАМ и А, 1994.
3. Апанасенко Г. Л. Эволюция биоэнергетики и здоровья человека. — М. : Петрополис, 1992.
4. Астафьев В. А. Теория единой живой вселенной (законы, гипотезы). — М. : Информациология, 1997.
5. Афанасьев В. Г. Мир живого: системность, эволюция и управление. — М. : Полит. лит., 1986.
6. Афанасьев В. Г. Системность и общество. — М. : Политиздат, 1980.
7. Афонин А. А. Мотивация труда. — К. : МАУП, 1996.
8. Бейли А. Письма об оккультной медитации. — М., 1993.
9. Библия. — СПб. : Печат. двор, 1991.
10. Богданов А. А. Всеобщая организационная наука (Тектология). — М. : Экономика, 1989.
11. Волков Ю. Г., Поликарпов В. С. Человек: Энциклопедический словарь. — М. : Гардарики, 2000.
12. Гегель. Философия религии : В 2-х т. — М., 1976.
13. Горбачев В. В. Концепции современного естествознания. — М. : ОНИКС, 2003.
14. Гурджиев Г. И. Жизнь реальная только тогда, когда «есть». — М. : ФАИР-ПРЕСС, 2001.
15. Гурджиев Г. И. Беседы Вельзевула со своим внуком. — М. : АСТ, 2003.
16. Гумилев Л. Н. География этноса в исторический период. — Л. : Изд-во ЛГУ, 1990.
17. Ильин В. В., Пожарский С. Д. Философия и акмеология. — СПб. : Политехника, 2003.
18. Казначеев В. П. Экология человека: проблемы и перспективы // Экология человека: основные проблемы. — М., 1988.
19. Капица С. П., Курдюмов С. П., Малинецкий Г. Г. Синергетика и прогнозы будущего. — М. : Наука, 1997.
20. Колпаков В. М. Управление развитием персонала. — К. : МАУП, 2005.
21. Кончаловский А. С. Низкие истины. — М. : Совершенно секретно, 1998.
22. Ларошфуко Ф. де. Мемуары. — М. : АСТ, 2001.
23. Лейбниц, Сочинения в 2-х томах. — М., 1982.
24. Лободин В. Т. Здоровье и духовность: Энергетические методы оздоровления. — СПб : Комплект, 1996.

25. *Моисеев Н. Н.* Человек, среда, общество: проблемы формализации описания. — М. : Наука, 1982.
26. *Муххамад Али аль-Хашими.* Личность мусульманина согласно Корану и Сунне / Пер. В. Нирша. — К. : Мусульман. религиоз. община, 2004.
27. *Омкаргов А.* Мантры и молитвы в эзотерическом освящении. — СПб., 1996.
28. *Павлов И. П.* Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных. — М. : Наука, 1973.
29. *Пригожин И. Р., Стенгерс И.* Порядок из хаоса. Новый диалог человека с природой. — М. : Прогресс, 1986.
30. *Пригожин И. Р.* От существующего к возникающему: Время и сложность в физических науках. — М. : Наука, 1985.
31. *Российская педагогическая энциклопедия* : В 2-х т. — М., 1999. — Т. 2.
32. *Реймерс Н. Ф.* Популярный биологический словарь. — М. : Наука, 1990.
33. *Рубинштейн С. Л.* Избранные философско-психологические труды. — М. : Педагогика, 1997.
34. *Самарский А. А. и др.* Моделирование нелинейных явлений в современной науке // Информатика и научно-технический прогресс. — М., 1987.
35. *Синергетика, философия, культура.* — М. : Изд-во РАГС, 2001.
36. *Словарь русского языка* : В 4-х т. — М. : Рус. яз., 1985. — Т. 1.
37. *Титаренко Т. М.* Жизненный мир личности: структурно-генетический подход: Дисс ... д-ра социол. наук. — К., 1994.
38. *Ухтомский А. А.* Избранные труды. — Л., 1978.
39. *Фейербах Л.* Избранные философские произведения: В 2-х т. — М., 1955. — Т. 1.
40. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. — М. : Прогресс, 1990.
41. *Философский энциклопедический словарь.* — М. : ИНФРА-М, 2002.
42. *Чалидзе В.* Иерархический человек. Социобиологические заметки. — М.: Терра, 1991.
43. *Щекин Г. В.* Социальная теория и кадровая политика. — К. : МАУП, 2000.
44. *Эзотерический словарь.* — Москва; Рига, 1993. — Т. 1.

## ФЕНОМЕНОЛОГІЯ САМОМЕНЕДЖМЕНТУ

Кожна людина — це цілий світ, який з нею народжується і з нею помирає. Під кожною могильною плитою лежить всесвітня історія.  
Горе людям, які не знають сенсу життя.  
Б. Паскаль

### 3.1. Людина як феномен

#### 3.1.1. Обґрунтування необхідності феноменології людини

Вивчаючи феномен людини, П. Тейяр де Шарден дійшов висновку, що із суто позитивістського погляду вона — найбільш таємничий об'єкт науки, який спантеличує дослідників. І варто визнати, що у своїх зображеннях універсуму наука ще не знайшла йому місця. Спираючись на фізику і біологію, антропологія, у свою чергу, певною мірою пояснює структуру тіла людини і деякі механізми її фізіології. Але отриманий портрет явно не відповідає дійсності. Людина у тому вигляді, в якому її вдається відтворити сьогоднішній науці, — тварина, подібна до інших. За своєю анатомією вона мало відрізняється від людиноподібних мавп. Проте відповідно до біологічних результатів її появи вона є чимось зовсім іншим.

*Феномен* (від грецьк. *phainomenon* — те, що є) — явище, дане нам у досвіді почуттєвого пізнання. Вчення про феномени у філософії називається *феноменологією*.

Людина — вищий ступінь живих організмів на Землі. Тілесно людина належить до ссавців, а саме до гомінідів (людиноподібних істот), найближчих сусідів мавп — горили, шимпанзе. Про причини становлення власне людини можна висловити тільки припущення. Щодо душі людина відрізняється не стільки свідомістю взагалі, скільки усвідомленням самої себе, своєї історичності, наближення смерті. Поведінка людини (на відміну від тварин) не визначається середовищем і є вільною. Ця незалежність від навколишнього світу дає можливість спеціалізувати органи чуттів і розширювати їх функції, створює умови для появи самостійного мислення, відчуття, волевиявлення і виникнення нового явища — пам'яті та фантазії; місце навколишнього середовища займає світ. Душа, певною мірою самостійна, протистоїть тілу, виникає питання про відносини душі й тіла. Над сферою свідомості та душі людини підіймається індивідуальний дух, який встановлює зв'язок людини вже не тільки з матеріальним світом, який оточує її, а й із загальним ідейним змістом (ідеями) речей. Завдяки своїй єдиній тілесно-душевно-духовній організації тільки людина є особистістю, здатною до цілеспрямованих, планомірних дій, до творчих (надання форми зовнішньому матеріалу) досягнень, серед яких на першому місці — створення людських форм спілкування; на цій основі розвиваються мова і письмо, здібності. Ідейне виховання і самопізнання людини дедалі більше залучаються до її самоформування [39]. З погляду теорії пізнання феномен людини як явище є вираженням, свідченням наявності чогось іншого, що фактично постає перед суб'єктом, який пізнає, відображенням досліджуваного об'єкта, дає змогу зрозуміти суще в людині.

Надану філософами характеристику людини віднесемо до її феномена, і у цьому плані наступні викладені концепції людини пропонуємо використовувати як емпіричний матеріал для аналізу цього феномена і отримання самостійних результатів. Для дослідження використаємо схему феноменологічного аналізу (рис. 3.1).

Єдиний цикл дослідження поділяється на такі етапи: *емпіричний* (пізнання з чуттєвого досвіду) фіксація первинних (емпіричних) знань про СМ людини — *феноменологічний*; їх розділення — *теоретичний* і підтвердження правомірності узагальнення дослідної експериментальної діяльності.

На рис. 3.1 ці етапи взаємозалежні. Спершу здійснюється відбір з дійсності та збагачення теоретичної діяльності емпіричним (феноменологічним) матеріалом про СМ людини. Теоретична діяльність залежить від наявності й особливостей наданого матеріалу. Процедура ро-

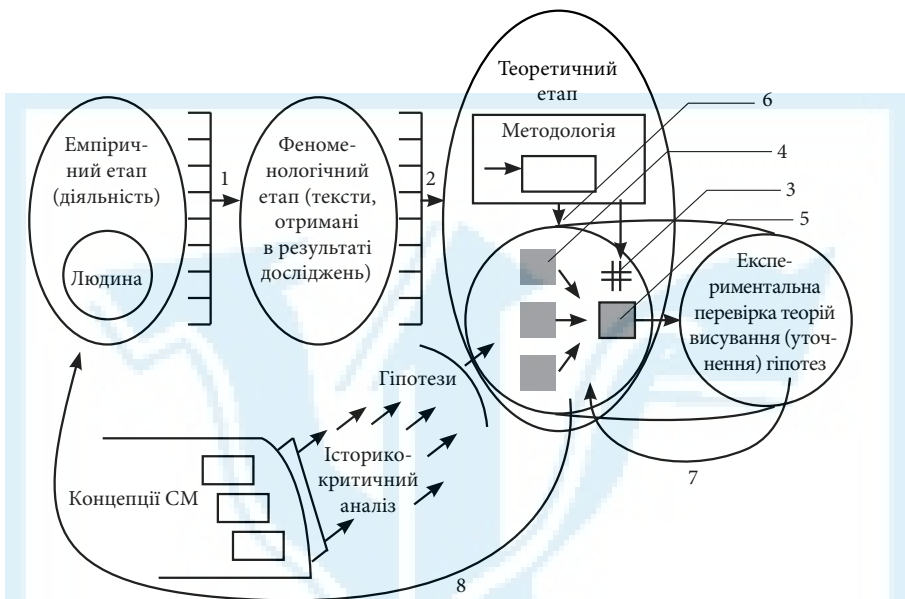


Рис. 3.1. Зміст і порядок дослідження феномена людини:

1 — вивчення людини як біологічної системи; 2 — вивчення текстів; 3 — пропозиція методологічним забезпеченням форма; 4 — зміст текстів (морфологія); 5 — поєднання форми і змісту; 6 — методологічне забезпечення теоретичної діяльності; 7 — повернення гіпотези на уточнення; 8 — надходження обґрунтованих рекомендацій у практику

боти на теоретичному етапі передбачає порівняння емпіричних знань зі змістом історико-критичного аналізу і висунутих гіпотез. Результатом теоретичного етапу є теоретична схема, що має свою форму (символічну конструкцію) і зміст (охоплювані в ідентифікації об'єктивні події, дослідженість процесів). У разі підтвердження теоретичного змісту, зокрема гіпотези, феноменологічний матеріал перетворюється на факт. Природно, фактор не можна назвати феноменальним матеріалом безвідносно до теорії СМ. Такої теорії поки немає.

Факт може виникнути на матеріалі або наявних емпіричних знань, або знань, які виникають в експерименті. Якщо у разі зіставлення феноменального та експериментального матеріалів визначається розбіжність, це стає умовою активного перетворення, зокрема доробки теорії. Результати у вигляді готових рекомендацій надходять у практику.

### 3.1.2. Сутність людини та її місце у світі

Питання сутності людини та її місця у світі досліджує філософська антропологія. Усі філософські школи, вчення давнього Сходу і Заходу, не кажучи про сучасні, намагалися піднятися до рівня повноти обґрунтування походження людини, змісту її існування тощо. У ХХ ст. перед філософією як формою суспільної свідомості, системою найзагальніших понять про світ і місце людини в ньому було поставлено завдання розроблення єдиної систематичної теорії людини, яке знову виявилось нездійсненним.

Постановка завдання обґрунтовувалася:

1) виникненням ситуації «людської кризи». З'явилось усвідомлення, що людина з, одного боку, не є вінцем еволюції, хазяїном у Всесвіті, а з іншого — вона і не гідна такої оцінки, породивши демонічні сили злості й ненависті, спрямовуючи плоди своєї праці на самознищення. Для людства реальністю стала проблема свого кінця;

2) неготовністю сучасної науки дати обґрунтовану теорію людини.

У вітчизняній філософії відкидався антропологізм як філософська концепція, де людина розглядалася як основна світоглядна категорія. У науці панував «безсуб'єктний» підхід — матеріал без людини; пізнання, діяльність, спілкування без суб'єкта.

Ця «прірва», що глибочіє перед людством, і спричинила загострений інтерес до людини, антропологічний поворот у філософії в цілому [3]. Філософська антропологія намагається стати сьогодні новою наукою про людину, пояснити таємниці людського буття, показати необхідність антропологічного обґрунтування проєктів розвитку людської цивілізації, тому що картина світу без цього втрачає внутрішній зміст.

**Концепції походження людини.** Виникнення життя, людини на Землі нас цікавить у плані обґрунтування концепції самоуправління. Чи повинна і чи може людина, з'явившись на цій планеті за задумом природи, вищих сил, інопланетян або когось іншого, управляти собою в процесі життєдіяльності (коли реалізує власні потреби) і діяльності (виконуючи норми соціуму)?

Концепції походження людини в процесі історичного розвитку виникало багато. Існує спектр гіпотез, які пояснюють генезис (походження, становлення) людини. Основними з них є:

1) походження людини від «безволосої мавпи», яка вела водний спосіб життя, тобто завдяки життю у воді (гіпотеза шведського дослідника Я. Ліндблада);

2) виникнення сучасної людини у зв'язку зі спалахом близької надвової зірки і наступною мутацією в клітках мозку гомінід, спричиною її жорстким випромінюванням, або інверсіями геомагнітного поля (зміна магнітних полюсів);

3) збільшення маси мозку гомінід, пов'язане з його адаптацією до екстремального теплового стресу. Половання, яким займалися ці істоти (пралюди), вимагало багатогодинних фізичних навантажень у тропічній савані й мало спричинити наступний сильний тепловий стрес, що загрожував розладом діяльності нейронів кори головного мозку, чутливих до підвищених температур. Наявність у приматів механізмів адаптації зумовила створення додаткових нейронів кори і збільшення кількості зв'язків між ними.

Сьогодні існують й інші концепції походження людини, її природи, ролі та місця в процесах життя на Землі, які можна об'єднати в чотири групи [9]:

- природу людини не можна «охопити» раціонально, тому що вона є недосяжною для людської свідомості;
- людина — помилка, глухий кут у розвитку природи, патологічне відхилення у матерії, яка постійно еволюціонує;
- людина — носій соціальної форми руху матерії, тобто є звичайним явищем, що може стати основою для становлення постсоціальної форми руху матерії;
- людина — вища форма розвитку матеріального світу завдяки своїй соціально-діяльній сутності.

**Космопланетарна концепція.** Твердить, що земне життя існує завдяки дії космопланетарних механізмів, а людина має космогалактичний код — потенційний зародок, закладений у структурі Всесвіту, що народжується. Ця думка узгоджується з парадигмою самоорганізації світу і покладена в основу «поля свідомості», існування свідомості та розуму, пам'яті й уяви, творчої діяльності людини [31]. Відповідно до неї форма життя, складовою якої є людина, має космопланетарну природу. Єдність порядку і хаосу пояснює походження життя, специфіку автоматичного регулювання біосфери. У процесі виникнення земного життя основну роль відіграли системи, які самоорганізуються, і реалізація принципів відбору на шляху тривалої еволюції. Природа «винайшла» не тільки



принцип програмного регулювання за розімкнутим циклом, а й принцип автоматичного управління в замкнутому циклі зі зворотним зв'язком у живих системах.

**Квантово-хвильова концепція.** Якщо ультрафіолетові та інфрачервоні промені Сонця впливають на хімічні процеси біосфери, то хімічна енергія виникає з енергії сонячних променів завдяки живим організмам, які виступають перетворювачами енергії. У цьому підході увага акцентується на квантово-хвильовому характері психіки та єдності природи (біосфери) і людини.

Отже, прийнявши цю концепцію, ми повинні виходити з того, що носієм інформації, яка надходить у біосистему людини, можуть бути біофотони. Виявлено феномен міжклітинних дистанційних взаємодій, що свідчить про універсальний характер цього виду зв'язку з використанням електромагнітного каналу передавання інформації в живих об'єктах. Жива система передає в середовище характеристики своєї організації та цілеспрямовано сприймає інформацію, необхідну для її існування [15].

Людина за результатами досліджень [32] має корпускулярно-хвильову природу. Експерименти свідчать, що навколо людини (біологічного об'єкта) внаслідок її життєдіяльності утворюється складна картина фізичних полів, які несуть інформацію її біосистемі. Виявлено такі типи полів: [15, 17]:

- теплове випромінювання в інфрачервоному діапазоні хвиль;
- радіотеплове випромінювання, що несе інформацію про температуру і тимчасові ритми внутрішніх органів;
- низькочастотні поля з частотами від 0 до 1000 Гц, які значно екрануються тканинами тіла — поля частот діяльності мозку;
- акустичні сигнали, які виникають при функціонуванні внутрішніх органів, м'язів тощо;
- високочастотні акустичні сигнали шумового характеру, можливі джерела яких — молекули і клітини;
- сигнали біолоюмінесценції в ближньому інфрачервоному й ультрафіолетовому діапазонах оптичного спектра хвиль, зумовлені біохімічними реакціями в організмі;
- зміни складу і характеристик навколишнього середовища людини, що виникають за обміну речовин між середовищем та її організмом

Ці поля не є стаціонарними і швидко змінюються в часі залежно від психофізіологічних станів людини. Отже, в СМ, особливо у само-

регуляції організму, варто враховувати корпускулярно-хвильову природу, тобто людина має атомно-молекулярну структуру та польові компоненти.

Дослідження В. Казначеева [21] дають змогу висвітлити загадкову специфіку живого, пов'язану насамперед із квантовими процесами в біосистемах. Саме на основі кодування інформації квантами здійснюються ріст і функціонування організму, його зв'язок з іншими організмами. Психолого-ботанічні експерименти, що досліджують квантовий зв'язок «людина — рослина», свідчать на користь цієї субмолекулярної гіпотези матеріальної основи психіки. Для мозку людини характерні квантово-механічні явища. Завдяки хвильовим процесам мозку людина взаємодіє з рослинами і взагалі з будь-якими біосистемами на відстані.

Один з феноменів людини — мислення. Образне й особливо вербальне мислення людини є продуктом трудової діяльності та накопиченого досвіду, регулює колективну й індивідуальну діяльність, забезпечує відповідну організацію простору — організацію інформаційного середовища. Цей простір формується в комунікації людей між собою і з природою, у тому числі з біосферою, еволюція якої містить у «знятому» вигляді еволюцію Космосу. Подібну організацію має і внутрішнє середовище — людський організм, що є складною польовою системою, де основну роль відіграють кванти електромагнітного поля, або біофотони. Ця система є рухливою, стійко нерівноважною, причому її структура не входить до активної сфери свідомості людини [15].

**Філософсько-антропологічна концепція.** Сучасна філософська антропологія прагне досліджувати людини на основі сполучення природознавства і суспільствознавства. Вихідним пунктом вважається програма філософського пізнання людини в повноті її буття, розроблена німецьким філософом М. Шелером. Він висуває такі тези [15]:

1) принципово неможливо дати дефініцію поняття «людина», тому що такого роду визначення означає заперечення її свободи і різноманіття;

2) людина розглядається як мікрокосм, що дає змогу з тих самих категорій створювати систему світобудови і вчення про неї.

Основна мета висунутої М. Шелером програми — перетворити філософську антропологію на цілісне вчення про людину. Представник філософської антропології ХХ ст., він класифікував основні ідеї щодо походження людини (табл. 3.1).

## Концепції людини за М. Шелером

Зміст ідеї	Висновки, які обґрунтовують концепцію самоуправління
Заснована на релігійній вірі у світ, на створенні людини Богом (Старий завіт)	Людина повинна управляти собою в межах чітко визначених норм (заповідей)
Людина наділена божественним началом (розумом), що дає їй змогу пізнати життя, його ідеальний зміст. Розум відрізняє її від тварин ( <i>Анакагор, Платон, Аристотель</i> )	У людини є розум, що дає їй змогу пізнати світ, Бога, саму себе
Людина — лише особливий вид тварин, її поведінка визначається потягом, а не розумом ( <i>Ламарк, Дарвін</i> )	У людини крім свідомості є несвідоме, яке багато в чому визначає її поведінку
Людина — це глухий життя взагалі, вона здатна лише до розвитку порожніх сурогатів (мова, знаряддя тощо). Вона створила державу, право, виробництва через біологічну слабкість ( <i>Лессінг, Больк</i> )	Людина мислить лише тому, що в неї «не працюють» інстинкти, як у тварин
Людина є таємницею для себе, вона відповідає світу в цілому. Людина не збігається цілком зі своєю сутністю, у неї заздалегідь немає здібностей до пізнання себе, вона не зв'язана законами, може опуститися до становища тварини і піднятися на вершину духовності, у ній закладено зерна для будь-якої діяльності та способу життя ( <i>Ніцше, Гартман</i> )	Людина може бути майстром, будівельником самої себе

На сьогодні немає достатніх обґрунтувань стверджувати, чи було життя занесене на Землю або виникло саме тут. Наука констатує, що людина народжується:

- зовсім неготовою до життя порівняно з тваринами (для готовності вона повинна бути в утробі матері 21 місяць);
- з готовністю програмуватися соціумом, що і відбувається, як правило, до 5–7 років.

Якщо дитина до цього віку жила серед тварин, то сучасній науці невідомі факти перетворення її на в людину. Неготовність дитини до життя призводить до того, що вона як би народжується, поки живе. Е. Фромм (1900–1980) вважав, що людина остаточно народжується до моменту смерті, а деякі вмирають, так і не встигнувши народитися (стати людиною). Наведені ідеї існують одночасно, впливаючи на вивчення і розуміння людини.

На думку Ф. Ніцше, людина — істота штучна, вона сама себе народжує, створює, діє на основі культури, створеної до неї. У своїй життєдіяльності та діяльності людина постійно контролює себе, звіряє свою поведінку зі зразками (нормами) культури. Поки людина нічого не зробила із себе самої, вона мало що може зробити в навколишньому світі. На переконання вченого людина у масі, у юрбі — це супершимпанзе, яке є розумнішим, хитрішим і спритнішим, ніж проста тварина [36]. Наступне ХХ століття — «століття юрб», «народних мас» — багато в чому підтвердило правоту ідей Ф. Ніцше.

З позицій філософської антропології можна вважати, що [36]:

- причина й основа появи людини дотепер залишається незрозумілою;
- вивчення походження людини як окремого індивіда та людського роду в цілому триває;
- можливо, еволюція людини, в якій поєдналися сили матерії і духу, триває, і ми стоїмо на порозі виникнення принципово нового виду людини.

Мабуть, через нерозуміння своєї природи та сутності самого життя багатьох людей приваблює вчення Г. Гурджієва (1877–1949), оскільки спостерігається черговий сплеск публікацій його праць.

**Сутність людини за Г. Гурджієвим** [11]. Автор доктрини «загальної підтримки» Г. Гурджієв ще 100 років тому намагався запропонувати сучасникам нове розуміння «Людини, Всесвіту і Бога», набагато адекватніше, ніж пропоновані сьогодні наукою і більшістю релігій. (У цьому підрозділі викладено тільки сутність вчення, а більш розгорнуте трактування перенесено в Додаток 2.)

Нині багато людей повторно звертаються до вчення Г. Гурджієва переважно тому, що усвідомлюють неадекватність інших систем або ідей, а також тому, що їх не влаштовує їхнє життя. Вони охоче приймають деякі основні положення, у тому числі ті, що людина «спить», що вона не знає себе, не має свого «Я» і «волі». Незважаючи на те, що багато ідей Г. Гурджієва не збігаються з офіційною наукою, люди намагаються зрозуміти його вчення.

Г. Гурджієв вважав, що хоча багато вчених впритул підійшли до розуміння проблеми людини, але не усвідомили усієї важливості цього. Звичайний стан людини піддається змінам, і вона здатна пам'ятати себе, якщо довго намагається це робити. Для цього потрібні не день і не місяць. Необхідне тривале вивчення себе, оскільки ми себе не пам'ятаємо; не усвідомлюємо себе з причини багатьох функцій, властивих нашій «людській

машині», що вимагає виправлення і налагодження. Коли більшість з цих функцій налагоджені (у нашому розумінні звичайні функції управління біосистемою), періоди самоусвідомлення почнуть дедалі збільшуватися, і якщо вони стануть досить тривалими, то ми знайдемо дві нові функції. Разом із самосвідомістю, що є третім станом свідомості, ми отримуємо вищу емоційну функцію, що має місце на звичайному рівні. Коли набуваємо стану «об'єктивної свідомості», отримуємо іншу — розумову функцію. Феномени людини стосуються саме цих двох функцій. Проте Г. Гурджиев вважав, що експериментальна перевірка неможлива, оскільки справа не в самому експерименті, а в зміні стану свідомості людини.

Коли людина намагається, наприклад, утримати сказане в умі та спостерігати за собою, то дійде цілком певного висновку, що в стані свідомості, в якому вона перебуває, фактично спить і лише уявляє, що не спить. Тому, коли людина починає вчитися, це означає тільки одне — вона намагається пробудитися. І часом пробуджується на мить, щоб потім знову зануритися в сон. Стан її буття такий, що насправді вона спить. Людина здатна прокинутися, якщо виправить багато чого у своїй людській «машині» й буде наполегливою у своїх зусиллях.

Коли йдеться про людину, то мають на увазі її у звичайному стані, що є своєрідною в'язницею, з якої неможливо врятуватися. Багато законів перешкоджають цьому. Бажання врятуватися не є інстинктивним, але робота організму повинна поєднуватися з інтелектуальним та емоційним функціонуванням людської машини. Це без достатнього самоспостереження важко зрозуміти. В'язниця — це лише приклад. Для нас в'язниця — це наш сон, і якщо людина бажає прокинутися, то повинна зрозуміти, що спить. Саме розуміння має відбутися на емоційному рівні, що досягається спостереженням за собою в різних умовах. Необхідно спостерігати речі такими, якими вони є, і намагатися класифікувати їх за інтелектуальними, емоційними, інстинктивними і руховими функціями. Кожна ця функція має власний центр або розум, за допомогою якого вона і виявляє себе.

Відповідно до рівня розвитку функцій, станів свідомості та з погляду можливої еволюції людину можна віднести до однієї із семи категорій:

- 1) ті, у кого домінує інстинктивна або рухова функції;
- 2) з домінуванням емоційної функції;
- 3) з переважанням інтелектуальної функції. Народжуються люди виявляють перших трьох категорій;
- 4) відрізняються початком внутрішніх змін переважно у свідомості, але також в рівні знань і здатності до спостереження;

5) мають розвинений третій рівень свідомості (самосвідомість), задіяна вища емоційна функція;

6) людина шостого типу (докладніше характеристики цієї категорії розглянуто у Додатку 2);

7) мають повну об'єктивну свідомість, в якій задіяна вища інтелектуальна функція.

Людина першої, другої та третьої категорій до того, як почала вивчати себе у межах деякої системи, що дає їй можливість самопізнання, усе своє життя проводить уві сні. Їй тільки здається, що вона не спить, а насправді вона ніколи не пробуджувалася або випадково пробуджувалася на якусь мить, озиралася навколо і знову впадала у сплячку. Це і є першою особливістю людини цих категорій. Другою характерною рисою є те, що, хоча людина має різні «Я», деякі з них навіть не знайомі між собою. З одного боку така людина може мати певні схильності, переконання або погляди, а з іншого — зовсім інші переконання, погляди, симпатії та антипатії, і жодне з «Я» не підозрює про існування іншого. Люди внутрішньо значно розділені, але вони не знають цього і не можуть знати, оскільки кожне з «Я» знайоме лише з певним колом інших «Я» (з якими воно вступає у відносини), а інші залишаються йому невідомими. «Я» розподіляються відповідно до їх функцій: існують інтелектуальні, емоційні, інстинктивні та рухові. Своє коло спілкування вони якось знають, але що діється за його межами, їм не відомо. Поки людина не починає вивчати саму себе, озброївшись знанням подібного поділу, вона ніколи не зуміє правильно зрозуміти свої функції або реакції.

Цей сон людини, відсутність єдності, цілісності в ньому зумовлюють іншу особливість у її поведінці — повну машинальність дій, автоматизм. У такому стані людина (перших трьох категорій) видається машиною, керованою зовнішніми впливами. Вона не здатна протидіяти зовнішнім впливам, розрізняти їх, вивчати себе поза ними. Вона бачить себе завжди в русі, і в неї створюється стійка ілюзія того, що вона вільна йти, куди схоче, рухатися за власним бажанням. Але вона не може робити цього, тому що «воля» виявляється перекручено усвідомленим уявленням, її як такої у людини не існує. Її може мати лише людина, яка володіє контролюючим «Я», але поки є багато різних «Я» (які не знають один одного), кожне «Я» має власну волю і не визнає іншого «Я» або його волю. Людина може досягти стану, де вона знайде контролююче «Я» і волю за допомогою розвитку свідомості.

Вивчаючи сутність людини, сукупність всіх сторін і зв'язків (законів), властивих їй у цьому світі, варто враховувати, що ця сутність прихована під покривом явищ, які можуть неправильно, перекручено передавати її. Тому потрібно від явища, що лежить на поверхні предмета, йти до його сутності, від сутності першого порядку — до сутності другого. На наш погляд, найглибше висвітлюється сутність людини з позицій психологічної антропології, що розглядає феномен людини як природне явище у суспільній формі життя та як душевну і духовну реальність.

### 3.1.3. Феномен місця і ролі людини у світі

**Феномени прояву людини.** Існують різні характеристики феномена людини, що могли б сформувати модель її життєдіяльності та діяльності. Ті, що найбільше відповідають предмету СМ, наведено в табл. 3.2

Таблиця 3.2

#### Результати аналізу характеристики феномена людини (моделей людини)

Назва концептуального положення, автор. Сутність концепції	Вплив на СМ
1	2
<i>Людина без властивостей</i> — індивід з почуттям можливостей (Р. Музиль). Людина має не «почуття реальності», а «почуття можливості», єдиною «властивістю» (внутрішньою константою) якого є мінливість. З етичної точки зору людина — це щось майже безформне, несподівано пластичне, на все здатне. Добро і зло коливаються в ньому, як стрілки чутливих ваг	Від людини залежить, якою вона стане — одномірною або багатомірною в умовах постіндустріальної цивілізації
<i>Людина не «чиста дошка».</i> Із самого народження розвиток людини зумовлений складними записами генетичного коду (додає індивідуальну своєрідність) і культурним кодом. Людина та її свідомість — результат тривалого процесу взаємодії космобіологічної та соціальної еволюції	Свідомість працює не за правилами аристотелівської логіки, воно принципово некомп'ютеризоване
<i>Людина винахідлива</i> (Г. Р. Тейлор). Сучасний стан людства — результат інноваційної, винахідницької діяльності творчої людини протягом всієї історії суспільства. З десятків мільярдів людей, які жили і живуть нині, тільки кілька тисяч були творчими геніями, здатними винайти щось нове і корисне. Їхня діяльність обумовила зміну чисельності та розподіл населення планети, внесла найбільші зміни в локалізацію політичної влади, створила нові класові системи, трансформувала виховання й освіту тощо.	Хто ці винахідники? Які мотиви рухали ними? Що додавало їм сміливість? Як вони могли зробити те, що не змогли зробити інші?

Закінчення табл. 3.2

1	2
<p><i>Людина — мікросмос суспільства</i> (М. Степаняц ). Людина відтворює в стислому вигляді світ суспільства. У межах соціального механізму формування цілісної людини в умовах становлення гуманного, демократичного суспільства: 1) суспільство утворює особистісні відносини, а той хто стає універсальною особистістю, водночас створює відносини цього суспільства; 2) людина починає виявляти свої раніше нерозкриті потенції, прагне вдосконалення. Інтегральна людина спрямована на встановлення гармонії з природним і соціальним світом</p>	<p>Механізм полягає у взаємопроникненні, взаємоперетворенні суспільства й особистості, індивідуального «мікросмосу, що відтворює потенційне багатство соціального світу</p>
<p><i>Інтегральна людина</i> (філософія антропології М. Еліаде ). Людина інтерпретується подвійно: 1) як архаїчний тип, що шукає якогось відношення до трансцендентного; 2) як сучасний тип, що світськи сприймає зразки американської технократії, відкидає сакральне, надприродне на шляху до свободи. Людина конструює науковий світогляд, організований на основі концепції лінійного часу і широко зрозумілого історизму</p>	<p>Усвідомлюється значущість культурної спадщини людства. Тимчасові цикли виконують важливу функцію.</p>
<p><i>Некартезіанська модель людини</i> (картезіанський — вихідний пункт самодостатність свідомості, дуалізм тіла і душі) (Ф. Капра, А. Еддінгтона, С. Сірага та ін.). Заснована на цілісному зв'язку людини і світу. У формуванні нового образу використовуються принципи квантової фізики, голографії, синергетики тощо. Світ описується квантовою теорією (в основі — принцип невизначеності В. Гейзенберга), людина має корпускулярно-хвильовий дуалізм. Всесвіт — система, де людина є інтегральним компонентом. І якщо від «хвиль» і «квантів» природи ми рухаємося до «спостерігача» і його «свідомості», тоді фізика стає галуззю психології</p>	<p>На відміну від звичного декартовського образу людини некартезіанський образ корпускулярно-хвильової природи не можна застосувати у традиційній психології</p>
<p><i>Концепція людини Веданте</i> (спирається на заключні частини вед). Людина — духовна істота, результат еманції Бога. Згідно з Веданте все повинно розглядатися як прояв сутності Бога, а людина виступає вищим вираженням божественної сутності, тобто як абсолют. Органічно вписана ідея про переселення душ. Версію людини визначають чотири основні категорії: дхарма як набір норм і правил; карма як приречення, доля; майя — ілюзія реального буття і причинності; атман — особистість, але не як індивідуальне «Я», а як частина космічного розуму, духовного абсолюту</p>	<p>Мислення, ідентифікуючи людину з Богом, робить її рівною Богу. Діяльність людини, визначена моральним законом дхарми, що пропонує суворе дотримання етичних правил поведінки в суспільстві</p>

**Феномен множинності «Я»** — існування в одному тілі безлічі «Я», що має цілком визначену емпіричну обґрунтованість у сучасних вчених [8]. Багато гіпнологів демонструють це практично [17, 48, 49]. Відповідно до концепції американського вченого Р. Мак-Ліна мозок людини складається з трьох основних еволюційних формацій, які відображають послідовно



зв'язок із плазунами, давніми і пізніми ссавцями і різняться структурою і хімічним складом. Це означає, що поведінкові та психологічні функції людини контролюються трьома різними ментальностями: свідомість як би розщеплена на три відносно незалежні свідомості. Наймолодша пов'язана з даром мови, інші є «німими». Феномен персональної множинності спостерігається під час сеансів, коли, наприклад, напівписьменна дівчина-медіум викладає «світову систему», відому лише вузькому колу фахівців. Аналізуючи ці феномени, К. Юнг висунув ідею про наявність у несвідомому всіх людей якихось вічних праформ (архетипів), що виходять на поверхню свідомості в стані трансу, екстазу, видіннях тощо [52].

**Феномен надможливостей людини.** Як відомо, людина має закладені природою можливості, що можуть служити їй джерелом у розвитку різних якостей, характеристик, використання яких дає змогу ефективно вирішувати життєві проблеми. За необхідності та належної наполегливості в саморозвитку можна стати фізично міцними, інтелектуально розвиненими тощо. В даному разі йдеться про використання прихованих можливостей людини, які виявляються в екстремальних ситуаціях, наприклад у надзвичайних обставинах, небезпечних для життя. Хтось перестрибнув рів, хтось злякав хижака, розв'язав задачу на іспиті тощо.

Люди завжди шукали можливості навчитися умінню довільно використовувати власні здібності, у будь-який момент мобілізувати надможливості й вирішувати надзадачі. Людина, навчена технік самоуправління (пов'язані зі зміненими станами свідомості), може підвищувати свої звичайні можливості в два-три рази і більше [18].

Щоправда, оволодіння цими техніками вимагає невпинних тренувань, але за належного бажання і наполегливості в саморозвитку людина досягає поставленої мети. В основі вияву цих можливостей — особливі стани свідомості. Завдяки одному з методів самоуправління, який називають СК (стан Кандиби), можна свідомо використовувати свої психофізіологічні можливості. Це домінантно змінений стан психофізіології, енергетичної та інформаційної систем організму, що працює в режимі кодованої керованості й чутливості [17].

Феноменальними проявами людських можливостей, які сучасна наука майже не в змозі пояснити, є: телекінез (здатність чинити психокінетичні впливи на фізичні об'єкти), телепортація (переміщення тіла в просторі), телепатія (передання інформації від однієї людини до іншої на великій відстані без використання апаратури), ясновидіння (передбачення людиною події або властивостей якогось предмета без участі іншої особи).

**Феномен системи управління в суспільстві.** Раніше (до формування синергетичної парадигми розвитку світу і людини) уявлення про суспільство як лінійну систему і методи лінійного управління нею сприяли виникненню нуль-мірного та одномірного суспільства і людини. Одним з методів лінійного, найчастіше силового управління поведінкою індивіда, перетворення його на нуль-мірну істоту, на «ніщо» є ізоляція його від повсякденного життя і ув'язнення з монотонним порядком, що пригнічує людську душу. Але людина ця представляє не тільки себе саму. Вона одночасно є і останньою ланкою історичного розвитку. У ній відображено останню можливість історії. Людина не може «знайти» себе тому, що суспільство своїми методами лінійного управління придушило хаотичну складову її природи і перетворило просто на «номер», не здатний до реалізації хоч якихось своїх потенцій.

Лінійне управління соціальною системою породжує одномірних індивідів, орієнтованих на ідеали індивідуалізму і споживання. Вони досить близькі до нуль-мірної людини, тому що перебувають на рівні «безформності, аморфності міщанського побуту, що не дійшов до буття».

Парадокс взаємного переплетення прагнення свободи і водночас безпеки та комфорту, який фіксується на практиці, фактично відображає природу людини. Результат взаємодії та взаємопроникнення хаосу і порядку породжує парадокс екзистенції. Завдяки творчому хаосу порядок не перетворюється на щось повністю завершене, застигле. Хаос становить основу розвитку людини та її навколишнього світу. Відповідно до фундаментального закону пульсації світового буття провідним фактором розвитку є хаос, що руйнує один порядок і породжує інший. Без насиченого світовідчуття відкриття внутрішніх можливостей неможливе. Людина ненавидить рабство оскільки воно означає внутрішній застій. Багатство світовідчуття дає змогу індивідові усвідомити свої потенціальні можливості та реалізувати їх у житті.

**Феномен прагнення людини до чогось непізнаного,** що виявляється в елементі естетичного, властивого *Homo sapiens* як виду. У цьому плані становить інтерес зв'язок між мозком і творами мистецтва. Системи людського мозку спонукають людину дивитися і слухати, уявляти, діяти, насолоджуватися мистецтвом. Саме ці форми активності виявляються, коли код мистецтва (частково вроджений, а частково зумовлений культурою, що є породженням діяльності) відповідає мовам мозку людини. Творчість та естетична насолода — важливі риси прояву людського життя. Така активність поглинає людину, її мозок діє інтенсивніше, ніж у звичайній діяльності. Сприйняття творів мистецтва ґрунтується не лише на доборі інформації, що постачається органами чуттів. У цьому

разі перцептивна активність мозку пов'язана з конструюванням образів, оскільки твори мистецтв — символи творчої діяльності. Оперуючи символами, людина одержує ключ до розуміння творів мистецтва, що є символами, вираженими словами, картиною або звуками музики і певним способом пов'язані з кодом символіки людського мозку. Реакції людини на твори мистецтва передбачають знання коду, яким користується художник. У цьому разі код і символіка майстра повинні кореспондуватися з тим, що відбувається в мозку реципієнта, через їхній зв'язок із програмами мозку, нерозривно пов'язаними з емоційними потребами.

Щодо проблеми виникнення біологічних засад естетичних емоцій виявлено щонайменше три важливі причини того, що розвиток цих емоцій міг бути залучений природним добром ще в наших предків [49]:

- загальні естетичні емоції об'єднують колектив і тим самим сприяють його виживанню серед ворожої природи та інших співтовариств;
- художня сприйнятливість дає змогу пізнавати світ експрес-методом, причому емоційно насиченим.
- художня сприйнятливість допомагає емоційно посилено сприймати уречевлено добро і зло й у такий спосіб у своєму еволюційно-генетичному розвитку вона нерозривно переплітається з еволюційно-генетичним розвитком взаємного альтруїзму.

**Усвідомлення місця і ролі людини у світі.** Аналіз результатів моделей людини у світі (табл. 3.3 і Додаток 1) свідчить, що на сьогодні є безліч вимірів індивіда: космічний, фізичний, біологічний, соціальний, психічний і культурний. Людина — історична істота, в процесі творчої діяльності вона перетворює природу, суспільство і саму себе, розвиваючи свої фізичні та духовні потенції. Людина — носій та організатор відносин у суспільстві. Суспільство визначає способи її існування і діяльності, окреслює контури буття. Людина є ядром суспільно-історичного процесу, а всі соціальні відносини, що утворюють у сукупності мережу соціальних зв'язків, — людські відносини. Багатогранність людини виявляється у:

- у діях, зумовлених різнорідними і різноманітними матеріальними та духовними мотивами;
- у діяльності, яка здійснюється на свідомому і несвідомому рівнях;
- у пізнавальних, емоційних і вольових системах, які ефективно функціонують;
- у житті, яке одночасно відбувається в зовнішньому і внутрішньому світах;
- в унікальності своєї особистості.

Таблиця 3.3

## Аналіз концептуальних положень ролі та місця людини в соціумі

Назва і сутність концепції	Вплив на СМ
1	2
<p><b>Гегелівське розуміння людини.</b> Індивід розглядається як самовідчуження світового духу. Звідси випливають такі твердження:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• моральність збігається із загальною розумною волею і зумовлює різні види відносин;</li> <li>• розвиток свідомості та самосвідомості є самозаглибленням духу;</li> <li>• всесвітня історія є досягненням прогресу у сфері свідомості та пошуку свободи особистості у сфері самопізнання</li> </ul>	<p>Проблема людини є проблемою феноменології самосвідомості. Людина і самосвідомість стають рівнозначними</p>
<p><b>Кантівське уявлення людини.</b> Людина — частина природи, що має матеріальні та духовні якості. Virізніають такі моменти в людині:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• у процесі індивідуального розвитку вона стає особистістю;</li> <li>• задатки її особистості як істоти розумної доступні для усвідомлення;</li> <li>• найважливішим об'єктом пізнання є ціль і самоціль, особистість має статус самоцінності;</li> <li>• індивід має уроджену схильність до зла, але можливий прогрес у встановленні добропорядних відносин між людьми (відомий кантівський категоричний імператив)</li> </ul>	<p>Людина — передусім моральна істота, її увага повинна зосереджуватися на моральній детермінації своєї поведінки</p>
<p><b>Операціональна біхевіористська модель людини</b> (Б. Ф. Скіннер). Викладається система «поведінкової інженерії», покликана контролювати поведінку кожної людини й у разі потреби модифікувати її, щоб знищити війни, насильство, забобони та інші соціальні вади. Ігноруються закони психічного розвитку, а діяльність людини зводиться до реакції на нагороду і покарання. Вважається, що будь-яка поведінка зумовлена зовнішнім середовищем, що винагороджує або карає поведінкові реакції індивіда.</p> <p>Існує тільки поведінка, а сприйняття, емоції, пам'ять, воля, свідомість, психіка, мислення, міркування не відіграють значної ролі в діяльності людини</p>	<p>Людина — машина, частина природи. Необхідно «модифікувати поведінку людей». Засоби зміни настрою, поведінки людини або психічного стану — електротерапія, психохірургія, авersiveна терапія, хіміотерапія, системи заохочення — покарання тощо</p>
<p><b>Людина з позицій матеріалістів</b> (Ф. Бекон, Т. Гоббс, Дж. Локк, К. Гельвецій, П. Гольбах, Д. Дідро, Ж. Ламетрі). Людина з'являється не просто як окрема особистість, а як діяльний член суспільства.</p> <p>Суспільство — це гігантський механізм а людина — елемент соціальної системи, природи, тому що природу розуміють механістично</p>	<p>Людина — складна машина, елемент соціального середовища, про неї неможливо скласти уявлення і дати точне визначення</p>

1	2
<p><b>Людина як психофізіологічна істота</b> (Л. Фейербах). У волі, мисленні та почутті закладено вищу, абсолютну сутність людини та мету її існування. Не Бог створив людину, а людина створила Бога. Божественний образ є проекцією людського Духа, чуттєвою стороною екзистенції людини. Людина — нескінченна істота, тотожна Богу</p>	<p>Людина — частина природи, наділена матеріальними і духовними якостями. Це свого роду нова релігія, де «людина людині бог»</p>
<p><b>Екзистенціальне розуміння людини</b> (С. Кьєркегор, К. Ясперс, М. Хайдеггер, А. Камю, Ж. П. Сартр та ін.). Людина є самоцінною і неповторною особистістю. Об'єктом науки (філософії та психології) є суб'єкт — не як продукт соціальних відносин і біологічного розвитку, а неповторна особистість, пізнання якої можливе тільки завдяки інтуїтивному відчуттю. Основні положення:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• психіка, свідомість не можуть бути зведені до фізіологічних механізмів;</li> <li>• дія завжди має значущість, в якій виявляється ставлення людини до навколишнього середовища;</li> <li>• свідомість, яка рефлектує, дає змогу людині протистояти ситуації;</li> <li>• людина не може розглядатися ізольовано від навколишнього світу і перебуває з ним у взаємодії;</li> <li>• цінність людини полягає в її історичній винятковості та незамінності</li> </ul>	<p>Розвиток особистості зумовлений потребою в самоздійсненні і створенні свого феноменального світу. Буття (екзистенція) досягається тільки безпосередньо, а не логічним мисленням. Пізнання себе як «існуючої істоти», незалежного від соціальних умов, дає змогу знайти волю</p>
<p><b>Модель людини за А. Маслоу.</b> Людина — «тварина, яка хоче чогось», але ніколи не досягає задоволення. Людина мотивується через ієрархію потреб (холістико-динамічна теорія). Вищою потребою є самоактуалізація. Основне джерело діяльності — безперервне прагнення людини до самоактуалізації, самовираження, що пов'язане з реалізацією істотних потреб: приносити людям добро; бути таким, яким можеш стати (мусиш виконувати свою місію, використовуючи усі можливості та здібності). Сама природа людини гуманістична за своїм характером. Існують чотири групи потреб: 1) фізіологічні (біологічні); 2) у безпеці; 3) в захисті; 4) в істині, добрі, повазі, справедливості. Вони є сутністю загальної потреби в самоактуалізації. Мають значення особиста свобода й уміння індивіда прогнозувати своє життя, що свідчить про холістичність (цілісність). Визначається наявністю трансцендентної та трансперсональної психології, де увага концентрується на вищих космічних потребах, що мають транслюдський характер</p>	<p>Сфокусовано увагу на потребах здорових людей, на «зростаючій верхівці» популяції. Психологічно здорові індивіди за самореалізації в «пікових переживаннях» мають мотивації вищого порядку, ніж «середня» особистість. Люди мають уроджену ієрархію вищих цінностей і потреб, прагнення до їх здійснення. Повинні вміти задовольнити ці потреби за відповідних умов, «самоактуалізації»</p>

Закінчення табл. 3.3

1	2
<p><i>Модель людини за П. Т. де Шарденом.</i> Відбувається «концентрування свідомості» окремих індивідів у колективно-му розумі — точці Омега. Сенс і цілі людського існування: людина — «вісь і вершина еволюції», розкриває в собі те, що споконвічно властиве всій матерії; це складний мікрокосм, що розгорнувся і містить у собі всі потенції Космосу. Життя і людина — результат спонтанного зародження з передбіологічних органічних, нерозривно пов'язаних з космічними процесами ускладнень матерії. Земне життя — якісно новий прояв цієї загальної тенденції. Життя за своєю природою космічне і нитка його криється в самій тканині універсуму. Людина — стрибок в еволюції земного життя, вінець невпинного еволюційного руху і водночас якийсь початок спрямованої еволюції, що прямує до точки Омега — планетарної свідомості, духовного «яйця світу».</p> <p><i>Антропний космологічний принцип</i> дає можливість цілісного бачення світу і людини як його істотного елемента</p>	<p>Оскільки в людині сконцентровано усе, що ми пізнаємо, це неминуче призведе до виникнення науки про людину. Людина посідає надзвичайне місце у Космосі. Всесвіт еволюціонує не в просторовому, а в психічному напрямі, здійснюється не в космічній експансії, а в межах нашої планети</p>

Розмаїтість проявів людини є наслідком критичного, творчого мислення особи, яка прагне до самореалізації. В економічно розвинутих західних країнах виявляється тенденція до появи індивідів типу «орієнтованого на іншого» [9]. Людина цього типу сприйнятлива до реакцій інших індивідів, прагне встановити з ними відповідні контакти, відгукується на їхні лиха і проблеми. Вона, як правило, зайнята інтелектуальною діяльністю, але на добровільних засадах працює у так званому третьому секторі — школах, лікарнях, коледжах, благодійних товариствах тощо. Фіксується рух від «ділового» суспільства до постділового, коли у системі цінностей інтелектуальних працівників цінності бізнесу є другорядними і можуть навіть сприйматися ними як перешкода для виконання їхньої власної роботи [38]. Виникає проблема збалансування цінностей інтелектуала і традиційних цінностей бізнесу (продуктивності та прибутковості). Така людина прагне розширити свої знання, розвинути здібності та реалізувати свої творчі потенції. Мабуть, не випадково на Заході користуються популярністю добутки Л. Толстого, Ф. Достоєвського й А. Чехова, де дається аналіз багатомірного світу нелінійної людини. Ця проблема ставиться і в Україні, що актуально саме нині.

Аналіз характеристик концептуальних положень про роль і місце людини в соціумі (див. табл. 3.3) свідчить про наявність спектра різних інтерпретацій щодо цього питання. Це помітно вже з різноманіття ви-

значень людини в афористичних виразах [9]: «Людина — поетична тварина» (Аристотель); «Людина — тварина, що сміється» (Ф. Рабле); «Людина — брехлива тварина» (Дж. Кардан); «Людина — трагічна тварина» (А. Шопенгауэр); «Людина — символічна тварина» (Е. Касіреп); «Людина — це тварина, яка створює знаряддя (Б. Франклін).

Людина є суспільною істотою, у неї в згорнутому вигляді відображено суспільство з усіма його можливими станами. Людина — це суспільство в мініатюрі. Природа людини інтегральна, вона має два аспекти — жорстко детермінований і випадково-імовірнісний (упорядкований і спонтанний). Випадкові моменти зумовлені безліччю потенційних можливостей, а тверда детермінація задана генетичним і соціальним кодами, що програмують розвиток і функціонування.

Наприкінці ХХ ст. жодна людина практично не могла прожити своє життя в межах лише власної, суто персональної долі. Більш того, і долі людського роду невіддільні від буття індивіда, тому будь-яка людина повинна співвідносити свої цілі й цінності зі станом і перспективами всього людства. Людство складається з усіх тих, хто жив раніше, живе нині та ще ненароджених людей [34]. Вплив глобальних проблем на долі індивіда стає дедалі загрозливішим і переконливішим, одночасно і поведінка індивіда в умовах нелінійного, складного суспільства з його зоною «мегарисків» здатна впливати на людину [32].

*Екзистенціалістський підхід* (аспекти філософії існування)<sup>1</sup> до особистості людини свідчить [9]:

1) справедливим є твердження, що «мислить людина, а не мозок». Всі хто дотримуються механістичної схеми, «стимул — реакція», зводять людське мислення до фізіологічних механізмів і намагаються віднести до нього всю діяльність. Не заперечується значущість мозку, але не варто ототожнювати психічне і природне;

2) пізнавальну функцію виконує не відчуття, а сприйняття людини;

3) свідомість відображає існуючу реальність і людину, яка рефлектує, віддзеркалюючи сприйняття світу;

4) першорядним є внутрішній світ індивіда; його зв'язок із зовнішнім світом здійснюється через переживання, а людська свідомість є індетермінованою (визнається абсолютна «свобода» волі, тобто заперечується причинна обумовленість);

---

<sup>1</sup> Екзистенціалізм (лат. *existentia* — існування) — філософське вчення, яке заперечує об'єктивність буття, вважає реальними лише існування людини та її почуття. Єдиним способом пізнання визнає інтуїцію.

5) екзистенціальний характер людини виявляється у граничних ситуаціях, які спонукають її до розуміння своєї екзистенції, свого справжнього покликання. Вони дають змогу людині хоча б тимчасово звільнитися від гучної та швидкоплинної суєти буднів, що відволікає її від неї самої. Людина не може бути в абсолютній самотності, вона перебуває в екзистенціальному зв'язку з іншими індивідами, тобто інші сприймаються в якості екзистенціальної самоті (буття «Я»).

Вже від народження кожна людина є частиною якої-небудь спільноти — родини, роду, церкви, держави. У цьому сенсі людина є повністю замінним атомом суспільства. Справжня самотність (самобуття) людини залишається прихованою під покривом цих суто зовнішніх зв'язків буття. Екзистенціальні комунікації означають внутрішній, вільно обраний зв'язок людей, в якому вони відкриваються один одному як самоцінні та неповторні особистості. Екзистенціальний підхід відкидає механістичну концепцію біхевіоризму, фрейдистські твердження про переважання несвідомих тенденцій і потягів і звільняє індивіда з-під влади «ситуаційного поля».

Феномен людини виявляється в її ставленні до часу життя. Існує зв'язок концепції людини з уявленням про час, виробленим у межах західної та східної культурних традицій. На відміну від західної інтерпретації часу як інтервалу природного порядку Всесвіту, у східній традиції час — свідомість самої Природи, що задає ритм всього мислення, циклічний хід що охоплює життя людини, суспільства й еволюцію Космосу. Кожна мить існування і чергового кола життя вимірюється ритмічними коливаннями цього «космічного хронометра».

Зв'язок людини з іншими індивідами та навколишнім світом здійснюється за допомогою біосфери. Людина як біосистема має пам'ять, пов'язану електромагнітним каналом з пам'яттю біосфери. Біосфера за допомогою своїх «сенсорів» постійно «прослуховує», «переглядає» земні глибини і Космос, вловлюючи найменші порушення їх стабільності. Біосфера як єдиний організм виконує свого роду «сенсорно-мозкову діяльність» і має відповідну «пам'ять» або біосферно-екологічну «мову».

Організм людини в її зовнішніх фізичних формах має певну значущість у суспільстві. Тілесний вигляд людини, манера ходити, говорити, вітати тощо свідчать про її статус у суспільстві, який визначається сукупністю зв'язків індивіда всередині своєї соціальної групи і з іншими групами. Ці зв'язки виражають рівень його добробуту і доходів, влади, вид занять і описуються за трьома головними критеріями — багатство, влада, престиж професії.



Живучи у суспільстві, людина повинна постійно відстежувати сприйняття іншими її зовнішнього вигляду, який свідчить про її соціальний статус, що значною мірою визначає успіх. Суспільство надає людині інформацію про те, які саме якості й особливості людського тіла можуть забезпечити їй успіх.

## 3.2. Людина як феноменальна система

### 3.2.1. Поняття «система».

#### Функціональна система людини

Відповідно до зазначеної вище проблеми нас цікавить питання самоуправління людини в процесі життя. Відповідно до поглядів кібернетиків, філософів, теоретиків і практиків людину потрібно досліджувати як систему.

Незважаючи на значне поширення поняття «система», дотепер не існує загальновизнаного її тлумачення. Існують різні визначення (одних з перших авторів теорії систем Л. Берталанфі [4] і С.Біра [5] та ін.), що підтверджують необхідність з метою дослідження розглядати власне систему як феномен, як явище.

**Функціональна система Анохіна.** Для цілей СМ найбільш вдалим є визначення П. Анохіна: «Системою можна назвати тільки такий комплекс вибірково залучених компонентів, у яких взаємодія і взаємовідносини набувають характеру взаємного сприяння компонентів отриманню фіксованого корисного результату» [3]. Це визначення стосувалося функціональної системи, що інтегрує нейрофізіологічні процеси головного мозку в реалізації поведінкового акту людини. Автором було запропоновано схему функціональної системи людини (рис. 3.2).

У процесі аферентного (*afferens* — той, що приносить) синтезу (рис. 3.2) відбувається одночасне оброблення різноманітної інформації, що надходить з навколишнього світу і зберігається в пам'яті. У результаті на підставі того, що було зроблено в минулому із задоволенням, або вирішення саме цієї домінуючої на даний момент потреби приймається рішення про корисний результат у певній ситуації. Формується акцептор результату дії, що зосереджує у собі всі аферентні ознаки кінцевого результату, з приводу якого було прийнято рішення. Акцептор результату дії виконує подвійну

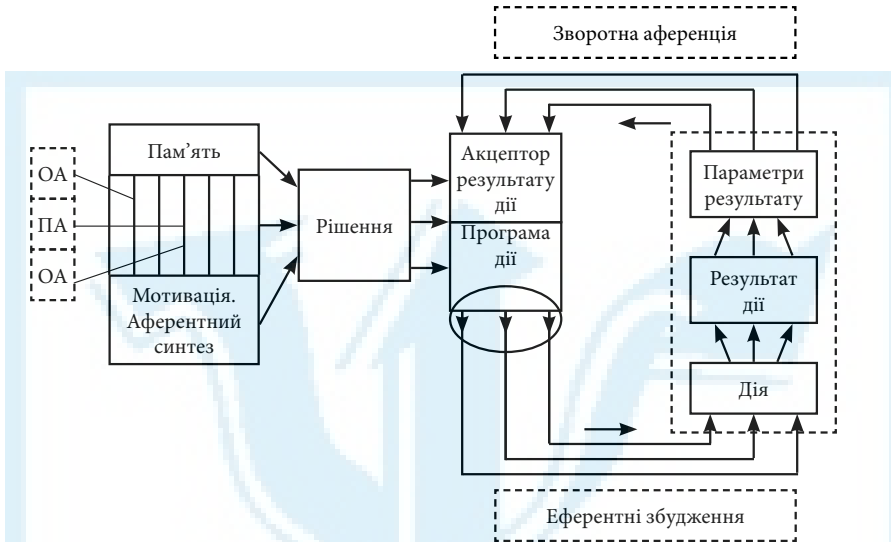


Рис. 3.2. Функціональна система людини (за П. Анохіним):

ОА — обстановочна аференція, ПА — пускова аференція

функцію: по-перше, це нейрофізіологічний апарат прогнозування, сукупного образу, моделі, які, будучи реалізованими, могли б задовольнити цю потребу. По-друге, саме з його допомогою стає можливим порівняння з поточними і підсумковими значеннями дійсно реалізованого результату. Отже, він виконує оцінну функцію, завдяки якій є початковим джерелом поточного регулювання. Через акцептор результатів дії здійснюється «зв'язок» центральної нервової системи з процесом дії. З одного боку, як наслідок аферентного синтезу виробляється необхідний набір еферентних (*efferens* — той, що виносить) порушень, що забезпечує наступну реалізацію необхідних дій, — програма дій. З іншого боку, здійснюється спостереження за фактично реалізованими діями, оцінюється їх достатність з можливим наступним переданням додаткових аферентних сигналів у механізми аферентного синтезу. Отже, стадії діяльнісного акту охоплюють дії центральної нервової системи (стадії рішення й оцінки), а акцептор результатів дії — механізм, який «відділяє» цю стадію від стадії «виконання». Програма дій — це попередньо розроблена в аферентному синтезі разом з моделлю результату система майбутніх мікродій, реалізація якої повинна привести до бажаного результату. Цей

результат — м'язова дія. Програма дій регламентує визначені в просторі й часі дії рухового апарату й органів життєзабезпечення організму. Еферентні збудження відповідно до цієї програми скорочують конкретні групи м'язів у необхідній послідовності. Робота рухового апарата супроводжується відповідними змінами в різних системах життєзабезпечення організму (дихальній, кровообігу тощо). Реалізація програми дії зумовлює доцільну зміну функціональних особливостей людського тіла. Аферентний синтез створює уявлення про майбутній результат та ідеальну модель «виконавчої» системи, що дає змогу цей результат одержати.

Мета полягає у формуванні на рівні нервової системи моделі всіх ознак і властивостей майбутнього корисного результату, у зв'язку з яким і заради якого розвивалися процеси аферентного синтезу [3]. Мета — це варіант задоволення вихідної потреби, обраної з безлічі альтернатив, сформованих на основі спеціальних знань. Потреба є причинним системотвірним фактором, а мета — функціональним фактором. При формуванні мети враховуються компроміси: по-перше, між бажаним і можливим, по-друге, між пропонуваними для використання засобами й умовами, в яких може бути реалізована обрана модель. Перший компроміс — вирішення «проблеми вибору». Вибір відбувається на підставі відомих оцінних критеріїв, які є в пам'яті й забезпечують у виборі якийсь відносний оптимум. Другий компроміс становить сутність проблеми використання можливостей. За різних варіантів вибору засобів визначальними стають умови їх використання як сукупність реальних обмежень. Умови — визначальний фактор у вирішенні першого компромісу.

Отже, модель результату залежить від обраних засобів, а вибір засобів — від здатності користатися ними. Варіант моделі може бути вибраний у межах компромісу між засобами, методами й умовами. Компроміси визначаються емоційно — оцінною діяльністю можливої реалізації певної потреби і минулим досвідом. Мету можна уявити, як сукупне уявлення деякої моделі майбутнього результату, здатного задовольнити вихідну потребу за наявних реальних можливостей, оцінюваних відповідно до результатів минулого досвіду. Мета залежить від потреби і є її прямим наслідком. Проте варто враховувати, що потреби можуть бути соціальними та духовними а отже, осмислена діяльність людини передбачає деяку трансформацію потреби через її усвідомлення.

**Новації системи Анохіна.** Характеризуючи схему П. Анохіна, варто звернути увагу на твердження, які по-новому характеризують функціональну систему людини:

1. Під системою мається на увазі не взагалі сукупність взаємодіючих компонентів (як у П. Бергаланфі [4]), а сукупність (комплекс) вибірково залучених. Отже, елементами системи можуть стати не всі компоненти об'єкта, а спеціально обрані з якоїсь причини. Показано, що в разі прийняття рішення про які-небудь дії в головному мозку відбувається складний процес «вирішення» — аферентний синтез [3]. Ці підходи ми будемо використовувати в наших подальших дослідженнях. На цьому етапі, на думку П. Анохіна, на рівні окремих нейронів відбуваються одночасно оброблення і взаємодія чотирьох основних компонентів: домінуючої на даний момент мотивації, обстановочної аферентації, що відповідають цьому моменту, пускової аферентації та пам'яті [3].

*Домінуюча мотивація* — це бажання, деяка потреба, що відчувається організмом перед початком дії. При цьому вона є не інформацією, що використовується при прийнятті рішення, а умовою існування самого процесу розв'язання і наступного прийняття рішення.

Таким чином, мотивація, що домінує, або потреба, відіграє «зовнішню», імперативну роль стосовно процесу прийняття рішення, причому її перевага є такою, що вона стає причиною всіх майбутніх спонукальних процесів [22].

*Пам'ять* — важливий компонент аферентного синтезу. На стадії аферентного синтезу з пам'яті «витаються» не лише загальні аферентні риси певної зовнішньої ситуації, а й ознаки результатів, які колись досягалися за подібних мотиваційних і емоційних станів [22]. Звернення до пам'яті в процесі «вирішення» дає змогу проаналізувати весь «запас» наявних там даних про ситуації, що виникли. При цьому враховуються оцінні ознаки, що стосуються необхідності реалізації нагальної потреби. Отже, сукупність засобів реалізації подібної потреби, використаних у минулому, за необхідної співвідносності емоційно-оцінних критеріїв їх застосування у цьому минулому важливі при аналізі досвіду, що зберігається в пам'яті. У такий спосіб (нижче це розглядатиметься докладніше) людина сприймає реальність, проєктуючи її через свій досвід, свою психіку.

Проте слід зазначити, що при прийнятті рішень використовується не весь досвід, а лише той, що відповідає потребі в конкретній ситуації. В. Налімов пояснював це тим, що розуміння здійснюється через виникнення фільтра, який звужує зміст у конкретній ситуації [29]. У цьому він бачав неможливість людини розуміти безглузді фрази.

*Обстановочна аференція* — деяка сукупність зовнішніх умов, що впливають на прийняття рішення, тобто для процесу прийняття рішення необхідні інформація про вихідну потребу, навколишню дійсність і пам'ять, уявлення про способи реалізації потреби й умови, за яких ці способи можуть бути реально використані.

*Пускова аференція* — умовний сигнал (пусковий фактор), який означає можливість початку дії.

Таким чином, у процесі аферентного синтезу стає відомо, що потрібно і якими засобами потребу можна задовольнити. За П. Анохіним це відбувається у відділах головного мозку, які суб'єктивно сприймають інформацію, формують зовнішню потребу людини в чомусь та використовують за її реалізації попередній досвід з пам'яті.

2. П. Анохін звертає увагу на те, що в системі взаємовідносини набувають характеру взаємодії компонентів. Взаємодія в її загальному вигляді, не може сформувати систему з безлічі компонентів. А отже, і всі формулювання поняття «система», засновані тільки на «взаємодії» та на «упорядкуванні» компонентів, виявляються самі по собі неспроможними [2].

У його функціональній системі нейрони за певних умов втрачають частину своїх ступенів свободи і, обмеживши їх, формують певні відносини між собою, фокусуючи цим свої функціональні можливості в одну точку. Таким чином, вони взаємодіють цілеспрямовано, обмежуючи ступінь свободи компонентів, маючи на це причину.

3. П. Анохін ввів у визначення поняття «система» «системотвірний фактор» [3]. Поки системологи не визначили точно фактор, який радикально обмежує ступені свободи безлічі компонентів цієї системи, усі розмови про систему та її переваги перед несистемним підходом будуть такими ж безплідними, якою дотепер була в конкретній дослідницькій роботі й сама загальна теорія систем [3].

Зі сказаного можна дійти висновку, що людина є не лише біосоціальною, а й функціональною системою, що реалізує в процесі життєдіяльності певні функції: збирання, збереження, вилучення, оброблення інформації (інформаційна функція); аналіз цієї інформації та прийняття рішення (функція прийняття рішення) тощо. Це і дало підставу класикам кібернетики С. Біру [5], У. Ешбі [51, 52] та іншим порівнювати мозок людини з комп'ютером. Водночас теорія функціональних систем П. Анохіна дає лише одну з позицій для системного підходу до вивчення людини.

### 3.2.2. Рефлексія як феномен, властивий людині

Що ж в принципі відрізняє людину від тварини? Цю відмінність чітко показав П. Тейяр де Шарден, пропонуючи розглянути центральний феномен — рефлексію. Він намагався розкрити сутність парадокса людини і дійшов висновку, що є тільки один спосіб — рішучо усунути із сукупності людських вчинків усі другорядні та двозначні прояви внутрішньої активності й розглянути центральний феномен — рефлексію.

На його думку, рефлексія — це набута свідомістю здатність зосередитися на самому собі й опанувати самого себе як предмет, що має свої специфіку, стійкість і специфічне значення — здатність уже не просто пізнавати, а пізнавати самого себе; не просто знати, а знати, «що знати» [45]. П. Тейяр де Шарден зазначав, що в людині з'явився «живий елемент», який дає змогу усвідомлювати свою організацію, «що істота, яка рефлектує, внаслідок зосередження на самій собі раптово стає здатною розвиватися в новій сфері. Коли в живій істоті інстинкт вперше побачив себе у власному дзеркалі, весь світ піднявся на одну сходинку». У дійсності це виникнення нового світу. Абстракція, логіка, обміркований вибір і вся ця діяльність внутрішнього життя — це не що інше, як порушення знов утвореного центру, що «спалахує» в самому собі [45]. Рефлексія формує особистість, з виникненням якої з'являється здатність «до безтурботної індивідуальної еволюції» і зростає свідомість [45].

Цей погляд поділяють інші вчені [1]:

- «Рефлексія — це спостереження, якому розум піддає свою діяльність і спосіб її прояву, внаслідок чого в розумі виникає ідея цієї діяльності» (*Дж. Локк*);
- «Рефлексія — це не що інше, як увага, спрямована на те, що закладено в нас» (*Г. Лейбніц*);
- «Рефлексія — це діалог із собою» (*Е. Бруннер*);
- «За межі природного спонукання людина виходить за допомогою рефлексії, що порівнює спонукання із засобами його задоволення» (*Г. Гегель*);
- «Рефлексія передбачає і базується на співвідношенні, на поділі функцій дії й аналізу дії..., рефлексія не просто відображає, а активно трансформує, препарує, структурує, переструктурує зміст рефлексивного типу» (*О. Анісімов*).

Суттєве значення надавав рефлексії в самоуправлінні людини Г. Щедровицький: «Рефлексія — це уявлення у свідомості того, що і як я роблю.

У цьому сенсі рефлексія є протилежністю абстрактному мисленню, оскільки вона ... вичерпує зміст діяльності. Рефлексія гранично конкретна. Стосовно рефлексії неприйнятні критерії правильності та неправильності, ... про рефлексію ми говоримо, що це — моє уявлення, а це — ваше. У кожного своє бачення, своя точка зору. Рефлексія найбільше залежить від досвіду людини і від того кута зору, під яким вона бачить кожну ситуацію. Рефлексія є суто суб'єктивною. Вона суб'єктивна і сповнена переживань. ... Те, як ми живемо і як ми діємо, задається саме рефлексією. Рефлексія організує наш простір і час. Саме рефлексія організує зрештою наше бачення власного життя, створює структуру нашої життєдіяльності» [44]. Іншими словами, рефлексія є інтеграційним механізмом психіки, що реалізує функцію пізнання і дає змогу здійснювати свідоме самоуправління.

Таким чином, механізм рефлексії у людини дає можливість бачити в ній не тільки біосоціальну і функціональну, а й автоматизовану систему. Розглянемо, як ця «система» живе і здійснює життєдіяльність і діяльність.

Визначення поняття «життя» фахівці (біологи, соціологи, психологи та ін.) різних напрямів науки, що вивчають життя людини, дають із врахуванням професійної спрямованості. В. Вернадський з цього приводу писав: «Питання життя в науковій «світобудові» зовсім не з'ясоване. У науковій літературі склалася традиція обминати це питання і віддавати його повністю філософам і релігійним побудовам» [7]. «Життя — вічний прояв реальності або часу?» — запитував він. Його цікавило походження життя, людини. «Невідомо, чи є життя тільки земним, планетарним явищем або воно повинне бути визнане космічним вираженням реальності яким є простір — час, матерія та енергія».

Автор книжки «Інститут життя» М. Маруа зазначає: «Життя — неповторна гра природи. Воно — наслідок процесів самоорганізації, що відбуваються у ній...». Життя має свою політику, яку він називає політикою збереження, підкорення, самовираження й еволюції [21].

Розмірковуючи над біологічним і соціальним сенсом життя, смерті, він дійшов висновку про необхідність комплексного підходу до вивчення людини, її розвитку та майбутнього. «Оскільки людина виступає об'єктом наукового пізнання в єдності його біологічних і соціальних якостей, тобто не лише як індивід, а і як особистість, її дослідження повинні застосовувати також соціологічні, поведінкові та гуманітарні підходи і методи. Проблема життя не може бути виключена зі специфічних людських відносин і оцінок [27].

У нашому посібнику, з огляду на об'єкт дослідження — спрямовану індивідуальну життєдіяльність людини як системи, визначення життя пов'яжемо зі змістом життєвого шляху конкретної людини, зі світом її індивідуальних цінностей, життєвих цілей, місії життя. Можна погодитися з Л. Фейєрбахом, що «зміст життєвого шляху полягає в самореалізації індивідів. Способи їх самореалізації є формою об'єктивізації змісту їхнього життя [38].

Отже, життя — складне, багатогранне явище (біологічне, соціальне, психологічне), продукт життєтворчості людини.

Діяльність — робота, заняття в якій-небудь сфері, специфічна людська форма ставлення до навколишнього світу, яка полягає в його доцільній зміні та перетворенні в інтересах людей, охоплює ціль, засоби, результат і сам процес [44]. Діяльність — специфічно людська, регульована свідомістю активність, зумовлена потребами і спрямована на свідомість, перетворення зовнішнього світу, а також самої людини [1]. Як зазначалося вище, це процес здійснення реального життя людини в навколишньому середовищі, її суспільне буття у всьому різноманітті його форм. Через діяльність людина впливає на себе, природу, речі, інших людей. При цьому стосовно себе, речей вона виступає як суб'єкт, а стосовно людей — як особистість, суб'єкт, індивід. Під діяльністю можна розуміти систему, що має власну будову, визначається внутрішніми переходами і перетвореннями, індивідуальним розвитком.

Діяльність кожної людини залежить від її місця у соціальній ієрархії, від сформованих умов і неповторних індивідуальних обставин. Поєднуючи поняття «життя» та і «діяльність» у «життєдіяльність», під останньою будемо розуміти особливу форму руху людини на певному етапі свого розвитку і реалізації життєдіяльних функцій. Відповідно до предмета дослідження нас цікавить управлінський аспект людського життя і діяльності. Це питання докладно розглядатиметься у розділі 6 із залученням наробітків Г. Шедровицького, О. Анісімова (загальна теорія діяльності), І. Ладенка (школа інтелектики), Л. Леонтьєва (теоретична й експериментальна розробки проблеми діяльності в психології), які запропонували діяльний підхід до вивчення життєдіяльності людини, її організації та здійснення.



## 3.3. Соціоприродний феномен людини — самоуправління

### 3.3.1. Сутність самоуправління

**Самоуправління організмом людини.** Життєві процеси, які відбуваються в людському організмі, належать до систем високої складності, які характеризуються [9]:

- клітинною будовою;
- цілісністю функціонального комплексу і взаємним коригуванням усіх клітинних змін;
- метаболізмом з його здатністю використовувати чужу речовину як їжу для власного організму;
- розвитком за допомогою засвоєння їжі;
- здатністю зберігати і відновлювати себе як диференційоване ціле під впливом зовнішнього середовища;
- періодом індивідуального існування від народження до смерті;
- здатністю до передавання потомству специфічних особливостей своєї конституції.

Організм є самодостатнім джерелом активності, яка зростає із збільшенням ступеня розвитку організму і накопиченням досвіду (пам'яті). Життя визначається якістю самоуправління різноманітних видів, їхньою взаємодією між собою і з навколишнім середовищем.

Фахівці в галузі молекулярної біології намагаються знайти відповідь на питання: чи залежить індивідуальний розвиток від того, коли і які гени активуються сигналами, що регулюють процес клітинної диференціації. У цьому самоуправлінському процесі одні гени залучаються а інші вилучаються, завдяки чому запліднена яйцеклітина перетворюється на людину. Для організму, що розвивається, характерне самоуправління переміщенням і зміною форм клітин, що зумовлює утворення його тканин. При цьому кожна клітина перебуває «на своєму місці» і «у своїй справі» (наприклад, клітини печінки не потрапляють у мозок) і всі вони містять у своїй ДНК однакові гени. Самоуправління організмом, що розвивається, виявляється у здатності «управляти» активністю генів так, що клітини опиняються в належному місці й виконують покладені на них функції. Реалізують функцію управління «розумні гени» [32], які організують процес самоуправління. Отже, вже на клітинному рівні

людського організму існують «органи», які здійснюють самоуправління процесом життя.

Засновник квантової фізики Е. Шрєдінгер обґрунтував твердження про те, що жива природа підпорядкована законам квантової фізики [47]. Природа живого висвітлюється в розумінні синергетичного підходу: 1) з усвідомленням ролі «відкритості» живих систем і нелінійності в їхньому динамічному функціонуванні; 2) з відкриттям польової структури організму і взаємодії за допомогою електромагнітного випромінювання біологічних об'єктів. Це свідчить, що управління людиною може впливати на її польову структуру. Наприклад, резонансний відгук живих об'єктів на випромінювання міліметрового діапазону показав існування прояву власних характеристичних частот людського організму. Виявлено, що організм людини (у разі функціональних порушень) набуває дуже високої резонансної залежності від частоти та локалізованої на тілі чутливості до електромагнітних полів міліметрового діапазону (закон резонансного порушення систем). Завдяки цьому можна відновити функціональний стан організму, тобто вилікувати людину, впливаючи резонансними частотами на її організм через біологічно активні точки, розташовані на кінчиках пальців рук і ніг. При цьому ефективний вплив на організм досягається за низького рівня потужності випромінювання (граничний рівень); лікувальний ефект виявляється при впливі випромінювання на біологічно активні точки.

*Розвиток організму людини* відбувається відповідно до принципу самоорганізації матерії. Зародковий розвиток здійснюється організовано, і відсутність плану будови дорослого організму в ембріоні означає існування альтернативи у вигляді його розвитку шляхом самоорганізації. Ембріональні клітини діляться, рухаються, деформуються, диференціюються, виділяють сигнальні речовини і реагують на них, формують спеціалізовані міжклітинні контакти тощо [38]. Організм людини формується за рахунок самоорганізації макроскопічного порядку в її біосоціальной системі, що добре узгоджується з позицій синергетики.

Свідомий вплив людини на процеси, які відбуваються в її організмі, здійснюється з використанням технології біологічного зворотного зв'язку. Управлінські вимоги закону зворотного зв'язку (див. розділ 2) виражені у врахуванні фізіологічного принципу: кожна зміна у фізіологічному стані людини спричиняє усвідомлені (або неусвідомлені) зміни в її емоційному стані й навпаки. Системні компоненти — тіло, розум та емоції — становлять єдине ціле, і вплив на один з них спричиняє зміни інших.

Людина може управляти власним серцебиттям, м'язовим напруженням, діяльністю потових залоз, температурою тіла і широким спектром внутрішніх фізіологічних станів, які керуються автоматично вегетативною нервовою системою. Сьогодні людину можна навчити свідомо контролювати усі фізіологічні функції, що піддаються точному вимірюванню, з якими у людини може бути встановлений «зворотний зв'язок». Використовуючи біологічний зворотний зв'язок, можна усвідомлено управляти своїми психоемоційними станами, впливати на свою несвідому субстанцію, програмуючи хвороби і виліковувати себе від них, здійснювати самомотивацію і саморегуляцію життєвих процесів в організмі. Психіка і тіло людини — єдина, неподільна система, що дає змогу їй управляти собою.

**Програми людського мозку.** *Програми діяльності мозку людини* — уроджені схеми функціонування мозку, завдяки яким здійснюється її життя, інтегровані моделі функціонування. Вони представлені стандартами й алгоритмами, яким підпорядкована діяльність мільярдів нейронів. Завдяки цим програмам взаємодія різних частин мозку утворює єдину функціональну систему, яка зумовлює здійснення спільної життєдіяльності індивідів і реалізацію найважливішої функції гомеостазу людини.

Прикладами програм людського мозку є: програми культу, віри, адаптивно-генетичні програми.

*Програма культу* «працює», коли людина переживає почуття шанування або поклоніння при спогляданні шедевра, створеного природою або людиною, а також під час релігійної церемонії. Тоді блаженство, що йде з центра «задоволення» (виявленого фізіологами разом з центром «покарання», «болю» у людини і тварини), «розливається» каналами системи мозку, плине потік хімічних сигналів, які відкривають шляхи до кори мозку та її сфері»[9].

*Віра як програма* є основою раціонального мислення, оперування поняттями, що містяться у логічних міркуваннях. Переконання становлять основу будь-якого розуміння. Вони формуються зі здатності мозку до віри і конструювання відповідних програм, заснованих на цих переконаннях. Віра властива саме людині, є її невід'ємним атрибутом.

*Адаптивно-генетичні програми* — спадкові програми організму людини, що дають їй змогу пристосовуватися до навколишнього середовища. У відповідних умовах вони іноді «прокидаються», виключаючи безліч можливостей людини (її неусвідомлений ресурс) назовні,

особливо художні потенції, ніби підтверджуючи, що в її «психокосмосі» пам'ять і здатність до уяви органічно пов'язані.

Наведені програми, характеризуючись єдністю, повинні апробуватися, випробуватися і використовуватися в самоуправлінні людиною.

**Необхідність комплексного дослідження феномена людини.** У працях представників суспільних і природничих наук йдеться про необхідність комплексного, всебічного дослідження феномена людини в єдності її соціальних і природних властивостей. Узагальнюючи їхні погляди, можна дійти висновку, що феномен людини — це «ансамбль» суспільних відносин, носій біосоціальних і духовних властивостей, пов'язаних з космопланетним, природним оточенням. Це підтверджується класиками науково-культурного енциклопедизму (В. Вернадським, К. Ціолковським, А. Чижевським, В. Бехтеревим, Б. Ананьєвим, М. Бахтіним та ін.).

Вивчаючи феномен людини в плані обраного предмета СМ, розглянемо інформаційний аспект самоуправління. Заслуговують на увагу результати досліджень, пов'язані з об'єднанням фізичних взаємодій, які пропонується вважати «початками усіх начал» — фізичний вакуум. Зазначається аналогія між цим «початком» і розумною формою живої речовини (людини) [28]. Підкреслюється, що подібно до того, як «чиста свідомість» «приховує» під уявною порожнечою безкрайній світ підсвідомості та можливих пізнавальних аспектів, вакуум містить безліч складних віртуальних процесів і явищ.

Таким чином, нейрофізіологічна організація розумної речовини, феномена людини виступає унікальною голограмою, що потенційно відображає фізичні процеси, фундаментальні взаємодії та їх космологічну основу у вигляді «начала всіх начал» [32]. Імовірно, тут виявляється принцип зв'язку «усього з усім». Для наукового обґрунтування технологій самоуправління варто підкреслити порівнянність цих уявлень з явищами антропоекологічного досвіду та емпіричних знань у культурах минулого.

Наприклад, у культурах індотибетського регіону в техніках медитації та психотренінгу використовувався різноманітний арсенал емпіричних спостережень за психофізіологічними функціями організму, їх зв'язками з космопланетарними процесами. З огляду на положення концепції про фотонні констеляції (лат. *constellatio* — розташування зірок) як необхідну основу клітинної організації живої істоти [8] можна обґрунтовано припустити використання в процесах медитації тощо «польових», електромагнітних елементів регуляції

клітинних структур, систем організації в цілому. Елементи такої регуляції були наявні, зокрема в індуїстській системі психотренінгу, що базується на енергетичних можливостях вегетативної та центральної нервової системи. Ця система, яка концентрується навколо перших шляхів хребетного стовпа, описується як «сила змії» (кундаліні), згорнута трьома кільцями в порожнині, розташованій в основі хребта. У разі застосування спеціальної техніки кундаліні прокидається і починає підніматися вгору каналом, на який «нанизано» шість чакр. Усі техніки засновані на використанні та граничній концентрації потенційних психофізіологічних та енергетичних резервів організму, які мають еволюційно-екологічні джерела в екстремальних для людини ситуаціях.

Деякі фахівці припускають, що, застосовуючи певні технології, можна стерти межу між реальністю психофізіологічної організації людського організму і фізичною польовою реальністю зовнішнього світу, вивести свідомість на пряме сприйняття космічної польової реальності [26–30].

Зазначається, що «осмислення» усього різноманіття даних про роль змінених станів свідомості в інтелектуальному житті дає змогу знову порушити питання про те, чи є людина творцем континуального мислення або тільки приймачем тих потоків, що плинуть десь поза нею. Якщо друге припущення правильне, тоді всі зусилля людини, спрямовані на сприйняття цих потоків (медитація, приймання психоделічних засобів, участь у містеріях або ставлення самому собі запитань мовою дискретних уявлень і очікування на них відповідей) — усе це тільки різні способи налаштування на «поле розуму» [29].

Однією з визнаних світовою наукою таємниць є свідомість людини. У деяких працях [29–30] наведено моделі мови і свідомості, переконливо показано необхідність розуміння свідомості як феномена Всесвіту. Виходячи з «карти свідомості», можна дійти висновку, що не тільки мозок, а й саме тіло є частиною свідомості. На карті показано, що свідомість є відкритою системою: воно відкрите космічній свідомості (або ноосфері), яка підтримується захисним шаром колективного несвідомого, де в термінах К. Юнга архетипи (колективні елементи колективного несвідомого) діють як ключі. Саме на цьому космічному рівні відбувається спонтанне зародження імпульсів, що несуть, на думку В. Налімова, творчу іскру («шосте почуття»).

Людина в закодованому вигляді відображає історію Всесвіту і може розглядатися як повторення еволюції Космосу. Загальні закономірності

нерівноважної термодинаміки охоплюють процеси самоорганізації в космосі та людині. Отже, на всіх ієрархічних рівнях її організації (від молекулярного до органного) з часом структури детермінованого хаосу набувають більш упорядкованих форм. Природа людини багатовимірна, нелінійна і багатоповерхова.

Таким чином, соціоприродний феномен людини — це реальність. Багато можливостей психофізіології людини, особливо її резерви, в науковому плані сприймаються як феномен. Проте тисячолітня практика запропонувала людині багато засобів самоуправління, використання яких дає їй змогу свідомо управляти собою.

### 3.3.2. Особливості людини в самоуправлінні

**Особливості людини як системи.** Вони зумовлені сукупністю низки параметрів психіки, що сформувалися внаслідок еволюції мозку. Результатом самоорганізуючих процесів в організмі стали властивості психіки що забезпечують:

- оперування образами і поняттями у часі та просторі за змістом і в уяві, конструювання неіснуючих подій;
- пізнання реальності, проникаючи у структуру світу і вибудовуючи його моделі;
- створення норм життєдіяльності та діяльності, їх дотримання, руйнування і саморуйнування;
- здійснення самоусвідомлення і рефлексії, що виявляється у здатності споглядати власне існування та усвідомлювати смерть.

Історія людини свідчить, що вона розвивала свої пізнавальні здібності, в першу чергу, боротьбою за виживання у складному світі. Біологічно зумовлені когнітивні (пізнавальні) структури відповідають навколишньому світу, тому що вони сформувалися в процесі пристосування до нього. Відповідно еволюційна теорія пізнання пояснює мозок насамперед не як орган пізнання, а як орган виживання [9]. Адаптована до «екологічної ніші» людина пізнає, реконструює та ідентифікує цю сферу світу, живе в якійсь когнітивній ніші. Її пізнавальні структури створені цим світом для неї. Органи чуттів, центральна нервова система і мозок людини (пізнавальний апарат) передусім співвідносяться з цим мезокосмосом і завдяки теоретичному пізнанню виходять далеко за його межі.

**Особливості людини, що виявляються в соціумі.** Підвищення владної поведінки людини зумовлене наявністю у певної частини людства «інстинкту влади», домінуванням інформації в розвитку суспільства і важливістю функції управління в сучасному суспільстві. Особливість самоуправління владною поведінкою у XXI ст. пов'язана зі становленням інформаційного суспільства і зниженням ролі ієрархічних структур влади, що стримують потоки інформації [32]. Централізація влади повинна дещо трансформуватися в децентралізовані структури, пов'язані між собою неформальними відносинами. Осередки створюються для самопомоги, обміну інформацією, поєднання ресурсів, зростання продуктивності праці, поліпшення її умов. Структура осередків покликана прискорити потік інформації, підсилити відповідальність і підвищити ефективність енергії. Створені осередки мають компенсувати ослаблення традиційних структур — родини, церкви, громади.

У майбутньому СМ стане «ланцюгом» осередків, зв'язок між яким замінює субординацію. Прикладом цієї тенденції є організація самоуправління в «Інтел корпорейшн» — провідної компанії в галузі виробництва напівпровідників, де вже практично не існує ієрархічної структури. Компанією керує орган управління з вищих адміністраторів (зовнішній директор, фахівець з довгострокового планування і директор, який представляє компанію). Управлінські рішення приймає цей орган, але в їх обговоренні на рівних беруть участь усі співробітники. У цій структурі групи талановитих співробітників самостійно управляють своєю діяльністю. Вільний режим роботи, орієнтація на інтереси персоналу тощо вимагають створення умов для самоуправління виробничою діяльністю, наприклад здійснення твердого контролю над витратами, якістю продукції та ін. Подібні системи самоуправління дають змогу людині виявити свій творчий потенціал, сприяють зростанню її відповідальності. На рівні особистості можна побудувати співтовариство, вільну асоціацію окремих людей. У співтоваристві «сховатися» ніде: кожен знає, хто робить внесок, а хто ні.

Окремі особи прагнуть до співтовариства; ті, хто хочуть уникнути відповідальності, часто ховаються в колективі. Отже, фіксується тенденція коли традиційні методи управління поступають підходам, які характеризуються наявністю самоуправління. Змінюється владна поведінка людини у зв'язку зі зміною соціокультурного контексту, спричиненою становленням інформаційної цивілізації. Ці процеси зумовлені

також змінами у трансформації діючих систем управління людиною і суспільством. І. Пригожин, аналізуючи різні моделі управління соціумом, виділив два характерних параметри функціонування суспільної системи: ступінь її складності, зумовлений кількістю діючих у ній елементів, і соціальний тиск (інтенсивність зовнішнього керуючого впливу) на індивіда [33].

*Лінійна модель* управління характерна щодо замкнених, закритих систем, що забезпечують їх стійке функціонування, але, взаємодіючи з іншими організаційними системами, замкнуте суспільство може перетворитися на хитке утворення і навіть загинути. Лінійна модель соціального управління не може бути реалізована на практиці без силового компонента управління суспільством. Людина — відкрита інформаційно-енергетична система, а отже, за аналогією лінійна система управління для неї начебто неприйнятна. Проте людина повинна усвідомлювати ступінь безпеки інформаційно-енергетичних впливів на свою біосоціальну і духовну системи (умови безпеки розвитку за А. Богдановим). Особливості біосоціальних впливів на людину вимагають від неї деякої закритості, тому, ймовірно, у неї від природи централізована система управління.

І. Пригожин разом з лінійною моделлю соціального управління розглянув параметри *нелінійної моделі*, адекватної складному суспільству зі слабким зовнішнім тиском на індивіда. Цими параметрами є умови для прояву кожним індивідом свого «Я» та вільний простір, що дає змогу розкритися всьому спектру індивідуальних і групових інтересів людини. Проте, якщо поведінка членів суспільства виявиться зовсім однозначною і односпрямованою, хоча і споконвічно динамічною, але тільки з одним ступенем свободи, то таке суспільство не зможе стійко функціонувати й еволюціонувати і переходить до самоліквідації. Цього не відбувається завдяки закономірній наявності деякого рівня хаосу, який підтримує динамічний соціальний порядок. «Тільки хаотичність, різноспрямованість векторів індивідуальної поведінки, пов'язана з їх рухливістю, можливістю кореляції, призводить на рівні системи до спрямованого прогресивного руху. Динамічна стійкість функціонування і розвитку певної соціальної структури як цілого заснована на тому, що на рівні індивідів і груп існують ймовірносно-статистичний розкид і неупорядкованість, відносно суперечливий спектр індивідуальних і групових інтересів і дій» [18]. Отже, нелінійна модель соціального управління відповідає стійкому функціонуванню складного і



нелінійного за своєю природою суспільства, що складається із самокерованих членів. Сутність цієї моделі управління полягає в тому, що суспільними процесами можна управляти в потрібному напрямі, використовуючи слабкі впливи на керуючі параметри біосоціальної та духовної систем людини

Незважаючи на процеси індивідуалізації, що призводять до ізоляції людини від громадського життя, сучасна тенденція розвитку взаємин людини і суспільства така, що пріоритети зрушуються у бік індивіда, «суспільного» типу. У процесі глобалізації відбувається відмирання старого колективізму та індивідуалізму, і кожна людина отримує можливість набуття цілісності та самоактуалізації. Тому можна говорити про колективну індивідуалізацію і зростання ролі самоуправління. Тут свідомо активність людини, яка бере участь у всесвітньому об'єднанні, знову повертається на колективний рівень. Індивід більше не відривається від соціального світу, як на стадії минулого індивідуалізму, а стає зрілою особистістю, здатною розкрити і використовувати повністю всі свої можливості, задовольнити свою вищу потребу — у самоактуалізації.

**Феномен деструктивної поведінки людини.** Існують різні джерела людської деструктивності. Відповідно до концепції інстинкту, розвинутої З. Фрейдом і К. Лоренцом, основним її джерелом є інстинкти, детерміновані генетичним кодом, які, на думку З. Фрейда, іманентні людській природі, причому жага агресії, що діє поза сферою свідомості, сприяє вивільненню власної енергії; звідси акти знищення, брутальності та жорстокості. К. Лоренц вважав, що інстинкт агресії не просто спрямований на руйнування, він збільшує імовірність виживання окремих індивідів і людства в цілому, тому що полегшує пристосування до ворожого оточення, яке змінюється. Завдяки інстинкту агресії індивід повніше задовольняє елементарні потреби, визначає своє місце в ієрархії групи, регулює відносини з іншими видами. Ці положення знаходять підтвердження: агресія, що призводить до знищення організму, перетворюється на символічну і ритуальну поведінку, що спричиняє почуття загрози в непокірних, але не призводить до кінця життя.

Соціолог Е. Уілсон стверджує, що людина не має інстинкту агресії, відповідального за жорстокість і масові вбивства. Переконавання в існуванні такого інстинкту має радше міфічні, ніж емпіричні джерела. Біологічна спадковість людини тільки уможливорює навчання агресивної поведінки. Інші вчені бачать джерела воєн, збройних

конфліктів і руйнівної діяльності в соціальних та економічних протиріччях, в експансіоністській політиці. Від природи людина не є ні доброю, ні злою, вона тільки в процесі навчання і соціалізації стає шляхетною або жорстокою, м'якою або гнівною. Джерела підлості, жорстокості та злочинності перебувають поза людиною, у зовнішніх умовах, а індивіди та групи — це об'єкти маніпулювання зовнішніми обставинами.

Е. Фромм вважав, що прихильники обох концепцій ігнорують роль особистості у виконанні деструктивних дій, самостійність індивіда і його орієнтацію на ідеали. Дійсні причини деструктивної діяльності криються у сфері інтересів людини і груп, виражених в ідеалах.

### **3.4. Феномен проблеми самоменеджменту**

Проблема — складне теоретичне або практичне питання, яке вимагає вирішення, дослідження. *Проблемою* називається усвідомлене протиріччя між наявним знанням і непізнаною частиною предмета, на вирішення якого спрямована діяльність. Виходячи з цього визначення, сутність предмета дослідження — з'ясування протиріччя між необхідністю становлення і розвитку СМ та реальним станом справ у цій сфері.

Теоретичний аналіз зазначеного протиріччя дасть змогу виявити загальні тенденції, закономірності розвитку від його зародження до зникнення. При цьому кожне протиріччя має кілька ступенів, або фаз, свого розвитку. Спершу воно зароджується в надрах колишніх протиріч; потім зріє, розкривається, досягає повного розвитку, витісняє історично попередні йому протиріччя або відсуває їх на задній план; нарешті доходить до відомої, особливої в кожному випадку межі свого розвитку або загострення, і тоді настає фаза його вирішення. Такою фазою є перехід від одного рівня розвитку всього процесу до іншого його рівня, і такий перехід завжди відбувається у формі стрибка [20].

Ці міркування Б. Кедрова привертають увагу до сформованої суперечливої ситуації у сфері надання можливості людині самостійно управляти своєю життєдіяльністю, тим, що вона робить, і тим, що принципово необхідно для людської цивілізації. Потрібно досліджувати

сутність цього протиріччя, на якій фазі становлення і розвитку СМ воно знаходиться.

Для кожної людини докорінними були питання про сенс існування і цінності життя. Сьогодні реалії дійсності для багатьох метою і змістом буття зробили боротьбу за виживання, заробляння грошей, нагромадження власності та капіталу. У сфері соціальної організації суспільства і діяльності окремих його інститутів, насамперед держави, ми маємо перевернуту піраміду, що тисне на особистість [13].

Соціологічні дослідження, здійснені в Україні, Росії [12, 13], свідчать, що вплив середовища на людину має руйнівний характер і, в першу чергу, для її особистості. Відповідною реакцією незахищеності особистості є агресія проти суспільства, антигромадська поведінка в різних формах: злочинність, тероризм, наркоманія тощо. Це робить людину безвідповідальною за те, що відбувається не лише на Землі, але й у ближньому оточенні. На думку С. Булгакова, цей абсурд зумовлений сенсом існування людини. Вона не може стверджувати себе тільки в собі та на собі й виносить центр свого існування за межі власного «Я», духовно виходить із себе, розглядаючи себе лише у зв'язку із цілим, як його частина, віддає своє «Я», щоб відновити його судження з цілим, робить себе в цьому сенсі формою, що сприймає абсолютний зміст [6]. З ним не можна не погодитися, оскільки, як відомо з філософії, в єдності цілого та одиничного, форми і змісту закладено сенс існування.

В. Іванов звертає увагу на неприпустимість відриву особистості від цілого (соціального середовища) [10], що нині характерно для ліберальної ідеології, тому що абстрактна особистість, позбавлена соціальної оболонки, позбавляється і сенсу свого існування. Проте потрібно зазначити, що тут не все так просто пояснюється. Онтологічні принципи [1] стверджують, що:

1) форма і зміст (морфологія) у статичному «щось» окремо не існують, але у реагуванні на впливи створюється буття, коли морфологічне, розототожнюючись з формою, набуває за рахунок своєї відносної самостійності свою «траєкторію»;

2) форма не може «довго» існувати без морфології. Вона створює «напруження», до якого чутлива морфологія, яка певною мірою відповідає формі;

3) морфологія не може повністю відповідати формі й тому, маючи відносну самостійність, може спричинити не тільки позитивне напруження притягання, а й негативне напруження відштовхування. Форма ніби захищається від невідповідної морфології. Вона повинна або зро-

бити морфологію відповідною у процесі трансформування, або витиснути її та продовжити набуття відповіднішої морфології. При цьому, якщо форма залишається постійною, то морфології необхідно або адаптуватися до неї, або поступитися місцем більш відповідній. Якщо ж сама форма здатна змінюватися, то морфологія стає стимулятором формних трансформацій залежно від ступеня адаптивності самої морфології. Ускладнення форми змінює умови взаємозв'язку з морфологією і відповідає *розвитку*, а спрощення — *деградації*. Дія цих принципів виявляється руйнівною силою для соціального простору, де певною мірою існують людяність, патріотизм, державність, соборність, відповідний менталітет народу, тому що форми життєдіяльності, які нав'язуються реальністю, не відповідають реальному змісту життя людей.

В Україні, Росії та інших державах СНД наполегливо насаджується підхід до розвитку «індивідуальної особистості» [12, 13], тоді як у Західній Європи та в Японії — «комунікативний тип особистості», колективізм виявляються як світова тенденція. «Колективізм із страховиська на Заході перетворився нині на цінність, що набуває характеру загальнолюдської» [13]. Навіть у США, Великобританії, де для менталітету народів, які там проживають, типовим є шлях розвитку індивідуалістичного суспільства, визнається, що концепція «кожен сам за себе» не сприяє економічному успіху, а економічні суспільства, що перемагають, насамперед приділяють увагу своїй соціальній організованості.

Роль колективу, школи у формуванні особистості показано у працях багатьох вчених, але слід зазначити, що ще А. Ейнштейн, Г. Марсель, Ф. Хаєк [43] звертали увагу на нівелюючу роль школи та оточення людини і твердили, що той, хто виріс поза колективом, має більшу цінність, ніж той, хто виховувався в масовій школі. Школа знищує особистість, оскільки людина втрачає себе в ній, стає лише однією з багатьох. Ми бачимо в цьому одну з особливостей впровадження СМ як системи самоуправління саморозвитком, самореалізацією життєвих потенцій. Дослідження у деяких вищих навчальних закладах України (у тому числі військових) свідчать про відсутність у значної частини студентів, курсантів активної життєвої позиції, інфантильність тощо.

Традиційне для російської, української родини опікування дітей батьками, труднощі (особливо пов'язані з економічною кризою) у працевлаштуванні молоді тощо зумовлюють специфіку і необхідність впровадження СМ у систему підготовки людей. Впровадження «чужої» управлінської культури пов'язане з явищем «культурошоку» [13], коли

людина страждає від зіткнення з іншою культурою, різко змінює культурне середовище, відбувається накладання нової культури на стару. Це може призвести до «футурошоку» — повної дезорієнтації в життєвому просторі.

У ситуації шоку, зазначає В. Іванов [13], у свідомості людини починають працювати консервативні механізми:

- утримати минуле будь-якою ціною, вважаючи, що все краще вже було;
- неготовність до більшості інновацій породжує перенесення опори тільки на «вічні цінності» (моральні, національні, релігійні);
- «наркотизація» духовного світу засобами масової культури, містики, еротики, відеокультури тощо.

Щось подібне відбулося і з народами СНД. Бажання якнайшвидше залучитися до європейської культури, ще й відкинувши власну, сприяють духовній кризі.

А. Дж. Тойнбі [37] пропонував при перебудові суспільства і його системи управління враховувати, що:

- спроби впровадити чужу прогресивну культуру на новому ґрунті, приведуть людей до духовної кризи;
- спроби тотальної відмови від власного минулого загрожують трагічними наслідками, екстремізм у цьому призводить до реанімації найбільш ретроградських тенденцій;
- щоб рухатися далі, потрібно усвідомити власний негативний досвід, яким би він не був;
- стати вільним можна, лише залишаючись самим собою, але якісно змінившись.

Більш того, ще К. Маркс і Ф. Енгельс попереджали [24]: «Застаріле прагне відновитися й усталитися в межах нових виниклих форм».

Сьогодні потрібна нова парадигма культури суспільства, яка повинна враховувати особливості менталітету народу. Особливо чітко це показано для культури управління, СМ. Прикладом науково обґрунтованого врахування особливостей менталітету народу можуть бути широкомасштабна економічна реформа Л. Ерхарда, шведська модель соціалізму Г. Мюрдаля, японський менеджмент. Німецькі, японські керівники, незважаючи на насадження американського менеджменту адміністраціями США, застосовували їхні рекомендації з урахуванням національних особливостей народів своїх країн. Це сприяло їх успішному розвитку у другій половині ХХ ст.

Вчені, які обрали об'єктом своїх досліджень людину, доходять висновків, що в межах існуючого соціального ладу інтенсивно збільшується розрив між рівнем постійно зростаючих потреб особи у гідному житті, самореалізації своїх сутнісних сил і обмеженими можливостями їх реалізації. Це протиріччя призводить до деградації особистості, апатії, вибору помилкових індивідуальних цінностей.

Одним із шляхів захисту життєвих сил людини, вдосконалення її людських ресурсів і адаптації в умовах змін є навчання самоуправління своєю життєдіяльністю. Ставши на цей шлях, людина зможе науково обґрунтовано протистояти тиску «перевернутої піраміди», захищати індивідуальну та соціальну суб'єктивність, визволити власні сили від руйнівних впливів суспільства, політично розкріпачити особистість.

Імовірно, варто погодитися з В. Івановим [13], що за належного ставлення з боку держави і соціальних інститутів суспільства до індивідуальності людини, сприяння породженню енергії соціальних організацій, духовно-культурного, інформаційного, інтелектуального мотивування своїх громадян до гідної життєдіяльності «піраміда» співвідношення особистості та суспільства перевернеться, і людина виявиться на вершині, стане змістом соціального прогресу. У цьому разі сама держава буде змушена делегувати соціальним інститутам, окремим особам низку функцій управління, що зробить необхідним і актуальним розроблення та апробацію методів, технік, технологій саморозвитку, самоуправління. Проте, розуміючи соціальні технології як інноваційну систему методів виявлення прихованого потенціалу людини, одержання оптимального соціального результату за найменших управлінських витрат для їх розроблення і впровадження, потрібно мати ґрунтовну теоретичну базу для необхідних досліджень і готовність практики до сприйняття отриманих результатів. Об'єктом дослідження в цьому разі буде людина та її навколишній світ. Але на сьогодні термін «людина» є невизначеним і багатьма розуміється як феномен.

Предметом дослідження можуть бути три полярних уявлення про людину:

- як елемент соціальної системи (який живе і функціонує за законами суспільства);
- як предметну реальність окремої людини, складного самостійного організму (закони існування суспільства повинні розглядатися як результати взаємодії людей);
- як біологічну істоту, що має соціальне походження, але зберегла біологічну природу.

Г. Щедровицький так пояснював ці три аспекти: 1) людина — це біологічна істота, матеріал з певним функціональним пристроєм у вигляді «біоробота»; 2) людина — лише елемент жорстко організованої соціальної системи людства, який не має ніякої свободи і самостійності, безликий «індивід» (у крайньому випадку — суто «функціональне місце»); 3) людина — це окрема і незалежна молекула, наділена психікою і свідомістю, схильністю до певної поведінки і культурою, що самостійно розвивається і вступає у зв'язки з іншими такими самим молекулами у вигляді вільної та суверенної особистості [44].

Оскільки кожне з цих уявлень про людину виділяє й описує якісь реальні властивості людини, абстрагуючись від інших, вони є обмеженими. Водночас для СМ необхідне синтезоване уявлення про людину як об'єкт дослідження, але на сьогодні теоретична база для цього є недостатньою, оскільки немає необхідних для цього засобів і методів аналізу. Тому завдання доводиться вирішувати спершу на методологічному рівні, виробляючи засоби для наступного теоретичного дослідження, зокрема на рівні методології системного структурного дослідження. Теоретико-методологічний аспект аналізу ускладнюється також тим, що на сьогодні не існує загальних засобів і методів вирішення цих завдань навіть на методологічному рівні, оскільки емпіричні та теоретичні знання, історично вироблені в науках про «людину» і «людське» — у філософії, соціології, логіці, психології, будувалися за іншими категоріальними схемами [44]. Це спонукало нас об'єктом дослідження визначити людину як біосоціальну систему в процесі життєдіяльності. Навколишній світ, у свою чергу, вивчати як такий, що створюється людиною (у її мозку), і сприймаючи який, вона керує своєю життєдіяльністю, дбаючи про власні інтереси, досягаючи поставлених цілей.

Підставою для такого обмеження стало визначення СМ, що враховує лише управлінський аспект, але це і сприяє усвідомленню протиріччя між наявними знаннями про СМ і необхідністю самоуправління людиною своїм життям і діяльністю. На сьогодні сформованого поняття СМ немає; як стверджують фахівці в управлінській сфері, не існує стрункої теорії управління. Ситуація, що склалася в житті суспільства, людини, вимагає енергійної перебудови організації життєдіяльності, адаптації до нових умов життя, активної життєвої позиції, але значна частина населення «не знаходить місця під сонцем». Ця проблема потребує визначення причини неефективного розвитку і становлення СМ в Україні, виявлення факторів, які впливають

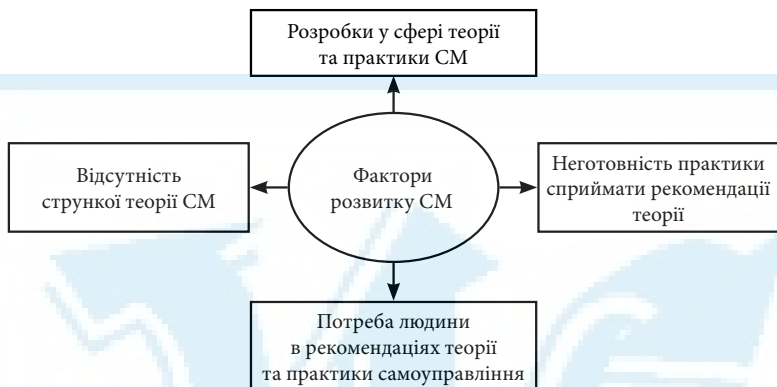


Рис. 3.3. Сприятливі та гальмівні фактори розвитку самоменеджменту

на розвиток і становлення СМ як теорії та практики, наукової дисципліни в системі підготовки людини до життя. Це, у свою чергу, зумовлює необхідність дослідження самого поняття «самоменеджмент», сучасних концепцій СМ.

Результати аналізу ситуації, що склалася, дали змогу визначити фактори (рис. 3.3), які ускладнюють впровадження у практику дисципліни «самоменеджмент». Вивчення різних концепцій самоуправління, тисячолітня практика управління людиною, відкриття Заходом ізотеричних технік, технологій Сходу із саморегулювання, самоосвіти, самовиховання уможливили розроблення стрункої моделі СМ, теоретичних і практичних рекомендацій. Для залучення цих сил до розвитку теорії та практики СМ необхідно виявити труднощі й резерви, наявні у вітчизняній школі підготовки людини до життя, визначити фактори досягнення нею вершин особистого і професійного розвитку.

## КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Використовуючи рис 3.1, сформулюйте теоретичні висновки та рекомендації для практики.
2. Дані табл. 3.2 і 3.3 доповніть своїми моделями, побудуйте модель самоуправління, яка задовольнятиме потребам практики.
3. Як виявляються сутність людини та її роль і місце у світі?



4. Як за допомогою моделі можна охарактеризувати людину? Які доповнення можна внести в інтегровану модель людини?
5. Як на практиці можна використовувати концептуальні положення про роль і місце людини в соціумі?
6. Які якості людини характеризують її як феноменальну систему?
7. У чому важливість визначення поняття «система», даного П. Анохіним?
8. З використанням функціональної системи людини (за П.Анохіним) поясніть, як людина приймає рішення.
9. Як виявляється соціоприродний феномен людини — самоуправління?
10. Як можна охарактеризувати особливості людини в самоуправлінні?
11. У чому сутність проблеми (теоретико-методологічний аспект) становлення теорії і практики СМ?

## ЛІТЕРАТУРА

1. Анисимов О. С. Основы методологии — М. : ДАМ и А, 1994.
2. Анохин П. К. Философский смысл проблемы естественного и искусственного интеллекта // Вопр. философии. — 1973. — № 6.
3. Анохин П. К. Проблемы принятия решений в психологии и физиологии // Проблемы принятия решения. — М. : Наука, 1976.
4. Берталанфи Л. фон. История и статус общей теории систем // Системные исследования. Ежегодник. 1973 г. — М. : Наука, 1975.
5. Бир С. Мозг фирмы : Пер. с англ. — М. : Радио и связь, 1993.
6. Булгаков С. Н. Собрание сочинений. — М., 1993. — Т. 1.
7. Вернадский В. И. Научная мысль как планетарное явление. — М. : Наука, 1991.
8. Волков Ю. Г., Поликарпов В. С. Многомерный мир современного человека. — М., 1998.
9. Волков Ю.Г., Поликарпов В.С. Человек: Энциклопедический словарь. — М. : Гардарики, 2000.
10. Губин В. Д., Некрасова Е. Н. Философская антропология. — М. : ПЕР-СЭ; СПб. : Университет. книга, 2000.
11. Гурджиев Г. И. Беседы Вельзевула со своим внуком. — М. : АСТ, 2003.
12. Жизненный путь личности // Вопросы теории и методологии социально-психологического исследования / Под ред. Л. В. Соханы. — К. : Наук. думка, 1987.
13. Иванов В. Н., Иванов А. В., Доронин А. О. Управленческая парадигма 21-го века. М. : Изд-во МГИУ, 2002.

14. *История менеджмента*. — М. : ИНФРА-М, 1997.
15. *Казначеев В. П., Михайлова Л. П.* Сверхслабые излучения в межклеточных взаимодействиях. — Новосибирск, 1981.
16. *Казначеев В.П.* Космопланетарный феномен человека. — Новосибирск : Наука, 1991.
17. *Кандыба Д. В.* Техника гипноза «СК». — СПб. : Манн Юнеско, 1989.
18. *Кандыба В. М.* Сверхвозможности человека. — СПб. : Макет, 1996.
19. *Карташов В. А.* Система систем: Очерки общей теории и методологии. — М. : Прогресс-Акад., 1995.
20. *Кедров Б. М.* Проблемы логики и методологии науки. — М. : Наука, 1990.
21. *Колпаков В. М.* Управление развитием персонала. — К. : МАУП, 2005.
22. *Курдюмов С. П. и др.* Парадоксы мира нелинейных структур. — М. : Знание, 1985.
23. *Курдюмов С. П.* Законы эволюции и самоорганизации сложных систем. — М. : ИПМ им. М. В. Келдыша АН СССР. — 1990. — № 45.
24. *Маркс К., Энгельс Ф.* Избр. соч. — М. : Политиздат, 1955. — Т. 33.
25. *Моисеев Н.Н.* Человек и ноосфера. — М. : Молодая гвардия, 1990.
26. *Морен Э.* Управленческая парадигма: природа человека. — К. : Кармэ, 1995.
27. *Моруа М., Фролов И.* Институт жизни // Новый мир. — 1988. — № 1.
28. *Мостапенко А. М.* Космологические аспекты существования разумной жизни //Космическая антропоэкология: Материалы Всесоюз. совещ. по космич. антропологии. — Л., 1988.
29. *Налимов В. В.* Вероятностная модель языка. — М. : Наука, 1979.
30. *Налимов В. В.* Спонтанное сознание. Вероятностная теория смыслов и смысловая архитектура личности — М. : Прометей, 1989.
31. *Поликарпов В. С.* Феномен «жизнь после смерти». — Ростов н/Д : Феникс, 1995..
32. *Поликарпов В. С., Поликарпова В. А.* Феномен человека накануне XXI столетия. — Ростов н/Д : Феникс, 1996.
33. *Пригожин И. Р.* От существующего к возникающему: Время и сложность в физических науках. — М. : Наука, 1985.
34. *Сартр Ж. П.* Экзистенциализм — это гуманизм // Сумерки богов — М. : Полит. лит., 1990
35. *Синергетика и учебный процесс*. — М. : Изд-во РАГС, 1999.
36. *Сумерки богов*. — М. : Полит. лит., 1990.
37. *Тойнби А. Дж.* Постигание истории. — М. : Прогресс, 1991.
38. *Фейербах Л.* Избранные философские произведения: В 2-х т. — М., 1955. — Т. 1.
39. *Философский энциклопедический словарь*. — М. : ИНФРА-М, 2002.

40. Фрейд З. Психология бессознательного — М. : Просвещение, 1989.
41. Фромм Э. Бегство от свободы. — М. : Прогресс, 1995.
42. Фромм Э. Душа человека. — М. : Республика, 1992.
43. Хайек Ф. А. Дорога к рабству // Новый мир. — 1991. — № 7, 8.
44. Шарден де Пьер Тейяр. Феномен человека. — М. : Наука, 1987.
45. Щедровицкий Г. П. Избранные труды. — М., 1995.
46. Щёкин Г. В. Социальная теория и кадровая политика. — К. : МАУП, 2000.
47. Шредингер Э. Что такое жизнь с точки зрения физика? — М. : Атомиздат, 1972.
48. Эйген М. Самоорганизация материи и эволюция биологических макромолекул : Пер. с англ. — М. : Мир, 1975.
49. Эриксон М. Семинар с доктором медицины М. Г. Эриксоном (Уроки гипноза). — М. : Класс», 1994.
50. Эриксон М., Росси Л. Человек из февраля. — М. : Класс, 1995.
51. Эфраимсон В. П. Генетика этики и эмтетики. — СПб., 1995.
52. Эшби И. Рос Введение в кибернетику. — М., 1959.
53. Эшби У. Р. Конструкция мозга: Происхождение адаптивного поведения : Пер. с англ. — М. : Иностран. лит., 1962.
54. Юнг К. Г. Об архетипах коллективного бессознательного // Вопр. философии. — 1988. — № 1.

МАУП

## ЛЮДИНА ЯК ОБ'ЄКТ САМОУПРАВЛІННЯ

Ні найпрекрасніші, ні найогидніші  
прагнення людини не закладені  
в неї біологічно, від природи;  
вони — результат соціального процесу.  
*Е. Фромм*

### 4.1. Людський організм як об'єкт самоуправління

#### 4.1.1. Будова людського тіла

**Концепції будови тіла людини в західній культурі.** Фізичний організм людини складається з води, білків та інших органічних і деяких неорганічних сполук (мінералів) багатьох елементів, які існують разом для виконання певних функцій. Для функціонування йому необхідні інформація, енергія і речовина переважно з їжі та кисню. Тіло виростає з однієї клітини і розвиваючись, перетворюється на структуру, що складається з трильйонів клітин. Тіло має здатність замінити деякі життєві елементи (щодня до 2 млрд клітин зношуються і замінюються новими).

Людське тіло має клітинну будову, де клітини об'єднані в тканини, з яких складаються органи, що утворюють системи. Клітина — один з основних структурних, функціональних і відтворюючих елементів живої природи, що має системний характер. Фундаментальний зв'язок людського тіла з реальним світом (насамперед з біосферою) здійснюється через клітину. Вона відображає в собі всю історію живого

на Землі. Дійсно, у тілі людини (багатоклітинному організмі) «будь-яка жива клітина несе в собі досвід експериментування її предків протягом мільярда років» [10]. Істотними компонентами живої клітини є білки і ДНК, подвійна спіраль якої виникла, як вважається, у процесі охолодження гарячого Всесвіту. Людське тіло є системою систем [18], що складається з нервової, кровоносної, дихальної, травної, сечовидільної, статевої, лімфатичної, імунної та сенсорної систем, які інтегровані в єдине ціле.

Людський організм є ієрархічною біофізичною системою, що складається з дев'яти супідрядних рівнів [10]:

- *елементарний* (фундаментальний) — на ньому відбувається взаємодія елементарних часток атомів з яких побудований організм людини;
- *атомарний*, на якому основним діючим началом є атом. Властивості рівня детерміновані властивостями атомів елементів, що становлять основу біологічної тканини. Вони утворюють групу біогенів, необхідних для існування живих систем, і обов'язково входять в їхній склад, здійснюючи стимулюючий вплив на організм; можуть прискорювати регенерацію тканин внаслідок своєї високої біологічної активності;
- *молекулярний*, що становить будівельні «цеглинки» організму — молекули води, кисню, азоту, вуглеводнів. Вони є основною масою біологічних тканин, ферментів тощо;
- *клітинний* — головною структурною одиницею є жива клітина, основний функціональний і відтворюючий елемент організму як живої системи.
- *тканинний* — сукупність структурних об'єднань безлічі клітин, що залежать від органної належності самої біологічної тканини.
- *комплекс тканин*, що виконують взаємозалежну групу функцій: органи як анатомічні структури (печінка, очі та ін.), які реалізують функції зору, слуху, нюху, виділення, транспірації, руху тощо;
- *системний* — групи органів, які утворюють системи життєзабезпечення організму з певними функціями: серцево-судинна, нервова, лімфатична, м'язова, ендокринна та ін. Організм — системна сукупність органів і систем;
- *ансамблевий* — центральних регуляторів: нейроендокринні структури мозку, що керують роботою всіх систем і координують її;
- *вищий центр нейропсихічної діяльності*, що визначає поведінку людини як біосистеми і соціально орієнтованої особистості.

Усі рівні організму взаємозалежні ієрархічно й утворюють складну структуру, що перебуває у складних енергоінформаційних відносинах з навколишнім світом.

Біологія як наука вивчає загальні та частинні закономірності, властиві життю у всіх його проявах і властивостях. Людина — у першу чергу біосоціальна система. Для наукового самоуправління нею необхідно знати ці закономірності, особливо механізми їх прояву. *Самоуправління тілом* — інформаційно-енергетичний самовплив людини на свою систему управління з метою керування функціонуванням і саморозвитком, реалізацією внутрішніх потенцій і досягненням життєвих цілей. Це вимагає вивчення теорії та практики самоуправління людиною власним тілом.

Сучасні дослідження підтверджують існування двох форм життя: однієї у вигляді білка, іншої у вигляді поля. У людському організмі ці дві форми взаємно поєднуються. При цьому існує гіпотеза про те, що польова форма керує побудовою і управлінням фізичного тіла. Таким чином, можна припустити, що людина — це своєрідний синтез інформаційно-енергетичного утворення. У сучасних роботах, присвячених цій темі, наводяться такі поля людини: просторово-часове, коливально-обертальне, голографічне, електромагнітне, гравітаційне і теплове.

**Східна концепція будови тіла людини.** Тіло людини фахівці уявляють по-різному. Вважається, що людина має сім тіл вбудованих одне в інше: фізичне, ефірне, астральне, ментальне, каузальне, будхічне й атмічне.

**Фізичне тіло.** Складається з кісток, сухожилів, м'язів, рідини тощо. Має низьку частоту вібрацій, сприймає інформацію через органи чуттів і вбудовує організм у конкретне середовище його існування. Життєдіяльність цього тіла забезпечується його ефірною складовою.

**Ефірне тіло** — (плазмене, пранічне, енергетичне) — випромінювання фізичних клітин. Це тіло є просторовою інформаційно-енергетичною моделлю фізичного тіла. У ній відображено і зафіксовано чітко взаєморозташування клітин майбутнього фізичного тіла у просторі. Енергоінформаційну голограму фізичного тіла можна уявити у вигляді своєрідної моделі із зазначенням координат кожної клітини організму [42]. Така голограма фізичного тіла дорослої людини керує і розвитком заплідненої клітини. Завдяки полям клітини у фізичному тілі виникають різні клітинні об'єднання: органи, м'язи, кістки тощо, об'єднані поля яких утворюють загальне поле людини — ефірне тіло. Поля є носіями інформації організму в цілому і його клітин про структуру, функції, стан як внутрішнього світу людини, так і зовнішнього.

Ефірне тіло пов'язане з голограмою фізичного тіла за допомогою чакр: «ефірне тіло є середовищем, що пов'язує фізичне тіло людини з його духовною складовою і генератором енергії та інформації людини» [44]. За допомогою ефірного тіла до кожної клітини доносяться всі думки, почуття, бажання, напрям життєдіяльності людини, її прагнення.

З позицій східної концепції тіло людини складається з чакр, наді (каналі тонкого тіла) та енергетичних каналів. На санскриті «чакра» означає «колесо». Це ряд схожих на колеса закручень на поверхні ефірного тіла людини [26]. Чакри розташовані на рівні різних органів тіла і «сполучені» з нервовими вузлами. Людина потенційно здатна розвинути сім тіл, що відповідають семи інформаційним рівням, і зв'язок з цими рівнями здійснювати за допомогою інформаційно-енергетичних центрів — чакр.

Вважається, що кожна чакра пов'язана з певною формою матерії й органом чуттів. Можна порівняти з відповідними явищами і сферами людської активності: 1) тіло; 2) пристрасті, бажання, емоції; 3) низький, або предметний розум; 4) моральні й етичні властивості; 5) воля; 6) вищий розум. Перші три чакри пов'язані з матеріальним світом, четверта — шоста представляють вищу природу, пов'язану з внутрішнім світом людини. На Сході нараховують 10 чакр, але найчастіше розглядають сім основних і чотири додаткові. З допомогою чакр людина обмінюється енергією з Тонким Світом. Кожна чакра служить своєрідною антеною для приймання і зворотного передання тонкої енергії певної частоти вібрацій.

При житті людини ефірне тіло не відокремлюється від фізичного, а пронизує його. Наскільки могутнє це тіло, настільки сильна людина. Тіло зміцнюється рухами, що зумовлюють взаємодію з плазмою навколишнього середовища і магнітним полем. Тіло потребує постійної «підзарядки». Деякі вчені називають ефірним тілом сукупність трьох тіл: власне ефірного, астрального і ментального.

**Астральне тіло** (тіло почуттів і бажань) — тонше порівняно з ефірним і має вищу частоту вібрацій. Термін «астральний» означає «зоряний». Астральне тіло пронизує фізичне й ефірне тіла і залежно від своєї потужності виступає далеко за межі тілесної оболонки. Воно може відокремлюватися від фізичного тіла, діяти й одержувати інформацію без допомоги фізичного тіла і його органів [14].

Астральне тіло — це, по суті, вихори і потоки тоншої енергетичної субстанції, ніж та, з якої складається ефірне тіло. Всі емоції — лише різні стани астрального тіла, що різняться характером вібрацій і пов'язаною з цим кольоровою гамою [36]. Астральне тіло — канал зв'язку з тонкома-

теріальним світом, інформація якого прихована у фізичному світі. Цей канал відкривається уві сні [8]. В астральному тілі відображено мрії, бажання, пристрасті, почуття. Тут записано вищі та низькі програми людини, які вона повинна виконати протягом життя. Забарвлення тіла є не таким інтенсивним, як ефірного, але воно іскриться. Це тіло змінюється залежно від помислів і устремлінь, є стабільнішим за часом, ніж ефірне тіло.

**Ментальне тіло** дуже гарне і витончене. Частини його швидко рухаються, що надає йому вигляду живого, такого, що переливається різними кольорами світла. У міру розвитку інтелекту краса ця стає дедалі більш променистою і чудовою [26]. Це перше тіло, пов'язане з духовним світом, зі свідомістю людини, підготовча стадія формування в ній Душі [8].

Живий організм має здатність до самореалізації закладеної в ньому інформації, може сприймати й обробляти інформацію навколишнього світу, будучи складовою складніших інформаційних систем вищого порядку [8]. Ментальне тіло відповідає світові думок людини. У ньому зберігається матеріал, з якого запозичували субстанцію (першооснову) наші думки й уява. Це глибинна свідомість, яка зміцнюється і «живиться» правильним психологічним настроєм.

Перші чотири тіла (фізичне, ефірне, астральне і ментальне) має весь тваринний світ. Накладення трьох останніх тіл дає загальну польову структуру навколо людини, іменовану біополем або називається «тваринною душею», що утворює ауру (структуру) в кольорі. Астральне і ментальне тіла добре виявляються у високочастотному полі методом, розробленим подружжям Кірліан (фотографування на плівку випромінювань людського тіла).

**Каузальне тіло** (тіло вищого Розуму, або інтелект) забезпечує здатність самопізнання і пізнання сутності речей через міркування і логічне мислення. Це досвід втілення Душі, що виявляється у вигляді характеру людини. У каузальному тілі містяться властивості та здібності людини, які необхідно розвивати. Кожний з трьох аспектів розвитку духовного тіла є відображенням одного з трьох уособлень Трійці. Нижчий аспект — тіло каузальне, яке зберігається з життя у життя і містить всі спогади минулого. Воно зумовлює усі причини, що визначають якості інших тіл або провідників людини, є скарбницею, в якій зібрано весь досвід нашого життя на Землі, притулком нашої свідомості, носієм нашої волі [14]).

Каузальне тіло передає інформацію в наступні втілення Душі у вигляді неусвідомлених прагнень. Воно відповідає за всі «вроджені»



захворювання, за місце народження людини. Саме воно приводить Душу людини у певну родину, із членами якої в неї були зв'язки в минулих життях. Каузальне тіло називають ще кармічним. Карма — закон, що регулює добро і зло, — те, що ми самі собі визначаємо, коли беремо на себе борги, а потім розраховуємося за них. Зміст каузального тіла — підсумковий досвід перебування людини на Землі.

**Будхічне тіло** (тіло Свідомості, або інтуїція) дає людині здатність прозріння, проникнення в сутність речей шляхом не міркування або логічного мислення, а миттєвого осяяння. Будхічне і каузальне тіла утворюють Душу людини.

Будхічне тіло називають ще тілом Свідомості. Свідомість людини є частиною Свідомості Всесвіту [43].

Душа — це якісна складова людини, яка через свою розкрити свідомість сприймає Дух (інформацію). Сприйняття Духа залежить від ступеня розкриття свідомості на певний момент часу. Прийнята інформація і та, що трансформується свідомістю, яка виходить від Духу людини, використовується Душею для розумної чуттєвої діяльності з навколишнім світом, для формування подій у зрозумілому і прийнятному нею напрямі. Як зазначає В. Ярцев [42], далі всі думки, почуття, вольові акти, творчість з допомогою ефірного тіла людини передаються її фізичному тілу.

**Атмічне тіло** — вища природа людини, те, що називають «іскрою Божою», Духом. Дух є «згустком психічної енергії у вигляді торсіонних полів, що може вічно (безсмертно) зберігати в собі великий обсяг інформації» [26]. Дух впливає на тіло людини, побудоване з відповідних молекул ДНК

Саме формуючим впливом Духу можна пояснити найтоншу відмінність між двома дуже схожими обличчями, особливо жіночими: надзвичайно схожі обриси очей, носа, рота, майже однакові розміри і співвідношення частин обличчя і голови, але одне обличчя вульгарне, а інше тонке і гарне. У матеріальних формах яскраво відображено дух, властивий матерії, більш того, цей Дух творить форми [3].

Тонкоматеріальні тіла мають своє випромінювання — ауру. Кожній аурі властива певна частота вібрацій, одна аура не заважає іншим. Аура людини — це комплекс випромінювань усіх тонкоматеріальних тіл. Це дуже складне утворення: можна розглядати ауру в цілому або різні складові її полів (аури теплової, торсіонної, гравітаційної, електростатичного та електромагнітного полів тощо). Аура є складною і

різною за фізичним проявом польовою структурою, яка оточує простір навколо тіла людини [2].

Аура має форму кокона, її максимальний радіус щодо подовжньої осі дорівнює 2,5–3,5 м [41]. У деяких людей межі цього кокона в кілька разів перевищують середньостатистичні дані. Наприклад, максимальний радіус у сліпих перевищує 5–6 м. Очевидно, таке поле певним чином компенсує відсутність зору і допомагає орієнтуватися у просторі.

Людину оточують об'єкти зовнішнього світу, які сприймаються органами чуттів. Існують три типи відчуттів внутрішнього світу: інтелектуальні, емоційні та «енергетичні», що формують загальний тонус організму.

Опис польової структури тіла в уявленні східних мислителів має на меті ознайомити зі знаннями, необхідними для розуміння прийомів, рекомендованих технік із самоуправління, розроблених східною культурою. Уявлення про тіло людини в межах західної культури нами вивчалось в середній школі й частково буде розглянуто нижче.

#### 4.1.2. Організація нервової системи

Центром управління діяльністю організму людини є нервова система. Вона впливає на взаємодію організму із зовнішнім середовищем і внутрішніми процесами, виконуючи при цьому дві найважливіші функції:

- комунікаційну — передавання інформації від датчиків-рецепторів (розміщених в очах, вухах, носі, роті, шкірі та внутрішніх органах) до нервових центрів;
- інтеграції та перероблення отриманої інформації, програмування адекватних реакцій.

Ці функції центральної нервової системи охоплюють різні процеси — від найпростіших рефлексів до найскладніших розумових операцій на рівні вищих відділів головного мозку. Нервова система узгоджує діяльність організму з вимогами внутрішнього середовища і зовнішніх умов. Знання процесу її роботи для самоуправління дуже важливі, оскільки багато методів, технік, технологій самовпливу на організм щодо зміни людської особистості базуються на урахуванні того, як здійснюються збирання, передавання, оброблення інформації та формування програм поведінки.

Нервова система складається з периферійної та центральної (рис. 4.1) [12].

**Периферійна нервова система.** Складається із соматичної, що містить аферентні (сенсорні) та еферентні (рухові) волокна, і вегетативної.

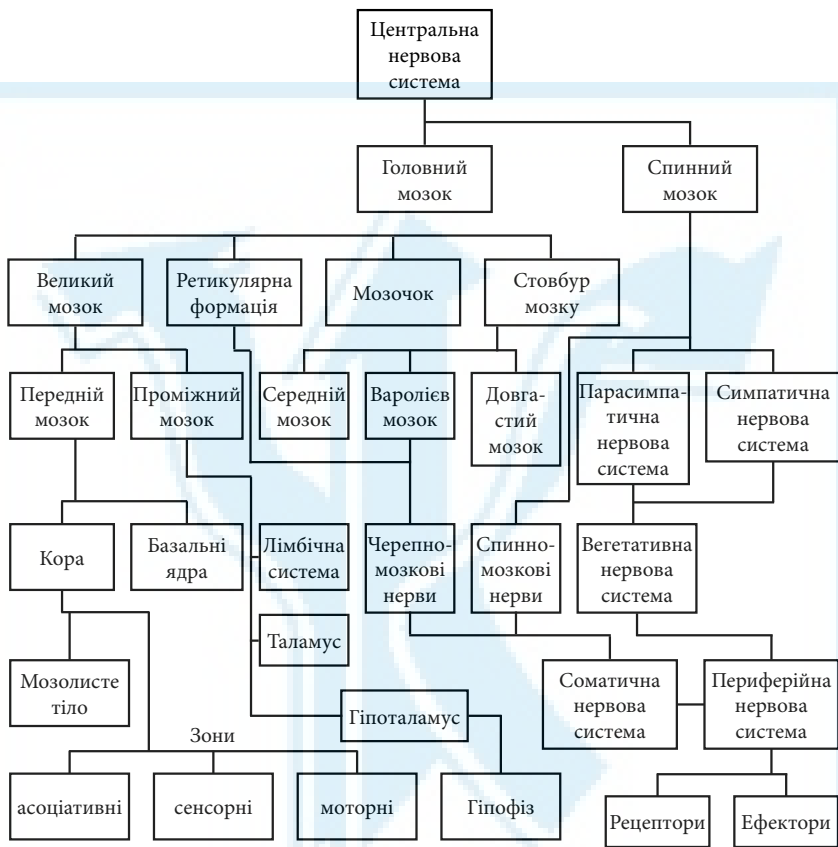


Рис. 4.1. Організація нервової системи

**Соматична нервова система** складається з 81 пари спинномозкових нервів і 12 пар черепно-мозкових. Перші передають інформацію від шкірних рецепторів і мускулатури тулуба і кінцівок, другі — сенсорні сигнали і команди, пов'язані з рецепторами і м'язами голови і шиї.

**Вегетативна нервова система** регулює діяльність внутрішніх органів і складається з двох рівнобіжних, але антагоністичних систем: симпатичної, що підготує організм до дії, і парасимпатичної, яка сприяє розслабленню організму і відновленню його енергетичних запасів. До складу вегетативної системи входять нервові вузли, розміщені поблизу

внутрішніх органів. Місця розміщення цих вузлів збігаються з «чабрами» або «котлами».

**Симпатична нервова система** відповідає за фізіологічну активність організму. Вона приводить організм у стан «бойової готовності». При цьому спостерігаються прискорення серцевого і дихального ритмів, розширення артерій у м'язах, гальмування функцій травної системи, активізація потових залоз, підсилюється діяльність деяких ендокринних залоз, змушуючи їх виділяти адреналін і норадреналін, що активізують мускулатуру.

**Парасимпатична система** приводить організм у розслаблений стан, даючи йому можливість відновити свої сили. Вона діє і на окремі органи, спричиняючи ефект, протилежний ефектам симпатичної системи, — зниження серцевого і дихального ритмів, стимулює роботу шлунка і кишечника тощо.

Існують різні прийоми і техніки, що дають змогу певною мірою контролювати різні функції організму. Це дає підстави для зовнішньої саморегуляції функціонування соматичної та вегетативної систем, що вважаються вільними і автономними. Вегетативна нервова система регулює функціонування екзокринних та ендокринних залоз, що, у свою чергу, є підсистемами регуляції. Регуляцію ендокринних залоз значною мірою здійснює і гіпофіз — головна ендокринна залоза. Особливо варто звернути увагу на роботу ендокринної системи, безпосередньо пов'язаної із самоуправлінням людини.

**Ендокринна система** складається із семи невеликих залоз сумарною масою 150 г, розміщених у різних частинах тіла, необхідних для регуляції функціонування організму.

**Щитовидна залоза** (розташована під гортанню) відіграє важливу роль в обміні речовин, впливає на настрій і спонукання людини. Недостатня її робота спричиняє в дітей кретинізм, у дорослих може бути причиною апатії або надмірної нервозності.

**Паращитовидні залози** (розташовані по обидва боки від щитовидної залози) регулюють вміст у крові кальцію, необхідного для нормальної роботи м'язів і нервів.

**Підшлункова залоза** виділяє сік під час травлення. Частина тканин цієї залози виробляє інсулін і глюкагон. Інсулін забезпечує накопичення в печінці цукру, що надходить у кров після перетравлення їжі. Глюкагон сприяє протилежному процесові: звільняє накопичений у печінці цукор, що, окисляючись киснем у м'язах, «згоряє», утворюючи м'язову енергію.

Захворювання на діабет зумовлене браком інсуліну, що призводить до надлишку цукру в крові й здатне спричинити летальний кінець. Надлишкова секреція інсуліну посилює виведення цукру з крові, що може призвести до коми.

*Наднирники* (прилягають до нирок) виробляють такі речовини: 1) кортикоїди — гормони, що регулюють відносний вміст натрію і калію в організмі, сприяють вуглеводному обміну і синтезу білків; 2) адреналін і норадреналін — «гормони стресу».

Адреналін виробляється переважно в умовах, що потребують від організму швидкої мобілізації всіх його сил. Він зумовлює розширення кровоносних судин шлунка і кишечника (припиняє травлення). Норадреналін сприяє звільненню накопиченого в печінці цукру, коли організмові необхідно багато енергії, підвищує збудливість нервової системи.

*Гіпофіз* (розташований в основі головного мозку), будучи головною залозою, не тільки виробляє власні гормони, а й регулює діяльність багатьох інших ендокринних залоз. Він безупинно оцінює і регулює рівень вмісту різних гормонів у крові, активізує діяльність щитовидної залози, наднирників і потових залоз, впливає на ріст кісток, стимулює вироблення молока в матері, підсилює усмоктування води в нирках, підвищує кров'яний тиск.

Безпосередньо керувати функціонуванням наших систем життєзабезпечення не можна, тому що вони керуються підсвідомістю. Вона позбавила нас такої необхідності, але це неусвідомлювана нами діяльність мозку, і можна навчитися свідомо втручатися в його роботу, займаючись самоуправлінням. Черговий крок до цього — розуміння роботи центральної нервової системи, що є диригентом усіх процесів в організмі.

**Центральна нервова система.** Периферійні частини соматичної та вегетативної систем є продовженням центрів перероблення інформації, програмування і прийняття рішень. Усі вони тісно пов'язані між собою і взаємодіють. Основними елементами центральної нервової системи є головний і спинний мозок (див. рис. 4.1).

*Мозок людини* — центральний відділ нервової системи, орган, що здійснює внутрішню регуляцію, забезпечує продовження роду й адаптацію, дає змогу індивіду пізнавати навколишній світ і здійснювати в ньому життєдіяльність і діяльність. Адаптація організму до конкретних життєвих умов залежить від якостей мозку і вимог навколишнього середовища. При цьому, адаптуючись, людина зі своїм складним мозком

здатна запам'ятовувати отриманий досвід, вирішувати завдання і проблеми, винаходити знаряддя і змінювати умови свого життя.

**Головний мозок.** Обмежений обсяг посібника не дає можливості навіть поверхово проаналізувати роботу цього найскладнішого «апарата», тому рекомендуємо вивчити літературу, наведену наприкінці розділу, де популярно викладено особливості роботи головного мозку. Проте деякі закономірності вищої нервової діяльності, що безпосередньо впливають на самоуправління, необхідно дослідити. Психофізіологічний аспект роботи мозку людини буде розглянуто у наступному розділі.

**Спинний мозок** забезпечує зв'язок з периферійною нервовою системою, виконує функцію нервового центру, відповідального за вроджені рефлекси. Він миттєво передає команди певним м'язам після одержання відповідної інформації, керує, «не радячись» з головним мозком.

## 4.2. Саморегуляція організму

### 4.2.1. Система саморегуляції. Гомеостаз

**Регулюючі системи організму.** Це складні структури, що приймають, переробляють інформацію і використовують її для регулювання параметрів на рівні клітин, органів, функціональних систем і організму в цілому. Кібернетики [33] в механізмах управління виділяють чотири регулюючі системи організму (рис. 4.2): *перша* — хімічна неспецифічна (система крові та лімфи), *друга* — ендокринна або хімічна специфічна, *третья* — нейровегетативна і *четверта* — анімальна нервова система.

Ці системи організму послідовно виникали на різних етапах еволюції людини з появою нових робочих функцій. Чим «молодшою» є система, тим більш спеціалізована її дія, коротші періоди її впливу. Наприклад, перша система неперервно регулює всі клітини, друга теж діє на всі клітини, але її ефект досить мінливий у часі. Третя регулює тільки деякі функції внутрішніх органів і судини. Четверта керує лише поперечно-смугастою мускулатурою. Регулююча система організму — складна структура ієрархічних рівнів з вертикальними і горизонтальними зв'язками. Клітини нових регулюючих систем не тільки перебувають під впливом «старих», а й самі можуть регулювати деякі відділи останніх.

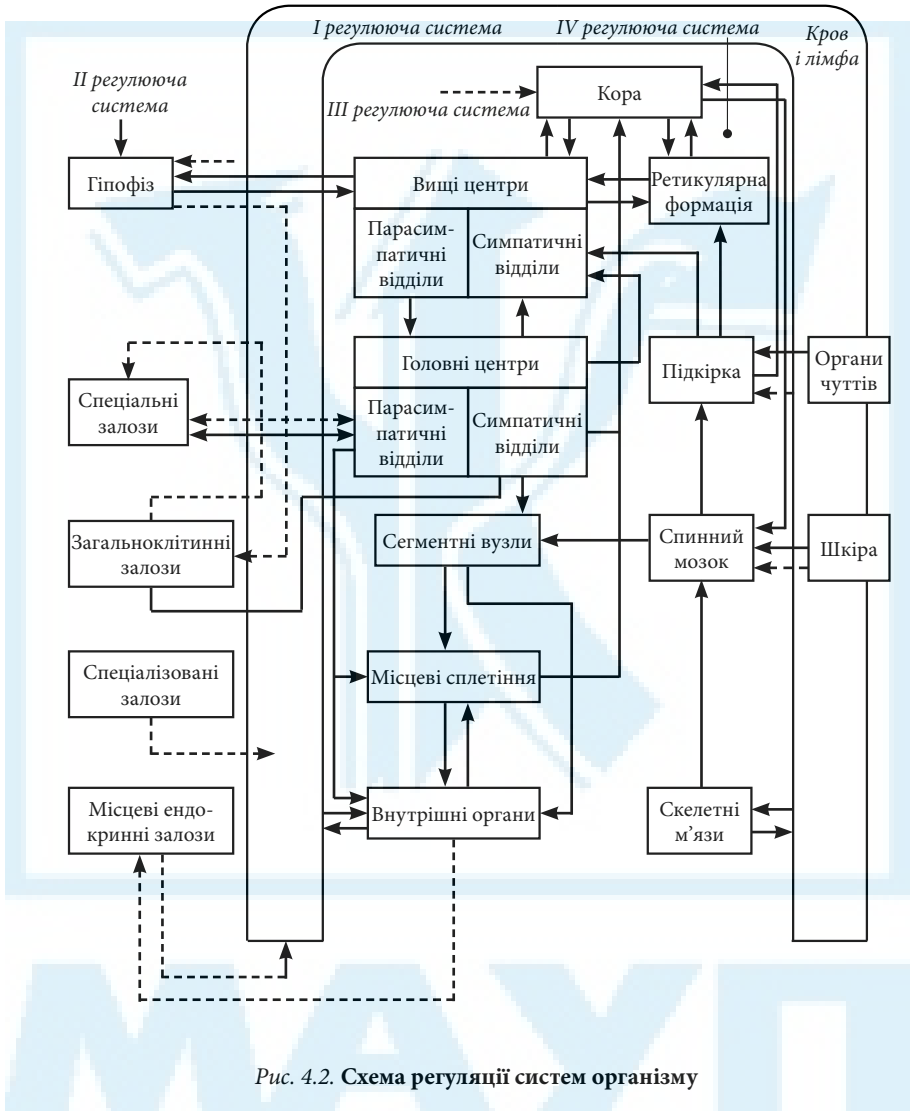


Рис. 4.2. Схеми регуляції систем організму

Кожна регулююча система має свої ефектори, а також діє через старі системи. Робота систем характеризується надійністю, точністю і стійкістю. Так, надійність системи досягається надійністю і паралельністю роботи клітин (на всіх рівнях є резерви в клітинах, органах і в організмі); дублюванням регулюючих механізмів (у разі ушкодження органів відбувається регенерація (відновлення) вихідної кількості клітин).

**Гомеостаз — підтримання внутрішнього середовища організму.** Наш організм як система має властивість підтримання сталості існуючих змінних (температури, тиску крові, її складу тощо). Ця закономірність реалізується з метою забезпечення оптимального режиму внутрішнього середовища.

У цій роботі беруть участь всі системи регулювання, але особливо важливою є робота гіпоталамуса. Він виробляє сигнали, що збуджують ділянки вегетативної системи і здійснює прямий контроль над ендокринною системою. Гіпоталамус становить 5 % маси мозку, але заздалегідь «знає», які потреби виникають в організмі за нормального добового режиму життя. Він «вмикає» ендокринну як тільки ми прокидаємося, і підтримує усі функції організму. Винятком є спонтанні дихальні рухи, регуляція кров'яного тиску і ритми серця, регульовані довгастим мозком.

Отже, за зовнішнього впливу на регуляцію організму необхідно враховувати закономірності роботи цих структур і, в першу чергу, головного мозку.

Людина від природи може бути не схильною до розвитку і лише ускладнення, що виникають, спонукають її змінюватись. Так, усе внутрішнє управління комплексною системою людини належить до гомеостатичних. Проте у людини гомеостаз вийшов за межі індивіда і став діяти у сфері відносин між людьми [35]. Н. Моїсеєв наводить приклади, що навіть тварини, які ведуть стадний спосіб життя, вступаючи в кооперацію (стадо), деякою мірою «жертвують» частиною своїх інтересів, самостійності. У кооперативних системах такого роду стикаються суперечливі тенденції до збереження гомеостазу стада і окремих особин [25].

Людина, як і стадна тварина, підпорядкована закономірностям біосоціальних законів, механізмів розвитку життя. Вступаючи в організаційні зв'язки, також створює новий організм, що має власні цілі, свій гомеостаз, який вона прагне зберегти всіма наявними в неї засобами. Але людина, на відміну від тварини, імовірно, у силу якихось деформацій, суперечності, що виникають між загальним і власним, вирішує не на



користь майбутнього. Прагнення до гомеостазу біосистеми (або стану здоров'я) нерозривно пов'язане з вихровими процесами природного і соціального світу (які становлять собою єдність і взаємодію порядку і хаосу). Ці вихрові процеси у сучасній науці описуються нелінійними моделями і рівняннями, що дають змогу зрозуміти особливості функціонування людського організму.

#### 4.2.2. Саморегуляція на основі відчуття і сприйняття

*Відчуття* — відображення властивостей предметів об'єктивного світу, що виникає за безпосереднього впливу на рецептор (спеціалізований «датчик» на поверхні або всередині організму).

*Сприйняття* — цілісне відображення предметів, ситуацій і подій, що виникає в головному мозку за безпосереднього впливу фізичних подразників на рецептори.

Сприйняття у взаємодії з відчуттям забезпечує людині безпосередньо почуттєве орієнтування в навколишньому світі. Будучи необхідним етапом свідомості, сприйняття пов'язане з мисленням, пам'яттю, увагою, спрямовується мотивацією і має емоційне забарвлення.

**Процес передавання інформації.** В організмі одержання інформації та реакцію на неї здійснюють: сенсорна система (органи чуттів), рухова система (ефекторні органи), система передавання інформації між рецептором і ефектором. Спільну роботу цих систем можна уявити, зобразивши графічно (рис. 4.3) процес проходження інформації за саморегуляції в людському організмі.

**Рецептори.** Про зміни в навколишньому середовищі людину інформують переважно п'ять видів відчуттів: дотик, смак, нюх, слух і зір. Додатково



Рис. 4.3. Процес проходження інформації від рецептора до ефектора

не менше чотирьох є в шкірі. Всередині організму рецептори закладені в м'язах, стінках судин і деяких органів (де вони «знімають покази» ступеня натягу тканин). Особливе місце серед інших видів механічної чутливості посідає орган рівноваги (змушує організм прийняти правильну позу), розташований у внутрішньому вусі в тісному контакті з органами слуху.

Існує багато відчуттів, і організм наділений складними механізмами, що забезпечують постійну взаємодію органів чуттів між собою. Рецептори не зібрані у вигляді окремих органів, тому щодо внутрішніх чуттєвих апаратів можна говорити лише як про види чутливості.

У функціональному відношенні виділяють:

- шкірне відчуття (що виникає в разі прямого контакту);
- внутрішнє відчуття (одержуване від рецепторів, розташованих у м'язах і суглобах);
- почуття рівноваги, що інформує нас про положення тіла в просторі;
- хімічне почуття, що охоплює смак і нюх, інформує про структурні особливості молекул, розчинених у слині або зважених у повітрі;
- слух, тобто здатність до сприйняття звукових хвиль, пов'язаних з коливаннями молекул повітря;
- зір, зумовлений сприйняттям світлових хвиль шляхом поглинання квантів енергії, — фотонів.

Величезне значення мають сприймаючі «прилади» нашого організму. З одного боку, через них зовнішній світ впливає на центральну нервову систему, змінюючи роботу різних органів, а з іншого — усе багатство психіки зумовлене сигналами із зовнішнього світу і з глибин організму, які надходять через органи чуттів. Проте внаслідок того, що рецептори мають можливість фіксувати і передавати інформацію відповідно до своїх конструктивних особливостей, людина сприймає світ обмежено.

**Нервові (сенсорні) волокна** служать для передавання нервових імпульсів зі швидкістю до 120 м/с у сприймаючий центр, відповідальний за певний вид відчуттів. Ці центри розташовані в корі головного мозку, яка водночас активізується для сприйняття по команді ретикулярної формації.

**Ретикулярна формація** — система, що оцінює важливість сигналів, які надходять від органів чуттів і дає змогу активізувати кору мозку, виконуючи функцію фільтра.

**Таламус** виконує функцію фільтрації та класифікації сигналів від рецепторів і розсилання їх у відповідні ділянки кори мозку. Він забезпечує сенсомоторні зв'язки, спрямовуючи в зони кори сигнали автоматичного

руху (наприклад, ходьби), уможливує контроль автоматичних рухів з боку свідомості.

**Кора мозку** приймає сенсорні сигнали після «перемикання» у таламусі. З неї виходять моторні (рухові) волокна, спрямовані у спинний мозок. У корі виділяють сенсорні, моторні та асоціативні зони. Сенсорні зони одержують інформацію від різних рецепторів, а моторні надсилають команди, що керують рухом. Асоціативні зони позбавлені чіткої спеціалізації, відповідальні за об'єднання і перероблення інформації, програмування дій, становлять основу пам'яті, навчання, мислення і мови.

**Спинний мозок** виконує функцію нервового центру, відповідального за вроджені рефлекси. Він здатний миттєво передавати команди м'язам після одержання відповідної інформації, забезпечуючи цим захисну реакцію організму (наприклад, у разі опіку або уколу). Таким чином, одержавши команду по нервових волокнах з кори мозку, він через спеціалізовані органи впливає на рухову систему організму (ефектори).

**Ефектори** беруть участь в реакціях організму на ситуації, що виникли, і представлені м'язами та залозами. М'язи відповідно до структури і функцій поділяються на гладкі та поперечносмугасті.

Гладка мускулатура складається з м'язових клітин, які повільно скорочуються, у стінках внутрішніх органів. Вона тісно пов'язана з внутрішнім життям організму. Діяльність цих м'язів регулюється двома відділами вегетативної нервової системи — симпатичної та парасимпатичної. Поперечносмугаста мускулатура — це сотні волокон, з яких складаються кістякові м'язи, відповідальні за рух різних частин тіла. Керують мускулатурою імпульси, що надходять руховими нервовими волокнами. Поперечносмугасті м'язи виконують різні функції: ініціаторів руху, антагоністів, синергістів і фіксаторів або діють проти сили тяжіння.

**Залози** — органи, що виробляють і виділяють речовини, необхідні для організму.

В організмі є залози двох типів:

- екзокринні — виробляють секрети, що виводяться у зовнішнє середовище або сполучені з нею порожнини. Прикладом є слинні, слізні, шлункові;
- ендокринні — виробляють гормони, які надходять у замкнуту систему кровообігу і переносяться з потоком крові до органів. При цьому здійснюється мотивація, змінюється настрій людини.

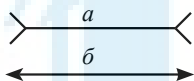
Зазначимо, що дія ефекторів (м'язів і залоз), яка виявляється зовні у формі поведінки людини, пов'язана зі сприйняттям. Сприйняття є важ-

ливим джерелом пояснення поведінки. Це дає підставу зробити один з висновків, важливих для СМ: змінюючи сприйняття життєвої ситуації, можна змінювати поведінку людини.

**Особливості сприйняття.** Сприйняття має три основні властивості — вибірковість, глобальність і проєктивність.

*Вибірковість сприйняття* пов'язана з тим, що не всі повідомлення органів чуттів потрапляють у мозок.

*Глобальність сприйняття* виявляється в тому, що ми сприймаємо щось як ціле, а не суму окремих елементів. Наприклад, дві однакові прямі лінії, які належать різним цілим, здаються неоднаковими («а» більша від «б»).



Залежно від вбрання люди сприймаються по-різному. Це враховують жінки, вибираючи з урахуванням розмірів і особливостей фігури чорний або білий одяг.

*Проєктивність сприйняття.* В основі його — приписування сприйнятому об'єкту властивостей нашого сприйняття (наприклад, начальника ми сприймаємо не так, як інших осіб). Ця властивість особливо впливає на процес комунікації людей. Врахування її у спілкуванні значно полегшує досягнення успіху в житті.

Відомо, що у дорослої людини з різних причин розвивається домінування одного з каналів сприйняття — візуального, аудіального або кінестетичного), які визначають найбільш розвинені види пам'яті. До того ж кожна людина має власний досвід, сформований в процесі життєдіяльності та сприйняття навколишньої дійсності.

Дотепер ми сприйняття людської мови розуміли як усвідомлену в корі мозку звукову частоту. Розглянемо, як відбувається процес комунікації насправді. Перед тим як партнер по комунікації  $K_1$  (рис. 4.4) вимовить слово, наприклад «сніг», у правій півкулі його головного мозку (якщо він правша) з'явиться аналог  $A_1$  (він уявляє сніг або м'яким і пухнастим, або твердим і колючим). Цей аналог лівою півкулею переводиться у знакову інформацію  $Z_1$  — конкретні слова. Комунікатор  $K_2$ , одержуючи від  $K_1$  словесну знакову інформацію  $Z_2$  лівою півкулею, перетворить її в правій півкулі на аналог  $A_2$ .

Комунікатор  $K_2$  уявляє слово «сніг» відповідно до свого життєвого досвіду.

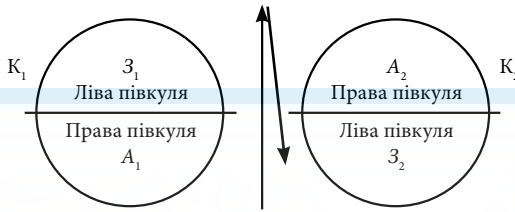


Рис. 4.4. Модель процесу комунікації

Таким чином, на підставі однієї і тієї ж знакової інформації у комунікаторів формуються різні аналози, що принципово виключають повне взаєморозуміння між ними. Цим пояснюється низька ефективність викладання, оскільки спілкування між студентом і викладачем відбувається на знаковому рівні, що свідчить про необхідність удосконалювати процес комунікації. Розроблено різні прийоми, техніки, соціокультурні технології, що дають змогу здійснювати ефективні комунікації між людьми.

Стосовно системи регулювання варто констатувати факт, що людина реагує не на те, що відчувається рецепторами, а на те, як це сприймається в головному мозку. І реагує (спрацьовують ефектори) на ту картину сприйманої реальності, що називається моделлю (картою) світу.

### 4.2.3. Формування моделі світу

Багато мислителів минулого висловлювали думку, що між реальним світом, який оточує нас, і нашим досвідом у цьому світі існує нездоланна розбіжність. Наше мислення, підпорядковуючись законам логіки, вбирає в себе усі відчуття, синтезує їх, будує внутрішній світ, що послідовно відрізняється від реального, створює своєрідну модель світу. Кожна людина моделює деяку репрезентацію світу, у якій живе. Ця модель задає майбутній досвід у світі: те, як саме ми його сприймаємо, які життєві цілі ставимо, які стратегії життєдіяльності обираємо.

Внаслідок унікальності розвитку кожної людини у світі немає двох людей, моделі яких цілком би збігалися. Модель, що орієнтує у світі, ґрунтується на нашому досвіді. Отже, кожна людина живе у власній реальності, яка відрізняється від інших. Це створює суттєві труднощі у взаєморозумінні між людьми, що і є причиною багатьох трагедій, як особистих, так і держав, цілих народів.

Фахівці виокремлюють кілька груп обмежень у сприйнятті реальності, що факторно впливають на створення моделі світу: нейрофізіологічні, соціально-психологічні, індивідуальні.

**Нейрофізіологічні обмеження.** Наше фізичне тіло оточене різними полями: просторово-часовим, гравітаційним, електромагнітним, коливально-обертальним, голографічним і тепловим. Крім того, у реальному світі на організм впливають різні сили. Для відчуття важливих для життя впливів (інформації) величезна кількість чуттєвих «приладів» у нашому тілі мають відпрацьовані еволюцією характеристики, тобто визначається не вся інформація, а тільки важлива для життєдіяльності. У силу того, що наші датчики налаштовані на певні параметри, вони мають відповідні розміри. Збирати інформацію, яка виходить за межі налаштованих «антен», вони не можуть, що звужує можливості сприйняття людиною навколишнього світу. Сучасна людина для розв'язання багатьох завдань у реальному житті застосовує численні прилади або тварин і комах (які мають інший діапазон сприйняття світу).

Досить своєрідно влаштовано у людини сприйняття дотику, тиску, тобто механічного впливу на тіло. Різні поверхні тіла мають різну гостроту дотику. Більш того, дотик до тіла у певних місцях сприймається людиною по-різному.

**Соціально-психологічні обмеження.** До цих обмежень сприйняття належать:

- психічний і психологічний захист;
- фільтри сприйняття, характерні для людини як члена певної соціальної групи, яка посідає певне місце в соціальній піраміді й має своєрідну мовну культуру.

Психічний і психологічний захисти відпрацьовані людиною у процесі еволюції. *Психічний захист* — вроджене, природне і необхідне явище в психіці людини. Він служить межею між тим, що усвідомлюється, і неусвідомлюваним. Тотальний прорив цього захисту — божевілля. Проте інформація через це «сито» проходить за певним законом у необхідний для людини момент. Психічний захист перешкоджає всьому надмірному, що надходить в організм, загрожуючи стабільності, здоров'ю.

*Психологічний захист*, по суті, є ухилянням неусвідомленого від руйнівної самокритики, мук совісті й почуття провини, пов'язаних з невдачами від усвідомлення своєї слабкості, від переживань несприятливої для людини інформації. Працюючи як установка, він дає змогу лю-

дині змінювати значення, зміст інформації й обманювати себе, стаючи, наприклад, «сліпим» або «глухим». Вона рятує організм від руйнівного психологічного потрясіння, але може і прикривати ганебні справи й аморальні вчинки. Ці види захисту, особливо психологічний, мають індивідуальне забарвлення.

Людина, перебуваючи на певному рівні соціальної ієрархії, сповідує іншу мораль, норми поведінки, життєві установки, що є призою, через яку вона сприймає світ. Це *соціальний фільтр*. Він типовий у суспільстві, де нерівність притаманна системі людських взаємин.

*Об'єктивним фільтром* є мовна система, що часом не здатна передати багатство життєвого досвіду або сприйманої дійсності. Наприклад, велика кількість синонімів позбавляє чіткості передання думки. Соціально-психологічні фільтри цієї групи однакові для членів однієї соціально-лінгвістичної спільноти.

**Індивідуальні обмеження.** Індивідуальні особливості сприйняття інформації пов'язані:

- з трьома програмами життя, реалізованими людиною;
- з індивідуальністю відображення біологічної та психологічної природи в кожній людині.

Програми життя визначають особливості сприйняття через систему установок, сформованих в умовах вимог домінуючої групи інстинктів (генетичної програми), соціально-психологічних та інших умов життя. Дію індивідуальних обмежень можна показати графічно (рис. 4.5).

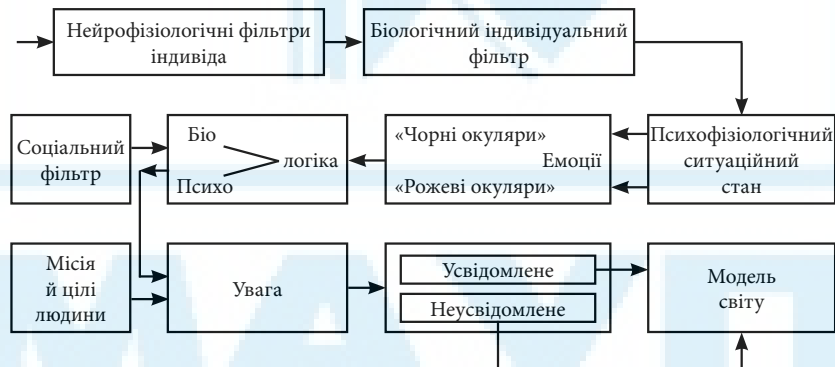


Рис. 4.5. Послідовність проходження інформації через біологічні і психологічні фільтри індивідуума

*Біологічний індивідуальний фільтр* пов'язаний з особливостями окремої людини. Вона може погано чути, бачити або відчувати, мати домінуючу систему формування зорових, звукових або кінестетичних образів. На біологічний фільтр впливає ситуаційний стан людини, яка залежно від позитивних або негативних емоцій сприймає світ через «чорні» або «рожеві окуляри». Варто враховувати, що навіть пропущена через біофільтр інформація усвідомлюється, якщо на неї спрямовано локатор нашої уваги. Практично ми вихоплюємо з дійсності (сприймаємо) тільки те, що для нас є важливим на даний момент. Наприклад, коли Ви дивитесь на годинник, щоб довідатися, котра година, то на особливості циферблата зрідка звертаєте увагу.

*Психологічний фільтр* впливає на сприйняття з урахуванням особливостей:

- багатство особистого досвіду, рівень культури дають змогу сприймати дійсність по-різному (глибше, ширше, барвистіше тощо);
- наявність установок, програм дій у типових ситуаціях.

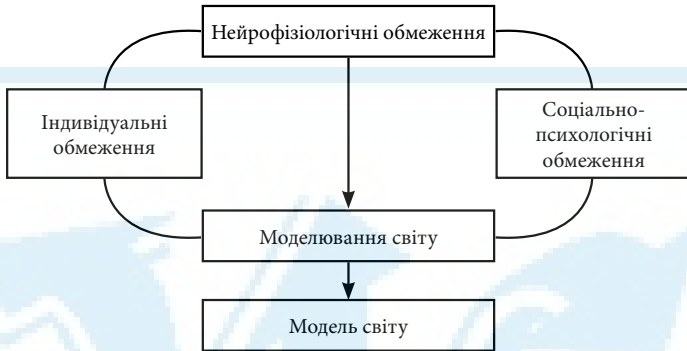
Уявити ситуацію, зрозуміти дії можна, маючи досвід сприйняття подібного, необхідний рівень культури. Побачити, почути гармонію барв, звуків може лише спеціально підготовлена людина. Сприйняття багато в чому залежить від певних психологічних факторів. Значну роль тут відіграють сформовані програми дій при сприйнятті конкретних фактів і ситуацій.

Прикладом можуть бути: програми поведінки за столом, у театрі, у гостях тощо або програми самооцінки. Багато самооцінок — типові забобони, але вони керують поведінкою людини. Більш того, діючи за такою програмою (ввійшовши у роль), можна одержати ефект «Пігмаліона», коли все оточення ставитиметься до Вас відповідним чином. Ви засудили себе за вчинене і несвідомо будете в ролі грішника, який покався, негідника. Випадкові люди, навіть тварини вбачатимуть у Вас негідника.

Обмеження впливають на формування моделі світу в комплексі (рис. 4.6).

Людина в процесі моделювання може сформувати модель або близьку до дійсності й відповідно до цього вибирати мету і стратегію її досягнення, або убогу, далеку від реалій, але, що є найдивнішим і небезпечним, вона почне цією моделлю керуватися в житті. У першому випадку вона успішно досягне своєї мети, у другому — перетворить життя на пекло, позбавитися якого зможе лише гіпнотерапевт. Сприяють цьому





**Рис. 4.6. Факторний вплив обмежень сприйняття людини на формування моделі світу**

особливості сприйняття і робота механізмів генералізації, відчуття і перекручування.

*Генералізація* — процес, в якому елементи моделі відриваються від вихідного досвіду і починають претендувати на сприйняття світу, де досвід людини стає частинним випадком. Наприклад, чоловіка обдурила жінка, і він виключає усіх жінок зі свого життя (з наслідками, що звідси випливають).

*Відчуття* — процес вибіркового ставлення до досвіду. Приклад: здатність людини розрізняти безліч звуків у приміщенні й чути голос конкретної людини. Цей прийом дає змогу декому блокувати сприйняття бажаних елементів поведінки від людини і «заганяти» себе в стан трансу.

*Перекручування* — процес, що спричиняє зміщення сприйняття чуттєвих даних. Узагальнення індивіда або його очікування спотворюють досвід, щоб привести його у відповідність з певним результатом. Приклад: людину не сприймають, вона доходить висновку (генералізації), що не гідна уваги. Оскільки генералізація входить у її модель світу, вона ігнорує знаки уваги або вважає їх нещирими. Так люди зберігають свої убогі моделі.

### 4.3. Самоуправління людини з урахуванням біоритмів

**Загальні відомості про ритмічні впливи.** Повторюваний характер історичного процесу — вияв закону циклічності світобудови. Історія людства розгортається відповідно до ритмів, що показав італійський мислитель XIX ст. Дж. Феррарц. У своїх працях він висловлює ідею синхронності світових історичних процесів. Ці погляди поділяють також інші філософи, історики мистецтв, сходознавці, фахівці із загальної історії. Реальність світових ритмів є необхідною передумовою для стратегічного планування розвитку людини і суспільства.

Поліциклічність історичного процесу виявляється в розвитку людини і суспільства, який відбувається циклами різної тривалості та глибини. Виділено чотири основних види історичних циклів [10]:

- середньострокові з приблизно 10-літньою амплітудою коливань, що збігаються із широко дослідженими економічними циклами;
- піввікові (цикли Кондратьєва), пов'язані зі зміною поколінь людей, технологічних укладів, основних фондів, зі змінами в економічних і соціально-політичних відносинах, у духовному світі;
- вікові, відображені в періодичній (у кілька століть) зміні світових цивілізацій у всій глибині їхньої багатшарової структури;
- тисячолітні суперцикли, що охоплюють кілька родинних цивілізацій.

Усі ці цикли накладаються один на інший, резонують, формуючи загальноісторичний ритм, що частішає, історичний час скорочується; кожна наступна цивілізація в 1,5 раза коротша від попередньої. Але й усередині кожного історичного циклу рух нерівномірний: перебіг часу прискорюється в періоди криз і революційних потрясінь та сповільнюється у фазах зрілості й застою. Саме циклічність є соціальною константою в розвитку людини і суспільства.

*Ритми людської діяльності* — повторювані, періодичні її характеристик. З огляду на космобіопсихосоціокультурну природу людини її життєдіяльність і діяльність повинні мати циклічний характер. Циклічність зумовлена її локалізацією в циклі або ритмі, періодичністю, переривчастістю і безперервністю тощо. Ритм і періодичність керують Всесвітом, живими організмами, соціальними явищами. Ритм ніби «запрограмований» сутністю саморуку, виступає як основний закон природи і суспільства. Ритми різноманітні, на кожному рівні ієрархічного

Всесвіту наявні якісно різні ритмічні процеси. «Скрізь і усюди прояв колективної діяльності, як і прояв індивідуального життя, підпорядкований закону ритму, що має, таким чином, загальне значення» [6]. Людина повинна планувати досягнення життєвих цілей з урахуванням біологічної ритмічності функціонування свого організму. Ритм людської діяльності день — ніч має астрономічні корені: під впливом ритмів сонячної активності почала функціонувати перша жива клітина і природно, що людський організм вибрав як міру часу своєї праці та відпочинку сонячний ритм день — ніч. На діяльність людини впливають ритми — сонячний рік і цикл повторення фаз місяця. Проте разом з такими циклами, як рік, сезони, місячний цикл, доба, людина користується створеним нею соціокультурним циклом — тижнем. Циклічний характер тижня виявляється й у тому, що він складається з нерівнозначних днів.

Три ритми діяльності — доба, тиждень і рік — характеризують і поведінку соціальної групи. При цьому варто відрізнити добовий ритм діяльності від доби як астрономічного явища, тому що людина може здійснювати добовий ритм діяльності незалежно від зміни дня і ночі. Календарні одиниці часу (доба, тиждень, рік) і ритми людської діяльності різні за своєю сутністю, але вони реалізуються людиною в одиницях часу і ритмах фізичного, біологічного, психічного і соціокультурного плану.

**Біоритми і самоуправління.** *Біоритми і космічні фактори* — вплив космічних випромінювань на циклічні (добові, сезонні та ін.) коливання інтенсивності й характеру біологічних процесів, що дають змогу організму людини адаптуватися до циклічних змін навколишнього середовища. Можливість впливу космічних факторів на біоритми людського організму заважає його нормальному функціонуванню. Сутність біоритмів вивчено і описано в науковій та навчальній літературі. Інтерес становить тільки сам механізм відліку часу організмом, що показує вплив на цей процес різних факторів. У біологічних системах механізмом часу є одночасні взаємозалежні хімічні реакції, а співвідношення швидкостей процесу реакцій виконує роль регулюючого механізму біологічного годинника. Незатухаючі коливання таких реакцій, підтримувані самою біосистемою, створюють умови існування клітини. На підставі автоколивального процесу працює «клітинний годинник».

У живій системі (людському організмі) відповідальними за перебіг коливальних процесів з різними періодами є осцилятори. Їхня взаємодія

утворює генерації біоритмів. Частота коливань цих систем не може значно відхилитися від свого первинного рівноважного значення і в разі переходу певної межі рівноважного положення автоколивальні сили повертають їх до початкового стану. Незатухаючі коливання в окремих клітинах, в організмі в цілому можливі за постійного припливу енергії та речовини ззовні. У людському організмі є багато біологічних ритмів, зумовлених зміною умов зовнішнього середовища (освітленістю протягом доби, сезонністю, зміною активності сонця тощо).

Добовий ритм регулює функціонування всіх органів людини. Варіант може бути такий: світло через сітківку ока подразнює нервові закінчення, збуджує серединні структури мозку (гіпоталамус), потім діє на шишкоподібну залозу — гіпофіз, що, у свою чергу, надсилає сигнал готовності корковому шарові наднирників, підшлунковій, щитовидній і половій залозам. У кров надходять гормони — адреналін, норадреналін, тироксан, тестостерон. Вони відповідним чином подразнюють нервові закінчення, закладені в судинах, м'язах, клітинах. Звідси система нейрогормональних механізмів одержує по зворотному зв'язку сигнали про стан і роботу різних органів. У результаті циркадною ритмікою виявляються охоплені клітини і тканини всього організму, а сам він виступає як єдине складне утворення, регульоване центральною нервовою системою [10].

Цей механізм пояснює не тільки добові, а й місячні, сезонні та інші ритми. Здоров'я і працездатність людини багато в чому визначаються станом її біологічних ритмів. Річ у тім, що цілісний організм може існувати тільки за певних фазових співвідношень різних коливальних процесів: з одного боку, у клітинах, тканинах, органах і функціональних системах, а з іншого — за їхньої синхронізації з умовами навколишнього середовища. Розуміння ролі та значення ритмів у життєвих процесах дає змогу передбачати різні порушення в організмі, розкривати їх механізми і розробляти ефективні заходи щодо попередження і корекції цих порушень.

Під впливом природних і штучних електромагнітних полів змінюється тривалість циркадних ритмів. Якщо при цьому відбуваються десинхронізація, неузгодженість біоритмів, то виникають різного роду нервово-психічні захворювання — неврози тощо. Зміна зовнішніх умов під час сонячних і магнітних бур впливає на біоритми людського організму. Найбільш згубно цей вплив виявляється у разі хворого організму, стан якого в цих умовах може істотно погіршитися [10]. Біоритми людини залежать від таких космічних факторів, як сонячні бурі та спричинені ними магнітні збурювання на планеті, що впливає на стан здоров'я людей.

Біологічні ритми становлять основу життя, підтримують його плин. Частина їх виявляється у певні періоди життя і контролюється свідомістю, інші відбуваються несвідомо. Зміна ритмів, що виходить за межі норми, призводить до хвороби.

Більшості ритмічних змін ми навіть не помічаємо, наприклад гормональні припливи і відливи, цикли швидких і повільних активностей мозку, циклічні коливання температури тіла. При цьому «диригентом» є головний мозок. Проте є ритми, не пов'язані з мозком, які працюють за місячним часом. Систематизувавши біоритми людини, фахівці виділили серед них добові, тижнево-місячні та річні.

**Добові біоритми.** У людини протягом 24 годин виявлено понад 300 біоритмів. На стан організму та ефективність життєдіяльності, у першу чергу, впливають внутріклітинні, функціональні та місячні фактори:

**Внутріклітинні біоритми.** Клітини, з яких складається фізичне тіло людини, мають своє життя, свої ритми, синхронізовані зміною дня і ночі. Не враховуючи цієї добової організації життєдіяльності, ми заважаємо внутріклітинним процесам розпаду і синтезу, що є основою існування життя.

Наш організм має власний електричний заряд. Ізолювавши себе від взаємодії з електричним полем Землі (гумовим взуттям, синтетичними покриттями), ми зміщуємо середній нейтральний заряд тіла, чим змінюємо функціонування кліток, біохімічні процеси в організмі.

Для вирівнювання внутрішньоклітинних біоритмів необхідно:

- дотримуватись ритму сну і активності;
- регулювати протягом дня загальний заряд організму (менше лежати вдень; вранці та ввечері приймати ванни).

**Функціональна біоритмологія організму.** Природа навколо нас живе своїм життям. Протягом доби змінюються температура, освітленість, вологість тощо. Наш організм синхронізований із процесами, що відбуваються в природі. Існує прямий зв'язок між функціонуванням людського організму та атмосферними процесами на поверхні Землі. Ми це не усвідомлюємо, тому що за дотримання цих біоритмів відповідає підсвідомість.

Давні мудреці Індії виділили три періоди, що двічі повторюються протягом доби, коли наші органи по черзі працюють і відпочивають. Потрібно знати, коли завантажувати свій організм їжею, фізичним навантаженням, спілкуванням тощо. Це дасть йому змогу ефективно виконувати свої обов'язки, принесе відчуття задоволення життям.

*Вплив Місяця на добові біоритми.* Місяць своєю гравітацією не тільки спричиняє припливи і відливи, а й змінює магнітне поле Землі, чим, у свою чергу, впливає на швидкість перебігу біохімічних процесів в організмах. Враховуючи, що 12 наших внутрішніх органів мають свій розпорядок роботи й активні двічі на добу завдяки Місяцеві (він зумовлює біологічну активність ферментів), варто постачати в організм різну їжу.

З огляду на це найбільшу кількість їжі варто приймати приблизно о дев'ятій годині ранку, наступний прийом — між 15–17 годинами, а третій — увечері, після приходу з роботи, організмові не потрібний і шкідливий.

Таким чином, необхідно власну діяльність узгоджувати з ритмами природи, що синхронізують наші добові біоритми.

*Тижневі, місячні біоритми.* Основними силами, що діють на людину в цей час, є магнітне поле Сонця і гравітаційно-енергетичний вплив у період фаз Місяця. Сонце обертається навколо своєї осі за 27 днів, Місяць — за 29,5. Через кожні 7 днів Земля виявляється в позитивному або негативному секторі магнітного поля, створеного Сонцем. Це призводить до зміни активності організму (вплив електричних полів), що відчувається у вигляді підвищеного настрою, легкості вирішення фізичних та інтелектуальних завдань. В інший тиждень — навпаки. Протягом місячного циклу цей супутник Землі залежно від дальності, змінює гравітаційний вплив на рідку і тверду оболонку Землі (змінюються вологість, атмосферний тиск, температура, електричне і магнітне поля). На багатьох людей це дуже суттєво впливає.

З кінця минулого століття при плануванні життєдіяльності використовуються функціональні цикли місячної періодичності. Згідно з цими рекомендаціями життя кожної людини, починаючи з моменту народження, відбувається за трьома окремими циклами: фізичним (23 дні), емоційним (28 днів) та інтелектуальним (33 дні). Кожен цикл має позитивну і негативну синусоїди, що відповідає позитивному і негативному станам організму. Дні перетину синусоїд нульової лінії (перехід позитивної півхвилі в негативну) називають критичними. Ці дні за статистикою характеризуються нещасними випадками (фізичний цикл), людина нервує, легко збуджується (емоційний цикл), погіршується її розумова діяльність (інтелектуальний цикл). У середньому критичні точки одного циклу бувають раз за шість днів, а вдвічі критичні — приблизно шість разів на рік. Збіг же «критичних» днів усіх трьох циклів відбувається раз на рік. Це небезпечний день для людини.

Обчислимо біоритми 40-річної людини. Загальна кількість прожитих днів —  $14\,600 (365 \cdot 40) + 10$  днів за рахунок високосних років. Додамо кількість днів, прожитих на 41-му році життя. Потім суму розділимо на 23, 28, 33. Припустимо, для фізичного циклу вийде залишок 6, емоційного — 20, для інтелектуального — 21. Отже, людина перебуває в позитивній фазі фізичного циклу й у негативних фазах емоційного та інтелектуального.

**Річні біоритми.** Земля, рухаючись по своїй траєкторії, в січні наближається до Сонця, а в червні віддаляється від нього. Природно, змінюється гравітаційний і світловий вплив на організм людини. Врахування цього вимагає дотримання певних режимів у харчуванні (системи постів) і способу життя, пов'язаного з впливом тепла, холоду, вологості. Періоди активності організму протягом року потребують грамотного складання річного плану. Глибокою осінню й узимку варто активно працювати, а влітку — відпочивати.

Відомі психологічні ритми, що відбуваються з періодом 7 років. Отже, роки: 6–7, 12–13, 18–19, 25–26, 31–32, 37–38, 43–44 і т. д. характеризуються посиленням духовного життя, проясненням самосвідомості.

Враховуючи свої біоритми в самоуправлінні, людина гармонізує життя, оптимізує витрати організму, успішніше досягає мети життя.

## **4.4. Акмеологічні та валеологічні засади саоменеджменту**

### **4.4.1. Акмеологічні засади саоменеджменту**

**Людина з позицій прикладної акмеології.** Наука починається з визначення її предмета, наявних закономірностей, вироблення системи понять, методів дослідження. Предметом акмеології є об'єктивні та суб'єктивні фактори, що сприяють і перешкоджають досягненню вершин життя і творчої діяльності людини [3]. «Акме» — вершина розвитку людини як індивіда, особистості та суб'єкта діяльності. Існує кілька спроб опису вершини в розвитку людини, особливості яких пов'язані з багатьма співвідношеннями процесу її розвитку (в онтогенезі).

Поняття «акмеологія» (від давньогрецьк. акме — вершина і логія — пізнання, наука) ввів у наукову термінологію професор Н. Рибніков у

1928 р. Б. Ананьев розробив теоретичні та експериментальні засади акмеології як вікової психології зрілості та дорослості. Нині акмеологія перебуває на стику природних, суспільних і гуманітарних дисциплін. Вона вивчає феноменологію, закономірності та механізми розвитку людини на стадії зрілості, особливо при досягненні нею найвищого рівня в цьому розвитку [3]. Досліджуючи життєвий шлях людини, акмеологи синтезують накопичені фактори із сфер генетики, фізіології, медицини, усіх галузей психології, педагогіки, геронтології, філософії, соціології, виявляють «перетини» життєвих і професійних вершин, визначають нові закономірності професійної «долі» людини [3]. Знання цих закономірностей дає змогу моделювати раціональні технології виробничих процесів і навчати їх професіоналів, майбутніх і теперішніх, формуючи і перебудовуючи їхнє професійне мислення. Численні дослідження свідчать, що в основі проблем досягнення «акме» — мислення людини. Несвідоме мислення перебудовується лише в найталановитіших людей. Для цього потрібно вміти руйнувати старі стереотипи мислення і формувати нові. Засобом перебудови його можуть бути моделі продуктивного (непродуктивного) вирішення професійних завдань, які впроваджуються в процес діяльності людини. Цьому багато в чому сприяє знання факторів, що впливають на продуктивну діяльність людини, на досягнення нею свого «акме». Ці фактори бувають об'єктивними (якість отриманого виховання й освіти) та суб'єктивними (талант і здібності людини, її відповідальність, компетентність, уміння ефективно вирішувати професійні завдання).

Найважливіша методологічна проблема акмеології — виявлення її законів і закономірностей. До загальної характеристики законів акмеології можна віднести [3] особливості їх методологічної орієнтації (відповідність природно-науковим стандартам); гуманістичну і технологічну спрямованість. Складністю методологічного забезпечення розкриття акмеологічних законів і закономірностей є об'єктивність і суб'єктивність отриманих знань на «виході». З одного боку, вони повинні відповідати суворим критеріям об'єктивності при діагностичному дослідженні людини, а з іншого — враховувати суб'єктивізм досліджень.

Закони акмеології мають антропо-соціальний характер, розкривають екзистенціально-природні особливості людини, сутнісні характеристики її внутрішніх сил у реальних соціальних умовах. Крім того, ці закони відображаються критеріально. При діагностиці стану людини



(як об'єкта дослідження) необхідні пов'язані з цілями діагностичні критерії (розподілу респондентів, їхнього стану, залучення розвиваючих засобів). Наприклад, критерії цілісного напрямку розвитку, критерії бажаної якості.

Сучасні акмеологи до законів відносять стійкі, повторювані зв'язки явищ, що виявляються у специфічній для психології варіативності, мінливості в певних умовах і сфері діяльності. Прикладом акмеологічного закону є залежність досягнення бажаного стану самим суб'єктом [3]. Саме бажання спонукає людину до мобілізації, пробудження її резервів. Бажані якості, їхні критерії поступово набувають конкретності та визначеності у поняттях «майстерність», «професіоналізм», «компетентність» тощо [7]. Найбільш обґрунтованим є закон індивідуально-професійного розвитку і зростання особистісного потенціалу. Він визначає взаємозв'язки між процесом становлення професійної майстерності та формуванням особистісної цілісності [3].

Відповідно до законів діалектики рушійною силою, у тому числі індивідуально-професійного розвитку, є протиріччя між здібностями, обдарованістю особи, мотивацією досягнень і вимогами конкретної професійної діяльності, нормативністю її поведінки. Людина розв'язує протиріччя між цілями, завданнями і наявними засобами їх досягнення, опановуючи алгоритми, технології продуктивної діяльності. При цьому, вирішуючи особисті проблеми, вона розробляє стратегії досягнення бажаних цілей, проекти, плани, програми професійного росту.

Закон залежності досягнення бажаного стану визначає професійну придатність не лише характеристиками особистості (її можливостями), а й суб'єктивним прагненням досягти необхідних результатів. Професійна придатність може змінюватися в процесі відповідної підготовки, набуття досвіду, індивідуально-професійного розвитку. Здобуття необхідних знань, навичок і вмій, їх практична реалізація пов'язані з активним смисловим відображенням процесу діяльності.

Особливості розвитку людини, рівень результату, що досягається нею, пов'язані з особистісно-смисловою оцінкою і визначаються *законом самовираження*, наприклад у професії. Соціалізована людина, як правило, прагне реалізувати особисті та професійні якості, розвинути свою індивідуальність, набути авторитету і суспільного визнання. Реалізується це спершу через професійне самовизначення і наступне самоствердження. Під професійним самовизначенням мають на увазі процес розвитку особи

у професійній діяльності на основі найповнішого використання нею своїх здібностей та індивідуально-психологічних можливостей [3]. Воно не обмежується формуванням професійної придатності, а охоплює значну частину життєвого шляху людини, у тому числі професійні здібності, професійну мотивацію і самосвідомість, властивості темпераменту, міжособистісні відносин в організаційній ієрархії.

Стан мотиваційної та операціональної сфер доцільно характеризувати у вигляді груп критеріїв [3]:

- *об'єктивні критерії* (наскільки людина відповідає вимогам професії, робить внесок у соціальну практику), наприклад: продуктивність праці, кількість і якість, надійність продукту праці, досягнення в професії певного соціального статусу тощо;
- *суб'єктивні критерії* (наскільки професія відповідає вимогам людини, її мотивам, схильностям), наприклад стійка професійна спрямованість, розуміння значущості професії;
- *результативні критерії* (досягнення бажаного результату у праці), наприклад, для вчителя: знання учнів, відповідність стандартам освіти тощо;
- *нормативні критерії* (норма, правила, еталони професії та їх відтворення на рівні майстерності);
- *критерії наявного рівня* (досягнення на сьогодні рівня професіоналізму).
- *критерії професійної навчваності* (готовність людини до застосування досвіду інших людей).
- *критерії соціальної активності та конкурентоспроможності* професії у суспільстві (чи вміє зацікавити суспільство результатами своєї праці);
- *критерії якісні та кількісні* (оцінка професіоналізму у відповідних параметрах), наприклад, для вчителя якісні — це глибина, системність знань, а кількісні — бали в рейтингу.

**Акмеологічна концепція становлення людини.** Аналіз сутності фахового становлення людини дає можливість створення акмеологічної концепції. Концептуальне бачення становлення передбачає опис відповідних принципів професіоналізації повноправного суб'єкта діяльності, який прагне до вершин виконання посадових обов'язків, використовує вирішення фахових завдань як засіб особистісного саморозвитку. Акмеологічна концепція обґрунтовує системи поглядів на фахове становлення, на задум організації й оптимізації процесів і явищ, пов'язаних з досягненням людиною» акме. Ключовими можуть бути ідеї про суб'єктогенез —

прагнення людини до самопокладання, детермінації власної активності, розвитку здатності відігравати роль суб'єкта. *Суб'єктогенез* — становлення можливості самодетермінації особистості, здатності до самопорядження себе як першопричини своєї активності [28].

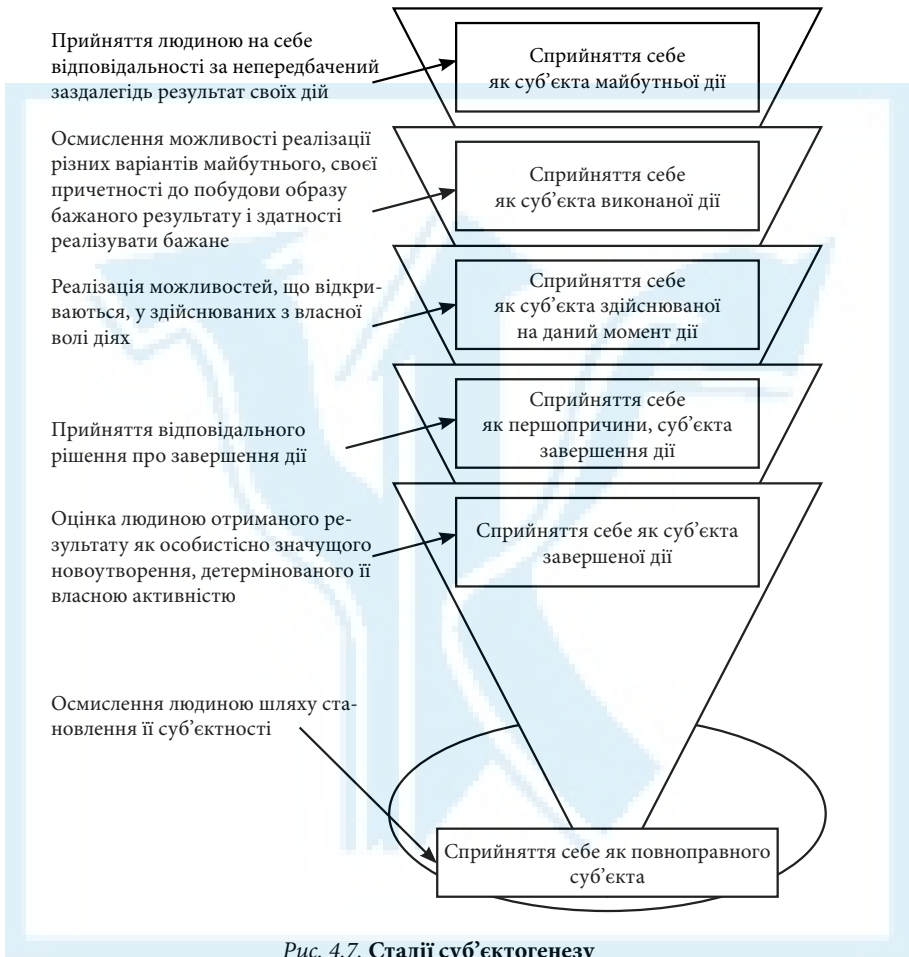
Основним принципом мотивування в організованій відповідно до наведеної концепції акмеологічній практиці є створення умов для реалізації прагнення людини стати першопричиною, детермінуючим началом, суб'єктом того, що з нею відбувається і нею вчиненого. Реалізація цього принципу дає змогу людині відчувати здійснюване як самоуправління власним життям.

Основним методичним принципом пропонованої концепції є створення ситуацій, що зумовлюють породження суб'єктивності людини. Реалізація цього принципу вимагає, щоб розв'язувані проблеми ставилися самою людиною без зовнішнього примусу; створення умов для поставлених цілей, більш значущих, ніж ситуативна необхідність. Ситуації відповідного вибору можуть призвести до фрустрації потреб людини.

Як принципово значущі орієнтири при організації та оптимізації пов'язаних із професійним становленням процесів в акмеологічній концепції використовуються стадії суб'єктогенезу (рис. 4.7) [28]. До них належать:

- прийняття людиною на себе відповідальності за невирішений заздалегідь результат своїх дій (прояв себе як суб'єкта майбутньої дії);
- усвідомлення можливості реалізації різних варіантів майбутнього, своєї причетності до побудови образу бажаного результату і здатності бажане реалізувати (прояв себе як суб'єкта цілепокладання);
- реалізація можливостей, що відкриваються, у вчинених з власної волі діях (прояв себе як суб'єкта здійснюваної «тут і тепер» дії);
- ухвалення відповідального рішення про завершення дії (прояв себе як першопричини, суб'єкта закінчення дії);
- осмислена оцінка результату як особистісно значущого новоутворення, детермінованого власною активністю (прояв себе як суб'єкта дії, що відбулася).

За відсутності однієї з наведених стадій людина може вважати себе об'єктом маніпуляцій, що призводить до негативних реакцій. Суб'єктогенез передбачає усвідомлене перетворення людиною свого особистого досвіду за рахунок рефлексивних процедур (ретроспективної і проспективної рефлексій).



У теоретично описаній системі поглядів на досягнення вершин професіоналізму передбачається:

- зближення суб'єктивних і об'єктивних критеріїв;
- формування установки на їх досягнення;
- максимальна самореалізація в поєднанні з принципами гуманізму.

Принципи гуманістичної психології зобов'язують ненав'язування знань, чужого досвіду. Затребуваність знань тими, кого навчають,

одержання їх шляхом самостійних відкриттів дає змогу виключити традиційне інформування, фіксацію знань і забезпечити розвиток людини.

**Акмеологічна модель становлення людини.** У літературі наводяться еталонні описи якостей людини (суб'єкта праці) у професії. Так, модель особистості фахівця визначається як сукупність психофізіологічних і особистісних якостей, що забезпечують ефективність професійної діяльності та засвоєння необхідного обсягу знань, умінь, навичок. Модель фахівця сприймається як відповідний певному періоду часу його образ.

Модель підготовки фахівця охоплює: професіограму, паспорт фахівця (державний стандарт), посадові обов'язки, необхідні знання і практичні уміння, цілі та зміст професійної освіти тощо. Сучасна практика моделювання професійного становлення (набуття певних ознак і форм у процесі розвитку) передбачає наявність моделі професійної діяльності фахівця певного «профілю» [4]. У цьому разі цілі фахового становлення формуються з урахуванням моделі діяльності та моделі особистості фахівця. Слабкою стороною постановки цілей на основі моделі особистості є її низька діагностичність.

#### 4.4.2. Валеологічний аспект

*Валеологія* — наука про індивідуальне здоров'я людини. «Здоров'я — не все, але усі без здоров'я — ніщо» (Сократ). Коли «воно» є — його не почувають; коли тільки «його» втратили — з'являється «біль» — злий, підступний, нестерпний [29]. Самоменеджмент людини повинен бути спрямований на цей найважливіший об'єкт самоуправління.

XXI століття об'єднає мудрість Сходу і Заходу в розумінні природи людини та її здоров'я. Сократівське — «людина — пізнай себе» і конфуціанську тезу — «людина — створи себе» можна об'єднати в один основний валеологічний принцип: *людина — пізнай і створи себе*. Пізнай, перетвори, створи себе — оздоровча доктрина сучасної людини, реалізована в межах дисципліни «Самоменеджмент».

Валеологія складається з двох частин:

- валеософії (*валео* — здоров'я, *софія* — мудрість), тобто науки про мудрість здоров'я (теорія здоров'я);
- валеометрії — науки про вимірювання здоров'я.

Людина повинна знати, що таке здоров'я, як його визначити, які фактори впливають на нього. Один із засновників валеології академік В. Петленко вважає, що для цього необхідно вивчити [29]:

- конституцію людини (сукупність індивідуальних, відносно стійких морфологічних і функціональних, у тому числі психологічних, особливостей людини) та її спадковість як фактор здоров'я;
- проблеми екологічної валеології, спосіб життя, напрям думок, образ почуттів, що впливають на здоров'я людини;
- вплив родини на здоров'я;
- потреби людини і те, як вони задовольняються;
- духовну і фізичну культуру людини;
- систему харчування людини.

Здоров'я залежить і від інших складових життя — любові й краси. Любов веде людину до щастя, а краса розкриває секрети внутрішньої та зовнішньої гармонії, забезпечує виконання вимог закону міри.

«Краса врятує світ», — ця формула, запропонована Ф. Достоєвським, була уточнена Н. Еріхом: «Усвідомлена потреба в красі врятує світ». Краса є «установкою» на гармонію тіла і душі, внутрішнього і зовнішнього, вона пов'язана з любов'ю до прекрасного і багато в чому визначає поведінку людини.

Світ валеології: Здоров'я — Любов — Краса. Людина — дитя Космосу, Сонця, планети Земля, своєї Батьківщини, Матері й Батька. Людина органічно вписана в біосферу Землі й повинна була, на думку академіка В. Вернадського, до кінця ХХ ст. навчитися розумно керувати нею. На жаль, людина на сьогодні погано керує собою і ще гірше — біосферою Землі. Сучасній людині необхідно «пройти» семінар, де в п'яти томах викладено основні розділи валеології людини [29]:

- валеологія і мудрість здоров'я;
- екологічна валеологія і харчування;
- фізичне і психічне здоров'я;
- краса і валеологія любові;
- гармонія почуттів і спосіб життя.

Щодо розв'язання проблем самоуправління життєдіяльністю і діяльністю людини найбільш актуальною є акметивна валеологія — наука про вершини людського здоров'я («акме» — вершина, розквіт, валео — здоров'я). Тут доцільно виходити з трьох установок: 1) життя і здоров'я; 2) фізична, духовна і соціальна досконалість; 3) сенс і мета життя. Ми повинні створити себе в школі потрібно: валеологічно (бути

здоровими), професійно (визначити шлях життя), духовно (знайти свій ідеал) [14].

**Здоров'я людини як об'єкт СМ.** *Здоров'я людини* — стан організму, що характеризується урівноваженістю з навколишнім середовищем і відсутністю хворобливих змін. Це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, відсутність хвороб і фізичних дефектів. Благополуччя — це правда, краса, міра, свобода життя. Для визначення фізичного, психічного і соціального здоров'я людини потрібно розкрити [14]:

- зв'язок спадковості людини (норми реакцій як генетичного потенціалу здоров'я) та її здоров'я;
- природу психосоматичної (зв'язок психіки з анатомічними і фізіологічними властивостями людини) конституції людини (генетичний потенціал, продукт спадковості та середовища, яке реалізує спадковий потенціал);
- зв'язок здоров'я з навколишнім середовищем (екологічна валеологія);
- зв'язок здоров'я зі способом життя людини (рівень, якість, стиль, режим життя, шкідливі звички);
- залежність здоров'я людини від її ставлення до нього, від установок на здоровий спосіб життя, на знання нею своїх можливостей (резерву), санітарно-гігієнічних норм життя.

Здоров'я людини багато в чому залежить від якості навколишнього середовища. Потреба її в такому середовищі пов'язана з ціннісною орієнтацією суспільства і входить у визначення якості життя. Під *якістю навколишнього середовища*, за розширеного її тлумачення, мають на увазі відносно стабільну (територіальну і часову) обумовленість навколишнього середовища численними взаємозалежними факторами з чотирьох основних сфер: природних і створених людиною ресурсів і процесів у навколишньому середовищі; засобів і заходів для здійснення екологічної політики і впливу навколишнього середовища на суспільний розвиток [10]. Ця дефініція потребує розроблення системи стандартів якості життя, але визначає, що забруднення, незадовільна якість природного середовища загрожує здоров'ю людини.

Здоров'я багато в чому залежить від існуючих у суспільстві систем цінностей, що визначають зміст життя, властивий конкретній культурі. Зростанню кількості патологій, особливо психічних, сприяють надмірна інтенсивність використання часу, зростаюча квалпівість, спроби вписатися у загальний потік життя. Нагромадження матеріальних цінностей

досягло найвищого за усі часи рівня, але при цьому багато людей не бачать сенсу свого життя. Виявляється, що людина не живе власним життям. Створивши всепроникаючу технологічну культуру, вона не знайшла свого місця у житті, що призводить до деградації її здоров'я і зростання кількості психічних захворювань. Світове безладдя у XXI ст. — тупиковий характер розвитку суспільства споживання, необхідно змінити існуючу систему соціальних цінностей.

В Україні деградація зумовлена не стільки кризою економіки, скільки значним розшаруванням суспільства, руйнуванням старої системи цінностей, орієнтованої на стабільність, соціальну гарантованість роботи. Цьому сприяє «внесення» цінностей індивідуалістичної цивілізації з її установками на матеріальне багатство за будь-яку ціну, з невпевненістю в завтрашньому дні, безробіттям.

Здоров'я людини залежить від орієнтації на систему цінностей. У сучасних суспільствах до старіння ставляться з переконанням: «Я повинен старіти». Цим людина програмує себе на це, таким чином, старіння закладене в суспільному переконанні. Тисячі років тому індійський мудрець Шанкара пояснював: «Люди старіють і вмирають тому, що вони бачать, як старіють і вмирають інші». Фіксується явище залежності здоров'я індивіда від зв'язку зі своєю соціальною групою, суспільством із властивою йому системою цінностей. Віра у свої цінності спонукає людину зберігати здоров'я і старіти відповідно до прийнятих у певному суспільному ладі уявлень і переконань.

Нині поняття «здоров'я» уточнюється і часто визначається як стан рівноваги (баланс) між адаптивними можливостями (потенціал здоров'я) і умовами середовища, які постійно змінюються. Багатоглибкий досвід лікарів, педагогів, психологів показав, що основним законом валеології є: «Спосіб життя людини повинен відповідати її конституції» [29]. Конституція завжди індивідуальна, отже способів життя стільки, скільки людей. Таким чином, плануючи своє життя, не слід «насилувати» власну природу, конституцію (біопамять організму, свій «спадковий паспорт», особливості імунної, нейронної, психологічної конституції). Жити потрібно за законами своєї біологічної конституції, керувати собою з урахуванням біологічних і психологічних можливостей.

Здоров'я — стан організму, за якого правильно, нормально діють усі його органи. На стан здоров'я впливає система взаємозалежних факторів (рис. 4.8).



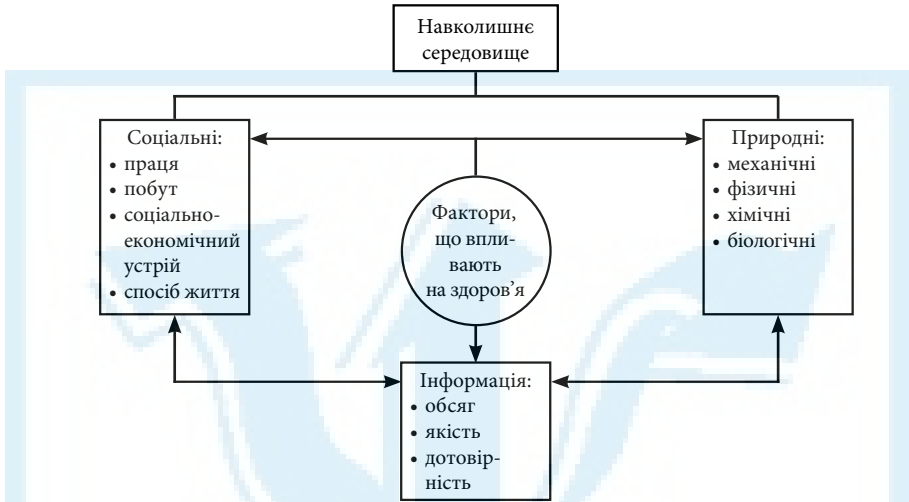


Рис. 4.8. Основні фактори здоров'я

Здоров'я — умова успішного і гармонійного життя. Навчитися керувати здоров'ям означає:

- освоїти закони управління здоров'ям і застосовувати їх до себе максимально кваліфіковано;
- не тільки одержати необхідні знання, а й опанувати технології, методи управління своїм здоров'ям;
- жити і діяти, управляючи собою з огляду на діючі фактори.

Досягати цього можна по-різному, наприклад універсальним алгоритмом побудови власної програми управління здоров'ям, що складається з п'яти кроків [5]:

- 1) повірити в реальність здорового життя;
- 2) трансформувати загальні знання в особистий досвід;
- 3) визначитися з головною конкретною метою;
- 4) розробити і реалізувати план дій;
- 5) оцінити результат і скористатися ним.

Надалі ми переконаємося, що запропоновані кроки вписуються в етапи стратегічного СМ, а тут прокоментуємо зміст і послідовність їх здійснення.

Фахівці в галузі гіпнології вважають, що віра — це трансвий стан, повірити у щось — це «запрограмувати» себе. Люди часто старіють або

хворіють, тому що почали думати про це, очікують цього, сприймають це як природний процес. У стані віри в реальність здорового способу життя наше «несвідоме», що керує психофізіологією організму, а багато в чому і поведінкою, в автоматичному режимі програмує те, у що ми віримо, чого намагаємося досягти. Це дає змогу позбутися реальних і надуманих обмежень, побачити нові можливості.

Метою другого кроку є здійснення усвідомленого вибору, мотивація себе на його досягнення. Вирішується це завдання забезпеченням стратегічного бачення, формуванням бажання досягнення майбутнього його втілення. «Роблячи вибір і приймаючи рішення, ви даєте картині життя. Кожна подія стає більш визначеною, набуває характерних рис. Ви створюєте собі набір мозаїки, що складатимуться в повну картину в міру плину вашого життя... Ваш вибір і ухвалення рішення залишаються у Вашій пам'яті на її підсвідомому рівні» [5].

На третьому кроці, поставивши собі мету, людина створює умови для свого розвитку, її досягнення. Мета є чинником, що організує її діяльність.

Розв'язання завдання спрощується, якщо керуватися правилами [5]:

- визначайте свою мету у формі позитивних тверджень. Наприклад, зосереджуйте увагу на тому, що не бажаєте хворіти, не думайте про негативні речі;
- формуйте свою мету таким чином, щоб мати можливість досягти її самостійно, незалежно від дій інших. «Що я можу зробити, щоб пододатися самому собі, незалежно від ставлення інших»;
- будуйте образ досягнення своєї мети. Створення конкретного, діяльного і живого образу володіння бажаним, розробка для себе багатого деталями сценарію, у якому ви безпосередньо переживаєте володіння, є головною ланкою в процесі цілепокладання.

Виконання цих правил реалізується як психофізіологічна технологія незворотності обраної мети.

Розробляти на четвертому кроці план дій можна з використанням цільової комплексної програми (порядок побудови розглянуто в посібнику «Організація праці менеджера» [19]. Оцінюючи результати своєї діяльності на п'ятому кроці, потрібно гарантувати собі позитивні переживання досягнення, дотримуючись таких правил [5]:

- порівнюйте себе із собою. Розглядайте лише власний прогрес. Не озирайтеся на інших. Дорога до успіху вимірюється власними досягненнями;

- будьте самодостатні, оцінюючи свої результати. Орієнтуйтеся на найчутливіший барометр самооцінки — власну задоволеність. Не переконуйте інших у своїй значущості.
- віддайте належне своїм заслугам. Завжди гідно винагороджуйте себе за зроблене.

Життєдіяльність людини визначається її психікою. Те, що з'являється в думках людини, виявляється емоційно, позначається на її здоров'ї. Екологія думок і почуттів — відправна точка в русі до здоров'я і благополуччя.

**Самоменеджмент здоров'я.** Якщо ваш організм перебуває у згоді з тим, що ви робите і як ви живете, — ви здорові, бадьорі, перебуваєте у повній гармонії з навколишнім світом. Щоб досягти цього бажаного стану гармонії і не втратити його згодом, необхідно [5]:

- навчитися поважати власну природу і жити у згоді з нею;
- поважати власну неповторність;
- не прагнути бути тим, ким ви бути не можете в силу того, що вашій природі це невластиво, суперечить вашій психофізичній конституції;
- визначити що вам властиво і робити правильний вибір у життєвих ситуаціях;
- дослідити власну психофізичну конституцію.

Існує безліч класифікацій людських типів. Можна використовувати випробовану часом систему дослідження своєї індивідуальності — давню *аюрведу*. «*Аюрведа* (аюр — життя, веда — знання) — плід колективної мудрості багатьох поколінь мислителів Давнього Сходу. Вчення аюрведи виводить людську природу за межі фізичного тіла і гармонійно вписує її в навколишнє природне середовище. Знання аюрведи сучасна медицина використовує в гомеопатії, валеології, натуропатії. Згідно з аюрведою у природі діють три основні сили: енергія мінливості та змін, що уособлюється вітром, — *Вата*, енергія інтенсивності та активності, що уособлюється вогнем, — *Піта*, і енергія стабільності та стійкості, що уособлюється землею і водою, — *Канха*.

Енергія вітру має характеристики рухливості, холоду та сухості — це енергія динамічності; енергія вогню — жару, різкості та сили — це енергія інтенсивності; енергія сирі землі — повільності, інертності та вологості — це енергія стабільності. Кожна клітина нашого організму містить у собі всі три види енергії. Відповідно до аюрведи безліч конституціональних типів визначається співвідношенням цих трьох типів енергії. Людський організм функціонує успішно, якщо в ньому усе зба-

лансовано. Для збереження збалансованості необхідно постійно компенсувати збуджувальні сили зовнішніх впливів відповідною поведінкою і діями. Аюрведа дає код для оптимального вибору, основою якого є принцип відповідності — подібне притягує подібне. Це означає, що якості вашої конституції, стимулюватимуться аналогічними зовнішніми кількостями і компенсуватимуться протилежностями.

*Конституція Вата.* Основний її елемент — «мінливість». Люди, які належать до цього типу, непередбачувані й нестереотипні. Головні властивості Вати — сухість, холодність, легкість, рухливість, швидкість. Енергія Вати виходить з рівноваги через неупорядкований спосіб життя, споживання сухої, холодної їжі, недосипання, збуджуючі зміни і стрес.

*Конституція Піта.* Люди цього типу відрізняються честолюбством, прямою, войовничістю, схильністю до суперечок. Бурхливий темперамент, сміливість, впевненість у собі, заповзятливість і лідерство — характерні їхні ознаки. Вони втрачають рівновагу, якщо замість того, щоб природним чином домагатися в житті свого, раптом стають шаленими, нетерплячими. У них непомірні вимоги до себе й інших людей, життя в шаленому напруженні, хворобливе ставлення до власних невдач.

*Конституція Капха.* Основна властивість її — стабільність і рівність. Спокійні й урівноважені, ці люди рідко сердяться і прагнуть зберегти світ навколо себе. Енергія Капхи найскладніше виводиться з рівноваги. Це може відбутися на тлі стресу, внаслідок переїдання (багато солі та цукру), малорухомості та тривалого сну.

Отже, щоб уникнути порушення рівноваги, необхідно знати тип своєї конституції і володіти технологіями енергетичного зрівноважування. В основі технологій — простий принцип: для того, щоб відновити в організмі порушену помилковою поведінкою рівновагу, варто діяти так, щоб залучити ті якості, яких вам бракує [5].

Для визначення своєї психоенергетичної конституції використовується діагностична таблиця (табл. 4.1). Прочитайте кожне речення і зазначте цифрами, від 0 до 6, наскільки воно стосується вас: 0 — не стосується; 3 — стосується, але певною мірою (або лише іноді); 6 — переважно стосується (або майже завжди).

Наприкінці кожного розділу напишіть загальну суму для типів Вата, Піта і Капха. Порівнявши три отриманих числа, визначите свій тип.

Рівновага всіх трьох типів енергії свідчить про абсолютну збалансованість енергетичної структури, це трапляється вкрай рідко. Якщо один вид енергії значно переважає над іншим, то ви належите до однозначного

Таблиця 4.1

## Діагностична таблиця

Розділ — Вата	Не стосується	Частково стосується	Переважаю стосується
1	2	3	4
Я дуже швидко залучаюся до роботи	1 2	3 4	5 6
Я важко запам'ятовую і згадую інформацію	1 2	3 4	5 6
По натурі я діяльна і жива людина	1 2	3 4	5 6
У мене тендітна комплекція, я важко набираю у вазі	1 2	3 4	5 6
Я завжди швидко вивчав усе нове	1 2	3 4	5 6
Хо́да в мене переважно легка і швидка	1 2	3 4	5 6
Я важко приймаю рішення	1 2	3 4	5 6
У мене часто бувають гази і запори	1 2	3 4	5 6
У мене часто холодіють руки і ноги	1 2	3 4	5 6
Я часто хвилююся і відчуваю тривогу	1 2	3 4	5 6
Я погано перенешу холодну погоду	1 2	3 4	5 6
Я швидко розмовляю і багато говорю	1 2	3 4	5 6
У мене часто змінюється настрій і від природи я емоційний	1 2	3 4	5 6
Я важко засинаю, сон неміцний	1 2	3 4	5 6
У мене дуже суха шкіра, особливо узимку	1 2	3 4	5 6
У мене діяльний розум і багата уява	1 2	3 4	5 6
Рухаюся я швидко й активно	1 2	3 4	5 6
Я легко збуджуюся	1 2	3 4	5 6
Якщо я живу один, харчування і сон у мене безладні	1 2	3 4	5 6
Я швидко запам'ятовую, але і забуваю теж швидко	1 2	3 4	5 6

Сума Вати \_\_\_\_\_

Розділ — Піта	Не стосується	Частково стосується	Переважаю стосується
1	2	3	4
Я вважаю себе дуже енергійним	1 2	3 4	5 6
У своїй роботі я намагаюся бути надзвичайно точним і акуратним	1 2	3 4	5 6
У мене вольові манери	1 2	3 4	5 6
У жару я погано почуваюся, швидше за інших втомлююся	1 2	3 4	5 6

Продовження табл. 4.1

1	2	3	4
Я швидко потію	1 2	3 4	5 6
Я швидко дратуюся і гніваюсь, хоча не завжди показую це	1 2	3 4	5 6
Якщо я невчасно харчуюся, то відчуваю дискомфорт	1 2	3 4	5 6
Моє волосся тонке, блискуче, пряме, світле, характерні рання сивина або облісіння	1 2	3 4	5 6
У мене сильний апетит, при бажанні можу з'їсти дуже багато	1 2	3 4	5 6
Багато хто вважає мене впертим	1 2	3 4	5 6
У мене регулярне випорожнення, характерніше рідке, ніж запори	1 2	3 4	5 6
Я швидко втрачаю терпіння	1 2	3 4	5 6
Я люблю обґрунтованість і схильний до педантизму	1 2	3 4	5 6
Я швидко розлючуюсь, але при цьому швидко заспокоююсь	1 2	3 4	5 6
Я дуже люблю холодну їжу, морозиво і холодні напої	1 2	3 4	5 6
Я гірше сприймаю жару в приміщенні, ніж холод	1 2	3 4	5 6
Я не виношу занадто гарячої та гострої їжі	1 2	3 4	5 6
Я не дуже терплячий у суперечці	1 2	3 4	5 6
Я люблю виклик і коли хочу чогось домогтися, то дуже рішучий у своїх діях	1 2	3 4	5 6
Я дуже вимогливий до інших і до себе	1 2	3 4	5 6

Сума Піти \_\_\_\_\_

Розділ — Капха	Не стосується	Частково стосується	Переважно стосується
1	2	3	4
У мене природна схильність усе робити повільно і спокійно	1 2	3 4	5 6
Я товстію швидше за інших, а худну повільніше	1 2	3 4	5 6
У мене спокійний і миролюбний характер	1 2	3 4	5 6

Закінчення табл. 4.1

1	2	3	4
Я легко пропускаю їжу, не відчуваючи при цьому дискомфорт	1 2	3 4	5 6
Я схильних до набряків, страждаю від хронічних застійних явищ, астми або запалення придаткових пазух	1 2	3 4	5 6
Я повинен спати принаймні 8 годин, щоб почувати себе нормально наступного дня	1 2	3 4	5 6
У мене дуже глибокий сон	1 2	3 4	5 6
Я від природи спокійний і мене важко розлютити	1 2	3 4	5 6
Я запам'ятовую повільніше, ніж багато інших людей, але в мене прекрасна і довга пам'ять	1 2	3 4	5 6
Я маю схильність до повноти, до зайвого жиру	1 2	3 4	5 6
Проходна і волога погода мене гнітить	1 2	3 4	5 6
У мене густе темне хвилясте волосся	1 2	3 4	5 6
У мене гладка ніжна шкіра і блідий колір обличчя	1 2	3 4	5 6
Я маю міцну і кремезну статуру	1 2	3 4	5 6
У мене спокійний, м'який, ніжний характер, легко вибачаю	1 2	3 4	5 6
Я довго перетравлюю їжу, від цього відчуваю тяжкість у шлунку після приймання їжі	1 2	3 4	5 6
Я дуже витривалий	1 2	3 4	5 6
Я маю повільну, розмірену ходу	1 2	3 4	5 6
Мені потрібно багато часу, щоб виспатися	1 2	3 4	5 6
Я повільно їм і повільно рухаюся	1 2	3 4	5 6

Сума Капки \_\_\_\_\_

Остаточний розрахунок: Вата \_\_\_\_\_; Піта \_\_\_\_\_; Капка \_\_\_\_\_.

типу психоенергетичної конституції; якщо за результатами анкети домінуючими виявляються два з трьох видів енергії, — до двозначного типу. Але найголовніше не в тому, до якого типу психофізичної конституції особа належить, а в тому, чи пізнала вона себе і чи зрозуміла закономірності прояву своїх конституціональних властивостей. Знання своєї конституції дає змогу

відповідним чином харчуватися, вдягатися, працювати і відпочивати. Поважати свою конституцію означає упевнитися в тому, що з огляду на її потреби ви здійснюєте благо для себе. У цьому і полягає секрет того, як зрівноважити всю психофізичну основу свого організму. Знання свого конституціонального типу забезпечить досягнення ідеального стану здоров'я [5].

**Стрес як об'єкт самоуправління.** З того часу, як канадський фізіолог Г. Сольє назвав стан психічного напруження, що виникає у людини в процесі діяльності в найбільш складних і важких умовах, стресом, багато хто розпочав боротися, керувати, приручати, використовувати його. Стрес може впливати на діяльність людини як позитивно, так і негативно. Він спричиняє істотні зрушення з боку серцево-судинної, дихальної та інших систем організму. Психофізіологічний механізм за стресового стану людини готує її до оборонної реакції, до боротьби з реальним або вигаданим супротивником. На сьогодні розроблено різні методики, технології керування стресом. Прикладом може бути алгоритм управління стресом, що передбачає виконання чотирьох послідовних етапів:

- 1) вчасно розпізнати стрес (почати пошук його причин, щоб змінити ситуацію);
- 2) вибрати оптимальну поведінку (перетворити стрес на рушійну життєву силу);
- 3) використати прийоми антистресового захисту (навчитися керувати стресом);
- 4) відновити витрачений ресурс, протидіяти хронічній утомі (запобігати стресу).

В умовах сучасних життєдіяльності та діяльності людина живе напередки з часом, відчуває значні навантаження в умовах його дефіциту. Стрес став реальною проблемою століття. Вирішити її передбачається через самоуправління собою.

Основними напрямками в цьому плані є:

- самоорганізація як ключ до вміння виконувати роботу;
- уміння використовувати час;
- мистецтво планування та управління своїм часом і життям;
- розвиток теорії та методології управління часом;
- усвідомлення філософських і психологічних аспектів управління часом;
- формування навичок і вмінь управління часом.

**Психотерапевтичний спосіб управління стресом.** Психотерапія — це:

- лікування людини (пацієнта) за допомогою психологічних засобів впливу;



- надання психологічної допомоги здоровим людям (клієнтам) у ситуаціях різного роду психологічних ускладнень, а також за потреби поліпшити якість свого життя [17].

У галузі психотерапії існує безліч теоретико-методичних підходів, пов'язаних передусім зі своєрідністю розуміння природи людини і людських відносин. З погляду філософської антропології людина — на-самперед не біологічна, не психологічна, а метафізична істота. Метафізичне означає надприродне, тобто не має фізичних причин. Природа не народжує «метафізичних» людей. Як зазначалося вище, людина повинна «народитися сама». Метафізичним заняттям для неї є пізнання себе, відкриття в собі іншого виміру, іншого життя. Метафізикою можна пояснити неможливість знайти сенс життя. Людина — істота трансцендентна, тобто постійно намагається вийти за власні межі: своїх можливостей, знання, свого світу [17].

Психотерапія людини в метафізичному вимірі пов'язана з особливим моментом повноти часу, тобто часу, сповненого змістом. «Тільки для абстрактного, відстороненого споглядання час є лише порожньою формою, здатною вмістити будь-який зміст... Для того, хто усвідомить динамічний творчий характер життя, час насичений напруженнями, можливостями, він має якісний характер і сповнений змісту» (П. Тілліх). Психотерапія як засіб впливу на людину повинна враховувати її метафізичну сутність.

З усього розмаїття методів психотерапії до самостійного використання можна рекомендувати методи самонавіяння (аутогенне тренування, методи КУЕ, Джекобсона і з обережністю, з урахуванням рекомендації фахівців методи нейролінгвістичного програмування — НЛП), особливості застосування яких розглянуто нижче.

## КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Що становить собою людське тіло як об'єкт самоуправління?
2. У чому принципова відмінність концепцій будови людського тіла в західній і східній культурах?
3. Як функціонує нервова система?
4. Які елементи організаційної структури нервової системи керують організмом людини?
5. Які регулюючі системи є в нашому організмі і як вони функціонують?

6. Як на основі відчуття і сприйняття відбувається саморегуляція організму?
7. Як виявляються особливості сприйняття людини в самоуправлінні?
8. Поясніть сутність можливостей свідомої саморегуляції організму.
9. Як можна практично скористатися моделлю комунікації?
10. Дайте характеристику обмежень у сприйнятті реальності.
11. Як формується модель світу і як вона впливає на поведінку людини?
12. Як впливають біоритми людини на її самоуправління?
13. Як виявляється в СМ знання акмеології та валеології ?

## ЛІТЕРАТУРА

1. *Акимов А. Я., Шитов Г. И.* Сознание, физика торсионных полей и торсионные технологии // Сознание и физич. реальность. — 1996. — 1, № 1/2.
2. *Акимов А. Е.* Физика признает сверхразум / / Чудеса и приключения. — 1996. — № 5.
3. *Акмеология* / Под ред. А. А. Деркача. — М. : Изд-во РАГС, 2002.
4. *Архиепископ Лука.* Дух, Душа и тело.— М. : Православный Свято-Тихоновский богословский ин-т, 1997.
5. *Бакианский В. П., Жданов О. Н.* Менеджмент вашего здоровья. — М.: ПЕРСЭ, 2000.
6. *Бехтерев В. М.* Объективная психология. — М. : Наука, 1991.
7. *Бодалев А. А.* Психология о личности. — М. : Изд-во МГУ, 1988.
8. *Бороздин З. К., Мартынова А. Ю.* О свойствах Живого // Сознание и физич. реальность. — 1997. — 2, № 4.
9. *Валенчик М. М.* Биологические основы старения и долголетия. — М. : Знание, 1987.
10. *Волков Ю. Г., Поликарпов В. С.* Человек: Энцикл. словарь. — М. : Гардарики, 2000.
11. *Гарбузов В. И.* Человек, жизнь, здоровье. — СПб. : Комплект, 1995.
12. *Годфруа Ж.* Что такое психология? — М. : Мир, 1992.
13. *Горский Ю. М.* Системно-информационный анализ процессов управления. — Новосибирск : Наука, 1988.
14. *Гоч В.* Причина и карма. — СПб. : Марина, 1994.
15. *Гриндер Д., Бэндлер Р.* Структура магии. — М. : Каас, 1995.
16. *Иванов-Муромский К. А.* Мозг и память. — К. : Наук. думка, 1987.
17. *Калина Н. Ф.* Основы психотерапии. — К. : Рефл-Бук, Ваклер, 1997.
18. *Карташов В. А.* Система систем. Очерки общей теории и методологии. — М. : Прогресс-Академия, 1995.

19. Колтаков В. М. Организация праці менеджера. — К. : МАУП, 2005.
20. Красота и мозг. Биологические основы эстетики. — М. : Мир, 1995.
21. Кречмер З. Строение тела и характер. — М. : Педагогика, 1995.
22. Курс практической психологии. — Ижевск : Изд-во Удмурт. ун-та, 1996.
23. Льюис Д. Стресс-менеджер. — М. : АСТ, 2000.
24. Малахов Г. П. Целительные силы. — СПб. : Комплект, 1995. — Т. 3, 4.
25. Моисеев Н. Н. Алгоритмы развития. — М. : Наука, 1987.
26. Мишлав Д. Корни сознания. — К. : София, 1995.
27. Мулдашев Э. Р. От кого мы произошли? — М. : Пресс ЛТД, 1999.
28. Огнев А. С. Субъектогенез и психотренинг саморегуляции. — Воронеж, 1997.
29. Петленко В. П. Валеология человека: В 5-ти т. — СПб. : Петроградский и К, 1996.
30. Роуз С. Устройство памяти: от молекул к сознанию. — М. : Мир, 1995.
31. Розенблат В. Д. Симфония жизни (популярная физиология человека). — М.: Физкультура и спорт, 1989.
32. Сергеев Б. Ф. Парадоксы мозга. — Л. : Лениздат, 1985.
33. Словарь по кибернетике. — К. : УСЭ, 1989.
34. Тихоплов В. Ю., Тихоплов Т. С. Жизнь напрокат. — СПб. : Веса, 2003.
35. Тихоплов Т. С., Тихоплов В. Ю. Физика веры. — СПб. : Веса, 2004.
36. Цвелев С. В. Странствие души.—М. : REFL -BOOK, 1996.
37. Человек в беспредельности.— Самара : Агни, 1996.
38. Шмидт Р. Основы сенсорной физиологии. — М. : Мир, 1989.
39. Шмидт Р. Физиология человека: В 4-х т. — М. : Мир, 1996.
40. Щёкин Г. В. Визуальная психодиагностика и ее методы. — К. : МАУП, 1992.
41. Юсупов Ф. О феномене пси-поля // Сознание и физич. реальность. — 1998. — 3, № 6.
42. Ярцев В. З. Эфирное тело человека. — Омск : Кн. изд-во, 1997.
43. Ярцев В. В. Свойство человека объединять энергией и информацией клетки своего физического тела // Сознание и физич. реальность. — 1998. — 3, № 4.
44. Ярцев В. В. Мир души. — Омск : Кн. изд-во, 1999.

## ЛЮДИНА ЯК СУБ'ЄКТ САМОУПРАВЛІННЯ

Мозок — остання таємниця природи,  
що відкривається людині.

*Ч. Шерінгтон*

Розум — щось більше, ніж мозок.

Розум — споконвічний збудник,  
якому не можна знайти пояснення  
в органічних функціях головного мозку.

*У. Пенфілд*

### 5.1. Мозок людини як керуюча система

#### 5.1.1. Структурно-функціональні особливості мозку

На думку В. Кандиби, у сучасній науці загальноприйняті дві основні точки зору щодо природи людської психіки. Одні вчені стверджують, що психіка людини автономна, незалежна і формується умовами зовнішнього середовища, власною психофізіологією і спадковими факторами організму. Інші вважають, що психіка людини цілком залежна і визначена космічними процесами, й окрема людина нічого суттєвого у своїй визначеній долі змінити не може.

У своїх працях В. Вернадський обґрунтовує, що еволюція тваринного світу зумовила появу людського мозку. Він є складним матеріальним утворенням, що містить три чверті нервових клітин людини. У ньому простежується своєрідна спеціалізація і «розподіл праці» між

його відділами. Найпростіші форми аналізу і синтезу зовнішніх подразників і регуляції поведінки здійснюються нижчими відділами центральної нервової системи, спинним, довгастим і проміжним мозком; найскладніші — верхніми, передусім великими півкулями головного мозку, особливо їх коренями.

Мозок здійснює свої функції завдяки нейронам. Середній нейрон має 1000–10 000 синапсів (контактів) із сусідніми нейронами, яких  $10^{13}$ . Максимальна кількість бітів інформації в мозку досягає  $10^{14}$ , а отже кількість станів, у яких перебуває мозок людини, дорівнює  $2 \cdot 10^{13}$ . Саме це число можливих функціонально різних конфігурацій мозку пояснює непередбачуваність людської поведінки [6].

Мозок — відносно автономна система, яка не лише «сканує» зовнішній світ і здійснює «зйомку» різних зовнішніх об'єктів, а й генерує різні «картини» на підставі первинного образу. Мозок людини не є статичною системою, він перебуває в постійному розвитку. У процесі еволюції здатність до охоплення параметрів зовнішнього світу відбивною діяльністю мозку може характеризуватися трьома рівнями організації — системним, нейрофізіологічним і молекулярним.

На *системному рівні* інформація надходить у мозок із зовнішнього світу, і на її основі будується програма поведінки людини. Діяльність оцінюється на підставі інформації, що надходить каналом зворотного зв'язку.

На *нейрофізіологічному рівні* відбувається реалізація інформаційного впливу в процесах активності нейронів мозку.

На *молекулярному рівні* фіксуються результати відбивної діяльності в пам'яті. Чим більший обсяг результатів роботи мозку в процесі онтогенезу, тим більшими є запас пам'яті та можливості її рекомбінації при застосуванні [6]. Пам'ять людини, як правило, поділяється на короткочасну, де фіксується повсякденна сенсорна інформація, і довгострокову, де зберігається темпоральна (часова) інформація про зовнішній світ у перетвореному вигляді (минулий досвід плюс спадковий вплив) [28]. На молекулярному рівні організації мозкових структур виявляються висока активність генетичного матеріалу та його змінний характер. Забезпечуючи процес реалізації соціальних програм, що є продуктом еволюції мозку, цей рівень дає змогу людині адаптуватися до зовнішнього світу і життя в суспільстві. Це відкрило перед нею системне бачення картини світу, а особливості структур мозку визначили її специфіку як соціальної істоти.

**Функціональна асиметрія півкуль мозку.** Латералізація (процес формування півкульної організації психічних процесів) — найважливіша психофізіологічна характеристика діяльності мозку, заснована на діалектичній єдності двох основних аспектів: функціональної асиметрії (або спеціалізації) півкуль мозку та їх взаємодії у забезпеченні психологічної діяльності людини [33]. У процесі еволюції відбулися спеціалізація півкуль мозку, його функціональна асиметрія, що визначило відмінність у функціях правої і лівої півкуль (особливості функціонування мозку розглядатимуться нижче).

**Свідомість і несвідоме людини.** Те, що ми сьогодні називаємо *свідомістю* (самосвідомістю), виникло відносно нещодавно, переважно протягом останніх 3000 років, різною мірою у різних народів. Давні люди не були здатні до інтроспекції, як сучасна людина. Вони замість наших «думок» чули голоси, що приписували своїм померлим вождям і родичам [13].

*Свідомість* — одне з основних понять філософії та психології, що означає здатність ідеального відтворення дійсності, а також специфічні механізми і форми такого відтворення на різних його рівнях [34]. Свідомість виступає у двох формах: індивідуальної (особистої) і суспільної. У філософії свідомість розглядається як усвідомлене буття, як ставлення «Я» до «не-Я», як властивість високоорганізованої матерії. У психології свідомість трактується як психічна діяльність, що забезпечує:

- узагальнене і цілеспрямоване відображення зовнішнього світу, здійснюване у знаковій формі;
- пов'язування нової інформації, отриманої індивідом, з його колишнім досвідом (впізнання, розуміння);
- виокремлення людиною себе з навколишнього середовища і протиставлення себе йому як суб'єкта об'єктові;
- цілепокладаючу діяльність;
- управління поведінкою людини.

Мозок — складна функціональна система. Думка, свідомість реальні, але це не об'єктивна, а суб'єктивна реальність. Мозок не має фізичного відбитка об'єкта відображення. Усвідомлюваний образ предмета ми не зводимо ні до самого матеріального об'єкта, ні до тих фізіологічних процесів, що відбуваються в мозку і породжують цей образ.

Як особиста, так і суспільна свідомість є суб'єктивним образом об'єктивного світу. Суб'єктивність образу означає належність суб'єктові (людині або соціальній групі), а не об'єктивному світу. Оскільки образ на-

лежить суб'єктові, він неминуче відображає своєрідність його життєвого досвіду, інтересів, установок, соціальних позицій. Суб'єктивність означає також неповноту відображення, ступінь наближення і може мати негативний зміст — суб'єктивізм, тенденційне перекручування суб'єктом об'єктивного змісту образу. Суб'єктивний образ як духовна реальність і фізіологічні процеси — якісно різні види реальності.

Істотним моментом свідомості є *самосвідомість* — усвідомлення, оцінка людиною своїх знань, місця і ролі, сутності й інтересів, ідеалів і мотивів поведінки, самої себе як діяча, як істоти, що відчуває і мислить. Самосвідомість дає людині можливість ставитися до актів власної свідомості критично, тобто відокремлювати усе своє внутрішнє від усього, що надходить ззовні, аналізувати його і зіставляти (порівнювати) із зовнішнім, тобто вивчати акт власної свідомості [32]. Усвідомлення суб'єктом своєї психічної діяльності може відбуватися на різних рівнях: від глибокої та ясної самосвідомості до нечіткого і невизначеного розуміння того, що відбувається в «душі». Самосвідомість тісно пов'язана з рефлексією, де вона піднімається на рівень теоретичного мислення.

*Несвідоме* у широкому значенні — сукупність психічних утворень, процесів і механізмів, операцій і станів, не представлених у свідомості суб'єкта, функціонування і впливу яких суб'єкт не усвідомлює [30].

Несвідоме є формою психічного відображення, в якій образ дійсності та ставлення до неї суб'єкта є одним нерозчленованим цілим. Багато людських дій, які здаються випадковими, зумовлені глибинними мотивами і комплексами, яких сама людина не усвідомлює. Ці мотиви виявляються у сновидіннях, невротичних симптомах, продуктах творчості тощо. Вплив такого роду мотивів і установок може призвести до порушень адаптації та психічного здоров'я людини.

На відміну від свідомості у несвідомому відображувана реальність зливається з почуттями суб'єкта. Внаслідок цього у несвідомому відсутні довільний контроль здійснюваних дій людиною і рефлексивна оцінка їхніх результатів. Характеристики несвідомого виражаються в інтуїціях, афектах, паніці, гіпнозі, аутизмі, сновидіннях, звичних діях, підпороговому сприйнятті, мимовільному сприйнятті, запам'ятовуванні та ін., а також у прагненнях, почуттях і вчинках, спонукальні причини яких не усвідомлюються особистістю.

У психології виділяють чотири класи виявів несвідомого [35]:

1) *надіндивідуальні надсвідомі явища* (позначалися як «архетипи колективного несвідомого» — у К. Г. Юнга, «колективні уявлення» — у

Е. Дюркгейма тощо) — засвоєні суб'єктом як членом певної соціальної групи зразки типової для цієї спільноти поведінки. При цьому вплив на його діяльність суб'єктом не усвідомлюється і не контролюється. Зразки поведінки (наприклад, етнічні стереотипи) засвоюються через такі механізми, як наслідування та ідентифікація. Надсвідомі явища — неусвідомлювані механізми творчих процесів, результати яких усвідомлюються як художні образи, наукові відкриття, прояви інтуїції, натхнення, творчого осяяння тощо;

2) *неусвідомлювані спонукачі діяльності* — мотиви і значеннєві установки особистості. Вони базуються на нереалізованих потягах, витиснутих (наприклад, через їхній конфлікт із соціальними нормами) зі свідомості, й утворюють приховані афективні комплекси, схильності до дій, що активно впливають на життя людини. Виявляються в гуморі, сновидіннях, забуванні імен і намірів, обмовках тощо. Феноменами несвідомого є емпатія (співпереживання), емоційне зараження, первинна ідентифікація (неусвідомлене емоційне ототожнення з притягальним об'єктом), проєкція (неусвідомлене наділення іншої людини власними якостями) та ін.;

3) *неусвідомлювані установки і стереотипи* автоматизованої поведінки, що виникають при вирішенні різних завдань (моторних, розумових) і неусвідомлено детермінують на минулий досвід;

4) *неусвідомлюване (субсенсорне) сприйняття людини* за впливу таких подразників, яких вона не може усвідомити. Наприклад, інформаційні впливи за межами усвідомленого сприйняття, але такі, що потрапили у несвідоме. Це можуть бути неусвідомлювані мовні, культурні, ідеологічні й інші схематизми, міфи і соціальні норми, що визначають світосприйняття людей, які належать до певної культури.

Неусвідомлюваний характер функціонування істотної частини психічного апарата людини є неминучим наслідком його устрою. Неусвідомлювані процеси не потребують контролю з боку свідомості, що дає змогу розвантажити її для виконання інших завдань. Водночас можливість усвідомлення (але не постійна усвідомленість) людиною мотивів, внутріособистісних конфліктів і структур суспільного несвідомого сприяє піднесенню людини на вищий рівень управління своєю поведінкою.

Якщо свідомість уявити у вигляді дерева, що розвивається, то несвідоме варто уподібнити кореневій системі разом з ґрунтом, який живить дерево. Свідомість — це освоєний нами острів в океані несвідомого, у глибинах якого живуть невідомі істоти, що раз у раз спливають на поверхню,



втішаючи або жахаючи нас. Якщо свідомість уявити у формі вогню свічки, то несвідоме — це як сама свічка, що підтримує вогонь. Якщо свідомість порівняти зі шкарлупою горіха, то несвідоме — це його живильна серцевина, що містить насіння майбутнього розвитку. Якщо свідомість порівняти з міцним прозорим льодом на річці, то несвідоме виявиться самою річкою, що тече невідомо звідки і куди, і живе за своїми глибинними законами. Свідомість можна уподібнити вершині психічного, тоді як несвідоме можна уявити у вигляді його підніжжя, глибин і серцевин.

Поділ психіки на свідомість і несвідоме досить умовний, як і будь-який інший розподіл. Пам'ять, увага, воля, почуття, сприйняття є двоєдиними, двосторонніми. Наш внутрішній світ — це цілий всесвіт. Скільки б достатнім і повним не здавалося нам знання про самих себе, на будь-якому етапі життєвого шляху воно завжди буде обмеженим і частковим. Несвідоме — джерело творчих фантазій, сновидінь і картин уяви. Свідомість — це штурвал душевного корабля, що дає змогу у відомих межах контролювати власне існування. Якщо у несвідомому містяться джерела й основи нашої поведінки, то у свідомості — сама можливість розвитку індивідуальності, спрямованого виявлення творчої свободи.

### 5.1.2. Модельні особливості мозку

**Голографічна модель.** Багато вчених намагалися моделювати діяльність мозку людини. Одна з таких моделей — голографічна модель роботи мозку, що базується на розробках у галузі хвильових процесів. У нейрофізіології властивість розподілу нейрофізіологічних мереж описується двома законами:

- масової дії, що визначає прямий зв'язок погіршення сприйняття з кількістю зруйнованої кортикальної мозкової тканини;
- еквіпотенціальності, яка фіксує, що це погіршення не залежить від розташування місця ушкодження.

Пропонується модель функціонування мозку, заснована на аналогії з оптичними голографічними процесами з їх властивістю розподілення [6]. Вона полягає в тому, що за будь-якою малою частиною голограми можна цілком відновити записану на голограмі вихідну картину. Оптичні голограми дають цілісне об'ємне, локалізоване в просторі зображення об'єкта, який можна оглядати з усіх боків. Оптична голограма є результатом взаємодії інтерферентних когерентних (самоузгоджених) випромінювань.

Проте такі інтерференційні процеси можуть бути не тільки оптичного характеру. Голографічні процеси можливі за хвильового характеру взаємодій, що породжують голограму. Хвильовий фізичний процес є вихідним моментом для створення нейроголографічної моделі роботи мозку і пізнавальних процесів. Голографічне моделювання пізнавальних процесів вводить принцип хвильового кодування людиною об'єктів зовнішнього світу. Використовувана при цьому хвильова мова дає змогу відображати особливості різних об'єктів адекватніше, ніж алфавітна (дискретна) мова. Людина як макрооб'єкт теж є хвильовою структурою, і на підставі її єдності з Всесвітом можна стверджувати, що вона є голограмою Всесвіту. Отже, найадекватнішим способом відображення хвильової структури світу є хвильова мова. Людина живе у певному фізичному світі, фундаментальні властивості якого чинять детермінуючий вплив на її психічну діяльність.

Якщо мозок людини розглядати як аналог інформаційного процесора, як обчислювальну машину, то в синергетичній реальності для опису фізичних та інформаційних процесів, що самоорганізуються, одержують пояснення багато парадоксальних особливостей механізму її функціонування. Один раз отримана інформація фіксується мозком людини назавжди. Образи, тексти згодом не тьмяніють і можуть бути відтворені через багато років, що підтверджується експериментами з людською пам'яттю у станах гіпнозу.

На підставі голографічного підходу в межах даної моделі можна дійти такого висновку: «...пізнавальний інформаційний процесор може існувати поза мозком, використовуючи як голографічне середовище клітинно-автоматне тло фізичного світу» [2]. Іншими словами, основні розумові процеси відбуваються не в мозку людини, а «зовні», у навколишньому активному клітинно-автоматному середовищі. Такий висновок підтверджує аналіз модельних характеристик мозку людини (табл. 5.1)

Дані табл. 5.1 свідчать про реальність існування концепції устрою мозку за голографічним принципом. Це підтверджується такими фактами:

- впізнанням спостережуваного без перебирання всіх «фотографій» у пам'яті;
- миттєвою фіксацією мозком назавжди одного разу отриманої інформації, можливістю діставати її з пам'яті;
- у мозку не виявлено центрів мислення і пам'яті немає специфічних структуроутворень, що реалізують ці функції.

За цією концепцією мозок не пов'язаний зі свідомістю. Він сприймає інформацію зі сфери свідомості й формує її в послідовність впливів на

## Модельні характеристики мозку людини

Модельні характеристики мозку людини (автори, джерело літератури)	Елементи для СМ
1	2
<p><b>Голографічна модель</b> (американських нейропсихологів К. Прібрама і Ф. Вестлейка). Моделювання діяльності мозку людини на основі досягнень сучасної фізики у сфері хвильових процесів. Заснована на тому, що крім стандартного перенесення нервових імпульсів між ЦНС і периферійними рецепторами постійно існують повільно-хвильові потенціали між синапсами (Коротков К. Г., Кузнецов А. А. Модели интерференционных, пространственно-полевых структур в биологии // Биомедицинская информатика и эниология.— СПб. : Ольга, 1995). Джерелом побудови голографічного запису є хвильові процеси й імпульси, які виникають у процесі роботи нервових клітин, інформація ж кодується на безлічі взаємодіючих нейронів. Голографічна модель чудово описує властивості розподіленості інформації в нейронних мережах мозку (Поликарпов В. С., Поликарпова В. А. Феномен человека накануне XXI столетия. — Ростов н/Д : Феникс, 1996.)</p>	Паралельне функціонування принципово важливе для організації роботи мозку, а взаємодії двох систем зумовлюють появу хвильових феноменів, що відповідають голографічним принципам
<p><b>Клітинно-автоматна модель</b> (американського вченого С. Берковича). Мозок людини розглядається як аналог інформаційного процесора, як обчислювальна машина</p>	Мозок функціонує як машина
<p><b>Хвильова модель</b> (академіка Н. Бехтеревої). Людський мозок є органом, що породжує хвильові структури, адекватні формам зовнішнього світу (Поликарпов В. С. Феномен «жизнь после смерти». — Ростов н/Д : Феникс, 1995)</p>	Мозок впливає на керувану систему в частотному діапазоні
<p><b>Голографічна природа пам'яті</b> (академік П. Гаряев). Пам'ять людини має чітко виражену і добре вивчену голографічну природу (Гаряев П. П. Волновой геном // Энциклопедия русской мысли. — М. : Обществ. польза, 1994. — Т. 5)</p>	Пам'ять людини має голографічну природу
<p><b>Польова модель</b> (академіка В. Казначеева). «Поле» не тільки є основою інтелекту, а й керує розвитком усього живого організму (Казначеев В. П. Космопланетарный феномен человека. — Новосибирск : Наука, 1991)</p>	Можливе управління людиною впливом на її польову структуру тіла
<p>Мозок лише відображає психічні акти (І. Шмельов). Фізична структура мозку, як і нейрофізіологічні імпульси, не формують психічний акт, не породжують розумового руху, а лише відображають розгортання психічного акту, що відбувається в іншій сфері: мозок не мислить, тому що психічний процес винесений за межі цього органа (Поликарпов В. С. Феномен «жизнь после смерти». — Ростов н/Д : Феникс, 1995)</p>	Мозок людини виробляє психічні акти разом з чимось іншим, що перебуває поза фізичним тілом людини

Закінчення табл. 5.1

1	2
<p>Мозок — не що інше, як щось подібне до центральної телефонної станції, його роль зводиться до надання повідомлення або до з'ясування його. Він нічого не додає до того, що одержує. Уже самою своєю будовою мозок доводить, що його функцією є перетворення чужого подразнення на добре підібрану реакцію (французький філософ Анрі Бергсон) (<i>Волков Ю. Г., Поликарпов В. С. Человек : Энциклопедический словарь. — М.: Гардарики, 2000</i>)</p>	<p>Мозок трансформує вироблені разом з кимсь керуючі впливи на керуючу систему людини</p>
<p>Мозок не орган думки, почуттів, свідомості, але він те, що приковує свідомість, почуття, думки до дійсного життя, змушує їх прислухатися до дійсних потреб і робить їх здатними до корисної дії. Мозок — власне, орган уваги до життя, пристосування до дійсності (<i>В. Ф. Войно-Ясенецький. Дух, Душа и тело. — М.: Православный Свято-Тихоновский Богословский ин-т, 1997</i>)</p>	<p>Мозок — орган управління взаємодією з життям</p>
<p>Біологічні системи мають матеріальну основу для реалізації механізму свідомості на польовому рівні, а їх випромінювання несе складну інформацію і може мати торсіонну природу (<i>Бобров А. В. Полевая концепция механизма сознания // Сознание и физ. реальность. — 1999. — 4, 3</i>)</p>	<p>Механізм самоуправління людини має польову структуру</p>
<p>Частина нашого мозку може працювати як телевізійні приймач і передавач, а інша частина може обробляти й оцінювати інформацію (<i>Ван Руллер Д. Логическая случайность. — М.: Прогресс; Литера, 1995</i>)</p>	<p>Мозок — спеціальна «машина» з оброблення інформації</p>
<p>Необхідність у мозку для Душі відпадає, як тільки Душа досить розвинується і зміцніє, щоб мати змогу продовжити своє існування в її власній стихії (<i>Форд Л. Жизнь после смерти // Восток и Запад о жизни после смерти. — СПб.: Лениздат, 1993</i>)</p>	<p>Мозок з «душею» працюють у різних сферах.</p>

нервові центри, з яких вони надходять на м'язи певного органа фізичного тіла. Мозок як телевізійний приймач приймає і спрямовує в пам'ять певні сигнали, виходячи з налаштування «антенного контуру» мозку.

Мозок людини можна уявити як складну систему елементів, що функціонують відповідно до певних ритмів. Дослідження показали, що активність мозку може виявлятися за допомогою фрактального атрактора (центру тяжіння, що відображає поведінку його системи) на електроенцефалограмі. При цьому діяльність мозку аналогічна поведінці системи з внутрішньою складністю і непередбачуваністю, що доводить його нелінійність і стохастичність [6].

### 5.1.3. Порівняльні концептуальні характеристики свідомості людини

Для з'ясування ролі та місця свідомості в самоуправлінні людини проаналізуємо концептуальні характеристики свідомості (табл. 5.2).

Таблиця 5.2

Концептуальні характеристики свідомості людини

Характеристики свідомості та несвідомого ставлення (джерело літератури)	Елементи для СМ
1	2
Свідомість — властивий людині спосіб ставлення до об'єктивної дійсності, опосередкований загальними формами суспільно-історичної діяльності людей. Це ставлення до світу зі знанням його об'єктивних закономірностей. Свідомість — вища форма психіки ( <i>Психологический словарь</i> / Под ред В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. — М. : Педагогика-Пресс, 1997)	Спосіб ставлення, опосередкований діяльністю людей і знанням закономірностей функціонування психіки
Свідомість у психології — сукупність чуттєвих і розумових образів, для якої в нормальних умовах характерно певною мірою чітке знання того, що я є, тим, хто переживає ці образи ( <i>Философский словарь</i> . — М. : ИНФРА-М, 2002)	Людина не тільки живе, а й відчуває себе як спосіб самосвідомості
Свідомість є властивістю складноорганізованої еволюціонуючої матеріальної системи, у певному сенсі функцією мозку, суспільним продуктом. Свідомість реалізує себе через мову ( <i>Философия</i> : Курс лекцій. Часть 1. — М. : Изд-во РАГС, 2000)	Свідомість — функція мозку
Свідомість — універсальне явище, що існує всюди — й у найменших, і в найбільших об'єктах Всесвіту ( <i>Полонников Р. И., Хлуновский А.Н., Юсупов Р.М.</i> Биомедицинская информационная система для оценки и прогнозирования динамики возможного развития процессов в организме и сознании // Биомедицинская информатика и эниология. — СПб. : Ольга, 1995)	Свідомість знаходиться у всесвіті, а не в мозку людини
Людина — складна копія Всесвіту, що її породив. З нею пов'язане поле інформації, що несе свідомість, розмірність якого близька до розмірності космічних процесів. Обмежувати акти свідомості її анатомо-морфологічною структурою неправомірно, тому що в силу корпускулярно-хвильової природи людини її свідомість перебуває поза індивідом і є просторовоподібним або польовим утворенням (фізик Б. Паушев) ( <i>Поликарпов В. С.</i> Феномен «жизнь после смерти». — Ростов н/Д : Феникс, 1995)	Людина, мозок — складна копія Всесвіту, що її породив. Свідомість перебуває поза індивідом
За повсякденною звичкою ми, як правило, вписуємо акти свідомості в межі анатомічного обрису людини. Але, можливо, якимсь первинним чином свідомість перебуває поза індивідом як яесь просто ровоподібне або польове утворення (філософ М. Мамардашвілі)	Свідомість перебуває поза індивідом і є польовим утворенням

Закінчення табл. 5.2

1	2
( Дубровский Д. И. Психика и мозг, результаты и перспективы исследований // Мозг и сознание.— М. : Филос. о-во СССР, 1990)	
Інтелект характеризується одержанням інформації ззовні, її запам'ятовуванням, логічними операціями, інтуїтивним одержанням нової інформації, вільною грою уяви і в остаточному підсумку розглядається як властивість синтезу інформації (Казначеев В. П. Проблемы живого космического пространства // Интеллект планеты как космический феномен. — Новосибирск, 1997)	Мозок синтезує інформацію
Свідомість людини поділяється на дві частини: А-свідомість і В-свідомість. А-свідомість є польовою (трансперсональною), вона пов'язана з людиною, але перебуває поза нею. В-свідомість належить тілу людини й у разі фізичної смерті вона дезінтегрується. З взаємодії капсульованої свідомості, анатомічно обмеженої тілом людини, з польовою (трансперсональною) свідомістю народжується цілісна система, що (за Тарту) і є свідомість людини (Поликарпов В. С. Феномен «жизнь после смерти». — Ростов н/Д : Феникс, 1995)	Існує свідомість фізична (тілесна) і польова (космічна)
Свідомість людини визначається накопиченим досвідом на нескінченному еволюційному шляху. Якщо зобразити шлях еволюції людини прямою, що йде з мінус-нескінченності у плюс-нескінченність, а поточний стан свідомості — точкою на цій лінії, то відрізок прямої від мінус-нескінченності до цієї точки відображатиме підсвідомість, а відрізок прямої від цієї точки до плюс-нескінченності — надсвідомість. Підсвідомість є свідомістю минулого, надсвідомість — свідомістю майбутнього. Надсвідомість — нескінченна потенційна можливість розвитку свідомості (Рампа Л. За пределами 1/10.— К. : Софія, 1995)	Свідомість людини визначається накопиченим досвідом
Інтуїція — це здатність проникати через бар'єр між свідомістю і підсвідомістю. Підсвідомість підключена до Загальної Свідомості. Інтуїція допомагає встановити зв'язок з підсвідомістю і тим самим одержати доступ до джерела знань (Шипов Г. И. Я знаю — Бог есть! // Газ. «Чистый мир». — 1996)	Свідомість поділяється на свідомість і підсвідомість
Між свідомістю людини в її речовій (тілесній) формі і Свідомістю Духовних Світів передбачений якийсь потенційний напівпрозорий інформаційно-енергетичний бар'єр (Гоч В. Причина и карма. — СПб. : Марина, 1994)	Свідомість людини відділена від духовного світу

Свідомість є найбільш таємничою «річчю» у світі на даний момент, тому що дотепер немає відповіді на питання: чому вона існує, що вона робить, як могла виникнути на основі біохімічних процесів мозку. Свідомість — це всеосяжне, багатопланове і складне поняття. З першими проблисками інтелекту починається розкриття індивідуальної

свідомості. Інтелект є посередником між індивідуальною свідомістю і фізичним тілом, завдяки чому індивідуальна свідомість виявляє себе у фізичному світі й одухотворює його. Вона починає керувати інтелектом, але ступінь впливу залежить від його розкриття і чистоти. Під впливом Духу Душа, що має індивідуальну свідомість, формує тонкі тіла людини, створює енергоінформаційну голограму, за якою згодом буде фізичне тіло. На момент народження людини індивідуальна свідомість повністю закрита. І оскільки інтелект бере на себе весь вантаж забобонів, звичок, догм і стереотипів, ним іноді надзвичайно важко керувати.

Як правило, до семи років індивідуальна свідомість буває розкрита настільки, що людина може вільно діяти в новому житті. Завдання батьків, а потім і самої людини — якомога швидше розкрити індивідуальну свідомість, щоб вона могла максимально інтенсивно виконувати завдання життя, узяті на себе при переході у фізичний світ. Умовно фізичну свідомість, або інтелект, розглядають у двох аспектах: зовнішня свідомість і самосвідомість.

*Зовнішня свідомість* спрямована на навколишній світ і дає змогу людині здобувати про нього знання, осягати його закони, успішно діяти. Вона «напрацьовує» пам'ять і формує розум.

*Самосвідомість* людини виникає внаслідок її взаємодії з навколишнім світом. Вона дає нам можливість пізнавати самих себе, свої можливості та здібності. Результати самосвідомості виявляються у прагненні вдосконалюватися, тобто зумовлюють необхідність постійного самоконтролю і самооцінки. Саме свідоме мислення, самоконтроль і прагнення до самовдосконалення сприяють розкриттю індивідуальної свідомості.

Надсвідомість містить усе, що має статися, що ще потрібно пережити. Характер дій людини, її думки залежать, у першу чергу, від її підсвідомості, але і надсвідомість справляє на неї певний вплив. Тому людина не живе лише минулим, а завжди прагне до майбутнього. Іноді підсвідомість і надсвідомість виконують однакові функції, і тому межі між ними важко визначити. Обсяг інформації, що утримується в підсвідомості та надсвідомості людини, надзвичайно великий. Свідомість людини — свого роду голографічний фрагмент космічної Свідомості, тимчасово підключений до тілесного фільтра. Наше життя стало б неможливим, якби ми змушені були щохвилини, щомиті мати справу з таким величезним обсягом інформації. Саме вона є голографічним фрагментом Свідомості Всесвіту. Кожна людина має індивідуальну свідомість, обсяг якої визначається попереднім досвідом. За більшого досвіду межі свідомості ширші, й людина може глибше занурватися в підсвідомість і надсвідомість.

#### 5.1.4. Особливості вищої нервової діяльності, врахування їх у самоуправлінні

Вищу нервову діяльність людини фахівці часто описують як трирівневу структуру, що містить свідомість, підсвідомість і суспільну підсвідомість. Для самоуправління доцільно знати закономірності циркуляції потоків інформації з даних рівнів і виконання центральною нервовою системою (ЦНС) диригентських обов'язків. Врахування правил роботи ЦНС дасть змогу науково обґрунтовано розробляти стратегію і тактику діяльності, здійснювати технологію вирішення завдань самоуправління.

**Інформація і свідомість.** Надходження інформації у свідомість пов'язане з її станом:

- звичайна (ясна) свідомість — інформація вільно проходить;
- несвідомий стан — як патологія (непритомність, травматичний шок, кома). У цей час людина не усвідомлює ні себе, ні навколишнього світу. До цього стану варто віднести і звичайний (фізіологічний) сон;
- звужена свідомість — стан, спричинений фізичними і моральними перенапруженнями, виснаженням організму. Наприклад, свідомість звужується до заробітку грошей на хліб, до посадки картоплі на шести сотках городу тощо [26];
- змінена свідомість — психологічна, психоаналітична, творча, спортивна тощо (фахівці виокремлюють 34 особливих і специфічних змін свідомості) [15].

Характерним для усвідомлення інформації є увага. Людина усвідомлює і розуміє те, на що спрямовано увагу. На цьому базуються рекомендації з концентрування уваги, медитація тощо. Інформація втрачається зі свідомості з таких причин:

- через незначну значущість для свідомості та важливості для підсвідомості;
- для запобігання перевантаженню свідомості (за психологічного захисту).

**Інформація і підсвідомість.** Надходження інформації у підсвідомість здійснюється:

- за допомогою гіпнозу (спеціальною технікою свідомість змінюється і «вимикається»). У цьому разі гіпнолог спілкується з «клієнтом» на рівні підсвідомості, минаючи свідомість;
- перекладом субсенсорних сигналів, минаючи бар'єри свідомості.



Класичний приклад — сприйняття «запису» на спеціальних кадрах кіноплівки реклами товарів. До проходження субсенсорних сигналів у підсвідомість відносять і ясновидіння, пояснюючи це явище «видіннями», що виникають у підсвідомості та потрапляють у звукову свідомість:

- відомі випадки передання інформації в гіпнотичному стані із суспільної підсвідомості (наприклад, про життя своїх предків два-три покоління тому);
- факти зв'язку з «вищою реальністю», «полем сенсу» тощо, які бентежать наш матеріалістичний розум;
- у підсвідомість надходить інформація від внутрішніх органів і підсистем регуляції організму.

Прикладом може бути бажання з'їсти щось солоне (потреба організму) або «віщі сни». Інформаційний аспект роботи свідомості та підсвідомості людини для самоуправління важливий з таких причин:

- існує можливість самовпливу на свідомість і підсвідомість з метою самоуправління;
- реальна можливість впливу з боку інших людей, що потребує розроблення відповідних заходів захисту;
- людина використовує вироблені програми поведінки усвідомлено або поведінка керується підсвідомістю. Це дуже важливо в комунікації різних людей, тому що перше може бути неправдивим, підсвідомо керовані реакції завжди щирі.

Навіть видатні актори із зусиллям грають ролі (характерні), нетипові для структури їхньої особистості, і фальш помітна навіть непосвяченим. З. Фрейд мав рацію, зазначаючи, що людина не хазяїн у своєму будинку, тому що повністю не керує собою свідомо у будь-яких ситуаціях. Потрібні роки постійних тренувань, щоб опанувати управлінням своїм організмом. Ті, хто займається йогою, витрачають на це десятиліття.

У звичайному житті, знаючи природу поведінки людини, можна «читати» дії та вчинки, не контрольовані свідомістю. Це успішно застосовується сьогодні в комунікаційних стратегіях. Першим етапом навчання розуміння того, що відбувається в людині, є засвоєння законів, які керують нею, механізму їх дії та форм вияву в конкретних умовах життя.

## 5.2. Основи психофізіології мозку<sup>1</sup>

### 5.2.1. Основні закономірності психофізіології мозку

Яким є внутрішній світ людини, як співвідноситься він із зовнішнім світом, як виникають у нашій свідомості образи зовнішнього світу? Що таке взагалі свідомість, як виникають наші бажання? У чому сутність волі, що спрямовує наші дії? Як формується неповторний психічний склад особистості кожної людини? Ці питання здавна хвилювали людей і вирішувалися по-різному залежно від успіхів природничо-наукового знання і пануючого світогляду.

Р. Декарт (1596–1650) вперше визначив поняття «рефлекс». Б. Спіноза (1632–1677) обґрунтовував, що свідомість не існує окремо від тіла, а пов'язана з впливами зовнішнього світу. Ф. Енгельс показав, що три великих відкриття в XIX ст. — закон збереження енергії, клітинна теорія, теорія Ч. Дарвіна — довели єдність матеріальності світу. Т.-Г. Гекслі (1825–1895) писав, що після цих відкриттів, уже не можна сумніватися в тому, що основи психології криються у фізіології нервової системи. Фізіолог І. Сеченов (1829–1905) довів, що акти свідомого і несвідомого життя за походженням є рефлекторними.

За В. Бехтеревим (1857–1927) концепція свідомості людини ґрунтується на фундаментальному загальному природному принципі відображення, тобто психічного відтворення об'єкта в мозку людини у вигляді відчуттів, сприйнять, почуттів, емоцій, уявлень, образів, а також слів, понять, суджень і умовиводів. Він вважав, що зміст свідомості визначається, зрештою, навколишнім середовищем. Матеріальним субстратом і носієм свідомості є головний мозок. У ньому свідомість виникає тільки тоді, коли людина залучена до специфічно людського, соціального способу життя. Це підтверджено загальновідомими фактами, коли кинуті діти, яких знаходили серед тварин (мавп, вовків, ведмедів), що виростили їх у лісі, теж були «тваринами», і відновити їхній людський статус було неможливо, незважаючи на іноді багаторічну спробу їх «олюднити».

Виникнення психічної форми відображення в живій природі нерозривно пов'язане з розвитком діяльності нервової системи. Ф. Енгельс обґрунтовував, що діалектичне мислення, саме тому, що воно має своєю

---

<sup>1</sup> Викладено відповідно до поглядів академіка В. Кандиби з використанням текстів з його робіт.

передумовою дослідження природи самих понять, можливе тільки для людини й лише на порівняно високому ступені її розвитку. І. Павлов довів, що при дії на організм важливого подразника після кількох повторень у тварини утворюється рефлекс, якого раніше не було. Надалі за дії цього подразника у відповідній ділянці кори головного мозку в групі нервових кліток виникає «центр збудження». Процес збудження ніби прокладає «місток» між двома збудженнями, що утворилися одночасно. Було розкрито здатність мозку утворювати нові, умовно-рефлекторні зв'язки. Надалі вивчення умовно-рефлексивної діяльності зумовило виявлення різних видів гальмування. Механізм умовного гальмування діє і в разі сприйняття людини. Наприклад, якщо дитині кілька разів сказали «не можна», то це стає для неї умовним гальмом.

Процеси збудження і гальмування складно взаємодіють. І. Павлов відкрив три закони взаємодії збудження і гальмування:

- перший — *закон іррадіації* (поширення). Виникаючи в якому-небудь центрі, порушення поширюється на сусідні центри;
- другий — *закон концентрування*. Поширені на сусідні центри збудження і гальмування через якийсь час знову концентруються у вихідних центрах. Звичайно, концентрування не відбувається саме собою. Йому сприяють процеси диференціювання та індукції;
- третій — *закон взаємної індукції процесів збудження і гальмування*. Полягає в тому, що навколо центра сильного збудження виникають центри гальмування, а навколо центрів гальмування — центри збудження.

Перенапруження процесів збудження і гальмування, їх зіткнення призводять до «зривів» вищої нервової діяльності, що є основою неврозів та інших захворювань людини. Збудження і гальмування за своєю внутрішньою природою єдині. Гальмування теж завжди зумовлене зовнішнім подразненням. Імпульси, що надходять у нервову клітину, спричиняють у ній гальмування або збудження залежно від їх частоти і сили, а також функціонального стану тканини. Цей стан визначається лабільністю (швидкістю елементарних фізико-хімічних процесів, що відбуваються у клітинах). Якщо лабільність є нормальною, а частота і сила імпульсів не занадто високі, то в клітині виникає збудження, іноді — «поза межне» гальмування. Проте гальмування може виникнути і за порівняно слабого збудження, якщо виявиться зниженою лабільність клітини, тобто внаслідок якихось впливів у ній зменшиться швидкість обмінних процесів. Стійке зниження лабільності виникає в разі отруєння, сильного охолодження та інших ушкоджень тканин.

Велике значення для фізіології, психології та медицини має принцип домінанти, досліджений академіком А. Ухтомським (1875–1942). Він показав, що з усіх рефлексів, які могли б виникнути щомиті внаслідок безлічі подразнень, що діють на організм, фактично виконуються лише деякі. Пояснюється це тим, що в нервових центрах діяльності, яка у певний момент стає провідною, «домінуючою», виникає центр підвищеної збудливості. Він «притягує» подразнення, адресовані в інші центри, які на даний момент не є домінуючими. У результаті домінуючий центр підсилює свою роботу, а не домінуючі центри загальмовуються.

Явище домінанти виявляється у процесах вищої нервової діяльності та у психіці людини. Принцип домінанти дуже важливий для розуміння процесу уваги і пояснення фізіологічної основи свідомості людини. Під домінантою А. Ухтомський розумів тимчасово пануючий набір рефлексів і стійкий центр збудження в корі головного мозку, що спрямовує на цей момент часу поведінку людини на вирішення одного, найважливішого для неї завдання. Водночас, одного разу розпочавшись і потребуючи часу для свого здійснення, цей пануючий рефлекс, або домінанта, змінює і гальмує всі інші рефлекси, що могли б перешкодити його дії. Вчення про домінанту важливе, тому що показує психофізіологічний механізм впливу слова на психофізіологію людини. Слова утворюють у корі головного мозку стійкий центр збудження (домінанту), що пригнічує всі сусідні ділянки кори, автоматично підпорядковує собі всю психіку і фізіологію людини і спричиняє в її організмі потрібні фізіологічні зрушення.

Свого часу було висунуто ідею про те, що концепції фізіології та психології, які описують функціонально пов'язані між собою фізіологічні та психологічні процеси, повинні мати певну подібність, ізоморфізм. Виходячи з цього, можна вважати, що адекватність відображення людиною сприйманого світу забезпечується тим, що між законами того, що уявляється, і дійсного існує сувору відповідність.

Вивчення фізіологічних процесів побудови суб'єктивного образу свідчить, що у психічному феномені сприйняття досить повно виражено дві ознаки психіки: відображення зовнішнього середовища і ставлення до нього суб'єкта. Отже, психічне відображення виникає на основі певної організації інформаційних процесів мозку, високого ступеня узгодженості всіх ланок, що входять у систему забезпечення цієї психічної функції. Можливість складної мозкової інтеграції забезпечується структурними особливостями мозку, розподіленими на три основних функціональних блоки (А. Лурія), наявністю досить диференційованих нервових ан-

самблів, коркових полів з ієрархічною будовою і міжцентральних зв'язків. Проте ця структурна основа створює лише можливість виникнення психіки. Для того щоб ця можливість була реалізована, необхідна ще одна умова — набуття індивідуального досвіду. Досвід відіграє ключову роль і в генезі кардинальної властивості свідомості — відчуття своєї особистості як чогось відокремленого від зовнішнього середовища. Ця властивість виникає в онтогенезі у процесі спілкування з іншими людьми, тобто в її основі — соціальний досвід. Спілкуючись з оточенням, людина краще розуміє і саму себе. Виробляється свідомість як власне знання і совість, як вищий моральний звіт перед самим собою. «Мое ставлення до мого життя і є свідомість». Діалектика розвитку виявляється в тому, що, виникаючи в процесі спілкування з людьми, свідомість водночас є необхідною умовою для їхнього об'єднання в колектив. Суспільство складається з окремих особистостей. Із суспільним досвідом пов'язані вищі досягнення людської культури і науки як найскладніші прояви психічної діяльності людини.

Зіставлення результатів, отриманих об'єктивним аналізом складних нервових явищ, з результатами суб'єктивних досліджень виникають надзвичайні ускладнення переважно двох типів. Вони стосуються фактів, отриманих строго об'єктивним шляхом, і мають особливий характер. Наші факти мисляться у формі простору і часу, це природно-наукові факти. Психологічні ж факти мисляться тільки у формі часу, і зрозуміло, що така відмінність мислення не може не створити відомої несумірності цих двох видів мислення (І. Павлов).

Проте сучасна наука доводить, що всі явища повинні описуватися, спираючись на такі категорії, як енергія, інформація, простір і час. Причину несумірності фактів, досліджуваних психологами, з фактами, отриманими в експериментах на тваринах за допомогою умовно-рефлекторного методу, І. Павлов вбачав у ступені складності цих явищ. Діяльність нервової системи людини є набагато складнішою, ніж собаки. Тому важко сказати, що підтверджують факти, отримані за допомогою умовно-рефлекторного методу, в експериментальній психології і взагалі в психологічному дослідженні. Аналіз подібності та відмінності цих понять є суттєвим для практики і розуміння механізмів їхньої дії.

Таким чином, умовні рефлекси, психічна діяльність, поведінка, суб'єктивний світ людини, особистість як властивість біологічного об'єкта, свідомість як механізм (стан), за допомогою якого виявляється особистість, розглядаються як діяльність організму в цілому.

## 5.2.2. Головний мозок — орган управлінської діяльності організму

**Особливості організації керівної діяльності.** Головний мозок людини — найдосконаліший орган у живій природі. Він містить 20 млрд клітин і 300 млрд міжклітинних з'єднань. Головний мозок керує діяльністю всього організму, це центр нервової системи, мислення, волі та почуттів. Він складається з двох великих півкуль — лівої і правої. Їх поверхні — кора головного мозку. Під нею — підкіркові відділи мозку. Кожна ділянка головного мозку відповідає за життєдіяльність певного органа чи системи. Ця спеціалізація відбулася внаслідок тривалої та складної еволюції людського організму у процесі розвитку здатності мозку до запам'ятовування, навчання, координації думок.

У мозку є «старі», давні ділянки, що миттєво переключаються на боротьбу або «втечу», якщо ми перебуваємо у стані стресу (в разі страху, люті, перевтоми, болю, хвороби). Ці ділянки розташовані в підкіркових відділах і називаються рептильним мозком. Над ним міститься група ділянок мозку «середнього віку», названа лімбічною системою. Це своєрідна резиденція, де формуються почуття. Будь-яке збудження органів чуттів проходить через цю систему, перш ніж свідомість взагалі зафіксує, що ми збираємося щось сприйняти. Якщо людина перебуває у стресовому стані, то ці дві «старі» частини мозку, співпрацюючи, «дбають» (шляхом викидання в кров гормонів стресу) про те, щоб людиною опанувало почуття невдоволення (страх, гнів, провини, заздрість, ревності).

Кора головного мозку, що відповідає за інтелектуальні та творчі процеси, називається кортексом. Переповнення людського організму гормонами стресу перешкоджає виникненню реакцій кортекса, що призводить до блокади мислення.

*Ендокринні залози є виробниками гормонів — спеціальних речовин, які, потрапляючи у кров, впливають на діяльність чутливих до них клітин. Завдяки гормонам склад і концентрація солей, що омивають клітини, вже багато мільйонів років залишаються постійними і практично точно відповідають сольовому середовищу Світового океану в докембрійському періоді, коли в процесі еволюції створювалася структура досконалої клітини. Концентрація в крові кальцію і фосфору, контрольована паразитовидними залозами, і концентрація натрію і калію, контрольована наднирковими залозами, також не змінюється протягом всього життя індивідуума.*

Діяльністю всіх залоз внутрішньої секреції керує *гіпофіз* — маленька залоза, розташована у центрі черепної порожнини. І хоча маса його дуже мала (усього півграма), значення цієї залози для нашого організму величезне. Кожній периферійній ендокринній залозі в гіпофізі відповідає спеціальний гормон-регулятор, яких понад 30 видів. Серед них — гормони статевих залоз, щитовидної залози, росту, виділення води з організму, контролю утворення пігменту в шкірі, регуляції артеріального тиску. Вагова кількість виділених гормонів мізерно мала. Так, за все людське життя виділяється лише чотири тисячних частки грама гормону росту. Це свідчить про величезну активність гормонів. Проте гіпофіз здатний одержувати сигнали щодо процесів, які відбуваються усередині тіла, залишаючись «глухим» до впливу на нього зовнішнього світу. Зовнішній світ ми пізнаємо через шкіру, очі, органи нюху, слуху і смаку. Органи чуттів передають отриману інформацію у відповідні відділи головного мозку. Звідти керуючий сигнал надходить у спеціальний орган — гіпоталамус.

*Гіпоталамус* — гібрид нервової та ендокринної систем. З одного боку, це типова нервова тканина, що складається з нейронів. Тому всю інформацію про зовнішній або внутрішній світ організму нервова система легко і швидко може передати в гіпоталамус. З іншого боку, гіпоталамус — типова ендокринна залоза, що виділяє спеціальні гормони, які регулюють діяльність гіпофіза. У деяких випадках гіпоталамус безпосередньо через нервовий апарат може впливати на тканини тіла, минаючи гіпофіз.

Отже, сигнал від органів чуттів через ЦНС надходить у гіпоталамус, від нього — у гіпофіз, а звідти — у робочі органи. Завдяки своїй незвичайній будові гіпоталамус перетворює швидкодіючі сигнали нервової системи на повільноплинні, але спеціалізовані реакції ендокринної системи. Після подання сигналу на гіпофіз гіпоталамус звільняється від сприйняття нових сигналів із зовнішнього і внутрішнього світів, що дає змогу заощаджувати кількість гормонів, які він виробляє.

Гіпоталамус багато в чому функціонує автоматично, без нагляду з боку центральної нервової системи, підпорядковуючись власному ритмові та сигналам, що надходять від тіла. Через гіпофіз він регулює зріст тіла, діяльність щитовидної залози, кори наднирників, функцію молочної залози. У гіпоталамусі та прилеглих до нього відділах мозку розташовані центр сну, а також центр, що контролює емоції. Тут же розміщені центри апетиту, теплорегуляції, енергетичного обміну. Гіпоталамус має

структури, пов'язані з регуляцією почуттів задоволення і насолоди, серцевої діяльності, тону судин, імунітету до інфекцій. Гіпоталамічні гормони впливають на стан не лише тіла, а й мозку, на стан духу. Ті самі гормони, що контролюють секрецію молочних залоз, кору наднирників і утворення жиру, після біологічного перетворення в мозку набувають здатності впливати на процеси запам'ятовування і навчання, сприйняття болю, емоційного забарвлення подій.

Гіпоталамічні утворення мозку крім виконання інтегративних функцій в організмі є високоспеціалізованою детекторною системою магнітних полів, які нас оточують. Існують дані про те, що гіпоталамус у понад сто разів чутливіший до магнітних полів, ніж всі інші тканини тіла. Таким чином, напруга магнітних полів, що не впливають на периферійні тканини, може бути сильним подразником для гіпоталамуса, порушуючи його інтегративні функції. Аналіз енцефалограм у психіатричних клініках свідчить, що ознаки неповної інтеграції в гіпоталамічних механізмах нерідко супроводжуються душевними захворюваннями і стражданнями, що відбуваються на фоні депресій.

Природні магнітні поля є нормальним станом для живих організмів. Тварина, ізольована від магнітного поля Землі, здебільшого гине від пухлинних захворювань, оскільки для більшості організмів на Землі магнітне поле служить одним із системотвірних факторів. У зв'язку із зазначеним вище варто звернути увагу на те, що природне електромагнітне тло за останні десятиліття різко збільшилося за рахунок електро-, теле- і радіокомунікацій. Особливо збільшують негативний вплив штучних електромагнітних полів на організм людини і природу в цілому високовольтні лінії електропередач. У разі ураження гіпоталамуса розвиваються розлади майже у всіх органах, часто з крововиливами, настає дистрофія м'язових волокон та інші патологічні відхилення.

**Функціональна спеціалізація мозку.** Встановлено, що у функціонуванні правої та лівої півкулі головного мозку існують значні відмінності. Права півкуля має більше значення для формування чуттєвих образів, ліва ж наділена функціями, що керують абстрактним мисленням, плануванням людської діяльності. Найбільш істотна відмінність між двома півкулями полягає у способі оброблення інформації: ліва півкуля відповідає за аналітичні процеси (розкладання цілого на складові), а права — за синтез (поєднання розрізнених відомостей в єдине ціле). Ліва півкуля працює як цифровий комп'ютер, що оперує числовими і буквеними знаками, права — як аналоговий комп'ютер, оперуючи аналогіями,



структурними образами. Цифрове перероблення інформації означає лінійний спосіб дій, які відбуваються послідовно, ніби нанизуючись одна на іншу й утворюючи слова. У свою чергу, слова вибудовуються в ряд, утворюючи речення.

Ліва півкуля мозку керує правою половиною тіла, а права — лівою половиною. У праворукої людини ліва півкуля відповідає переважно за мову, логічне і раціональне мислення, а права більше бере участь у просторовому інтуїтивному мисленні. Травми скроневих і тім'яних частин лівої півкулі кори головного мозку призводять до порушення здатності читати, писати, розмовляти і виконувати арифметичні операції. Подібні спостереження чітко вказують на те, що «раціональні» функції здійснюються переважно лівою півкулею. Проте вона нездатна сприймати геометричні образи, обробляє інформацію у міру її надходження, послідовно.

Багато хто вважає, що головне в людині — це словесні й аналітичні здібності, але у неї існує досить складна і швидкодіюча система сприйняття і пізнання, яка легко обходиться і без слів, і без аналізу. Такий спосіб осягнення світу — несловесне сприйняття і пізнання його — часто називають «інтуїтивним».

Багато людей у своєму свідомому житті майже цілком раціональні (лівопівкульні), проте є майже повністю інтуїтивні (правопівкульні). Травми скроневих і тім'яних частин правої півкулі кори головного мозку спричиняють порушення тривимірного бачення, впізнання образів, втрату музичних здібностей і здатності до цілісних міркувань. Впізнанням облич «відає» переважно права півкуля, і ті, хто назавжди запам'ятовують обличчя розпізнають образи правою частиною мозку. Ушкодження правої тім'яної частини мозку іноді закінчується для людини нездатністю впізнати власне обличчя в дзеркалі й на фотографії. Права півкуля має перевагу в геометрії за рухових актів. Багато складних фізичних вправ, у тому числі заняття спортом, потребують відносно малої участі лівої півкулі й більшої — правої. Нею переважно визначаються музичні здібності. Деякі дані свідчать про те, що поезія — це також частково функція правої півкулі, але водночас ця півкуля не забезпечує здатність до римування. Права півкуля обробляє інформацію, що надходить з різних сенсорних аналізаторів (зір, кінестетика, слух тощо) одночасно.

Обидві півкулі мозку поєднані між собою *мозолистим тілом* — головним вузлом зв'язку нейронних волокон. Це пучок із 200 млн нерво-

вих волокон, з допомогою яких обидві півкулі мозку обмінюються між собою інформацією.

Коли ми розглядаємо предмет, що знаходиться праворуч від нас, того обидва наших ока бачать те, що називається правим полем зору, а коли предмет ліворуч, ми бачимо ліве поле зору. Але зорові нерви з'єднані з мозком таким чином, що праве поле зору проектується в ліву півкулю мозку, а ліве поле зору — у праву. Так само звуки від правого вуха передаються в ліву півкулю, а звуки від лівого вуха — у праву півкулю. Але звуки, почуті лівим вухом, обробляються частково і лівою півкулею, і навпаки. Перетину функцій не спостерігається у примітивнішому органі чуттів — нюху: запах, уловлений лівою ніздрею, обробляється винятково в лівій півкулі. Але інформація, що циркулює між мозком і кінцівками, перетинається. Предмети, які ми обмацуємо лівою рукою, сприймаються переважно у правій півкулі, а накази правій руці написати речення виходять з лівої півкулі.

Крім того, до мозолистого тіла між лівою і правою півкулями мозку прокладено ще один нервовий «кабель», що називається передньою спайкою. Вона менша, ніж мозолисте тіло. Латералізація (поділ) функцій півкуль мозку має асиметрію. Як правило, у більшості праворуких людей ліва півкуля відіграє домінуючу роль у прийнятті та переробленні інформації.

Р. Орнстейн і Д. Галін стверджують, що, коли нормальні люди переходять від аналітичної до синтетичної розумової діяльності, електроенцефалограма відповідної півкулі кори головного мозку зазнає певних змін, а саме: якщо людина зайнята усним ліченням, її права півкуля дає на електроенцефалограмі альфа-ритм, характерний для бездіяльної півкулі. Р. Орнстейн пропонує цікаву аналогію, що пояснює, чому люди в цивілізованих країнах так широко використовують ліву півкулю і так мало — праву. Він вважає, що наше вміння використовувати функції правої півкулі трохи нагадує можливість бачити зірки вдень. Сонце в цей час так яскраво сяє, що зірок не видно, незважаючи на те, що вдень вони перебувають на небі так само, як і вночі. І лише коли сонце заходить, ми одержуємо можливість бачити їх. Аналогічно сяйво нашого останнього еволюційного надбання — здатності до мови, укладене в лівій півкулі, відводить на задній план здатність до інтуїтивного мислення правої півкулі, що для наших предків було головним способом сприйняття світу.

Взаємодія півкуль у нормі є реципрокною, тобто при обробленні інформації в одній півкулі інша на цей час дещо знижує інтенсивність

своєї діяльності. Наприклад, у людини, в якій тимчасово функціонує тільки права півкуля, погіршується словесне сприйняття, а інші види сприйняття одночасно поліпшуються. Розумовий процес, що зумовлює одержання нової інформації про відносини і зв'язки об'єктів, завжди потребує участі обох півкуль. Коли домінує ліва, то результати розумової діяльності можуть бути усвідомлені й висловлені, за домінування правої розумовий процес не може бути усвідомлений і переведений у мовний. І тільки коли знову домінує ліва півкуля, виникає відчуття раптовості отриманого результату, не пов'язаного зі станами, що безпосередньо передували його одержанню, неусвідомленості ні підготовчих етапів, ні проміжних операцій. У таких випадках вважають, що рішення знайдено інтуїтивно.

Основними особливостями інтуїтивного рішення вважають чуттєвість образів, неусвідомленість способів одержання результату, велике значення просторово-часових компонентів, цілісність сприйняття. Усе це свідчить про істотний внесок механізмів правої півкулі в інтуїтивний процес мислення. Творчі компоненти характерні майже для всіх професій, тому важливість розвитку інтуїції стає необхідною. Творче мислення не полягає у зведенні нових завдань до відомих способів їх розв'язання, а вимагає вміння побачити завдання в цілому, піддати критиці усі відомі методи. Людина повинна побачити обмеженість, схематичність старого методу розгляду проблеми і вміти вийти за межі звичних уявлень, які відповідають логіці та здоровому глузду. Саме такий новий, цілісний погляд на проблему досягається за рахунок інтуїції.

У житті кожної людини необхідні інтуїтивні рішення, особливо за умов дефіциту часу й інформації, у разі пошуку нових підходів до старих проблем і для адекватної взаємодії з іншими людьми. Оскільки особливостями діяльності правої півкулі є висока швидкість операцій, цілісність, узагальненість сприйняття, залучення мимовільної пам'яті в інші риси, властивим інтуїтивним рішенням, то навчання, спрямоване на їхній розвиток, повинне бути пов'язане зі «звільненням» правої півкулі, з опорою на неї. У багатьох народів давно існують вправи, що підвищують активність роботи правої півкулі мозку. Сюди варто віднести всі ритмічно повторювані ритуали (молитви, медитація, мантри — магічні формули заклинань, рухи, звуки бубна, співи та ін.).

Численні експерименти показали, що в гіпнотичному трансі інформаційні процеси відбуваються у правій півкулі швидше, ніж у левій. Рівень сугестивності (навіяння) людини збільшується за активізації

правої півкулі. Для формування активної установки на сугестивність необхідно створити всі умови, щоб «звільнити» праву півкулю, підвищити її активність і створити умови для гальмування лівої півкулі. Для цього непотрібно виділяти крупним планом якусь деталь, акцентування деталей — функція лівої півкулі. У цьому сенсі корисний прийом узагальненого впливу (жести, міміка, інтонації, поза, впевнена поведінка тощо).

Мислення за рахунок лівої півкулі засноване на наявності певної мови. Воно систематизоване, раціональне, логічне. Найбільше таке мислення притаманне дітям, і тому загострюється в школі: читання, письмо, лічення, аналіз граматичних правил. До цього варто додати нескінченне запам'ятовування цифр, фактів, дат, що досить рідко можна поєднати в єдине ціле.

Спосіб роботи правої півкулі зовсім інший: тут охоплюється вся ситуація відразу, і набагато швидше, ніж ми можемо відобразити її словами. «Мова» правої півкулі — це картини, образи і структури. Вона може впізнавати людей, згадувати місця, мелодії, володіє граматичними структурами. Саме завдяки цьому діти вчаться правильно говорити рідною мовою задовго до вивчення правил граматики. Спосіб дії правої півкулі паралельний, завдяки чому одночасно може виконуватися безліч справ, тоді як ліва півкуля дає змогу тільки писати або тільки читати, лічити.

В організмі людини одночасно відбувається велика кількість різноманітних процесів і, природно, реагувати на них і контролювати здатна тільки права півкуля. Звідси зрозуміло, що вона відповідальна за всі відчуття. При цьому її дії не залежать від того, встигне чи не встигне ліва півкуля перетворити їх на слова. Наприклад, під час поїздки в автомобілі права півкуля інформує про стан дороги (сухо, слизько), підказує, коли потрібно гальмувати або перемикає передачу.

Про те, що інформацію, одержувану людиною від власного тіла, обробляє права півкуля, свідчить той факт, що поразки правої півкулі найчастіше призводять до порушення нормального відчуття свого тіла. Зокрема, ця півкуля дуже чутливо реагує на зміну маси тіла, обумовлену дією гравітаційних сил. У разі ураження правої півкулі змінюється ставлення хворих до простору і часу, які відчуються як менш актуальні, аж до їх повного ігнорування. При порушенні цілісності правої півкулі різко збіднюється емоційна сторона життєдіяльності. Водночас у людей з ушкодженою лівою півкулею порушується мова, страждає або зовсім відсутня логіка в судженнях.

З позицій розуміння ролі півкуль головного мозку в пізнанні й осмисленні світу стає зрозумілим, чому непомірне захоплення телебаченням на шкоду читанню завдає суттєвої шкоди становленню особистості дитини. Телебачення з його величезним потоком зорової інформації впливає переважно на праву півкулю. Швидка зміна зображень, неможливість повернутися назад і знову переглянути недостатньо зрозумілі кадри — ці негативні риси будь-якого динамічного мистецтва особливо виразно виявляються саме в телетрансляціях. Осмислення побаченого — передання інформації з правої півкулі в ліву і перекодування її в слова — потребує часу, а головне — навички. А цього якраз дитина і не має. Читання ж, навпаки, активно формує здатність лівої півкулі до абстрагування. Ця найважливіша якість «читаючої» людини повністю відсутня при розгляді картинок на екрані. У підсумку «читаюча» людина трансформується в більш інтелектуальну особистість, ніж та, яка цілком віддається лише зоровим враженням без їхнього осмислення у словах.

Різна за характером музика сприймається з неоднаковою участю лівої і правої півкуль головного мозку. Так, класична музика, особливо твори Моцарта, Шопена, Гайдна, Вівальді та інших, значно активізує структури мозку в правій півкулі, що відповідає за абстрактне мислення, асоціації. Після прослуховування такої музики людина відчуває комфорт, душевну рівновагу, легкість у тілі, тихий смуток, радість, натхнення до творчої діяльності. Формуються різні асоціації, спогади, легше стає фантазувати, міркувати про сенс життя.

Ритмічна — джазова, рокова музика активізує ліву півкулю головного мозку. Вона спричиняє передусім бажання рухатися і ні про що не думати. Приблизно у п'ятій частини людей така музика зумовлює веселий або навіть занадто веселий настрій і в такої самої ж кількості — навпаки, почуття роздратування, туги, тривоги, самотності. У деяких людей виникає почуття холоду, і ні в кого — тепла. Асоціації, що формуються при цьому, мають переважно приземлений, побутовий характер. Як це і повинно бути, за функціонального переважання лівої півкулі полегшуються стереотипні рухові операції, а асоціації стають конкретними, з низьким рівнем узагальнення понять.

Існують методики, які дають змогу визначити деякі вроджені властивості особистості, такі, як відносна перевага другої або першої сигнальної системи, що, у свою чергу, пов'язане з функціонуванням правої та лівої півкуль мозку людини. Ця типологія пов'язана з навчанням, відповідно до якого вища нервова діяльність людини характеризується

наявністю в ній двох сигнальних систем: першої — образної, емоційної, та другої — пов'язаної з відображенням цих образів за допомогою слова — сигналу сигналів. Відносне переважання першої сигнальної системи характеризує художній тип людей, другої — розумовий тип, а однакова їх розвиненість — середній тип.

Наявність двох сигнальних систем у психіці людини пов'язана з діяльністю правої та лівої півкуль мозку, перша з яких переважно бере участь у продукуванні образів і емоцій, а друга — слів і мови в цілому. Відносне переважання діяльності правої півкулі мозку людини свідчить про домінування першої сигнальної системи, а лівої — другої. Відомо, що ліва півкуля мозку керує правою стороною тіла людини, а права — лівою (так звана асиметрія мозку).

Найпростіший тест для виявлення відносного переважання певної сигнальної системи — кількаразове переплетення пальців: якщо зверху завжди виявляється великий палець лівої руки, то це свідчить про належність людини до художнього типу (перша сигнальна система); якщо великий палець правої руки, то людина належить до розумового типу (друга сигнальна система). Відмінною рисою «правопівкульного» образного мислення вважають здатність цілісно, у комплексі сприймати предмети і явища з одночасною і мментальною обробкою багатьох параметрів. «Лівопівкульне» ж мислення наділяють здатністю до послідовної обробки інформації, коли пізнання відбувається постадійно і тому має аналітичний характер. Цю відмінність було встановлено ще І. Павловим, який писав, що «художників» захоплює дійсність цілком, сповна, без будь-якого подрібнення і роз'єднання, а «мислителі» роздрібнюють її і тим ніби змертвлюють, роблячи з неї кістяк, потім тільки поступово збирають її частини і намагаються в такий спосіб оживити, що їм цілком усе-таки не вдається».

Щодо нерівнозначності структур і функцій лівої та правої півкуль головного мозку людини погляди більшості дослідників, які займаються проблемами його функціональної асиметрії, при вирішенні різних завдань здебільшого подібні.

*Ліва півкуля головного мозку відповідає за:*

- формальні лінгвістичні операції, у тому числі мову, синтаксичний аналіз і фонетичне уявлення;
- програмування артикуляційного апарату і володіння тонкими програмами розрізнення часових послідовностей фонетичних елементів і причинно-наслідкових зв'язків, що виражаються синтаксичними засобами;

- розрізнення часів дієслів, множини й однини;
- правильне розуміння речень зі складним синтаксисом або таких, що потребують значного навантаження на короткочасну пам'ять;
- розрізнення причинно-наслідкових зв'язків і часових послідовностей;
- послідовне, східчає пізнання аналітичного характеру;
- операції з цифрами і математичними формулами в межах формальної логіки і раніше засвоєних правил;
- спеціалізацію на часових співвідношеннях.

*Права півкуля* відповідає за:

- визначення належності (неналежності) геометричних або топологічних фігур до наборів з незазначеним інваріантним знаком;
- впізнавання слів, що звучать, уловлювання асоціативних значень окремих слів;
- сприйняття багатьох предметів і явищ у світі в цілому;
- визначення орієнтації та кривизни ліній;
- розрізнення багатокутників і неправильних обрисів;
- визначення просторової орієнтації зорових сигналів;
- визначення подібностей або розбіжностей між безперервними чи фрагментарними контурами;
- розпізнавання стереоскопічних зображень;
- спеціалізацію на просторових співвідношеннях.

Таким чином, очевидним є той факт, що не тільки за патології, а й у нормі права і ліва півкулі функціонують, користуючись різними стратегіями перероблення інформації. Це свідчить про їх різну когнітивну спеціалізацію.

Останнім часом численні дослідження продовжили і поглибили вчення про діяльність півкуль мозку людини. Аналіз їх результатів дає змогу дійти висновку про два різні типи мислення. Ця відмінність зводиться до принципів складання зв'язного контексту з окремих елементів інформації: лівопівкульне мислення з цих елементів створює однозначний контекст, тобто з усіх незліченних зв'язків між предметами і явищами воно активно вибирає тільки деякі, найбільш істотні для конкретного завдання. Правопівкульне ж мислення створює багатозначний контекст завдяки одночасному охопленню практично всіх ознак і зв'язків одного чи багатьох явищ. Іншими словами, логіко-знакове мислення вносить у картину світу деяку штучність, тоді як образне мислення забезпечує природну безпосередність сприйняття світу таким, яким він є.

Наведена концепція фундаментальних відмінностей між ліво- і правопівкульною стратегіями перероблення інформації має пряме відношення до формування різних здібностей людини. Так, для наукової творчості, тобто для подолання традиційних уявлень, необхідне сприйняття світу у всій його цілісності, що передбачає розвиток здібностей до організації багатозначного контексту (образного мислення). І дійсно, існують численні спостереження, що для людей, здатних до образного мислення, творча діяльність менш стомлююча, ніж рутинна, монотонна праця. Люди ж, які не виробили здатності до образного мислення, нерідко бажають виконувати механічну роботу. Звідси ясно, як важливо з ранніх років правильно розвивати обидві півкулі мозку.

Спеціалізацію мозкових півкуль можна показати і так [18]:

**Ліва півкуля (пильнування)**

*Переважає:*

свідоме  
вербальне  
логіко-граматичне  
раціональне  
конкретне  
аналітичне  
кероване  
концентроване  
напруження

**Права півкуля (гіпноітичний транс)**

*Переважає:*

несвідоме  
невербальне  
візуально-просторове  
інтуїтивне  
абстрактне  
синтетичне  
спонтанне  
дифузійне  
комфорт

До недавніх пір вважалося: все, що відбувається в психічній і розумовій діяльності людини, цілком усвідомлюється нею. Нині загально-визнано, що у процесі мислення і психічної діяльності самосвідомість є лише незначною частиною. Крім відкрито визнаних причин, що зумовлюють наші дії, існують ще потаємні чинники, в яких ми не здатні зізнатися навіть самим собі. Більшість дій спричинена прихованими «двигунами», що вислизують від нашого спостереження, і навіть найпрофесійніший аналітик здатен помітити лише незначну кількість «двигунів», які управляють ним.

Лише приблизно десята частина щоденного процесу мислення людини відбувається свідомо, інша ж розумова діяльність здійснюється на підсвідомому рівні. Так зване свідоме мислення є лише вершиною айсберга, що піднімається з глибин океану. Ми перебуваємо ніби в темному лісі в безпросвітну ніч, наші смолоскипи кидають тільки незначне коло променів,



поза яким — ширше кільце напівтіней, а далі йде вже непроглядна пітьма. Тим часом саме у цій пітьмі і напівтінях відбувається величезна робота, її результати в разі потреби уриваються у світлове коло, назване свідомістю.

Про існування у людини несвідомої сфери діяльності давно, задовго до відкриття Фрейда, здогадувалися лікарі, письменники, філософи. Але це несвідоме було таємницею за сімома печатками, оточене міфами і релігійними забобонами, віддавалося в повне володіння чи то Богові, чи то дияволу. Очевидне існування в людині психічно непізнаних явищ давало ґрунт для різних містичних вчень.

У тваринному світі будь-яку поведінку можна описати інстинктами, найчастіше зумовленими фізіологічними потребами. По суті це дії, що безпосередньо спонукаються некерованими мотивами. Зовсім інша річ — у людини. Вона має самосвідомість, якесь «Я», центр її особистості. Невід’ємна частина діяльності людини — стереотипи і моральні норми культурного середовища, засвоєні в процесі соціалізації. Ці структури пригнічують одні мотиви людини і зумовлюють реалізацію інших. Так, шляхом пригнічення певних мотивів формується людська діяльність. Свідомість виявляється лише «вершником», який осідлав норовисту тварину, приборкав її, наскільки можливо, і не дає їй бігти туди, куди хочеться, а тільки до мети. З цієї причини часто поведінка людини визначається не її свідомими планами, а боротьбою її «Я» з несвідомими прагненнями організму.

Механізм пригнічення далеких від «Я» прагнень З. Фрейд назвав «цензурою». Це головна зброя «Я» у його боротьбі з несвідомим, але зброя гостра с обох боків. Все, що не відповідає моралі суспільства, не допускається до свідомості. «Цензура» витісняє у підсвідомість усі природні тваринні мотиви, заборонені суспільною мораллю, які суперечать засвоєним ідеологічним стереотипам. Людина не знає про існування цих прагнень і гадає, що має тільки те, що доступне її свідомості. Але придушені прагнення нікуди не зникають. Вони живуть власним життям, намагаються реалізуватися, вирватися назовні, пробивши стіну психологічного захисту — «цензуру». І пробиваються у вигляді обмовок у мові, описок у письмі, психологічних комплексів, невротичних симптомів.

Наведений механізм у сучасній психоаналітиці називають особистісним несвідомим, оскільки воно є результатом власного життя кожного індивіда. Особистісне несвідоме, хоча і значно більше за обсягом, ніж свідоме, проте і воно суттєво поступається ще одній формі

несвідомого — колективному несвідомому. Останнє містить результат життя всієї людської популяції, від моменту її формування в глибинах долюдських пращурів.

**Механізм колективного несвідомого.** Якщо з фізіологічної точки зору людське тіло є результатом усієї людської еволюції, те саме можна сказати і про психіку, яка певною мірою властива всім людям, опосередковуючи їх взаємодію із середовищем проживання. Оскільки наявні постійно повторювані умови існування поколінь, то виникли і типові для всіх біологічних видів (у тому числі для людини) реакції, що відбуваються автоматично і називаються інстинктами. У людини відповідно є спільні для всього живого інстинкти та специфічні людські несвідомі реакції на середовище проживання, фізичні явища, інших людей або власні психофізіологічні стани. Універсальні прообрази, проформи поведінки і мислення становлять колективне несвідоме як систему установок і реакцій, що незримо визначає життя людини.

Порівняно з тваринами людина наділена свідомістю, завдяки чому вона вільна від суто інстинктивних реакцій на світ. Свідомість опосередковує її відносини з навколишнім світом, що відкриває величезні можливості, але водночас призводить до небезпеки відриву свідомості від «життєвого коріння».

Тварини повністю занурені в несвідоме життя, вони не мають потреби вдаватися до свідомої регуляції поведінки, не можуть «з'їхати з глузду», оскільки в них його просто немає. Людина первісного суспільства лише незначною мірою відривалася від «матері-природи». З розвитком свідомості ця прірва дедалі більше поглиблювалася, і людина змушена була пристосовуватися не лише до зовнішнього, а й до власного внутрішнього світу, тобто їй потрібно було постійно відновлювати рівновагу, гармонійне співвідношення з успадкованими нею з минулого несвідомими детермінантами поведінки і мислення.

Давні люди зберігали гармонію за допомогою міфології, магії, ритуалів, причому міфологічне мислення ще не було диференційоване на суб'єкт і об'єкт, зовнішнє і внутрішнє, фізичне і психічне. Сучасне ж людство, що відмовилося від міфологічних уявлень, нараховує лише кілька століть. Орієнтація сучасної людини винятково на свідому поведінку породила і новий тип мислення — логічне. Таке мислення відбувається в судженнях, воно словесне, потребує зусилля волі. Воно втомлює людину. Логічне мислення є інструментом і породженням культури. З ним, у першу чергу, пов'язані наука, техніка, промисловість — знаряддя контролю над ре-

альністю. У малорозвинених суспільствах і понині логічне мислення слабо виражене.

Ненаправлене, інтуїтивне мислення — це потік образів, а не поняття. Воно не втомлює людину. Варто лише розслабитися, і ми втрачаємо нитку логічного мислення, переходячи до природної для людини гри уяви. Таке мислення непродуктивне для пристосування до зовнішнього світу, оскільки іде від реальності до фантазій. Воно те саме що сновидіння, проте необхідне для художньої творчості, міфології, релігії.

Усі ті творчі сили, які сучасна людина вкладає в науку і техніку, давні люди присвячували міфам і релігії. Завдяки цьому ми стали багатими на знання, але бідними щодо мудрості. Справжніми джерелами мудрості продовжують залишатися для нас лише сновидіння, коли контроль логічного мислення слабшає і ми знову маємо можливість ввійти у втрачений для нашої свідомості фантастичний світ.

**Особливості функціонування психіки.** Психіка людини є цілісністю, єдністю свідомих і несвідомих процесів. Це саморегулююча система, в якій відбувається постійний обмін енергією між свідомістю та її протилежним полюсом — колективним несвідомим. Енергія народжується з протиріч, з боротьби двох протилежностей, як Інь з Янь, і навпаки. Відокремлення якої-небудь з цих двох частин психіки призводить до втрати енергетичної рівноваги. Коли свідомість прагне відокремитися від несвідомого (що відбувається, наприклад, у європейських народів останніми сторіччями), несвідоме прагне до «компенсації» себе. Вторгнення колективного несвідомого здатні зумовлювати не лише психози, а й всілякі псевдопророцтва, «інфляцію» свідомості різних «вождів», які стають «носіями» надлюдських сил.

Будь-яка релігія близька до міфології, а тому є різновидом колективного несвідомого. З цього зрозуміло, що релігія вічна, вона необхідна всьому сучасному людству як місток, здатний підтримувати стійкий енергетичний баланс між зростаючим рівнем свідомості та колективним несвідомим, яке здає свої позиції. Релігія виконує функції рятівника душі та регулятора психічного здоров'я. Суспільству, позбавленому «захисних стін» релігійних символів, цілком реально може загрожувати божевілля.

У цьому плані важливим є розроблення теорії катарсису (давньогрецьк. — очищення), відповідно до якої відтворення в пам'яті та емоційній сфері забутої психічної травми може позбавити хвору людину невротичного синдрому, спричиненого цією травмою.

**Особливості впливу установок на поведінку людини.** Відповідно до вчення Д. Узнадзе (1886–1950) сфера дії несвідомого психічного настільки широка, що є основою всієї активності особистості, як внутрішньої, так і зовнішньої. У людській активності, згідно з Узнадзе, несвідома психічна дія виявляється у вигляді установок.

Пропонуємо здійснити один із класичних дослідів щодо вироблення установки. Потрібно взяти три кулі або м'ячі: два, наприклад, діаметром 6 см, а один — 12 см і запропонувати знайомому оцінити їх розміри. Він скаже, що два м'ячі однакові за розміром, а один більший. Потім запропонувати піддослідному сісти, заплющити очі, покласти руки на коліна долонями нагору і порівняти два м'ячі за розміром на дотик. Він повинен сказати, в якій руці більший м'яч, не розплющуючи очей. Після того, як піддослідний визначиться повторить процедуру 5–10 разів, щоразу вкладаючи більший м'яч в ту саму, наприклад праву, руку. На 10-й раз дайте в руки два однакових за розміром м'ячі й повторить це 5 разів. І щоразу піддослідний, обмацуючи їх із заплющеними очима, говоритиме, що в правій руці м'яч, більший, ніж у лівій. Якщо він розплющить очі, то переконається, що м'ячі однакові за розміром, але, заплющивши очі, знову в правій руці відчуватиме більший м'яч.

Цей стан називається контрастною ілюзією. Д. Узнадзе визначив його як готовність до звичного способу реагування, тобто як установку. Установки можна сформувати в різних органах чуттів, або, за словами психологів, вони бувають різних модальностей: аудіальні (що виробляються на слух, звук), тактильні (дотикальні), візуальні (зорові) та кінестетичні (рухові).

Фіксовані установки мають такі характеристики:

1) збудливість — кількість настановних ознак (неоднакові м'ячі), потрібних піддослідному для виникнення ілюзії. Деяким людям п'яти повторень досить, іншим і 20 мало;

2) міцність — кількість разів, за якої пред'явлення однакових м'ячів зумовлює виникнення контрастної ілюзії. У якому по порядку пред'явленні людина може позбутися ілюзорного сприйняття нерівності. Одній досить п'яти пред'явлень, а іншій — 20. Ілюзія може «відхилятися» то ліворуч, то праворуч, один з однакових м'ячів здається більшим. Це показник пластичності установки;

3) варіабельність — виникнення у деяких людей у тому самому експерименті в різні дні однакової кількості ілюзій. Проте є люди, в яких міцність ілюзій сьогодні одна, а завтра інша, тобто фіксована установка є варіабельною.

Від характеру роботи установок залежить і характер людини. Наприклад, за «збудливої» установки (легке виникнення ілюзій) вона найчастіше є запальною, експансивною. За низької збудливості інертною, пасивною. Якщо установка «динамічна» (ілюзії надовго не фіксуються), людина вміє пристосуватися до оточення, витривала у конфліктах. За «статичної» установки, коли міцні ілюзії довго не зникають, — навпаки, людина є неуживчивою, не витримує конфліктів. За «варіабельної» установки людина непослідовна та імпульсивна.

Установки несвідомі їй формуються під впливом середовища. Саме в такий спосіб фіксуються стереотипи життя. Існує безліч несвідомих установок, що визначають поведінку людини. У дослідженнях Д. Узнадзе описано явище, яке зумовлює первинну установку. Він досліджує поведінку людини, яка раптово відчула спрагу. «Скажімо, я відчуваю сильну спрагу й у цьому стані проходжу через місце продажу прохолодних напоїв, повз яке мені доводилося проходити щодня по кілька разів. Цього разу я відчуваю, що вигляд напоїв приваблює мене. Підкоряючись цьому потягу, я зупиняюся і замовляю собі воду, що здається зараз мені найбільш жаданою. Як тільки я задовольняю спрагу, вода одразу ж втрачає привабливість, і якщо в такому стані я проходжу біля того самого місця, воно залишається поза увагою або я його зовсім не помічаю».

Явище «вселення» з боку речей усім відоме. Речі притягують нас до себе і спонукають до певної діяльності. Іноді потреба і сам її предмет не усвідомлюються людиною, але визначають її вчинки, приваблюють. Так, герой роману «Злочин і покарання» Раскольніков, який мав намір піти в поліцейську контору, раптом знаходить себе біля того місця, де ним було вчинено вбивство лихварки.

«У контору треба було йти усе прямо і при другому повороті узяти вліво: вона була вже в двох кроках. Але, дійшовши до першого повороту, він зупинився, подумав, повернув у провулок і пішов обходом через дві вулиці, — можливо, без будь-якої мети, а може, щоб хоч хвилину ще потягнути і виграти час. Він йшов і дивився в землю. Раптом начебто хто шепнув йому щось на вухо. Він підняв голову і побачив, що стоїть біля того будинку, у самих воріт. З того вечора він тут не був і повз нього не проходив. Непереборне і незрозуміле бажання схилило його».

Читаючи, ми відчуваємо, як якась незрозуміла сила тягне Раскольнікова до місця злочину, діючи незалежно від нього. Отже, за наявності деякої потреби річ, що може задовольнити індивіда, притягує і спонукає вчинити дію, якої «потребує» ця річ, для задоволення по-

треби. В одному випадку це склянка води, а в іншому — місце злочину. У першому прикладі стан, спричинений потребою та її предметом, усвідомлюється, а в другому прихований від людини. Але в обох випадках специфічний стан, що виник у суб'єкта за наявності потреби та її предмета, виявляється у спрямованості, готовності до певної діяльності, що відповідає потребі, тобто установки.

У розумінні Д. Узнадзе «первинна установка» виявляється в конкретному психологічному явищі — феномені «спонукального характеру» предметів. Цей феномен може спричинити імпульсивні установки, що переходять в імпульсивну поведінку. Приклади дії імпульсивних установок трапляються на кожному кроці. Ви пишете статтю, а поруч стоїть тарілка з яблуками або лежить пачка сигарет. Час від часу ви, не відриваючись від роботи, машинально простягаєте руку і берете яблуко або запалюєте сигарету. Якщо умова здатна задовольнити потребу, перебуває у стандартній ситуації, ми майже ніколи спеціально не замислюємося, що зробити: «самі умови ситуації диктують нам, що потрібно робити» [38].

Будь-яка імпульсивна поведінка здійснюється під впливом актуального імпульсу миттєвої потреби і предмета, що відповідає їй, який диктує, у буквальному значенні цього слова, що потрібно робити. Склянка води на кафедрі спонукає лектора, який відчув спрагу, випити її, не перериваючи своїх міркувань. Якщо ви ситі, але відчуваєте приємний запах ласощів, то цей продукт «вселяє» вам помилковий апетит, і ви його купуєте. Будь-яка жінка, зайнята численними домашніми справами, у разі появи незнайомої людини машинально поправляє волосся, прямуючи назустріч гостеві. Запеклий курець, захоплений розмовою, механічно палитиме стільки разів, скільки співрозмовник пропонуватиме йому сигарети.

Багато установок допомагають нам жити автоматично в стандартних ситуаціях. У цю мить індивідуальні установки не заважають думати про інші проблеми. Наприклад, юнак, збираючись на побачення з дівчиною, ніяк не може натягти черевика, і всі його зусилля виявляються марними. Коли, знервувавшись, він починає шукати причину, то з прикрістю виявляє, що, захопившись мрією про зустріч з коханою, він завзято намагався взути черевик свого брата. Перешкода, що виникла при надяганні черевика, паралізує установку, спрямовану на зустріч з дівчиною, виникає у свідомості потреба довідатися причину затримки.

Наші установки можуть виявлятися й у застереженнях, обмовках помилкових діях. Наприклад, юнак, розлучившись з дівчиною, починає

зустрічатися з іншою. Жваво розмовляючи з нею, він кілька разів називає її ім'ям першої дівчини. Значеннева установка є вираженням особистісного змісту у вигляді готовності до певної діяльності. Ця функція може безпосередньо виявлятися в загальному значенневому забарвленні різних дій, що входять до складу діяльності, виступаючи у вигляді «зайвих» рухів, значенневих обмовок і застережень.

Наступний рівень настановної регуляції — мета дії. Ціль, представлена у формі образу усвідомлюваного передбачуваного результату, актуалізує готовність суб'єкта до її досягнення і тим самим визначає спрямованість цієї дії. Під цільовою настановою розуміють готовність суб'єкта зробити передусім те, що відповідає меті, яку він поставив при вирішенні завдання. Мета дії, що передбачається суб'єктом, продовжує впливати і після того, як дія перервана, виступаючи у вигляді стійкої тенденції до завершення перерваних дій (Б. Зейгарнік).

Цим феноменом інтуїтивно користуються письменники і лектори. Письменник, який бажає, щоб його читач захотів прочитати другу, ще не опубліковану частину книги, намагається «обірвати» виклад на найцікавішому місці. Лектор, який прагне, щоб його слухачі глибше зрозуміли проблему, не розкриває її до кінця, а перериває лекцію, змушуючи тим самим слухачів власноруч спробувати вирішити або обміркувати цю проблему. Якщо слухач виходить з лекції у стані перерваної дії і має установку на пошук рішення поставленої проблеми, то лекція вдалася.

Будь-який план своєї поведінки людина розподіляє на операції, які допомагають досягти поставленої мети. Готовність до здійснення певного способу дії розуміють як операціональну установку. У повсякденному житті ці установки діють у звичних стандартних ситуаціях, цілком визначаючи роботу «звичного» плану поведінки [38]. Після того, як людина багаторазово виконувала один і той самий акт у певних умовах, у неї при повторенні цих умов не виникає нової установки, а актуалізується раніше вироблена на ці умови [38].

Різноманітні фіксовані соціальні установки також можуть виступати як операціональні. Приклад дії соціальних фіксованих установок, що актуалізуються в стандартних ситуаціях, можна побачити у романі Л. Толстого «Анна Кареніна»: «Життя Вронського тим було особливо щасливим, що в нього був перелік правил, які визначали усе, що треба і не треба робити. Перелік цих правил обіймав дуже мале коло умов, проте правила були безсумнівні, і Вронський, ніколи не виходячи з цього кола, ніколи ні на хвилину не коливався у виконанні того, що треба. Правила

ці беззаперечно визначали, що потрібно заплатити шулерові, а кравцю не потрібно, що брехати не треба чоловікам, а жінкам можна, що обдурити не можна нікого, але чоловіка можна, що не можна вибачати образ, але можна ображати, і т. д. Усі ці правила могли бути нерозумні, але вони були беззаперечні, й, виконуючи їх, Вронський відчував, що він спокійний і може високо носити голову» [37].

Ці правила, норми оцінок і відносин впроваджуються у свідомість людини і, виступаючи у формі умов, що відповідають стандартному колу операціональних установок, керують нею в повсякденному житті й рятують від необхідності щоразу вирішувати, як слід діяти у певній ситуації, що вже траплялася. Достатньо, спираючись на минулий досвід, віднести ситуацію до певного класу, і «спрацьовують» відповідні установки. Вони будуть операціональними за їх місцем в діяльності й відповідними засвоєним соціальним нормам (приклад із Вронським) — за їх змістом. Операціональні установки здебільшого усвідомлюються лише в тих випадках, коли вони порушуються.

Так, головний персонаж роману Ф. Достоєвського «Ідіот» князь Мишкін замість того, щоб недбало кинути свій вузлик швейцарові, заводить з ним докладну бесіду в «людській», чим спершу дивує самого швейцара, а потім і княгиню Мишкіну. Порушення прийнятих норм заважає швейцарові, «людині з натяком на думку», вирішити, як поводитися з князем. Подібне порушення правил і установок, що впливають з них, на певну поведінку в даній ситуації розцінюється і швейцаром, і княгинею як подія надзвичайна, про що недвозначно дають зрозуміти князеві Мишкіну.

Несвідоме психічне складається з безлічі установок: первинної, цільової, імпульсивної, значенневої та операціональної. [38]. Не слід уявляти ці установки, як поверхи, надбудовані один над іншим і позбавлені будь-яких зв'язків між собою. Всі установки перебувають в постійних взаємовідносинах і впливають одна на одну. Кожна установка прагне реалізувати свою цільову потребу і має свій установочний операціональний спосіб її реалізації. Ці установки, прагнучи до своєї мети, діючи, перетинаються. Таким чином, може виникнути протиріччя, конфлікт, який з несвідомого може перейти у свідомість.

Старі установки можуть впливати на нові. Наприклад, у курця з'явилася цільова установка, що виявилася в усвідомленому бажанні кинути палити. Він свідомо приймає рішення, що завтра палити не буде. Вранці попередня операціональна фіксована установка актуалізує



в нього у свідомості бажання запалити, і він бере сигарету. Але цільова установка знову аналізує у свідомості курця мотив кинути палити, наприклад: «Я кинув палити!» Курець відкладає сигарету. Цієї миті стара установка диктує протилежну мотивацію: «Відразу кидати палити шкідливо! Будемо відвикати поступово». Ці дві установки перебувають між собою в конфлікті, а свідомість курця, його «Я» повинне підтримати одну з них. Якщо «Я» курця не актуалізує мотив «кинути палити», то «стара звичка» палити залишається.

Отже, між установками різних рівнів складаються певні взаємини. Мислення середньої людини подібне мисленню мавпи, яка стрибає і бігає між конфліктуєчими установками і приймає найчастіше «імпульсивні» рішення. Люди бачать світ крізь окуляри, стекла яких затемнені світлонепроникною плівкою «старих установок» (догм, знань, застарілих забобонів тощо). «Стара установка продовжує своє існування у певній якості установок сьогодення» [38]. Ця думка автора теорії установки свідчить, що старі установки, або «установки на минуле», впливають на нові, або «установки на майбутнє». Але існують творчі установки, які можуть організувати й інтегрувати діяльність конфліктуєчих установок. Формування подібних установок — одна з найважливіших функцій вашого несвідомого. Така інтеграція дає людині духовну силу, творчий потенціал. Творчі установки виражають у життєдіяльності людини її особистісний зміст, додають стійкого характеру і допомагають подолати багато труднощів у житті людини, створюють у свідомості індивіда духовний самоконтроль і спонукають його до самовдосконалення.

До розуміння цього, щоправда, у неясній формі, неодноразово вже приходили кращі уми минулого. Відомий римський філософ Л. Сенека стверджував: «Скільки людина прожити хоче — може». Через століття цього ж висновку дійшов Гете. З приводу смерті одного знайомого він писав: «От помер З., ледь доживши до 75 років. Що за нещасливі створіння люди — у них немає сміливості прожити довше. Головне, треба навчитися панувати над самим собою».

Сугестивність людини залежить від неусвідомлюваної психологічної установки. Виникнення такої установки на сугестивність (навіювання) має безпосередній і глибокий вплив на гіпнабельність. Але доти, поки позитивна установка на сугестивність не «вимкне» у свідомості індивіда мотиви поведінки, що суперечать цьому процесові, ефекту не буде. Під впливом позитивної установки на сугестивність несвідомо спрацьовує

механізм, який виключає поведінку, що суперечить цій установці. Вона є реорганізатором психологічних установок особистості, що надалі не тільки сприяють досягненню гіпнотичного стану, а й активно беруть участь у самому процесі створення цього стану. Свідомість індивіда зовсім не є феноменом, що вичерпує психологічну сутність і спосіб вияву психічних особливостей людини. Всі особистісні якості індивіда мають несвідому причину. Несвідоме психічне керує усіма фундаментальними вимірами людини у всіх аспектах. Управління здійснюється несвідомо або може реалізуватися через свідомість. Несвідоме є непереборний початок усього суспільного буття людини, а не тільки її індивідуальності.

Навіювання є втручанням в аферентний синтез. Воно відбувається в таких напрямках:

- 1) за допомогою навіювання гальмується реальна імпульсація і деактуалізується наявна на даний момент мотивація;
- 2) цілеспрямовано активуються енграми певного стану (вони можуть бути як результатом безпосереднього досвіду, так і підсумком досвіду інших). Втручання у сферу мотивації може бути непрямим, коли сформований психічний стан природно містить якийсь мотив, або прямим — за спеціального навіювання.

На основі активованих енграм і мотивів створюється відповідний акцептор результатів дії та сама програма дії, що містить підготовку внутрішнього середовища організму і систем, що формують зовнішню активність.

### **5.2.3. Змінені стани свідомості**

Головною психофізіологічною характеристикою людини є її здатність зводити воедино всю психофізіологічну інформаційно-енергетичну активність організму, виявляючи її у формі звичайного стану свідомості, що формує наше самоусвідомлення, «тут і зараз», у вигляді домінанти — робочого принципу функціонування мозку, який визначає зміст і напрямок усіх реакцій і поведінки на даний момент.

Основна властивість домінанти полягає в тому, що вона підсумовує збудження сусідніх нейронних структур мозку, прагне стійко їх підтримувати і зберігати у психофізіологічних структурах пам'яті. Мозок має безліч домінант, кожна з яких залучається у певних ситуаціях, тому якусь поведінкову реакцію людини визначає найбільш збуджена

домінанта. Свідомість людини влаштована таким чином, що активація однієї з домінант автоматично спричиняє гальмування інших, особливо сусідніх. Це дає змогу людині без перешкод (без боротьби домінант) здійснювати певний вид діяльності, хоча в початковій пошуковій роботі використовується широке збудження всієї кори головного мозку. Проте в асоціативно складених, логічно суперечливих та інформаційно перевантажених ситуаціях мозок, як і будь-який надскладний пристрій, дає збої, особливо в разі конфліктів у енергетично найбільш насиченій домінанті, що в даний момент є провідною. У таких ситуаціях, як правило, можливі міждомінантні конфлікти, що можуть витіснити у сферу несвідомого неприйнятні для свідомості (а свідомість — це провідна домінанта, що виграла в даний момент конфлікту) інші домінанти з їх неусвідомлюваною з цього моменту інформацією.

Одна з домінант, яка енергетично найбільш насичена і логічно не суперечить досвіду та змісту пам'яті людини, перемагає в щосекундній боротьбі з іншими домінантами (з іншою інформацією). Вона стає на певний момент часу нашою свідомістю, тобто тією виділеною з усіх інших інформацією, що нами й усвідомлюється. Вся інша інформація, тобто домінанти, що програли, надходить в мозкові глибини несвідомої пам'яті. Якщо інформаційна домінанта, що програла, слабка, то вона стирається в проміжних мозкових механізмах оперативної та короткострокової пам'яті. Якщо ця домінанта сильна, то вона проникає в глибинні механізми довгострокової пам'яті й, закріпившись там на все життя, починає змінювати колишній зміст і всю психофізіологію несвідомого. На цьому феномені витиснення З. Фрейд побудував свій відомий психоаналіз, поставивши за мету витягати з глибин несвідомого витиснуту туди інформацію, щоб, очистивши від неї несвідоме, повернути йому здатність до нормального психофізіологічного та інформаційно-енергетичного функціонування, тим самим вилікуючи людей від виниклих з цієї причини психічних захворювань.

За внутрідомінантних збоїв, у силу природних особливостей роботи мозку, в них автоматично виникає незгасаючий вогонь збудження, що також змінює звичайний стан свідомості й породжує транс, тобто незвичайний, змінений стан свідомості. На цій властивості мозку побудовано психотехніки відомого китайського гіпнозу (метод розриву стереотипних реакцій, метод коанів та ін.) і циганського гіпнозу (метод раптового інформаційного та емоційного перевантаження, метод раптового логічного тупика, стрес-метод, метод дисоціацій тощо).

Витиснуті в інформаційно-міждомінантних конфліктах у несвідоме енергетично сильні доміанти створюють у ньому свої мотиви та програми реакцій і поведінки, що часто відрізняються, аж до повного протиріччя, від свідомих реакцій і поведінки на даний момент часу. Витиснуті доміанти та їх інформація згодом виявляються у вигляді так званих автоматизмів, інтуїції та нашого другого «Я». Внаслідок боротьби свідомого і несвідомого виникають невротичні напруження, що призводять до утворення стійких патологічних комплексів, які виявляються у скутості, страхах, ослабленні опору, неврозах, у важких випадках — у психосоматичних розладах і психічних захворюваннях, аж до повного розщеплення єдиної особистості на дві й більше: одну звичайну, свідому, а іншу (або інші) патологічну, несвідому. Звідси виникають так звані «контактери», «уфологи», «астрологи» та інші особи зі зміненою патологічною свідомістю, які внутрішню реальність з її уявними картинами, звуками, мовою тощо сприймають як зовнішню реальність. Це роздвоєння особистості й втрата нормальної здатності відрізнити внутрішні галюцинації та «голоси» від об'єктивної зовнішньої реальності є патологією, що часто трапляється у тих, хто «чує голос» або «голоси», «бачить і розмовляє з інопланетянами», «контактує з Космічним Розумом», «спілкується з Інформаційним Полем» тощо. Утворення витиснених доміант, або, як їх називають західні психоаналітики, «систем конденсованого досвіду», сприяє передчасному старінню і виникненню багатьох старечих захворювань через нарощування в організмі так званих «нервово-інформаційних помилок і поломок», як у комп'ютері.

У тих випадках, коли доміанти, що виграли, продовжують стійко функціонувати, незважаючи на іншу ситуацію, що змінилася з часом, уже наявна дещо змінена свідомість, тобто крім нової провідної доміанти продовжують функціонувати і старі. Таким чином, надмірне стійке збудження певних доміант (які виникли через багаторазові повторення або з інших причин) зумовлює появу автоматичних умовних реакцій, стереотипності поведінки і шаблонності психологічних установок, що знижує нормальну пошукову активність звичайного стану свідомості й різко звужує пізнавальні й інші пошукові можливості особи, спричиняючи її закомплексованість, а згодом і патологічність. Це схоже на дію комп'ютерних вірусів, що формують власні програми і витісняють із блоків пам'яті всю іншу інформацію, різко спотворюючи та знижуючи можливості комп'ютера.

Вища нервова діяльність людини забезпечується переважно процесами мозку, що самоорганізуються, тому й у виправленні помилок вона повинна покладатися тільки на власні особливі механізми, що «вмикаються» лише в критичні моменти, коли нестандартна ситуація вимагає переходу до нової моделі поведінки або ситуація загрожує життю людини. Шаблонні реакції — основа поведінки всіх живих істот. Особливу роль вони відіграють у поведінці суспільних тварин, де, досягаючи вищого ступеня складності, забезпечують взаємодію індивідів. Проте, чим вища організація нервової системи, тим більша імовірність виникнення конфліктів між діяльною і консервативною частинами розуму. Найбільше значення це має для людини, адже у неї поділ психіки на свідому і несвідому досягає максимуму. Ефективна зміна поведінки залежно від зовнішніх обставин можлива лише за умови контролю над старими шаблонами, тобто можливості хоча б часткового або тимчасового їхнього усвідомлення. Так реалізується психологічна адаптація.

Перебіг подібних процесів забезпечується і каталізується зміненими станами свідомості (ЗСС). Спектр і глибина різних ЗСС дуже різноманітні. Найвідоміший приклад дії подібного роду станів — це сон, особливо швидка його фаза. Саме в цій фазі ми запам'ятовуємо сновидіння. Сни — це певний діалог свідомості та підсвідомості, під час якого здійснюється інтенсивна робота. Пошукова активність людини має пряму залежність від снів. Цей факт доведений експериментально. Але сни мають свої обмеження, тим більше, що мало хто з людей може використовувати їх з максимальною користю. Тому також дуже важливе значення мають ЗСС, що виникають у стані пильнування. У різних ЗСС можливі або звуження, або розширення поля свідомості. Звідси випливають два різних принципи інтеграції. Розглянемо їх з погляду теорії домінант.

Отже, завдання полягає в тому, щоб усунути або перебудувати певні нейронні комплекси, відповідальні за виконання застарілих або шкідливих програм. Комплекс тільки тоді є діючим, коли в ньому підтримується певний рівень збудження. Складність в усуненні виникає через обмеженість каналів доступу. Якщо цей матеріал витиснутий, то довкола нього виникає зона гальмування, що обмежує поширення збудження. Як правило, початкові стадії інтеграції забезпечуються звуженими станами свідомості. Лише згодом стає можливим її розширення. За звуження свідомості вибірково зростає активність функціональних органів головного мозку. Нервовій системі притаманний закон — надмірне або позамежне збудження призводить до гальмування. Як зазначено вище,

діючі доміанти мають властивість складання збуджень. Таким чином, у першу чергу гальмуються найбільш енергетично насичені комплекси, тобто ті, в яких цієї миті підтримується найвищий рівень збудження. У нормальному стані не вистачає сили збудження для гальмування негативних витиснутих доміант. Внаслідок цього процесу витиснутий матеріал стає доступнішим для свідомого відпрацювання.

Розширення свідомості забезпечується зростанням загальної активності кори головного мозку, синхронізується робота різних його ділянок. Максимальна синхронізація може спричинити ефект розширення свідомості навіть на тлі гальмування кори. При цьому внаслідок резонансу на енцефалограмі збільшується амплітуда електромагнітних коливань. На тлі цього процесу стає можливим придушення, підпорядкування негативних доміант через їх невідповідність глобальнішим програмам. В обох випадках результатом дії ЗСС є перерозподіл і утворення нових функціональних зв'язків між клітинами, що сприяє зрівноважуванню процесів збудження і гальмуванню в різних ділянках мозку, тобто ліквідації стресу. У багатьох ЗСС відбувається масований викид гормонів нервової системи або нейромедіаторів, спектр яких дуже широкий. Їх співвідношення і кількість зумовлені внутрішніми чинниками і потребами, тому вони діють більш м'яко і доцільно, ніж уведені ззовні наркотичні речовини.

Інтенсивні процеси в ЗСС здійснюються також між півкулями мозку, тому що збудження може охопити весь мозок, і частини негативного досвіду найчастіше містяться в різних півкулях. Крім того, зменшення внутрішніх протиріч призводить до тіснішої їх взаємодії. За сучасними уявленнями, свідомість локалізована в деякій ділянці мозку, яку І. Павлов назвав «світлою плямою». Завдяки цьому утворенню людина може ідентифікувати себе як певну особистість, що має власну волю. Як свідчить досвід, «географія світлої плями» може змінюватися, іноді ця ділянка взагалі потрапляє в зону гальмування. Останнього домагаються гіпнотизери (і фахівці з інформаційних війн), тому що в подібному стані людина стає абсолютно сугестивною, втрачаючи будь-яку критичність і свободу волі.

У таких станах імовірно утворення ізольованих острівців сприйняття, інформація з яких недоступна в звичайному стані. На їх базі можливе утворення нових «Я», що мають власну мотивацію, а іноді навіть здатних у певних ситуаціях гальмувати зони звичайного «Я», цілком забираючи контроль у свої руки. Так, у більшості людей виробляється своя

реакція на стреси, коли вони поводяться не так, як хотіли б того свідомо. Крайні приклади мимовільного формування інших «Я» у межах однієї особистості наводилися вище. Формування нових «Я» може відбуватися і з чужої волі. У книзі «Викрадачі розуму» Л. Толкунов розповідає про документально підтверджену історію з американським агентом, якого було затримано в одній з країн під час підготовки замаху. На допитах з'ясувалося, що в ньому запрограмовано чотири окремі особистості, кожна з яких вступає в дію лише у певній ситуації, і жодна з них не знає про існування трьох інших. Це було підтверджено детектором брехні й за допомогою гіпнозу.

Сугестивність у гіпнотичному стані є наслідком нового положення активної зони і відсутності досвіду інтеграції при переходах у різні стани. Наприклад, відомий психотерапевт М. Еріксон довільно міг вводити в трансові стани, навіть не перериваючи мови. Цієї здатності він набув у результаті практики самозанурення в транс, завдяки чому їм було освоєно нові ділянки мозку, де утворилися «філії» «Я». Подібна організація дає змогу раціональніше використовувати ресурси мозку. До того ж особистість стає більш багатогранною, але не розщепленою, оскільки з досвідом самозанурень зростає рухливість свідомості. Ця властивість сприяє збільшенню зони усвідомлюваного, а разом з нею і спектра здібностей та можливостей.

Прикладом є дослідження, яке довело, що вияв екстрасенсорних здібностей може бути спричинений активацією нових ділянок мозку. Здатність входити в різні ЗСС споконвічно закладена в людині природою. В основі механізму переходу — необхідність перебудови моделі поведінки в екстремальних ситуаціях. Тому більшості людей уже доводилося стикатися зі зміненими станами свідомості. Ці стани виникають у разі порушення добового режиму, фізичного і розумового перенапружень, глибоких переживань, утрудненої адаптації, дезадаптацій, стресів, травм, отруень, різних захворювань, особливо з високою температурою, внаслідок граничної концентрації та психофізіологічних перенапружень тощо. Зміна стану свідомості супроводжується зміною сприйняття, мислення і психофізичних можливостей людини.

За твердженням деяких учених через особливу складність психіки людини для нормального функціонування і задоволення духовних потреб ЗСС у стані пильнування так само необхідні, як і сон. Феноменологія ЗСС неймовірно складна і вивчена ще далеко не повністю. Надпильнування, або напружене пильнування, — це стресовий або післястресо-

вий стан, пов'язаний зі зростанням пошукової активності, готовності до мобілізації резервів. Осяяння, натхнення, за східною термінологією — саторі («пробудження», просвітлення), — результат широкомасштабних інтегративних процесів між свідомістю і підсвідомим. Обов'язковою попередньою стадією до цього стану є надпильнування. Іншими словами, осяяння — вдалий результат надпильнування.

Варто виділити окремо ЗСС, спричинені галюциногенами і гіпервентиляцією. Останні, на відміну від наркотиків, діють дуже специфічно, знімаючи блокування інформаційних потоків, підвищуючи емоційну індуктивність. Внаслідок цього виникають інтенсивні галюцинації та інші феномени. Найсильнішим з відомих галюциногенів є ЛСД-25. За часів психоделічної революції багато художників, письменників, музикантів, вчених здійснювали ЛСД-подорожі в пошуку нових творчих ідей і осяянь. На зміну ЛСД прийшли дихальні техніки, що мають аналогічну дію без будь-яких негативних довгострокових наслідків. Через вживання алкоголю і наркотиків також відбувається стимуляція психічної діяльності, але значно меншою мірою. Ці речовини мають меншу специфічність, і в разі перевищення оптимальної концентрації їхній токсичний ефект виявляється сильнішим, спричиняючи стан «оглушення».

Поняття «ритуальний транс» охоплює цілу групу станів, методи досягнення яких пов'язані з різними культурами і віруваннями. Такі стани виникають під час ревної молитви, релігійних обрядів, містерій, ритуальних танців. Наприклад, суфії (мандрівні проповідники) використовували для цього тривалий хоровий спів, тривале інтенсивне обертання. У багатьох шаманських традиціях застосовується обряд «камлання», необхідним елементом якого є ритмічна гра на бубні в поєднанні з вимотуючим танцем та інтенсивним диханням. Жерці давньогрецької богині Сивілли, які займалися пророцтвом, для входження в ритуальний транс використовували навіть такий незвичайний метод, як вдихання вулканічних газів. Сюди можна віднести низку групових заходів, де виявляється так званий «ефект натовпу». Очевидно, у таких випадках діють деякі інстинкти, що підвищують емоційну індуктивність і сугестивність кожної окремої людини в юрбі, що дає змогу людській масі в напружених ситуаціях діяти як єдиний організм. Такий стан нагадує гіпнотичний. Його можна значно підсилити деякими спецефектами. На сучасних рок-концертах і великих дискотеках «ефект натовпу» доповнюється і підсилюється музикою, що має певні особливості, та світловими спецефектами, від чого частина публіки може



входити в дуже глибокі ЗСС. У 1988 р. з Манхеттена прийшло нове захоплення — танцювальні марафони із вживанням наркотичного стимулятора «екстази». Подібні заходи крім розвантаження психіки і зняття стресів дають змогу людині відчутти причетність до маси, єднання з нею, полегшуючи соціальну адаптацію, особливо в періоди суспільних криз. Ціль гіпнозу і різних видів медитацій — значне гальмування кори мозку зі створенням вогнищ надпильнування для полегшення вселяння або самонавіяння. Вселяння може здійснюватися з метою оптимізації роботи мозку й організму в цілому. Утім гальмування кори мозку саме по собі здатне справляти сприятливий ефект.

Завдяки трансовим станам людина фактично може впливати на будь-які функції організму, навіть на ті, які здебільшого не піддаються свідомому контролю. Вважається, що у стані сну виконується багатопланова психічна робота, у тому числі й перерозподіл отриманої вдень інформації. Найбільш бурхливо ці процеси відбуваються у фазі швидкого сну, в якій сні, запам'ятовуються. Через свою недбалість або нерозуміння люди пускають їх на самоплив, тобто на волю випадкових несвідомих процесів. При цьому вони втрачають один із найзахоплюючих аспектів свого життя — можливість свідомої участі в сновидіннях. Сні, в яких людина може відчутти себе хазяїном або творцем внутрішніх реальностей, називають ясними або прозорими.

Окремо розглядають стан, в який людина може переходити як зі звичайного сну, так і з глибокої стадії гіпнозу, — сомнамбулізм або лунатизм. Перебуваючи в ньому, вона позбавлена свідомого контролю, тому сомнамбули можуть здійснювати вражаючі безстрашністю нічні прогулянки дахами тощо. Але, незважаючи на це, реакція й увага в них ослаблені. У багатьох культурах їх використовували для спілкування з духами і прокування майбутнього.

Традиційно всі ЗСС поділяють на розширені та звужені стани свідомості. До розширеного за суб'єктивними відчуттями можна віднести як стан надпильнування й осяння, так і трансперсональні переживання в глибокому трансі у разі сильного гальмування мозкової активності. В обох випадках відбувається розширення поля свідомої уваги. Тому виділяють окрему групу ЗСС — трансперсональні стани свідомості. Розширення сфери уваги, як і взагалі наявність будь-яких відчуттів за глибокого гальмування кори головного мозку, — ще один парадокс свідомості, що виходить за межі розуміння сучасної науки.

За картиною електроенцефалограми мозку в порядку зменшення частот коливань стани свідомості можна розташувати в такий спосіб: пильнування, сновидіння, глибокий сон, трансперсональні (стан людини у трансі — ЗСС). Відомий дослідник ЗСС С. Гроф вважає, що у світі все перебуває в потенційному або актуальному стані [12]. Стосовно цієї ситуації в міру актуалізації свідомості, тобто її розширення в трансперсональні стани свідомості мозкова активність потенціалізується, а отже переходить у прихований стан. Таким чином, свідомість у всій своїй повноті існує поза мозком. Бачення світу для людини обмежується шириною уваги, пам'яттю, межами чуттєвого сприйняття, часом. У трансперсональних станах свідомості ці обмеження фактично знімаються. Люди можуть відчувати єднання із соціумом, вселяння через зникнення власного «Я» і ототожнення себе з різними зовнішніми об'єктами будь-яких масштабів. Досвід, отриманий у ЗСС, не піддається детальному словесному вираженню. У трансперсональних станах свідомості стає можливим сприйняття інших вимірів і реальностей, для яких поняття людської мови неадекватні. Ці бачення супроводжуються відчуттям реальності всього сприйманого, зникненням страху, зміною системи цінностей, втратою інтересу до матеріальних благ. Звужені стани свідомості ближчі до розуміння з погляду ЗСС, але часто їх досвід також важко виразити через більшу емоційну насиченість подій, що там відбуваються. У легких формах звужені стани свідомості супроводжують напружену розумову діяльність або роботу, що потребує високого ступеня концентрації.

Своїм талантом багато геніїв зобов'язані здатності до максимального зосередження на розв'язуваній проблемі, тобто вмінню довільно входити у звужені стани свідомості. За глибшого занурення характерною ознакою звужених станів свідомості є зменшення поля зору — це так званий тунельний зір. Вхідження в подібний «тунель» — необхідний етап для проникнення у світ духів у ритуалі «камлання» із шаманських практик. При цьому шамани йдуть шляхом померлих, проникаючи в потойбічний світ глибше, ніж це вдається реанімованим після клінічної смерті. У таких подорожах шамани супроводжують у світ «предків» душі померлих одноплемінників, спілкуються з добрими і злими духами, ведуть боротьбу з демонами, які викликають хвороби.

Як правило, непідготовленій людині звужені стани свідомості допомагають глибше вникнути і максимально проробити як психологічні, так і соматичні (на тілесному рівні) проблеми. Тунель подібний до лінзи, що допомагає сконцентрувати увагу на певних

ділянках свідомості та підсвідомості, при цьому не можуть встояти ніякі бар'єри пам'яті та інформаційні заборони. За силою очищення подібний процес не йде ні в яке порівняння з психоаналізом. Виникає так званий ефект гіпермнезії, внаслідок якого з приголомшливою чіткістю відновлюються події будь-якої давнини, аж до самого народження і внутрішньоутробного розвитку. Часто події розгортаються перед спостерігачем усередині самого тунелю, але вони можуть також виходити за його межі, а іноді тунель служить ніби трампліном для виходу в трансперсональні стани свідомості. Звужені стани свідомості можуть виникати за різкого виходу з дуже динамічного й емоційно насиченого сну. Особливо це стосується кошмарів, під час яких відбувається звуження зору.

Як показали дослідження, діагностика і лікування різних захворювань цілителями-екстрасенсами відбуваються практично винятково у звужених станах свідомості, з якими пов'язана переважна більшість парапсихологічних феноменів. Це телепатія, телекінез, ясновидіння, інтроскопія, свідоме втручання в діяльність вегетативної нервової системи, тобто контроль над процесами, що звичайно не піддаються свідомій регуляції. У ЗСС у людини змінюються структура і характер мови. Ці зміни цілком упорядковані. На кожному з рівнів ЗСС мова має свої особливості. Сучасна людина в деяких сферах своєї діяльності відчуває такі фізіологічні та психологічні навантаження, які можуть призвести до мимовільного входження в ЗСС, наприклад робота операторів, підводників, льотчиків, диспетчерів, космонавтів та інші види діяльності. У цих випадках на виконавців покладено величезну відповідальність, від них у критичних ситуаціях може залежати збереження дорогої техніки і безпека багатьох людей.

Серед поширених феноменів ЗСС слід також зазначити порушення сприйняття тіла. Змінюються відчуття його розмірів пропорцій. Якщо зачіпаються шари ембріональної пам'яті, то створюється враження відносного збільшення розмірів голови. У звужених станах свідомості людина може ототожнювати себе з яким-небудь органом, клітиною, зародком, сперматозоїдом. При виході свідомості за межі тіла можливе повне ототожнення себе з будь-яким живим або неживим предметом. Водночас змінюється уявлення про тілесну оболонку як про вмістилище свого «Я». Так, у багатьох східних психотренінгових системах з метою оздоровлення і духовного вдосконалення практикувалося навмисне переміщення свідомості в різні органи і частини тіла, а також у зовнішні

об'єкти. А. Девід-Ніль у книзі «Маги і містики Тибету» пише про бесіду з одним з тибетських лам. Коли автор висловила думку про те, що вмістилищем свідомості є мозок, то лама назвав це твердження абсурдним, оскільки він легко може перемістити свою свідомість, наприклад у кисть руки і звідти сприймати себе і світ. У розширених станах свідомості за максимального занурення тіло ніби зовсім зникає, і людина відчуває себе точкою чистої свідомості без якогось носія і пов'язаних з ним обмежень.

Не залишається незмінним у ЗСС і сприйняття часу. Суб'єктивно воно може прискорюватися, сповільнюватися, виникають ефекти переміщення свідомості в ньому як у минуле, так і в майбутнє. Явище багаторазового прискорення внутрішнього суб'єктивного часу — загадка, над розв'язанням якої працюють багато вчених. Справа в тому, що нервові імпульси мають цілком визначену швидкість, що обмежує швидкість сприйняття інформації. Змінити її фактично неможливо. Але як пояснити випадки, коли в ЗСС у внутрішньому часі люди переживають дні і роки буквально за лічені хвилини або години? Ще один широко відомий приклад парадоксів сприйняття часу — формування тривалих за кількістю подій снів, що виникають під впливом короткочасних факторів, які зумовлюють пробудження. Досліджуючи порушення сприйняття часу за передсмертних переживань реанімованих людей, Р. Моуді дійшов висновку, що не свідомість вмирає в часі, а час вмирає у свідомості. Таким чином, передсмертна мить відкриває перед людиною ворота вічності.

Диференційовані дослідження, здійснені в 1975 р. радянськими вченими на хворих з ушкодженням однієї з півкуль головного мозку, підтвердили, що кожна з них має свою часову орієнтацію: права функціонує в сьогоденні — минулому, ліва — у сьогоденні — майбутньому. Тому в праворуких у разі порушення функцій правої півкулі іноді картини давно минулих днів накладаються на сприйняття сьогодення. При цьому дослідники вважають, що це не просто пам'ять, а безпосереднє сприйняття минулого. А в разі ушкодження лівої півкулі або порушень міжпівкульних взаємодій знімається заборона на сприйняття в майбутньому часі. Подібне явище називають *проскопією*. Частіше ця здатність виявляється у лівшій. Крім того, за різних порушень діяльності мозку або його ушкоджень у них спостерігаються інші «аномалії», не помічені у праворуких: шкірно-оптичний зір, здатність відчувати смакові якості продукту при його обмацуванні (здебільшого визначається

кисле, солодке, солоне, гірке), бачення розташованих позаду об'єктів. Лівшам частіше сняться кольорові та віщі сни.

Ці спостереження дають змогу дійти певних висновків. У лівшій диференціація півкульної діяльності виражена менше, ніж у правшій. Тому у перших можливі міжпівкульні взаємодії за типом взаємодопомоги. Отже, такий мозок може працювати більш узгоджено, що сприяє повнішому концентруванню на діяльності певного роду.

Психолог К. Юнг (1875–1961) створив теорію колективного несвідомого. Відповідно до неї існують особливі енергоінформаційні утворення — архетипи, в яких зберігається колективна пам'ять людства. У ЗСС кожна людина піддається впливові колективного несвідомого, але не здатна це усвідомлювати. У ЗСС людська свідомість одержує можливість здобувати інформацію із загальнолюдської пам'яті. Досвід свідчить, що для ліквідації різних психологічних проблем людина насамперед повинна усвідомити їх першопричини. С. Гроф і його послідовники вважають, що корені проблем криються не лише в біографічному матеріалі, а й відображені у сфері колективного несвідомого, звідки надходять у вигляді історичної пам'яті та різних релігійно-містичних переживань — зустрічей з демонічними силами і божествами.

Важливість подібного досвіду важко перебільшити. На його основі розум набуває можливості усвідомити істинну природу реальності, а це знання здатне незмірно збагатити і перетворити будь-яку особистість. «Подорож» свідомості породжує знання про нескінченність внутрішнього світу людини. Але навколишній зовнішній всесвіт також нескінченний. Сприймана у певному стані свідомості реальність народжується на стику зовнішнього і внутрішнього світів. Проте чи може бути реальною границя двох нескінченностей? І все-таки ми навчилися сприймати її в ЗСС як щось постійне. Це цінне завоювання, якщо не забувати про його умовності.

Розглядаючи пізнавальну і прикладну цінність розширених і звужених станів свідомості, їх можна порівняти з телескопом і мікроскопом — приладами, що мають чітко визначені сфери застосування і без яких наші знання і можливості були б набагато біднішими. Але великий космос і мікросвіт, які спостерігаються за допомогою цих приладів, є частинами однієї постійної реальності, тому їх описи різними спостерігачами однакові. На сприйняття світів ЗСС впливає непостійний характер стану і безліч суб'єктивних факторів. Тому про закономірності та феномени ЗСС варто говорити в контексті використовуваних для їх досягнення технік.

## 5.2.4. Психологічний захист

Уявлення про психологічний захист спершу сформувалися у межах психоаналізу. Відповідно до розробленої Фрейдом структури особистості психологічний захист розглядався як несвідомі, отримані в процесі розвитку особистості способи досягнення «Я» компромісу між протидіючими силами «Воно» або «над-Я», та зовнішньою дійсністю. Механізми психологічного захисту вважалися спрямованими на зменшення тривоги, спричиненої інтрапсихічним конфліктом, специфічними несвідомими процесами, за допомогою яких «Я» намагається зберегти цілісність і адаптивність особистості. У міру розвитку психоаналітичних ідей ця концепція піддавалася певним змінам.

Відповідно до поглядів сучасного психоаналізу Ч. Бреннера психологічний захист є певним аспектом мислення, що відображає взаємозв'язок «Я» з «Воно». Залежно від особливостей конфліктної ситуації (різне розміщення її на осі «задоволення — невдоволення») «Я» може застосовувати захисні механізми як для захисту за тиску потягів, так і для їх задоволення.

У вітчизняній психології та психотерапії поняття «психологічний захист» розглядається як найважливіша форма реагування свідомості індивіда на психологічну травму [1]. При цьому мають на увазі насамперед захисну перебудову, що відбувається в системах взаємозалежних психологічних установок і відносин у суб'єктивній ієрархії цінностей, що спрямована на редукцію патогенного емоційного напруження, сприяючи хоча і тимчасовому, але певному лікувальному ефекту і запобігаючи подальшому розвитку психофізіологічних порушень.

Найбільш поширені та важливі механізми психологічного захисту можна об'єднати у кілька груп [20].

**Перша група** — захисні механізми, які не переробляють зміст того, що піддається витисненню, придушенню, блокуванню або запереченню. До них належать:

- **витиснення** — активне недопущення у сферу свідомості або усунення з неї хворобливих, суперечливих почуттів і спогадів, неприйнятних бажань і думок. Це найменш диференційований і нерідко малоефективний спосіб захисту, але певною мірою він приєднується до дії всіх інших захисних механізмів. Людина легко може забувати деякі речі, особливо те, що знижує відчуття власної цінності як особистості. Частіше цей механізм виявляється в людей з незримим «Я», істеричними рисами характеру, у дітей;

- *перцептивний захист* (автоматичні реакції несприйняття за наявності хворобливої розбіжності між тією, що надходить, і наявною інформацією;
- *придушення* — більш свідоме, ніж за витиснення, уникнення тривожної інформації, відволікання уваги від усвідомлюваних афектогенних імпульсів і конфліктів;
- *блокування* — затримка, гальмування (переважно тимчасове) емоцій, думок або дій, що збуджують тривогу;
- *заперечення* — невизнання, відкидання ситуації, конфліктів, ігнорування хворобливої реакції, фактів.

*Друга група* механізмів психологічного захисту пов'язана з перетворенням (перекручуванням) змісту думок, почуттів, поведінки людини. До неї належать:

- *раціоналізація*, виявляється в псевдопоясненні хворим власних неприйнятних бажань, переконань і вчинків, інтерпретації по-своєму різних особистісних рис (наприклад, агресивності як активності, байдужості як незалежності, скнарості як ощадливості тощо) з метою самовиправдання, оскільки усвідомлення справжнього їхнього значення може призвести до зниження почуття власної цінності, підвищення тривоги й інших негативних переживань;
- *інтелектуалізація* — контроль над емоціями й імпульсами шляхом розмірковування з їх приводу замість безпосереднього переживання. Характерною ознакою є «об'єктивне» ставлення до ситуації, надмірно розумовий спосіб уявлення і спроби розв'язання конфліктних тем без відчуття пов'язаних із ситуацією афектів. Ізоляція полягає в інтелектуально-емоційній дисоціації, відділенні емоції від конкретного змісту, внаслідок чого уявлення або емоції витісняються або емоція пов'язується з іншим, менш значимим уявленням, і тим самим досягається зниження емоційного напруження;
- *формування реакції*, характеризується співволодінням з недопустимими імпульсами, емоціями, особистісними якостями за допомогою заміни їх на протилежні (наприклад, пацієнт, ворожий до оточення, неусвідомлено формує установки на поведінку людини слухняної та поступливої);
- *зміщення*, виявляється в тому, що реальний об'єкт, на який могли бути спрямовані негативні почуття, замінюється безпечнішим (наприклад, стримувана агресія людини щодо авторитетної особи переміщується на інших, залежних від неї людей);

- *проекція* — приписування людиною невизнаних власних думок, почуттів і мотивів іншим людям;
- *ідентифікація* — на відміну від механізму зміщення людина ототожнює себе із сильнішою особистістю, зокрема імітуючи агресивну або дружелюбну манеру поведінки залежно від асоційованих з цією людиною почуттів страху або любові.

**Третя група** способів психологічного захисту — механізми розрядки негативного емоційного напруження:

- *реалізація в дії* — афективна розрядка здійснюється за допомогою активізації експресивної поведінки. Цей механізм може становити основу розвитку, психологічної залежності від алкоголю, наркотиків і ліків, а також суїцидальних спроб, гіперфагії, агресій та ін.;
- *соматизація* тривоги або якогось негативного афекту, виявляється у психовегетативних і конверсійних синдромах шляхом трансформування психоемоційного напруження сенсорно-моторними актами;
- *сублімація* — процес перетворення енергії інстинктивних потягів на соціально прийнятну активність.

**Четверта група** — механізми психологічного захисту маніпулятивного типу:

- *регресія* — повернення до більш ранніх, інфантильних особистісних реакцій, що виявляється в демонструванні безпорадності, залежності, дитячості поведінки з метою зменшити тривогу і схватитися від вимог реальної дійсності;
- *фантазування (у функції маніпулювання)* — людина, прикрашаючи себе і своє життя, підвищує почуття власної цінності та контроль над оточенням;
- *занурення у хворобу* — людина відмовляється від відповідальності та самостійного розв'язання проблем, виправдує хворобою свою неспроможність, шукає опіки і визнання, граючи роль хворого.

Загальноприйнятої класифікації механізмів психологічного захисту дотепер не існує, і список захисних механізмів може бути розширений і продовжений. Ці механізми деякою мірою сприяють стабілізації «Я» особистості, іноді зумовлюючи неадаптивну ригідність (негнучкість) поведінки пацієнта, обмежують можливості розкриття і розв'язання внутріособистісного конфлікту. Тому одним з важливих правил психотерапевтичної тактики за роботи із захисними механізмами є визнання їх певного позитивного значення, вияв поваги до особистості людини, яка здійснює центральну регулюючу функцію в системі психічної адаптації.



Ще одне правило — поступова (поетапна) робота з виявлення, усвідомлення та інтерпретації способу захисту. При цьому психотерапевтичний вплив за наявності психологічного захисту може відбуватися на різних рівнях. Конструктивна зміна психотравмуючої життєвої ситуації, симптоматичне зниження тривоги, зміцнення «Я» і підвищення самооцінки сприяють зниженню дезадаптивної захисної діяльності пацієнта. Емпатичне спілкування (співпереживання й емоційна підтримка) з людиною також призводить до зменшення її захисного опору. У процесі психотерапії варто прагнути заміни примітивних, незрілих захисних реакцій більш вибірковими і свідомими адаптивними способами придушення і співволодіння. Тим самим досягається вербальний контроль, і пацієнт починає використовувати досконаліші, свідоміші механізми психологічного захисту. Розкриття і заміна одних захисних механізмів (заміщення, ідентифікація) здійснюються з метою зміцнення «Я» людини, інших (раціоналізація, інтелектуалізація, фантазування, реалізація в дії, витиснення) — навчання контролю і управління ними, третіх (занурення у біль, регресія) — для їх усунення. У системі адаптивних реакцій людини механізми психологічного захисту тісно пов'язані з копінг-механізмами (оволодіння, управління) як активними, переважно свідомими зусиллями людини, спрямованими на оволодіння ситуацією або проблемою.

## **КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ**

1. Як влаштована керуюча система — мозок людини?
2. Охарактеризуйте структурно функціональні особливості мозку людини.
3. Розкрийте поняття «свідомість» і «несвідоме» людини.
4. Проаналізуйте модельні особливості людського мозку
5. За що і як відповідають ліва і права півкулі?
6. Як працює механізм колективного несвідомого?
7. Назвіть порівняльні концептуальні характеристики свідомості людини.
8. Які основні закономірності психофізіології мозку?
9. Охарактеризуйте особливості функціонування психіки.
10. Наведіть приклади дії раніше вироблених установок у психіці.
11. Продемонструйте на прикладах дії головного мозку як органа управлінської діяльності організму.
12. Охарактеризуйте особливості організації управлінської діяльності.
13. Як працює психологічний захист?

## ЛІТЕРАТУРА

1. *Басин В. Ф., Прингшивили А. С., Шерозия А. Е.* О проявлениях бессознательного // *Вопр. философии.* — 1978. — № 2.
2. *Беркович С. Я.* Клеточные автоматы как модель реальности: поиски новых представлений физических и информационных процессов. — М. : Изд-во МГУ, 1993.
3. *Бехтерев В. М.* Объективная психология. — М. : Наука, 1991.
4. *Вернадский В. И.* Начало и вечность жизни. — М. : Ноосфера, 1989.
5. *Вернадский В. И.* Научная мысль как планетарное явление. — М. : Наука, 1991.
6. *Волков Ю. Г., Поликарпов В. С.* Человек: Энциклопедический словарь. — М. : Гардарики, 2000.
7. *Вурлачук Л. Ф., Морозов С. М.* Словарь-справочник по психической диагностике. — К. : София, 1989.
8. *Гримак Л. П.* Резервы человеческой психики. — М. : Политиздат, 1987.
9. *Гримак Л. П.* Гипноз и преступность. — М. : Республика, 1997.
10. *Гриндер Д., Бендлер Р.* Структура магии. — М. : КААС, 1995.
11. *Гроф С.* За пределами мозга. — М.; СПб. : Изд. Ин-та трансперсон. психологии, 1993.
12. *Гроф С.* Путешествие в поисках себя. — М. : Изд. Ин-та психотерапии, 1994.
13. *Джеймс М., Джонгвард Д.* Рожденные выигрывать. Трансакционный анализ с гештальт упражнениями. — М. : Изд. Ин-та трансперсон. психологии, 1993.
14. *Кандыба В. М.* Сверхвозможности человека. — СПб. : Макет, 1996.
15. *Кандыба Д. В.* Тайны человеческой психики. — СПб. : Каро, 1996. — Т.1, 2.
16. *Кандыба Д. В.* Техника гипноза «СК». — СПб. : Манн Юнеско, 1989.
17. *Кандыба В. М.* Основы гипнологии: Основы психофизиологии и пр. Сер. Мир культуры, история и философии. — СПб. : Лань, 1999.
18. *Кандыба В. М.* Лечение гипнозом. Основы гипнологии. — СПб. : Лань, 2003.
19. *Капра Ф.* Дао физики. — СПб. : ОРИС, 1994.
20. *Карвасарский В. Д.* Психотерапевтическая энциклопедия. — СПб. : Питер, 1998.
21. *Лурия А. Р.* Внимание и память. — М. : Изд-во МГУ, 1975.
22. *Маслоу А.* Дальние пределы человеческой психики. — СПб. : Питер, 1997.
23. *Мишлав Дж.* Корни сознания: классическая энциклопедия изучения сознания. — К. : София, 1994.
24. *Налимов В. В.* Спонтанное сознание. Вероятностная теория смыслов и смысловая архитектура личности. — М. : Прометей, 1989.

25. Павлов И. П. Избранные работы по физиологии высшей нервной деятельности. — М. : Изд-во АН СССР, 1950.
26. Панасюк А. Ю. А что у него в подсознании? — М. : Дело, 1996.
27. Пекалис В. Твои возможности, человек. — М. : Наука, 1973.
28. Поликарпов В. С., Поликарпова В. А. Феномен человека накануне XXI столетия. — Ростов н/Д : Феникс, 1996.
29. Прибрам К. Языки мозга. — М. : Наука, 1975.
30. Психологический словарь / Под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. — 2-е изд. — М.: Педагогика-Пресс, 1997.
31. Путешествие в поисках себя: Измерения сознания. Новые перспективы в психотерапии и исследовании внутреннего мира. — М. : Изд. Ин-та трансперсональной психологии, 1994.
32. Сеченов И. М. Избранные философские и психологические произведения. — М. : Пролетарий, 1947.
33. Современная психология: Справ. руководство. — М. : ИНФРА-М, 1999.
34. Философская энциклопедия, — М., 1970. — Т. 5.
35. Философский энциклопедический словарь. — М. : ИНФРА-М, 1989.
36. Тихоплав В. Ю., Тихоплав Т. С. Жизнь напрокат.— СПб.: Весь, 2003
37. Толстой Л. Н. Собрание сочинений — М. : Худож. лит., 1963. — Т. 8.
38. Узнадзе Д. Н. Формы поведения человека // Психологические исследования. — М., : Наука, 1966.
39. Эриксон М. Стратегия психотерапии. : Избр. тр. — СПб. : Ювента; М. : КСП, 2000.
40. Юнг К. Современный психоанализ : Хрестоматия по глубинной психологии. — М., 1996. — Вып. 1.



## САМОВИЗНАЧЕННЯ ЛЮДИНИ

Головне життєве завдання людини —  
дати життя самій собі,  
стати тим, чим вона є потенційно.

*Е. Фромм*

Людина повинна прагнути стати собою.

*І. В. Гете*

### 6.1. Самовизначення людини як стратегічна функція

#### 6.1.1. Поняття і типи самовизначення

**Сутність терміна «самовизначення».** Найзагальніше визначення його знаходимо в тлумачному словнику С. Ожегова: «Самовизначитися — знайти своє місце в житті, у суспільстві, у своїй діяльності» [32]. Неважко помітити, що в цій дефініції наведено три типи самовизначення людини:

- до цілі та змісту свого життя;
- до норм суспільної поведінки і свого внеску в життя суспільства;
- до норм своєї професійної діяльності.

Термін «самовизначення» можна тлумачити як процес визначення людиною свого місця у світі, воно спрямоване назовні, але передбачає і певну внутрішню роботу [18]. «Спрямовано назовні» означає, що людина визначає свій спосіб участі у зовнішній дійсності. «Певна внутрішня робота», пов'язана із самовизначенням, полягає у виробленні прийнятного для себе способу участі у зовнішніх подіях, співвіднесеного з вимогами зовнішніх умов. Ці вимоги зовнішніх обставин є обов'язковими для людини.

Психолог С. Рубінштейн зазначав: «Належне, з одного боку, протистоїть індивідові, оскільки усвідомлюється як незалежне від нього —

суспільно загальнозначуще, не підвладне його суб'єктивній сваволі; водночас, якщо ми переживаємо щось як належне, а не тільки абстрактно знаємо, що воно вважається таким, належне стає особисто значущим...

Людина не тільки перебуває у певних відносинах зі світом, а і сама визначає ці свої відносини, у чому і полягає її свідоме самовизначення» [35]. Іншими словами, свідоме самовизначення людини виникає лише тоді, коли вона сама визначає своє ставлення до світу. Людина, яка цього не робить, стає або рабом своїх стихійних потребних інстинктів, або легкою жертвою маніпуляторів, що формують потрібне для них «ставлення», або об'єктом «силового» впливу з боку представників соціуму, що вимагають від індивіда прийняття суспільних норм і відповідності їм. Найчастіше за відсутності самостійного самовизначення людина випробовує на собі всі три наведені варіації у певному сполученні. Значимо також, що про «неусвідомлене самовизначення» можна говорити лише метафорично, оскільки за неусвідомленості немає самостійного вольового акту визначення меж своєї поведінки, без якої не існує і самовизначення. У даному разі може йтися тільки про мотиваційно-безконтрольний стан людини.

Проте найпростіші мотиваційні процеси (властиві навіть тваринам) є зіставленням змісту потреби зі змістом предмета, розглянутого як претендента на відповідність потребі. Самовизначення ж виникає на базі мотиваційних механізмів людини за їх відповідного розвитку. Якщо пропонується самовизначитися, то необхідно [4]: мати образ «себе» з актуальним потребним станом, системою прагнень, з одного боку, і образ нормативної поведінки, відчуття, мислення, інших аспектів проявів людини — з іншого. Зіставлення цих уявлень відбувається спершу з визначальною значущістю образу себе (актуального), а потім, за наявності здатності враховувати зовнішні вимоги, з визначальною значущістю нормативного образу себе. Результатом самовизначення є входження або невходження в процес реалізації вимог.

Таким чином, самовизначення — це визначення балансу, рівноваги між своїми суб'єктивними прагненнями і зовнішніми вимогами. Розкриємо зміст поняття «самовизначення людини в діяльності».

Під ставленням людини до діяльнісного завдання розуміють «деякий складний інтеграл власних прагнень особистості та вимог даного завдання, його умов, можливостей тощо [1]. Професійна діяльність, на відміну від життєдіяльності, починається з процесу входження у процес реалізації норм. Сам же процес входження в діяльність передбачає ро-

зуміння і прийняття діяльнісних норм. Таким чином, самовизначення полягає у зіставленні необхідного образу діяча з актуальним образом себе, що має індивідуально орієнтовані прагнення, бажання.

Для того щоб і процес прийняття норми був контрольованим, потрібно чітко бачити характер бажань, прагнень, зіставляти їх із запропонованою нормою і знаходити між цільовою частиною норми (і навіть усією нормою) та тим, чого прагнуть, цілком визначені переходи, а також відсутність швидших, коротших шляхів до задоволення бажань, ніж реалізація норми [5].

Самовизначення як саморух і саморегуляція особистості відіграє важливу роль у формуванні її цілісності, інтегральності, усвідомленні нею своєї позиції, що формується у координатах системи ставлення суб'єкта до колективу і свого місця в ньому.

У філософській антропології і психології людину розглядають у різних аспектах [12, 21]:

- як індивіда, представника роду, що має природні властивості, тілесне буття;
- як суб'єкта, носія предметно-практичної діяльності, розпорядника душевних сил;
- як особистість, представника суспільства, який визначає вільно і відповідально свою позицію серед інших;
- як індивідуальність, унікальну, самобутню особистість, яка реалізує себе у творчій діяльності;
- як універсум, вищий ступінь духовного розвитку людини, яка усвідомлює своє буття і місце у світі.

У реальному світі людина може самовизначитися на будь-який розвиток, але найчастіше вона здійснює життєве, особистісне, соціальне і професійне самовизначення, рідше — стратегічне, суб'єктивне та універсумальне. Найглибше питання самовизначення досліджено психологами. Зроблено спроби виділити основні ознаки будь — якого самовизначення [26]:

1) визначення людиною власних особливостей, рис, якостей, можливостей, здібностей;

2) вибір критеріїв, норм оцінювання себе, «планки» для себе, точки відліку, координат на основі системи ідеалів, цінностей: які з них потрібні для соціуму, чого від мене чекають, що з цих вимог соціуму я приймаю для себе;

3) визначення своїх вже наявних якостей, що відповідають необхідним нормам, прийняття або неприйняття себе: чи відповідаю я на

сьогоднішній день цим нормам, що я можу зробити сьогодні, якою є моя особистість та ін.;

4) передбачення своїх завтрашніх потенційних якостей, що відповідають необхідним нормам, прийняття або неприйняття себе як відповідного нормам у ситуації завтрашнього дня: що я можу зробити завтра, яким я можу стати завтра як особистість, як професіонал;

5) формування своїх цілей, завдань, планів (близьких, середньовіддалених, віддалених) для розвитку в собі необхідних якостей, для прийняття себе: чого я хочу і як я збираюся діяти;

6) перегляд людиною застосовуваних нею критеріїв і оцінок з огляду на те, що змінюються цінності, менталітети в суспільстві, і сама людина вибирає різні з них на різних етапах свого розвитку;

7) пересамовизначення — людина заново приймає або не приймає себе, потім цикл може відновлятися. Непрямим свідченням триваючого процесу самовизначення (і пересамовизначення, зміни цінностей) людини є зовнішні зміни, які людина здійснює у своєму житті — змінює професію, коло знайомих, спосіб життя, релігійні установки тощо.

Процес самовизначення триває в достатньо зрілої людини все життя: вона шукає відповіді на питання — хто я є, навіщо я живу, чого можу домогтися, чим я можу допомогти своїм близьким, своїй країні, у чому моє індивідуальне призначення та ін. У самовизначенні людина зводить в єдину значеннєву систему узагальнені уявлення про світ і про себе саму, визначаючи зміст свого існування. Самовизначення не можна зводити до самосвідомості, тому що людина здатна усвідомлювати себе, але піднятися до рівня співвіднесення того, що я можу і що мені потрібно, дійти правильного висновку вона не може. Потреба в самовизначенні залежить від середовища, системи відносин у суспільстві, від зрілості, мотивації особистості. Крім потреби в самовизначенні необхідно мати здібності до самоаналізу, володіти прийомами залучення до загального соціального контексту.

Самовизначення — це складний, багатоступінчастий процес розвитку людини. Його структурними елементами є різні види самовизначення — особистісне, соціальне, професійне та ін., які постійно взаємодіють. Вони можуть передувати одне іншому (наприклад, особистісне самовизначення може передувати і сприяти професійному розвитку), але найчастіше відбуваються одночасно, міняючись місцями як причина і наслідок. Життєве самовизначення, імовірно, є основою інших і починається з першого дня життя як виконання людиною свого призначення.

Будь-яка дія, у тому числі самоуправлінська, містить мотиваційний (бажання) та операціональний (уміння, навички, здібності) аспекти.

**Типи самовизначення в діяльності.** Самовизначаючись у діяльності та приймаючи визначені нею норми, необхідно бачити характер бажань, прагнень і зіставляти їх з цільовою частиною норми простору діяльності. Самовизначення — це форма мотиваційного процесу розуміння норми та її прийняття. Так, управлінське самовизначення має кілька напрямів [7]:

**1. Самоуправління самовизначенням.** Управлінське самовизначення передбачає низку переваг людини: суто цільова орієнтація (орієнтація на організацію процесу досягнення цілі), своєчасність рефлексивного реагування на утруднення в процесі досягнення мети (орієнтація на використання сутнісних критеріїв у рефлексивному супроводі процесу). Кожен наступний самовизначальний акцент є більш розвиненим типом попередніх. При цьому:

- цільова орієнтація самовизначення людини за ігнорування способу одержання результату призводить до випадкового успіху такої діяльності;
- надається значущість організації процесу одержання продукту;
- відбувається своєчасне рефлексивне реагування на утруднення в процесі;
- вищим типом управлінського самовизначення є орієнтація на використання сутнісних критеріїв у рефлексивному супроводі процесу досягнення цілі. Адекватне використання організованих сутнісних уявлень (концепцій, понять, категорій тощо) дає змогу гарантовано усувати утруднення в діяльності, а завдяки цьому вирішувати суттєві проблеми (поточні та прогнозовані) на принциповому рівні.

**2. Тактико-стратегічне самовизначення.** Містить такі етапи: ситуативність → тактика (відповідно до типу ситуації) → стратегія. Самовизначення цього рівня — це готовність до ситуативно-інтуїтивного реагування на ситуацію без наявності підстав, тобто прийняття рішення і його реалізація за інтуїцією. Характеризується прагненням людини застосовувати тактичні норми відповідно до типу сформованої ситуації, тобто вона готова до реагування не на одиничний, унікальний випадок, що виник під час вирішення завдання, а на тип ситуації. Для переходу на цей самовизначальний рівень з попереднього людина повинна не тільки мати мінімальний досвід, а й переосмислити й узагальнити його з виділенням типу



можливих ситуацій і типу тактичного реагування на них протягом усього циклу роботи.

Стратегічний тип самовизначення поділяється на підтипи залежно від розуміння функції стратегії. Якщо під стратегією людина розуміє загальний план роботи з опорними термінами, то це планово-стратегічне самовизначення. Недоліком його є відсутність чітких концептуальних засад стратегічного плану. Функцію засад виконують особистий досвід людини і суб'єктивне розуміння нею характеру ситуації на час реалізації цілі.

**3. Самовизначення людини до рівня діяльного буття.** *Індивідний тип самовизначення.* Індивідні прояви людини в діяльності характеризуються спрямованістю її дій на задоволення своїх потреб і розглядом усього оточення як претендентів на предмет своєї потреби. Так, за індивідного самовизначення в діяльності людина розглядає діяльність як джерело одержання засобів для задоволення власних потреб або як місце для реалізації особистих інтересів. Одержані норми вона прагне змінити під свою власну зручність, навіть на шкоду якості вирішення завдань діяльності. У разі виникнення утруднень у розв'язанні поставлених завдань людина втрачає значущість виконання норми і припиняє роботу. Людина з індивідним самовизначенням дбає лише про свої інтереси або задоволення своїх амбіцій, навіть якщо вони суперечать діяльності, якою вона управляє.

*Суб'єктний тип самовизначення.* Суб'єктні прояви людини в діяльності — це дії, що відповідають вимогам діяльній норми. Суб'єктне (або рутинне) самовизначення передбачає оцінку своїх дій і всього оточення з погляду виконання функціональних і нормативних вимог. Основний акцент діяльності людини з таким самовизначенням — виконавський, тобто реалізація даних їй норм. У разі виникнення перешкод у вирішенні завдань суб'єкт діяльності або коригує свої дії в межах заданої норми, або доводить до відома керівника про своє утруднення. Розуміння значення суворої відповідності нормі сприяє готовності суб'єкта до продовження освіти та професійного росту.

Для суб'єктного самовизначення характерна мотиваційно-операціональна спрямованість людини на слідування добре відомому алгоритмові дій. Будь-яка невизначеність у способі вирішення завдання супроводжується психологічним дискомфортом. Одержуючи від керівника вищого рівня нове завдання, людина з таким типом самовизначення прагне з'ясувати конкретну норму його виконання. Вона уникає

невизначених умов роботи, завдань, виконання яких вимагає творчого, інноваційного підходу, розгублюється в разі необхідності приймати самостійне творче і відповідальне рішення в складній ситуації.

*Особистісний тип самовизначення.* Особистісні прояви людини в діяльності — це дії пов'язані з творчими інноваціями, в основі яких — цінності діяльності (у тому числі соціальні). У межах діяльності особистісне самовизначення виявляється як дії, спрямовані на розвиток рівня діяльності організації. У разі виникнення або прогнозування утруднень і проблем у діяльності людина активізує аналіз їх причин і шукає оптимальні шляхи виходу з цієї ситуації. Таким чином, особистісний акцент зосереджений на безперервному вдосконаленні діяльності за рахунок корекції нормативної бази не для задоволення своїх індивідуальних потреб (як індивіда), а на підставі погоджених цінностей діяльності.

Особистісний (інноваційний) тип самовизначення означає наявність у людини мотиваційно-операціональної спрямованості на творчий підхід у вирішенні завдань і особливо проблем. Маючи інноваційну самовизначальну установку, людина прагне нестандартних рішень, безперервного вдосконалення норм, внесення інновацій у свою діяльність і в діяльність керованої нею виконавської системи в проблемних ситуаціях. Проте не слід розуміти інноваційне самовизначення як таке, що повністю виключає суб'єктне. У ситуаціях, для вирішення яких рутинний підхід є ефективнішим (наприклад, у задачних), застосовується відпрацьований алгоритм.

**4. Самовизначення до відносин з колегами.** Виявлення специфіки самовизначення керівника з погляду характеру його відносин з колегами:

- прагнення людини до неформальних відносин зі співробітниками. Переважає спрямованість на спілкування, підтримання живих, теплих стосунків з ними, врахування їхніх індивідуально-побутових умов життя. Суто ділові контакти зводяться, по можливості, до мінімуму і розглядаються як прикра необхідність. Через це «страждає» справа, тому що «душевне» спілкування ставиться вище від ділових інтересів. Людині, схильній до такого самовизначення, притаманний, як правило, «потуральний» стиль управління;
- безумовна пріоритетність ділової сторони взаємин з колегами над неформальною. Проте це не означає повного «стирання» компоненти спілкування у взаємодіях. Схильність людини до суто формально-ділових стосунків за повного ігнорування неформальних контактів можна віднести до недооформленого другого типу самовизначення. У нашому

випадку самовизначення передбачає врахування значущості неформальних міжособистісних відносин, але вони мають другорядне значення.

- гармонійне поєднання ділових і неформальних інтересів в організації. На цьому рівні неформальні відносини зі співробітниками мають професійно-клубний характер і органічно вбудовані в ділову «тканину» розв'язання професійних завдань і проблем. Командний дух таких відносин сприяє зростанню ефективності всієї діяльності організації. Таким чином, взаємини співробітників, яким притаманна корпоративна культура організації, підвищують рівень взаєморозуміння, взаємної підтримки між співробітниками. Розглянутий тип самовизначення передбачає готовність людини до визначення і застосування у своїх діях принципів внутрікорпоративної культури, навіть якщо формально вони в організації не сформовані.

**5. Самовизначення до вдосконалення професійного рівня.** Це тип самовизначення в контексті «підтримання свого професійного рівня → розвиток професійного рівня». Характерні риси:

- мотиваційна установка на підтримання людиною рівня своєї професійної майстерності, налаштованість на роботу в стабільних умовах, на вирішення знайомих типових завдань, на підтримання наявної професійної «форми». Людина з таким самовизначенням суб'єктивно самодостатня і з появою значних утруднень, які проблематизують її актуальні здібності, причини шукає, як правило, зовнішні;
- мотиваційна установка людини на її професійний ріст. Вона схильна до вирішення нових складних завдань, до розв'язання напружених, проблемних ситуацій, усунення труднощів у роботі. Людина, самовизначена таким чином, усвідомлює недоліки своєї професійної майстерності й прагне вийти на новий рівень вирішення своїх завдань і проблем за рахунок формування в собі нових функціонально-значущих здібностей.

**6. Група самовизначальних акцентів людини, пов'язана із залученням цінностей як духовно значущих і власне духовних критеріїв самоорганізації.** Характерні риси:

- спрямованість на задоволення індивідуальних потреб та особистих інтересів;
- схильність до досягнення узгоджених цілей і реалізації узгоджених засобів;
- установка на застосування узагальнених способів і прагнення до досягнення довгострокових цілей є більш розвиненою порівняно з попереднім типом самовизначення;

- спрямованість на використання у своїй діяльності методів, підходів і методик, що сприяють організованості діяльності;
- вищим типом самовизначення є спрямованість на використання ідеалів і цінностей діяльності.

### **7. Комунікативний самовизначальний аспект діяльності людини.**

Рівень комунікативного самовизначення характеризується готовністю людини висловлювати свою думку колегам щодо різних питань, які стосуються розв'язання ділових завдань і проблем. Визначається мотиваційною установкою на розуміння версій своїх колег:

- бажанням і спонтанним прагненням розуміти інших правильно за стихійного здійснення цієї комунікативної ролі;
- прагненням до рефлексивної організації власних процедур розуміння. Готовність людини до самоконтролю і самокорекції у розумінні істотно підвищує як її власну свідомість участі в дискусії, так і глибину загального взаєморозуміння всіх учасників дискусії.

Самовизначення стосується ставлення людини до вироблення критичних тез у комунікації. Цей тип також поділяється на два підтипи:

- самовизначення в критичній роботі полягає в емоційно-інтелектуальній готовності до критики точки зору, з якою керівник не згодний. У межах цього підтипу ще немає акценту на правильність самого способу вироблення і констатації критичних зауважень. Тут критика здійснюється стихійно, неорганізовано;
- самовизначення в цьому контексті усуває зазначений вище недолік. З'являється не ситуативна, а принципова значущість рефлексивної організації своєї критичної роботи. Людина прагне (за рахунок супровідної рефлексії) вдосконалення форми критичної роботи, підвищуючи тим самим якість критики.

Самовизначенню властиве додання значущості арбітражній позиції в дискусії, характерні:

- емоційне налаштування людини на здійснення арбітражних дій з метою усунення протистоянь двох сторін, що виникають у комунікації;
- акцентування рефлексивної організації здійснюваного арбітражу. Завдяки реалізації такого самовизначення арбітраж утримує дискусію в конструктивному руслі й дає гарантований змістовний ефект.

У самовизначенні з акцентом на організацію комунікативних процесів можна виділити три підтипи:

- початковий — організація роботи комунікантів здійснюється на основі особистого досвіду і здорового глузду;

- середній — організація комунікативних процедур супроводжується рефлексивним аналізом і самокорекцією своїх дій як організатора комунікації;
- установки людини на використання в організаційно-комунікативній роботі культурних теоретичних критеріїв як основи своїх дій (під культурними критеріями розуміємо інтелектуальні засоби теорії мислення).

Наведену типологію самовизначення людини до СМ можна застосувати в двох функціях — діагностичній і проектній.

За адекватної діагностики (самостійної або зовнішньої) людина може зафіксувати певний рівень свого актуального самовизначення, тобто помістити себе на відповідну сходинку розвитку кожного рівня. У проектній функції зазначені сходинки рівнів самовизначення можуть бути використані у разі планування свого професійного саморозвитку за рахунок з'ясування змісту наступної сходинки, що виступає «зоною найближчого розвитку» для людини. Для «старту» в саморозвитку досить змінити самовизначальну установку з наявної на даний момент на ту, яка є розвиненішим варіантом попередньої. Проте це є необхідною, але недостатньою умовою. Достатньою вона стане в тому разі, якщо свої дії людина починає підпорядковувати обраній (новій) самовизначальній установці. Природно, що для досягнення вершин професійної майстерності (свого професійного «акме») необхідне звернення до теоретичних знань.

## 6.1.2. Особливості самовизначення людини

**Мотивація самовизначення.** Категорія «мотив» активно аналізувалася різними фахівцями. Вона розглядається в контексті як життєдіяльності людини, так і її трудової діяльності. «Коли людина хоче, вона завжди хоче чогось: її вольовий акт незмінно спрямований на який-небудь предмет і може бути мислимим лише стосовно якого-небудь предмета. Що ж означає “хотіти чогось”? Це означає: вольовий акт... виникає з приводу чогось... що є об'єктом, який у цій якості зветься мотивом...» [43]. П. Флоренський зазначав, що відмінність переважно не у способах дії, а в інтимних пружинах дій — мотивах [37]. Таку думку висловлював і російський філософ Вл. Соловйов, вважаючи, що діюча або виробляюча причина праці закладена в потребах людини [21].

У літературі з психології термін «мотив» також розглядається у співвіднесенні та зіставленні з потребою людини. При цьому він вико-

ристовується психологами для визначення різних станів людини, що спричиняють активність суб'єкта. Мотив виступає як спонування — це джерело дії [35]. Мотив розглядається як підстава дії, рішення, що є вираженням ставлення до об'єкта дії, яке виступає суб'єктивно як бажання, прагнення, необхідність тощо [30].

Спонукальна природа мотиву характеризується такими його рисами, як спрямованість, вибірковість, напруженість [44]. Проте одні автори розглядають мотив як психологічний фактор, що зсередини спонукає людину до діяльності, інші — як зовнішній, об'єктивно діючий спонукач, треті твердять про суб'єктивну природу мотиву. При цьому деякі психологи відносять до поняття «мотив» тільки те, що усвідомлено і зрозуміло суб'єктом, більшість же вважають, що мотиви виявляються в людини як усвідомлено, так і несвідомо [22, 23, 29].

Крім своєї основної функції — спонування мотиви виконують ще й іншу — створення смислу, що важливо для розуміння внутрішньої будови індивідуальної свідомості особи [22].

Поеднання потреби з предметом є актом опредметнення потреби — наповнення її змістом, що черпається з навколишнього світу. Це і переводить потребу на власне психологічний рівень. Потреби керують діяльністю з боку суб'єкта, але вони здатні виконувати цю функцію лише за умови їх предметності [23].

Варто звернути увагу і на такі фактори:

- емоційний аспект перебігу мотиваційних процесів у людини. Оскільки мотив завжди пов'язаний з відчуттям нестатку, потреби, з насолодою або стражданням, він є емоційним ставленням [29].
- механізмичність мотивотвірних процесів, коли мотиваційна динаміка передбачає, що механізми, які її здійснюють, наповнюються певним предметним змістом, але до нього не зводяться. Таким чином, виділення разом зі змістовним і динамічним аспектами ще одного аспекту — мотивації, що реалізує її внутрішні механізми, є виправданим кроком, який підвищує структурованість цієї проблематики і полегшує її опис [8].

Мотивація, зумовлена потребою, підводить людину до самовизначення і прийняття нею відповідних рішень з розроблення проєктів реалізації цієї потреби. Потреба — брак чогось, який відчувається людиною і який перебуває поза нею. Вона пов'язана з навколишнім світом і залежить від розвинених потреб та інтересів людини, її ідеалів. У самовизначенні фахівці вбачають особистісний нововитвір, що здійснює

мотиваційний комплекс, зіставлення своїх характеристик з ціннісними шкалами, проєкцію усвідомлюваних якостей на внутрішній еталон, ціннісний процес утворення мотивів та цілей, рефлексивний процес власних цінностей через осмислення і проблематизацію професійної діяльності. Через ці характеристики можна розглядати процесуальні аспекти самовизначення.

Прояв самовизначення як особистого утворення, як деякого результату вивчається в контексті понять: готовність особи до вибору в складній ситуації, Здатність саморегулюючого суб'єкта самостійно ставити цілі, здійснювати вільний вибір.

Професійне самовизначення пов'язане з особистим і суб'єктивним самовизначеннями людини і розглядається як свідомий процес, за допомогою якого індивід набуває готовності до виявлення і ствердження власної позиції в житті та діяльності. Виконується на основі усвідомлення і переживання неповторної системи уявлень індивіда про самого себе, свої місце і роль в навколишній дійсності, внаслідок чого людина будує свої взаємовідносини з іншими людьми і ставиться до себе в процесі професійної діяльності.

Мотиви самої діяльності впливають на суб'єкт, допомагаючи йому усвідомити норми діяльності, подолати труднощі, що перешкоджають цілеспрямованому і систематичному їх здійсненню. Інші види мотивів, зумовлені соціальним контекстом, можуть спонукати його діяльність за допомогою свідомих цілей, прийнятих рішень, іноді навіть незалежно від безпосереднього ставлення людини до самої діяльності.

Самовизначення як саморух і саморегуляція формує цілісність особистості, усвідомлення своєї позиції в прийнятій системі координат як суб'єкта відносин із колективом і свого місця в діяльності.

**Особливості переходу до самовизначення.** Аналізуючи самовизначення, важливо враховувати усвідомлювану форму самоставлення. Внаслідок соціалізації людина набуває можливість оцінювати себе з погляду зовнішніх вимог і перетворювально ставитися до себе. Соціально значуще самоставлення, що спирається на свідомість і самосвідомість та в межах набутої спрямованості на реалізацію соціальних і культурних вимог, є основою суб'єктивного й особистісного буття людини. Основним механізмом, що забезпечує рухливість у гнучкому реагуванні на зовнішню необхідність в діяльності, спілкуванні, комунікації тощо, виступає самовизначення.

На думку фахівців, характерним для самовизначення є:

- не лише усвідомлення індивідом своїх «хочу», «можу», «є», «вимагають», а й співвіднесення їх з усвідомленням того самого квартету суспільства, в якому він живе [36];
- виконуючи певну роботу, людина може бачити свою мету не в тому, щоб зробити саме її, а в тому, щоб за допомогою цього виявити себе або виконати свій громадський обов'язок (самовизначення до суспільних норм) [35];
- питання про розвиток людини нерозривно пов'язане з формуванням її відносин [31];
- у міру того, як визначено ідеї, принципи набувають для людини спонукальної сили, стають переконаннями, вона переходить до вчинків, зумовлених певними мотивами, тобто спонуканнями, усвідомленими, оціненими і прийнятими як ідеальні підстави й виправдання своєї поведінки [33];
- належне не тому стає значущою для людини ціллю, що їй цього безпосередньо хочеться, а вона тому цього хоче — іноді усією своєю істотою, до найпотаємніших глибин, — що усвідомила суспільне значення цієї цілі, здійснення якої стало її кривною, особистою справою, яка притягає іноді із силою, що перевершує силу елементарних, тільки особистісних прагнень [34].

Вищий ступінь виявлення людини, її соціалізації досягається особистісним самовизначенням. Характерно, що соціалізацію, глибоке індивідуальне переломлення суспільних відносин, перетворення їх на своє індивідуальне надбання деякі автори розглядають як основну передумову індивідуальності особистості, її самовизначення [23]. Можна вважати, що основна передумова самовизначення особистості — глибоке індивідуальне переломлення суспільних відносин, а основний її наслідок — вибіркове ставлення до світу, вибір тих діяльностей, які людина робить своїми.

**Особливості особистісного самовизначення.** Фахівці в особистісному самовизначенні виділяють такі характерні риси:

- стати особистістю означає, по-перше, вибрати певну позицію, передусім життєву, людську, моральну; по-друге, достатньою мірою усвідомити її і нести за неї відповідальність; по-третє, стверджувати її своїми вчинками, справами, усім життям [6];
- тільки рухаючись в цих двох зустрічних напрямках — від типів організації особистості до вимог соціальної дійсності й навпаки, можна розкрити складне співвідношення особистості та діяльності в психології [2];



- вияв самовизначення як особистісного утворення, як деякого результату вивчається в контексті понять: готовність особистості до вибору в складній ситуації; самооцінюючий, саморегулюючий суб'єкт, здатний самостійно ставити цілі; здатність до здійснення вільного вибору [7].

Стикаючись з певними завданнями, які ставить соціальна дійсність, особа водночас вирішує внутрішні протиріччя, породжені розбіжністю індивідуальних можливостей, критеріїв тощо з вимогами суспільства. Тут і виявляється, наскільки вона є суб'єктом своєї життєдіяльності, наскільки залежать від неї її власні дії [2].

Вибірковість психічного пов'язана із самовизначенням індивіда як суб'єкта життєдіяльності. Це самовизначення передбачає аж ніяк не заперечення, а навпаки, визнання суспільної детермінації та індивідуальних форм її реалізації. Із самовизначенням індивіда пов'язане не лише протистояння суспільній необхідності, а й активна або пасивна реалізація його суспільної детермінації, що становить індивідуальний спосіб суспільного буття [1].

Засвоєння індивідом культури виступає на боці особистості як процес її *внутрішнього самовизначення*, формування власних здібностей. За допомогою самовизначення людина спілкується з іншими людьми (колективом), що дає їй можливість об'єктивування, опредметнення своєї суспільної сутності. За особистісного самовизначення усе вище або досконаліше самим існуванням своїм припускає деяке звільнення від нижчого, або, точніше, від виняткового панування нижчого. Так, здатність визначатися до дії за допомогою уявлень або мотивів є звільненням від виняткової підпорядкованості речовинним мотивам [21].

Поняття «особистість» містить уявлення про особистісний рівень управління, саморегуляції, регуляції своїх здібностей, потреб, почуттів. Особистість — це саморегулююча система, яка самоорганізується у співвідношенні з іншими особистостями [2]. Самовизначення особистості у суспільстві — діалектичний процес її входження, вrostання в життєву реальність і водночас персоніфікація, відокремлення в ній. Особистісне самовизначення задає індивідуально-значущу орієнтацію на досягнення певного рівня в системі соціальних відносин, вимоги, пропонувані до нього, тобто задає *соціальне самовизначення*. На основі соціального самовизначення виробляються вимоги до певної професійної галузі, здійснюється (не без впливу багатьох інших факторів) *професійне самовизначення* [10].

Особистість визначається не набором потреб, здібностей тощо, які перетворюються на мотиви залежно від ситуації, як часто це спрощено

увяляють. Вона виступає суб'єктом своїх потреб і здібностей. Особистість починається там, де суб'єкт співвідносить свої потреби не із ситуацією їх задоволення, а з іншими людьми. Вона обирає той спосіб задоволення своїх потреб, застосування своїх здібностей, що відповідає її життєвим цінностям. Опановує свої потреби і здібності, а не залежить від них.

Тільки особистість, яка самовизначилася, має цілісність, стійкість, активність і спрямованість. Ці властивості її свідчать про *сформованість внутрішньої позиції*. Під позицією розуміють вибіркове ставлення особистості до цілей, що стоять перед нею, завдань. Активність позиції виявляється у вибірковій мобілізації, готовності до діяльності, спрямованої на її здійснення. Позиція зумовлює певну лінію поведінки і сама визначається нею. Усвідомлення і співвіднесення зовнішніх впливів і вимог з комплексом внутрішніх умов і прийняття на їх підставі життєво важливих рішень є найголовнішою характеристикою самовизначення особи як суб'єкта життєдіяльності.

Особистісне самовизначення не завершується в підлітковому віці, у процесі подальшого розвитку людина приходиться до нового особистісного самовизначення (перевизначення). Але діалектика тут така, що особистісне самовизначення виступає основою власного розвитку [10]. Доля людини залежить від її власного суду над собою. Самовизначення — вільне обрання особою своєї долі. Підкреслюється роль внутрішнього моменту самовизначення на відміну від однобічного підпорядкування зовнішньому.

Відносини людини охоплюють не лише її суб'єктивні мотиви, цілі, прагнення, а й спосіб її залучення до загального процесу життя, врахування її об'єктивної логіки і своїх вже об'єктивованих, застосованих можливостей [2]. Самовизначення особи у складі колективного суб'єкта пов'язане із системою її відносин. Від того, як вони складаються, залежать самовизначення і суспільна активність людини. У цьому комплексі розрізняють ставлення принаймні трьох типів: до колективного суб'єкта, до свого місця в колективі й до інших членів колективу.

З одного боку, завдання передбачає соціально типові умови і вимоги суспільно необхідної діяльності, адресовані саме до особистості, а з іншого — особа певним чином ставиться до завдання, що визначає спосіб її залучення до його вирішення, а потім спосіб здійснення і регуляції діяльності.

Особистий простір ширший від професійного, особисте покладено в основу професійного, особисте визначає початок, хід і завершення професійного. Так, соціалізація визначає зміст і процес професіоналізації

людини. Водночас професіоналізація протягом усього життя людини впливає на її особистість, може її стимулювати і, навпаки, руйнувати, деформувати [26].

Таким чином, під особистісним самовизначенням людини можна розуміти свідомий процес, за допомогою якого індивід набуває готовності до виявлення і ствердження власної позиції в житті та діяльності на основі усвідомлення і переживання неповторної системи уявлень про самого себе, внаслідок чого будує свої взаємовідносини з іншими людьми і ставлення до себе.

Професійне самовизначення починається з вибору професії, але не завершується на цьому, тому що людина з плином життя стикається з безперервною серією професійних виборів. Протягом усього професійного життя відбуваються продовження, поглиблення, уточнення професійного самовизначення. Професійне самовизначення має часовий аспект (побудова концепції майбутнього і співвіднесення з досвідом минулого).

Протягом усього життя особа коригує професійну діяльність під кутом зору своїх ціннісних орієнтацій. Зміна її установок, мотивів впливає і на професійний розвиток людини [26].

**Механізм волі у самовизначенні.** Для підпорядкування соціокультурним нормам і подолання досоціальних і докультурних стереотипів людині потрібні воля, самоорганізація і самовизначення. Якщо врахувати, що оволодіння діями в межах поставлених завдань повинне бути надійним і незалежним від утруднень, перешкод зовнішніх і внутрішніх, то воно передбачає наявність особливого механізму стабілізації діяльнісного буття людини — волі. Цей механізм необхідний і в діяльності, і в мисленні, і в комунікації, і в спілкуванні. Але воля потрібна для реалізації управлінської функції у формі вирішення управлінських завдань, у тому числі завдання розвитку колективу.

Волевий акт визначається мотивами [37]. Воля є «мислячий розум», і тільки в цьому вигляді людина може утвердити свою свободу і надати їй істинного і гідного змісту. Тому що істинним станом волі є самовизначення; а істинне й абсолютне самовизначення дається тільки думці. Самовизначення є сутністю волі, її життям, її стихією. Воля, не здатна визначити себе до чогось, є безвольністю, слабкою силою; воля, що визначає не себе, а щось інше, уже визначила себе до того, щоб це зробити. Самовизначення є основною функцією волі, без якої волі немає. Воля вільна, тому що самовизначення є не що інше, як сама воля. Воля, що

не визначає себе самостійно, є не «воля», а здійснена «неволя». Цим пояснюється у Гегеля й антиномія воля — необхідність [14].

**Відповідальність у самовизначенні.** Зовнішні вимоги колективу до особистості перетворюються на внутрішньо значущі вимоги, які набувають більшої психологічної сили спонукання, ніж, скажімо, задоволення особистих інтересів, вирішення суто особистих завдань. Відповідальність виступає як регульоване самою особою співвідношення необхідності та волі [2].

Відповідальність з'являється в момент прийняття завдання. Вона визначає формування цілі та вибір рішення, а головне є регулятором процесу діяльності. Така саморегуляція заснована на усвідомленні та виявленні суб'єктом своїх психічних і особистісних можливостей стосовно завдання. Це дає змогу вибрати точний момент і спосіб дії, стратегію і тактику розв'язання завдань [1].

Як бачимо, з огляду на сутність самовизначення, щоб забезпечити свою усвідомлену й енергійну діяльність, людина повинна передусім зайнятися адекватним самовизначенням самої себе. Це здійснюється за чітко фіксованих однозначних меж, щодо яких і відбувається процес самовизначення. Самовизначена дія і діяльність загалом передбачають максимальну відповідальність людини. Мотиваційно-значуща відповідальність зумовлює самоорганізацію, коли значущість норми (стратегії, тактики, завдання тощо), її розуміння і прийняття супроводжуються зусиллями з дотримання фіксованих вимог. Переборюються стихія поведінки людини і плин її психічних процесів. В умовах соціалізованої, суспільно значущої поведінки психічні процеси не залишаються тільки процесами, що відбуваються самоплинно, а перетворюються на свідомо регульовані дії або операції, і особа як би опановує їх і спрямовує на вирішення завдань, що постають перед нею в житті [35].

**Самосвідомість у самовизначенні.** Завдання усвідомлення своїх мотивів зумовлені необхідністю знайти себе в системі життєвих відносин і тому виникають лише на певному рівні розвитку особистості — коли формується справжня самосвідомість [22]. На думку Б. Ананьєва, найбільш пізнім утворенням особистості є ставлення людини до себе. У всіх видах діяльності та поведінки це ставлення впливає із ставлення до ситуації, предмета і засобів діяльності, інших людей. Лише пройшовши через багато об'єктів ставлення, свідомість стає саме об'єктом самосвідомості [3].

Образи самосвідомості людини (разом з образами навколишнього світу) — необхідна основа доцільної регуляції, саморегуляції її трудової

діяльності та взаємодії з оточенням. Образи самосвідомості — одна з необхідних умов знаходження людиною свого місця, зокрема у професійній спільноті [15].

Самосвідомість виступає не деяким абстрактним процесом усвідомлення своїх психологічних особливостей, а виявленням індивідом своїх можливостей і співвіднесенням їх з реальними завданнями, умовами тощо. Йдеться не лише про самосвідомість у вузькому значенні слова, не лише про управління своїми психічними функціями як внутрішніми психологічними процесами, а й про єдність самосвідомості та самоуправління. Мається на увазі створення індивідом таких ситуацій, в яких максимально виявляються його можливості й тим самим максимально і адекватно реалізується його діяльнісна сутність [1].

**Ідеал у самовизначенні.** Потреби, інтереси, ідеали становлять різні сторони або моменти різноманітної й водночас у певному сенсі єдиної спрямованості особистості, що виступає мотивацією до діяльності. Ідеал може бути сукупністю норм поведінки, образом, що служить зразком. Ідеал — це не те, чим людина насправді є, а те, чим вона хотіла б бути. Але було б неправильно суто зовні протиставляти належне й існуюче; те, чого людина бажає, теж є показовим для того, чим вона є, її ідеал — для неї самої. Отже, ідеал людини — це те і не те, чим вона є [35].

## 6.2. Діагностика людини і рекомендації з розроблення проекту життя

У гіпотезі генно-культурної коеволюції (спільний гармонійний розвиток природи і суспільства) робляться спроби знайти відповідь на питання спряженості еволюції культури людини та її спадковості. Багато вчених вважають, що людина в межах біосфери виробила здатність адаптації до середовища за допомогою культури. Відмінна риса культурної еволюції від біологічної полягає у здатності надіндивідуальної трансляції досвіду від покоління до покоління. Вона здійснюється у вигляді спадкування надбаних властивостей. Джерела культури містять новий тип пам'яті, що становить собою традицію, закріплену в соціальних структурах оперування понятійною мовою і зафіксовану в довгостроковій пам'яті людини. Радіус передавання інформації та досвіду не обмежується кривими родинними зв'язками, що прискорює темпи еволюції людини.

Культура і природа людини зберігаються у процесі генно-культурної коеволюції, сутність якої у надзвичайно еластичному зв'язку генів людини та її культури, їхній взаємодії: гени програмують організм (особливо нервову систему) на способи реагування і навчання з боку середовища. Вважається, що людина — це незавершена еволюцією істота. Природа людини певною мірою є невизначеною, в у її розвитку у процесі відбору утворено значну відстань між генотипом (сукупністю усіх генів організму, локалізованих у його хромосомах) і фенотипом (сукупністю всіх ознак і властивостей організму). Це є умовою культурної адаптації. Культурна еволюція пов'язана з біологічною. Біологічно запрограмоване сполучення — один з істотних факторів «олюднення» людини.

У такий спосіб людина має біологічну і соціальну програми розвитку або, як вище зазначалося, генетичний і соціальний коди. Щоб гармонійно жити, досягти вершин в особистому і професійному розвитку, тобто стати самим собою необхідно, як мінімум, правильно здійснити своє життєве, стратегічне і професійне самовизначення. Для реалізації цього необхідно знати свої природні задатки, визначити свій потенціал і спрогнозувати можливості їх реалізації. Одним з підходів до вирішення цього завдання є психологічна діагностика.

### **6.2.1. Концепція базових інстинктів у прояві природи людини**

Однією з повністю науково обґрунтованих концепцій, що дає змогу вибудувати систему діяльності людини з розроблення свого життєвого проекту, є концепція В. Гарбузова [9]. В її основу покладено визнання семи базових інстинктів, на яких базується вияв генетичної програми людини, і три програми адаптації особи в біосоціальному середовищі.

Ще на початку ХХ ст. у людини було відкрито тисячі інстинктів, але головними, на думку автора концепції є сім: самозбереження, продовження роду, альтруїзму, дослідження, домінування, свободи, збереження гідності. Першими виникли, очевидно, інстинкти самозбереження і продовження роду. Цього вимагало саме життя і необхідність виживання. Вони визначали ставлення людини до себе і свого потомства. Проте необхідним був альтруїстичний інстинкт, який регулює відносини з іншими членами роду, затверджує поняття «свої», заповіді, табу, правила стосунків усередині роду. Альтруїзм виник як адаптивна якість у процесі

природної еволюції. Завдяки інстинкту альтруїзму нормальна людина не може спокійно слухати плач дитини, байдуже дивитися на закривавлену людину. Поширено думку, що вбивають, гвалтують, керуючись «низькими» інстинктами. Проте таких інстинктів не буває, тому що природне не може бути нищим, підлим. «Низькими» можуть стати пристрасті, перекручений розум, принципи свідомості або помилкові установки неусвідомлюваного психічного.

Для виживання роду й окремої особи необхідно було, щоб дещо владне, глибинне спонукало людину до пошуку, навчання, засвоєння знань, творчості та саморозвитку. Необхідно було шукати нові способи полювання і захисту, відкривати нові місця для житла, вдосконалювати знаряддя праці, запам'ятовувати в малюнках символи, тотеми життя роду. Так виник інстинкт дослідження. Життєва потреба закріпилася як інстинкт. Спонукувана цим інстинктом, людина зневажала самозбереження і продовження роду. Згодом виникла ієрархія інстинктів. Альтруїзм «облагороджував», підносив всі інші інстинкти.

Потреба в людях, здатних організувати родичів для полювання, для прийняття рішень в екстремальних ситуаціях, втілилася в інстинкті домінування, влади, який, як і всі інші інстинкти, притаманний кожній людині. Але (і це найважливіше положення концепції інстинктів) інстинкти виражені неоднаково в різних людей [9]. Таким чином, люди з вираженим інстинктом домінування — генетичні «князі», з інстинктом дослідження — дослідники. На вершині піраміди інстинктів два вищих: свободи і збереження гідності. Інстинкт свободи природно впливає з інстинкту самозбереження. Адже останній — це інстинкт збереження «Я», інстинкт самоцінності. Він зумовлює почуття неспроможності, образи, як інстинкт альтруїзму — почуття провини і докори совісті.

Самозбереження можливе за наявності свободи, й саме заради неї людина здатна відмовитися від життя, піти на смерть. Але свобода, як вираження вищого інстинкту пов'язана з проявами інших інстинктів. Вона — умова виживання потомства, вища вимога інстинкту альтруїзму. Інстинкт свободи породжує інстинкт дослідження і творчу діяльність людини, є умовою реалізації інстинкту домінування. Без свободи немає і гідності. Людина, яка втратила свободу, деградує. Інстинкт збереження гідності впливає з усіх попередніх і здатний придушити інстинкти самозбереження і продовження роду. Ступінь вираження інстинктів у людини різна. Один або кілька інстинктів можуть бути виражені в неї сильніше від інших. Домінуючий інстинкт

визначає тип людини, її покликання, вроджені орієнтації. Отже, знання цього інстинкту дасть змогу обґрунтовано здійснювати стратегічне, професійне самовизначення.

**Типи інстинктів.** Розглянемо типологію людей відповідно до домінуючих в них інстинктів. Кожна людина належить до одного із семи типів [9].

**Егофільний тип** («себелюбний»). Люди цього типу обережні, розсудливі, схильні до недовірливості та підозрливості, егоцентричні, уникають ризику, виключають для себе авантюризм, стабільні. У них підвищена схильність до тривожності, підозрливості, страху висоти, води, великих швидкостей. За натурою вони не гонщики, не альпіністи, не мореплавці. Для них власні безпека і благополуччя вищі за все. Якщо, самостверджуючись, переборюючи страх, вони все-таки стають, скажімо, гонщиками, то, долаючи власні страхи, мучать себе і зазнають хвороб серця і судин. Такі люди чутливі до образ, самолюбні й тому досить вразливі. Як правило, вони віддають перевагу сірому кольору (колір загостреного самолюбства, скритності, автономності, ухильності) або зеленому (колір гордості, самовпевненості, честолюбства, прагнення до володіння, жаги визнання і поваги до себе, цілеспрямованості, але і замкнутості, внутрішньої напруженості).

**Генофільний тип** (лат. *genus* — рід). Для людей цього типу характерне заміщення поняття «Я» поняттям «Ми» (під «Ми» мається на увазі родина). Усе в житті підпорядковане в них інтересам родини, дітей. Це «надбатьки» і «надматері». Для них «родина вища за все, а «мій будинок — моя фортеця». Обирають синій колір — колір спокою, умиротворення, вірності, порядку довіри, світу.

**Альтруїстичний тип.** Для представників цього типу характерні доброта, чуйність, здатність до співпереживання. Саме ці люди в дитинстві дають приголомшливу за своїм альтруїзмом відповідь на рекомендацію дати відсіч агресивному одноліткові: «Я не можу його вдарити, адже йому буде боляче». Вони відчують горе іншого гостріше, ніж власне, і не переносять вигляду крові в іншого, насильства над іншим. Власний біль переносять стоїчно. Це самовіддані люди, які присвячують своє життя добру, захисту слабких, нужденних, догляду за хворими і старими. Це місіонери, доглядальниці й медичні сестри в лікарнях для важких хворих, «солдати Армії порятунку» за покликанням. Для них доброта вища за все. Вони обирають кольори: білий (колір духовної чистоти) і синій (колір співпереживання, довіри, жіночності й миру).



**Дослідницький тип.** Люди цього типу — творчі особистості, допитливі й винахідливі, прагнуть в усьому дістатися суті, досягнути причинно-наслідкової зв'язки. Вони дають світу великих вчених — дослідників, мандрівників, винахідників, творців. Ці люди роблять відкриття найчастіше ціною власного життя, нестатків, поневірянь, часто зневажають матеріальні блага, комфорт і нерідко родину. Для них творчість, пошук, прогрес вищі за все. Переважний колір червоний — колір активності, життєвої сили, бажань і пристрастей, прагнення нового, ініціативи, боротьби за досягнення творчих, цілей, мужності.

**Домінантний тип.** Представники цього типу — генетичні лідери, лідери від народження. Вони вирізняються логічністю мислення, самокритичністю і критичністю, здатністю до прогнозування розвитку подій і сприйняття нового, в усьому вміють виділити головне. Особи доміантного типу відповідальні, діловиті й практичні, знаються на людях, емоційно стримані, мужні. Для них є пріоритетними статусні потреби (кар'єра). Вони знають, чого хочуть і як досягти бажаного, завзяті, цілеспрямовані й наполегливі в досягненні цілі. Люди цього типу егоцентричні, але визнають суспільні інтереси і цінності як доцільну необхідність. Вони визнають ранги і природно підкоряються сильнішому лідеру. Схильні враховувати інтереси мас, зневажаючи при цьому інтереси конкретної людини. Це природжені організатори, керівники. Для них справа вища за все. Вони обирають кольори: зелений (колір гордості, діяльної волі, цілеспрямованості, точності, твердості, сталості, високої оцінки свого «Я», честолюбства, високих домагань) і червоний (колір життєвої сили, прагнення до перемоги, успіху, активності, конкуренції, ініціативи, діяльної волі й безумовної мужності).

**Лібєртофільний тип** (від лат. *libertas* — воля). Це волелюбні люди, які не терплять обмежень, конформізму, рутини, щоденності, буденності, бюрократизму і консерватизму, несприйнятливі до догм і навіювань. Вони схильні до зміни місць, живої роботи з частими далекими відрадженьнями, до роботи самостійної і не контрольованої згори. Завжди готові до боротьби за свободу особистості і права людини. Це генетичні революціонери, їм властиві повалення авторитетів, вони — анархісти за натурою. Для них воля вища за все, а їхній будинок — весь світ. Обирають жовтий колір (колір експансії, розкутості, звільнення від обмежень і неволі, веселощів і щастя; волі, надії і змін).

**Дигнітофільний тип** (від лат. *dignitas* — гідність). Люди цього типу горді, нетерпимі до будь-яких форм приниження (людини людиною, лю-

дини державою), готові поступитися своїм становищем, благами, родиною і навіть життям в ім'я збереження власної гідності, честі. У цих питаннях вони непохитні, принципові та безкомпромісні. Тирани всіх часів і народів посилали на плаху саме дигнітофільних і лібертофільних. Вони обирають кольори: зелений (колір гордості) і сірий (колір байдужості до всього зовнішнього, суєтного, скритності та автономності).

За реалізації тенденцій, закладених в інстинктах дослідження, домінування, волі й збереження гідності, можуть бути пригнічені інстинкти самозбереження і продовження роду. Останні ж протистоять вищезгаданим чотирьом. Ця особливість зумовлює поділ інстинктів на дві принципові групи: інстинкти самозбереження і продовження роду, з одного боку, та інстинкти дослідження, домінування, волі й збереження гідності — з іншого.

*Перша група інстинктів* — іньська, пасивна, гальмуюча, егоцентрична, фіксована на проблемах «Я» та родини. Це фемінінна (жіноча) група інстинктів. Її тенденції в загальному вигляді відображають уроджену потребу в безпеці (своїй і потомства), у стабільності, світі, гармонії з природою. Це тенденції консерватизму, обережності й обачності, заперечення ризику, авантюризму, надмірної активності, загостреного самолюбства й егоїзму.

*Друга група інстинктів* — яньська, активна, соціально орієнтована на самоствердження серед інших і в житті, на суспільні інтереси. Це маскулінна (чоловіча) група інстинктів. Її тенденції в загальному вигляді відображають уроджену потребу в самоствердженні, активності, прагненні й пошуку нового, у волі й у збереженні гідності. Це тенденції боротьби, подолання, ризику і відваги.

В одних людей домінує перша група, в інших — друга, і залежить це не від статі, а винятково від того, який інстинкт є домінуючим. Особи егофільного і генофільного типів належать до фемінінних (жіночих), а особи дослідницького, домінантного, лібертофільного і дигнітофільного типів — до маскулінних (чоловічих) індивідів. Першим за натурою більш властиві якості, що характеризують жіночність, другим — мужність. Фемінінні індивіди схильні до акуратності, гнучкості в думках і вчинках, до тонких почуттів, інтуїтивності, до культури вираження емоцій, обережності, консерватизму, обачності, делікатності й тактовності, до терплячості, ніжності, вміння відчувати стан інших людей, до вірності й доброти. Для них характерний материнський стиль ставлення до дітей, орієнтація на родину. Другі, маскулінні, схильні до обов'язковості, рішучості, сміливості, до вольового натиску, активності,

цілеспрямованості, змагальності, самоствердження, до об'єктивності, логічності, раціоналізму, до справедливості, стриманості, великодушності, надійності. Для них більш характерний батьківський стиль ставлення до дітей.

Ці дві групи багато в чому мають антагоністичні тенденції, перебувають у постійній боротьбі. Це природний фундаментальний уроджений внутрішній конфлікт. Інстинкт альтруїзму стоїть окремо, тому що він водночас є і фемінінним, і маскуліним, тобто двостатевим. Впливаючи на обидві групи інстинктів, він поєднує і гармонізує їх. Природний антагонізм між фемінінною і маскуліною групами інстинктів — норма. Подібно до того, як полярні, але нерозривно взаємозалежні та єдині ін'яні, гармонійно єдині за наявності природного антагонізму між ними й обидві ці групи інстинктів (дія принципу додатковості Н. Бора).

Для використання цих уявлень про людину в проектуванні нею життя важливо знати профіль особистості за інстинктами. Річ у тім, що ступінь виразності кожного з інстинктів різний. Наприклад, позначимо відповідним балом ступінь вираження кожного інстинкту: один бал — найменший ступінь вираження, а сім балів — найвищий. Природно, що найвищим балом оцінюється ступінь вираження домінуючого інстинкту. Далі будемо вважати, що перед нами людина з домінуванням інстинкту самозбереження. Це індивід егофільного типу з перевагою фемінінної групи інстинктів, тобто жіночий за натурою. Ступінь вираження в нього інстинкту самозбереження — сім балів. Припустимо, що наступний за ступенем вираження в нього інстинкт продовження роду, який, оцінюється шістьма балами. Так само оцінюються й всі інші інстинкти: інстинкт дослідження (п'ять балів), волі (чотири бали), збереження гідності (три бали), альтруїзму (два бали), домінування (один бал). Це і є профіль особистості за інстинктами.

Можна діагностувати [9], що цей індивід, відповідно до профілю особистості за інстинктами, обережний і розумний, сім'янин, схильний до дослідницької роботи, але без ризику, тривалих відряджень, тобто в лабораторії. Він прагне волі, але не на шкоду безпеці — своїй і родини, не позбавлений почуття гідності, але досить гнучкий і не поступиться заради збереження гідності інтересами безпеки, родини і творчості. До проявів альтруїзму він здатний лише в разі власного благополуччя, тобто охоче допоможе комусь, якщо в нього самого все добре. До кар'єри байдужий. Так у профілі особистості за інстинктами розкривається глибинна сутність людини.

Реалізація тенденцій, закладених в інстинктах, дає особливе і надзвичайне задоволення. З. Фрейд зазначав наказову силу і пристрасність інстинктивних спонукань людини, їх могутній вплив з неусвідомлюваних глибин психіки, підкреслював роль і значення у відчутті людиною задоволення і незадоволення. Приймаючи концепцію семи базових інстинктів, один з яких неодмінно домінує в конкретній людині, варто бачити і сім різних варіантів потреб, спонукань до діяльності. Не применшуючи вищі принципи свідомості, світогляду і мотиви, що впливають з них, треба визнати, що вони зумовлені вищими інстинктивними спонуканнями або базуються на них.

Придушення або обмеження певного інстинкту спричиняють такі емоції й почуття: інстинкту самозбереження — тривогу і страх; продовження роду — незадоволеність, агресивність і тугу; альтруїстичного — провину і муки совісті; дослідницького — незадоволеність, агресивність, сум; домінування — незадоволеність, агресивність, ворожість, презирство; волі — протест або депресію; збереження гідності — гнів, відразу або депресію [9]. У цілому ж обмеження або придушення інстинктів зумовлюють одну з двох найуніверсальніших емоційних реакцій: агресивно-протестну або капітулятивно-депресивну.

Знаючи групу домінуючих інстинктів (фемінінну або маскуліну), можна прогнозувати їх прояв в екстремальних ситуаціях. Типологія за домінуючим інстинктом багато в чому визначає покликання людини та її долю (для чого вона прийшла у цей світ, її нішу у співтоваристві людей, ієрархію її цінностей і цілей). Знання цієї типології дають змогу зрозуміти, чому людина, яка на думку оточення досягла благополуччя і високого соціального статусу, глибоко невдоволена, змінює професію, місце роботи, спосіб життя, вважаючи, що в неї «все не так», що вона «не знайшла себе і свого місця в житті». Або, навпаки, людина, яка не досягла, за оцінкою оточення, ні благополуччя, ні високого статусу, задоволена своїм життям і місцем у ньому.

З концепції інстинктів впливає ще одне важливе положення. Внаслідок певних біологічних і соціальних факторів домінування одного з інстинктів може бути надмірним. Оскільки домінуючий інстинкт узурпує енергію інших, то це може призвести до їх придушення або повного зникнення (інстинктопатія — порушення, переключування). Так, за наддомінування інстинкту самозбереження й атрофії інстинкту альтруїзму можна спостерігати інстинктопатію за типом «надегоїзму» або за типом «надбезпеки», коли людина вживає в їжу продукти лише

після термічної обробки, дуже ретельно миє руки тощо. За наддомінування інстинкту дослідження та атрофії інстинктів самозбереження і продовження роду стикаємося з інстинктопатією за типом «творчого фанатизму», а за атрофії інстинкту альтруїзму — за типом «творчого садизму», що мало місце в лікарів гітлерівських концтаборів. За максимального розвитку інстинкту домінування та атрофії інстинкту альтруїзму спостерігається інстинктопатія за типом «надмірного кар'єризму», «коли йдуть по головах» заради кар'єри. Надмірне домінування інстинкту свободи та атрофія інстинктів самозбереження, продовження роду й альтруїзму породжують інстинктопатію за типом «фанатизму революціонерів». За максимального ступеня домінування інстинкту збереження гідності й атрофії інстинктів самозбереження, продовження роду й альтруїзму народжується інстинктопатія за типом «супергордині», коли людина надмірно фіксується на переживаннях, пов'язаних з питаннями честі та гідності, замикається в собі або кидається в бій без єдиного шансу на успіх і гине в цій марній і фатальній для неї боротьбі.

**Три програми адаптації до життя.** Людина розкривається в ієрархії сповідуваних цінностей, реалізованих потреб, у ставленні до інших людей і життя. У людини, яка рефлексує, життєвий задум визначається її ідеалами і світоглядом. При цьому вища цінність для одних — творчість; для інших — гроші, машина, дача; для третіх — робота або родина; для четвертих — задоволення біологічних потреб (їжа, секс).

Домагання людини характеризуються спрямованістю її життєдіяльності та діяльності, є основою сенсу життя, життєвого задуму і самовизначення. Домагання формують програми адаптації до життя. Досить часто людину «кодують» за допомогою інформаційних впливів, вводячи в «несвідоме», як дискету в комп'ютер, певну програму життя і діяльності.

Особа повинна усвідомлювати, якими програмами вона керується в житті. Можна виділити три суперпрограми, що характеризують особистість індивіда. Інстинктами формується *перша, несвідома програма адаптації*. Це програма на генетичному рівні, тобто індивідуальний шлях людини біологічної, її природна програма і доленосне покликання. Їй відповідають натура індивіда, тип інтелекту. Її придушення, перекручування невідворотно спричиняють захворювання. Індивіду, в якого домінує інстинкт дослідження й отже маскулінна група інстинктів, властива уроджена програма адаптації, де фундаментальними домаганнями є жага дослідження, творчості, визнання, воля і збереження гідності.

Для людини з інстинктом домінантності характерна маскулінна група інстинктів, і в першій програмі адаптації переважає жага досягнення певного стану в суспільстві, успіху, визнання. У егофільного суб'єкта, тобто з домінуванням фемінінної групи інстинктів, у першій програмі адаптації — прагнення до безпеки, потреба у взаємній любові, взаєморозумінні. У генофільного, тобто з домінуванням також фемінінної групи інстинктів, у першій програмі адаптації превалюють інтереси родини, потреба любити і бути любимим тощо.

Виховання, умови життя, зовнішні фактори породжують другу, також неусвідомлювану програму адаптації [9]. Наприклад, у родині постійно говорили про матеріальний добробут і жадали тільки його. У всіх, хто виріс у цій родині, виникла установка: багатство, гроші — це все! Вони дають щастя, безпеку, волю і гідність. Все в цьому світі купується і продається. Така установка формує відповідну їй *другу програму адаптації*. І якщо установка і відповідна їй програма сильні, то придушується або спотворюється перша програма адаптації. У цьому разі діяльність людини спрямована на реалізацію другої програми. Індивід домінантного типу, холеричного темпераменту завзято прагне багатства. Влада йому потрібна для збагачення. Придушується інстинкт альтруїзму, підсилюється тенденція егоцентризму, і ми маємо людину наживи.

На підставі усвідомлено сприйнятих цінностей і принципів, світогляду формується *третьою програмою адаптації* — свідомий вибір домашніх, цілей, життєвого задуму, професії, способу життя [9].

Отже, для свідомого самовизначення людини їй необхідно усвідомити домінуючий інстинкт і профіль особистості за інстинктами. Проте за всієї важливості врахування сформованих установок для проектування життя конкретної людини ще важливіше знати тенденції, які випливають з її інстинктів.

## **6.2.2. Методи, прийоми, методики діагностики людини**

**Побудова психологічних портретів людей за групою крові [13].** Методика дає змогу одержати вихідну інформацію з великим інформаційним змістом. Поява цієї методики пов'язана з виявленням зв'язку між групою крові й особливостями психологічної структури людини. Найширше використовують знання цього зв'язку японські фахівці у

сфері управління персоналом. Деякі автори викладають результати досліджень на підставі яких можна одержати досить точні психічні характеристики людей, які мають різні групи крові (табл. 6.1).

Таблиця 6.1

**Залежність характеристик типу особистості від групи крові**

Група крові	Головна потреба	Характеристика типу особистості	Сфера життєвого успіху
1	2	3	4
I	Домінування в усьому: відносінах з людьми, із природою, з технікою	Цілеспрямованість, віра у свої можливості домінувати, оптимізм, витривалість, самостійність (опора на власні сили), відвага (хоробрість), наполегливість, націленість на досягнення успіхів, врівноваженість, відсутність роздирань сумнівами, прагнення до ризику, твердість, зухвалість, різкість, безкомпромісність, інтуїція, індивідуалізм	Види діяльності (професії), де можна домінувати
II	Упорядкування усього, з чим людина має справу	Дисциплінованість, законслухняність, акуратність, скромність, порядність; поважне ставлення до людей і чужої власності, володіння собою, колективізм, кмітливість, спритність, пристрасність, схильність приховувати тривогу, занепокоєння і страхи заради того, щоб не хвилювати оточення; терпіння при розп'ятуванні вузлів у взаєминах людей, переважання мирного розв'язання проблем, схильність до регулярних видів діяльності, добре переносять монотонність і необхідність дотримуватися правил	Сільське господарство, юриспруденція, медицина, миротворчі професії, викладання, комп'ютерне програмування, торгівля, охорона служба тощо. Словом, все те, що вимагає дотримання або наведення порядку і високої дисциплінованості
III	Творчість	Здатність до винахідництва і велика інтелектуальна гнучкість. Характерні: висока розумова активність, підвищена збудливість, контактність, терпимість до особливостей інших людей (здатні зрозуміти, що відрізняється від власної позиції людини), уміння співпереживати, схильність до співчуття, миролюбство, врівноваженість, раціональність, сильна воля, готовність відстоювати свої думки і позиції, універсальна здатність до пристосування, інтуїція, здатність до уяви, потреба в колективній діяльності, діловитість	Будь-які сфери діяльності, де потрібні творчість, перетворення, винахідництво. Здатні вести за собою людей, не вдаючись до засобів влади. Часто є лідерами; за ними йдуть тому, що вони краще вирішують спільні для людей проблеми, мають

Закінчення табл. 6.1

1	2	3	4
		Бувають гранично утилітарними, тобто здатними навіть шкоду перетворювати на користь. Швидко пристосовуються до умов, що змінюються, і пристосовують умови до нестатків і потреб людей. Маючи високу мотивацію на досягнення, хочуть багато, але не роблять трагедії з невдач і задовольняються малим. Можуть, як і люди з іншими групами крові, відчувати страх, але майже завжди його долають і йдуть всупереч небезпекам	особисті якості, що викликають довіру, схильні до надання практичної допомоги будь-якій людині, яка потрапила в скрутне становище
IV	Здатність до «хамелеоноподібного» реагування на людей і події. Готовність пристосовуватися до змін реальності й людей, навіть ціною відмови від принципів	Поєднують у собі дратівливість (високу чутливість) з врівноваженістю, цілеспрямованістю — з розкиданням зусиль по багатьох об'єктах. Найчастіше не враховують наслідки своїх дій і зневажають пророблення подробиць. Граничний прагматизм поєднується із захопленням прекрасним (іноді показним). Зовнішня повага і повага до значущих людей, гра у співпереживання сусідить зі зневагою до всіх людей: і до тих, яких треба шанувати, і до тих, яких поважати нема за що. Мають розвинену здатність пристосовуватися до сильних світу цього, вдаючись нерідко до лицемірства. Виявляють байдужість до людей, відсутність вірності людям, ідеям, ідеалам	Сфери діяльності, де потрібен дипломатичний хист

Як свідчать дослідження, спільні для представників кожної групи крові психічні особливості людей збігаються без винятків. Так, керівниками організацій в умовах демократичних форм призначення або вибору найчастіше стають представники I групи крові. Проте жорстокі злочинці, убивці так само часто мають I групу крові. Серед шахраїв («творчий» інтелектуальний різновид криміналу) найбільше представників III і IV груп крові. Цей підхід допомагає зрозуміти і те, чому в середовищі працівників правоохоронних органів, де є представники всіх груп крові, найбільша кількість людей з II групою.

Вивчення людей — процес двоспрямований: від групи крові до психологічного типу, від сфери діяльності — до групи крові. Легкість проникнення в типологічні особливості людей за групою крові створює ілюзію повної достатності цього підходу для визначення їхніх можливо-



стей. Безперечно, методика має високі діагностичні можливості й може без застереження застосовуватися на практиці. У понад 80 % випадків вона прийнятна для розпізнавання, але 20 %, що залишилися, вимагають уваги. Детермінація психічних особливостей людей не зводиться лише до структури крові, а потребує додаткової діагностики.

Залежно від обставин однакові процеси, характерні для всіх представників певної групи крові, відбуваються по-різному. Їх специфіка визначається: статтю людини, особливостями її функціональної асиметрії мозку, рівнем розвитку інтелекту. Домінування, характерне для всіх людей з I групою крові, у людини з правобічною домінантою мозку найчастіше матиме характер м'якого впливу для доказу своїх «переваг» і «правоти». Цей м'який вплив час від часу змінюється істеричними сплесками, коли м'якість не спрацьовує на тлі неможливості піднятися вище за інших.

Для домінування в людини з лівосторонньою домінантою мозку характерна поведінка, в якій переважає повчальна стратегія спілкування з людьми, з акцентом на необхідність дотримання якихось «обов'язкових», на думку людини, правил, практична цінність яких може бути незначною.

Домінування в розумного представника I групи крові буде результатом завдяки продуманим тактиці та стратегії поведінки і, навпаки, у не дуже розумної людини домінування матиме форму істеричних випадів з вимогою визнати свою правоту в чому завгодно і будь-що. Для такої людини груба форма звернення, що ображає гідність людей з метою підім'яти їх під себе, буде нормою. Якщо представнику I групи крові доводиться займатися не керівною, а виконавською роботою, то багато часу він може витратити на дошукування дрібних недоліків у поведінці начальника, виявленню яких він іноді нишком втішається. Така поведінка переважно є неусвідомленою і найчастіше — підсвідомим проявом потреби перевершувати інших. Людина діє відповідно до свого психологічного типу, що визначається групою крові, несвідомо. Вона часто-густо мучиться і страждає, не розуміючи себе і своєї поведінки.

Викладений матеріал про перцептивні системи психологічного діагнозу свідчить про можливість і необхідність визначення принципів взаємодії цих та інших методів діагностики. Таких принципів усього три. Перший — *принцип верифікації*. Використання різних методик дає найбільшу користь, якщо вони розглядаються і застосовуються як засоби збільшення вірогідності результатів одна одної. Іншими словами, впевненість у вірогідності результатів психодіагностики за допомогою якоїсь методики тим вища, чим більше результати цієї методики збігаються з результатами іншої.

Другий — *принцип доповнення*. Його зміст очевидний. Якщо яка-небудь діагностична система дає змогу деталізувати, уточнити або доповнити результати діагнозу іншою системою, то їх потрібно обов'язково використовувати.

Третій — *принцип сполучення*. Результати, отримані із застосуванням кожної з методик, можна використовувати, не звертаючись до результатів, одержаних за іншими методиками. У відомих межах це необхідно і корисно. Але повнота розуміння людини зростає, якщо результати певної методики розглядати з позиції результатів іншої. Це буде не простим доповненням, а новим висвітленням людини, сприйняттям її під іншим кутом зору.

**Нетрадиційні методи діагностики людини. Діагностичні ознаки вибору професії** [40]. У людей, які народилися під різними знаками Зодіаку, спостерігають схильність до різних професій. Так, знаки Вогню (Овен, Лев, Стрілець) свідчать про винахідницькі та раціоналізаторські здібності, інтерес до техніки, механіки, машин, приладів, до ремесел і до професій, що вимагають здібностей організатора і керівника; ці люди воліють панувати, а не підкорятися.

Знаки Землі (Тілець, Діва, Козеріг) завжди вказують на тенденцію до трудомісткої, тривалої, повільної, навіть важкої роботи (з власної волі та за примусом), що вимагає високої працьовитості, завзятості, наполегливості, витримки, витривалості, терпіння. Ці люди найкращих успіхів досягають у сільському господарстві, фермерстві, архітектурі та будівництві, геології, а також у фінансовій і банківській справах (для Тільця), в адміністративній і політичній діяльності (для Козерога), у науковій діяльності (для Діви).

Знаки Повітря (Близнюки, Терези, Водолій) можуть виявитися у сферах мистецтва, у літературі, у музиці або у світі науки, а також на педагогічній ниві, в юриспруденції, де більше потрібні участь і діяльність мозку, інтелекту, ніж тіла.

Знаки Води (Рак, Скорпіон, Риби) найчастіше сприяють професіям, пов'язаним зі світом мистецтва, літератури, сферою науки і досліджень, медицини, з діяльністю, яка потребує збереження таємниць. Часто люди, які народилися під цими знаками, мають справу з плаванням (річковими, морським) або з різними рідинами (мінеральні води, нафта тощо).

**Ім'я людини** [39]. Дуже важливо правильно підібрати ім'я дитині, яке має бути співзвучним з її по батькові. Якщо ім'я і по батькові важко вимовляються, наприклад Едуард Дмитрович, у людини виробляється

певний комплекс на все життя. Крім того, неправильно сприймається все, що відбувається навколо, формується несприятливе ставлення до людей. Помітним це стає тільки в характері дорослої людини, у дитини виявляється в замкнутості, озлобленості, суперечливості натури. Може спостерігатися надмірна нервозність, і батьки повинні звернути на це увагу.

Якщо ім'я звучить сильніше, ніж по батькові, психологія людини формується неправильно. По батькові змінити неможливо, воно є критерієм спадкоємного характеру, а от ім'я можна змінити, і в деяких випадках це потрібно зробити якомога раніше.

**Роль по батькові (спадковості) у формуванні особистості.** По батькові є головним і першорядним фактором у формуванні характеру людини. Якщо ім'я можна змінити і нове ім'я почне працювати, змінювати характер і долю людини, то від зміни по батькові нічого не залежить. Не зміниться характер, якщо по батькові стане іншим. По батькові визначає ті риси характеру людини, які їй передаються в спадок від батька. Ще в утробі матері дитина може не мати імені, але вже має по батькові. Риси характеру їй передадуться і визначаються ім'ям батька. Залежно від того, яке по батькові в дитини, як правильно її назвуть, щоб ім'я було співзвучним з по батькові, такі винятково індивідуальні для кожної дитини риси будуть успадковані. По батькові визначає темперамент, фізіологічні дані, ставлення до оточення, співчуття, відданість.

Не все дитина візьме від батька, але велику частину. Це стосується і матері, тому варто брати до уваги імена батька, матері, навіть дідусів і бабусь, коли дають ім'я немовляті. Яке б гарне виховання не одержала дитина, генофонд даватиметься взнаки. І від того, чи правильно обрано ім'я дитини щодо по батькові, залежатиме ступінь складності її виховання і подальше становлення характеру. Сумісність імені дитини з ім'ям матері забезпечує їхнє взаєморозуміння. Через генофонд передаються такі негативні якості, як схильність до алкоголізму, хоча зовсім не обов'язково дитина буде алкоголіком, але схильність до цього матиме, сприйнятливість до наркотичних речовин і більшу залежність від них, ніж в інших. Схильність до певних захворювань у дітей, чії батьки мали хвороби, яскравіше виражена. Навіть деякі життєві ситуації можуть бути повністю відтворені дітьми, наприклад у засуджених батьків діти можуть бути піддані кримінальним ситуаціям, у дітей розлучених батьків частіше буває невдалий перший шлюб.

**Місяць народження.** Великий вплив на характер людини має місяць її народження. Він зумовлює врівноваженість характеру, агресивність, жорстокість, а також фізичну витривалість, здоров'я, комунікабельність і навіть сексуальність. Місяць народження, як і по батькові, змінити неможливо, але можна правильно дати ім'я дитині, щоб негативні риси були нейтралізовані й зведені до мінімуму. Правильно обране ім'я, яке співзвучне з по батькові та відповідає місяцю народження людини, визначає її характер.

Люди, які народилися в різну пору року, по-різному сприймають навколишній світ, ставляться до людей, особливо до родичів по батькові. Люди, народжені взимку, амбіційні, прагнуть лідерства в усьому. Вони неспокійні, владні, сміливі, рішучі, часто мають неврівноважену психіку, нерівний характер. Мають більше шансів домогтися успіху на спортивній ниві, особливо в силових видах спорту. Оптимісти за характером, завжди налаштовані на перемогу, легко витримують біль. Народжені весною — вразливі, але впertі; влітку — настирні, дуже чутливі, вразливі, часто слабохарактерні; восени — більш спокійні, серйозні, врівноважені, але дуже амбіційні, прагнуть лідерства в усьому.

**Діагностика самоактуалізації особистості** [27]. Теорія самоактуалізації була сформована А. Маслоу на підставі психологічного дослідження особливостей життя, діяльності та спілкування душевно здорових, творчих і щасливих людей. Вона належить до найбільш популярних і впливових концепцій сучасної психології. Для визначення рівня своєї самоактуалізації можна використовувати опитувальний лист POI (Personal Orientation Inventory). Він містить дві основні шкали особистісної орієнтації. Перша (тимчасова) показує, наскільки людина схильна жити сьогодні, не відкладаючи на майбутнє і не намагаючись повернутися в минуле. Друга (опори або підтримки) вимірює здатність особи покладатися на себе, а не на очікування або оцінку інших людей. Крім того, є 10 додаткових шкал, що вимірюють такі якості, як самоповага, спонтанність, життєві цінності, позитивність поглядів на людську природу тощо. Цей опитувальний лист, дороблений психологами, наведено у Додатку 4. Цю методику, названу «САМОАЛ», розроблено з урахуванням специфічних особливостей самоактуалізації в нашому суспільстві.

## 6.3. Самовизначення до сенсу людського життя

### 6.3.1. Сутність поняття «сенс життя»

Життя людини може бути несвідомим і свідомим [20]. Перше керується причинами (зовнішніми і незалежними від неї), свідомість не визначає напрямок і якість діяльності, а друге — усвідомленою метою, і людина сама самовизначається до наступних дій. Отже, поняття «свідоме життя» передбачає передусім осмислене рішення.

Важливість цього пояснюється тим, що життєве самовизначення є основою будь-якого самовизначення. Найважливіше при цьому — це розуміння сенсу життя і його знаходження. Людина всім своїм еством відчуває, що потрібно не просто жити, а жити для чогось. Вона має глибоке уявлення про істинне, абсолютне буття, яке вимагає виходу, і це породжує потребу виявлення сенсу життя. Частина людей, втративши надію на вирішення цієї проблеми, «тупіють» і духовно зупиняються у буденних турботах. Але багато хто ставлять собі запитання, а чи є взагалі сенс життя, і якщо є, як самовизначитися до нього. Проте, як свідчать численні дослідження і життєва практика, це не питання рефлектуючих інтелігентів, а ставиться людиною на певній стадії розвитку. Життя дається їй для творчого розкриття свого потенціалу, це внутрішня сутність буття. Рухаючись у часі та просторі серед зірок, професій, змістів, людина повинна визначитися стосовно них.

У молодому віці ставиться найважливіше питання про вибір життєвого шляху, виходячи з можливостей і реалій дійсності. Людині, яка не самовизначилася, доводиться порушувати питання: що робити? Яку ціль життя поставити? Її відповідь передбачає самопізнання себе, з'ясування свого покликання, визначення свого місця в житті. Наслідки самовизначення виявляються в упорядкуванні системи цінностей, осмисленні плину життя через усвідомлену участь у ньому. Сенс життя є опорою людського буття, він надихає на великі справи. За його відсутності в людини, як зазначає В. Франкл, виникає «екзистенціальний вакуум» [38], що найчастіше приводить її до катастрофи. Пошук сенсу життя і самовизначення до нього передбачає попереднє знання про нього (табл. 6.2).

## Розуміння сенсу життя

Визначення, літературне джерело	Ключові слова
Смисл — внутрішній зміст, значення чогось, що досягається розумом; ціль, розумна підстава ( <i>Ожегов С. И. Словарь русского языка.</i> — М. : Рус. яз., 1984)	Внутрішній зміст, що досягається розумом
Смисл (особистісний) виражає ставлення суб'єкта до явищ об'єктивної дійсності ( <i>Психологический словарь.</i> — М. : Педагогика-Пресс, 1997)	
Сенс життя — комплекс ціннісних уявлень, за допомогою яких людина співвідносить себе і свої вчинки з вищими цінностями, ідеалом (вищим благом) ( <i>Педагогический энциклопедический словарь.</i> — М. : Большая рос. энцикл., 2003)	Комплекс ціннісних уявлень
Смисл — зміст знакового вираження; думка, що утримується в словах (знаках, виразах) ( <i>Кондаков Н. И. Логический словарь.</i> — М. : Наука)	Думка, що міститься в словах
Смисл — це структурне уявлення процесів розуміння, корелят самого розуміння ( <i>Всемирная энциклопедия : философия.</i> — М. : АСТ, Мн. : Харвет, Соврем. литератор, 2001)	Структурне уявлення процесів розуміння

Аналіз визначень (табл. 6.2) терміна «сенс» свідчить, що:

- усе наше життя є прагненням цілі, тобто очікуваного уявлення у свідомості результату спрямованих дій;
- осмислення життя й одержання цілісного образу (ідеалу) визначає біосоціальну і духовну мотивації;
- сенс життя для людини є системотвірним і взаємозлучним фактором біологічного, соціального і духовного життя;
- людині необхідно знайти сенс життя;
- сенс необхідний, щоб оцінювати життя відповідно до якісно значеннєвого змісту, базової та індивідуальної ієрархії цінностей.

Під смислом завжди мають на увазі загальнозначущу думку про щось або загальнозначущу цінність, що виражає оцінку предмета нашого пізнання [20]. Це «надпсихічний» смисл результату духу в людині, що виражає істину, сформовану свідомістю. Істина — зміст свідомості, вона єдина і обов'язкова для усіх. Людині необхідна жага сенсу життя, віра в нього. Повнота життя як єдина ціль для всього живого — такий предмет пошуку життєвого прагнення; єдина істина для всіх [20]. Сенс життя — це стратегічно важлива людська цінність, що має загальнолюдську значущість, яка вимірюється суб'єктивно, найчастіше у неусвідомленій системі координат. Сенс визначає тип буття в житті.

Смислова реальність не піддається поясненню через психологічні й тим більше біологічні механізми. Сенс життя — це внутрішній стан суб'єкта, що найчастіше не прагне щастя, а шукає причини для нього. Продовження роду для людини визначається не лише інстинктами, а незалежним від цього сенсом життя.

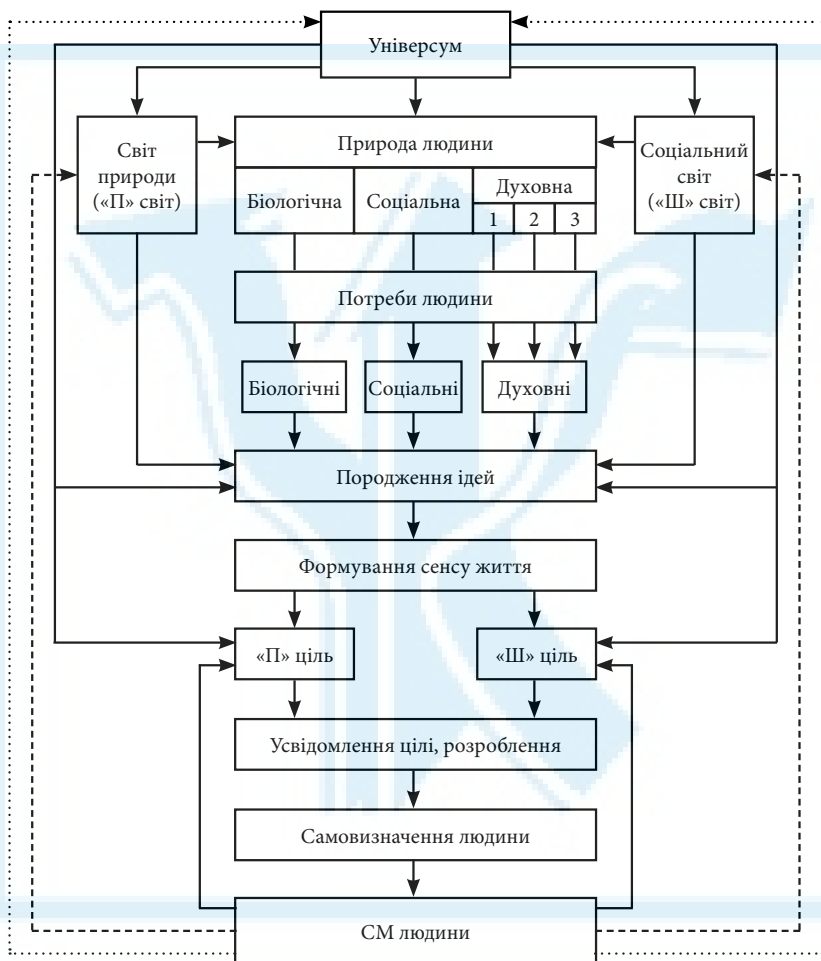
Людське існування ніколи не може бути безглуздом за своєю сутністю. Життя людини зберігає свій сенс до кінця — до останнього подиху. При цьому йдеться про сенс життя не загалом, а для конкретної особи й на певний момент. Кожна ситуація має свій сенс для різних людей, який є єдино істинним. В. Франкл ввів поняття «надсенс», під яким можна розуміти сенс життя як цілісності в масштабах всесвіту, сенс буття. Труднощі пізнання цілісності буття і всесвіту — це наша проблема на сьогодні, й вирішивши її, ми зможемо знаходити і надсенс. З огляду на те, що людське життя є цілісним й існує у певних циклах (критерії стратегічності), варто розглядати можливість розроблення стратегії реалізації сенсу життя.

Людина, відповідно до закону свободи вибору, вільна знайти і реалізувати сенс життя. Сенс не надано людині, він нею не вибирається, а набувається в реалізації свого покликання, здійснюється в житті. Сенс визначається потребами (рис. 6.1), через породження ідей. Людина повинна прийняти рішення з їх реалізації в певних природних (П) або соціальних (Ш) умовах. Ідеї — це форма, образ або спосіб реалізації інтегральних потреб, що мають динамічні, нормативні початки. Коли ідея породжена досвідом і правильно відображає дійсність, коли це об'єктивна істина і відображає істинне буття, то вона стає силотвірною, формотвірною сутністю життя людини, проникає в неї, дає силу і міць.

Ідея може бути розкрита через складові її компоненти [20]:

- життя (сукупність зовнішніх і внутрішніх актів, що відбуваються в людині й здійснюються нею);
- ціль (норми життя, що визначають порядок використання засобів і сил для одержання майбутнього результату дії);
- щастя (прихований духовний акт, що опромінює, мотивує життя людини, стан повної щирої задоволеності, якісно вимірювана ціль).

Ідеї, що спонукують людину до дії, бувають творчими і руйнівними. Найважливішим для СМ є творення своєї долі, життя та його сенсу. Сенс визначає імперативні варіанти вибору дій у кожній конкретній ситуації, самоактуалізація залишається побічним продуктом реалізації сенсу. Сенс життя передається через традиції і підпорядкований зако-



**Рис 6.1. Послідовність самовизначення людини до управління життєвими процесами:**

1 — наука, 2 — мистецтво, 3 — релігія; (...) — зворотний зв'язок з універсумом, (---) — зворотний зв'язок зі світом природи і соціумом



нові традиції. Традиція, культура можуть у реальних умовах бути зламані, замінені, але їх стрижнева основа (можливо, у вигляді системи базових цінностей) повинна залишитися.

Людина — саморухома, самоврядна біосоціальна і духовна система; отже, вона повинна самовизначатися до мети, до змісту, до стратегії життя тощо і робити це на конкретній основі (критеріальній базі) й у певній системі. Трагічність полягає у тому, що людина не знає, чи встигне вона здійснити свій задум до кінця життя, але й у цьому теж є певний сенс.

Таким чином, пошук сенсу життя передбачає наявність у свідомості людини певних рис шукача і деяких ознак шуканого, за якими його можна знайти. Осмислення життя й одержання ціннісного образу (ідеалу) необхідні для біосоціальної і духовної мотивації людини. Наявність розуміння життя дає змогу оцінювати його зміст, порівнювати свій мікрокосмос з макрокосмосом, коригувати процес руху людини щодо обраної системи координат та індивідуальної ієрархії цінностей. Це реалізується через формування мети, стратегії життя і самовизначення до них.

### **6.3.2. Самовизначення до сенсу життя**

Самовизначення до сенсу (смислу) життя може бути релігійним і світським. Релігійні філософи [20] сходяться на думці, що сенс життя людини задано Богом, і безглуздо його шукати в земних справах. Сенс життя не можна знайти в готовому, раз і назавжди даному вигляді, вже утвердженому в бутті, а можна тільки домогтися його здійснення. Ми маємо своїм життям реалізувати його. Умовами наповнення життя змістом є визнання існування Бога, під яким розуміють вічне життя, абсолютне благо (позитивний об'єкт інтересу або бажання), загальне світло розуму [20]. Проте сучасна людина не може бути тільки творінням божим, його рабом, вона прагне бути вільним учасником цього процесу, бути причетною до божественного життя, стати богом, «обожествитися».

У світському плані сенсом може бути комплекс життєвих цінностей людини, суб'єктивно вимірюваних (наприклад, повнота і гармонія життя), які мають інтегративну цілісність. Біологічна і соціальна природа людини спонукають її опанувати уміння «приспособуватися» в житті, боротися за життєві блага, але в глибинах її «несвідомого» визріває потреба розуміння сенсу життя. Людина, яка внаслідок суб'єктивного

сприйняття не бачить справжнього «обличчя» життя, не здатна спрогнозувати досягнення сенсу й задовольняється самообманом.

За В. Франклом шляхами реалізації сенсу життя можуть бути [8]:

- творча праця людини як особистості та суспільно значущий її результат;
- сприйняття світових цінностей, наприклад любов на рівні духовного, смислового виміру, переживань іншої людини в її неповторності й унікальності, пізнання її глибинної сутності;
- наша позиція стосовно долі, яку ми не в змозі змінити (цінність відносин), потрапивши у владу обставин.

Він вважав, що сенс життя потрібно не просто шукати, за нього необхідно боротися, і боротьба ця важка. Для того щоб жити й активно діяти, людина має усвідомлювати сенс своїх вчинків. Вона прагне знайти цей сенс і відчуває фрустрацію або вакуум, якщо це прагнення залишається нереалізованим. Сенс доступний будь-якій людині, незалежно від статі, віку, характеру, середовища, релігійних переконань тощо [38]. Проте пошук сенсу — це питання не пізнання, а покликання. Не людина порушує питання про сенс свого життя, а життя ставить це питання перед нею, і людині доводиться щодня і щогодини відповідати на нього — не словами, а діями. Сенс життя не суб'єктивний, людина не зображує його, а знаходить у світі, в об'єктивній реальності, саме тому він виступає для людини як імператив, що вимагає своєї реалізації. Пошук сенсу життя вимагає занурення в глибини буття, напруження всіх сил. При цьому шукати сенс означає боротися проти безглуздя.

Ціннісно-сміслові самовизначення покладено в основу інших типів самовизначень. Поки людина не замислюється над тим, заради чого і в ім'я чого вона діє, варіанти прийняття рішення є випадковими. Діяльність у цьому разі знеособлена, людина не розрізняє у своїй, наприклад професійній, роботі, що погано і добре, що гріх, а що благо. Вона розвиває себе, використовує свій потенціал не відповідно до свого сенсу. Під сенсом тут мають на увазі вищий смисл, зумовлений духовною природою людини, а не результатом соціального кодування. Тільки з позицій вищого смислу (розуміння того, навіщо людина прийшла на Землю) можна визначити життєві орієнтири, а не побудувати емпіричний причинно-наслідковий ланцюг процесу діяльності. Тільки такий смисл дає змогу людині знайти себе й у подальшій предметній спрямованості виходити із себе. Розуміння сенсу життя з цієї позиції зумовлює необхідність здійснення екзистенціального аналізу [58], що дає мож-

ливість виділити цілісні ситуації людського буття, спрямувати увагу суб'єкта на духовне життя.

Людина як особистість розвивається, входячи в системний світ, враховуючи його інтегральні цінності, вищі витoki життя. Таке розуміння пов'язане з визнанням вищого смислу, єдності людини з вищим розумом, універсумом (див. рис. 6.1). Ця єдність — не результат біологічних, соціально-психологічних проявів природи людини, суб'єктивного мислення, а наслідок екзистенціального спілкування внутрішнього світу людини з універсумом, що є особливою реальністю. Ця духовна реальність існує не для реалізації власних егоцентричних потреб, виконання необхідних соціальних норм і правил суспільства, а як духовна єдність багатьох індивідуальних свідомостей. На цьому рівні людина виступає як біологічна, соціальна і духовна єдність, й у ній фіксуються духовність, воля і відповідальність. Духовна свідомість виявляється у свободі вибору вчинку. Свободу розуміють як завдання вищих сил, що звільняють людину від влади природи, звичок і пристрастей. Вона дає право вибору добра і зла внутрішньою незмінністю логіки духовного життя і приводить до вчинків-подій, здійснених людиною як цілісністю, надає можливість спроектувати процес «знаходження» і реалізації себе на життєвому шляху. Здійснюючи вибір, людина у своєму суб'єктивному вчинку визначає себе власною волею, стає іншим «Я». «Знаходячи» себе, вона наче вдруге народжується, бере відповідальність за самоформування.

Формування сенсу життя підпорядковане біологічним, соціальним і духовним законам розвитку людини. Спершу вона повинна хоча б частково усвідомити значення сенсу, життєствердну систему координат. Сенс усвідомлюється в рефлексивній позиції, що дає змогу людині сфокусувати свою увагу і споглядати світ зовнішній і внутрішній, розуміючи й осмислюючи свій стан в ньому, оцінюючи свої дії через систему базових та індивідуальних цінностей, вироблених у процесі історичного та індивідуального розвитку. Отже, самовизначення до сенсу життя може відбутися в суб'єкта, який використовує інтегральний механізм психіки — рефлексію, пов'язаний, як зазначено вище, з механізмами самосвідомості самовизначення, волі тощо. До речі, використання рефлексії — це четвертий рівень розвитку (за Г. Гурджиевим), і можна стверджувати, що сенс життя здатна усвідомити тільки людина певного рівня розвитку. У разі розвитку цих здібностей необхідно приділяти увагу самоуправлінській

розумовій діяльності, оскільки самовизначення здійснюється в режимі утримання системотвірної ролі рефлексивних процесів, рефлексивного супроводу самоорганізації людини. Ця авторефлексія сприяє формуванню самоуправління, виділення завдань і проблем, що підлягають вирішенню.

Сенс життя реалізується через формування мети і стратегії життя, самовизначення до них і наступне самоуправління життєдіяльністю і діяльністю (див. рис. 6.1). Ціль може відкриватися людині у двох аспектах: 1) конкретним уявленням результату дії; 2) визначенням закону її здійснення у формах, зумовлених умовами життя. При цьому зміст кінцевої мети життя цілком не відкривається, що дає свободу для вибору напрямку і способу її досягнення.

Необхідність стратегічного управління пошуком і реалізацією сенсу зумовлена усвідомлення того, що людина та її життя — це єдине універсальне ціле (див. рис. 6.1), що розвивається в часі й просторі з усім космічним життям. Незважаючи на стислість, випадковість багатьох процесів, для збереження цієї цілісності в циклі життя необхідне стратегічне управління. Тільки заздалегідь розроблена стратегія дасть змогу людині врахувати свій потенціал, фактори внутрішнього і зовнішнього середовища, відмежуватися від повсякденного впливу інформаційних потоків, ЗМІ та реалізувати сенс свого особистого життя.

## КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Як Ви розумієте зміст діяльності людини при самовизначенні на професійний розвиток?
2. Поясніть сутність поняття «самовизначення людини»
3. Як здійснити стратегічне самовизначення?
4. Як виконати професійне самовизначення?
5. Як виконати життєве самовизначення?
6. Перелічіть особливості повсякденного самовизначення.
7. Охарактеризуйте особливості самовизначення в діяльності.
8. Поясніть важливість самовизначення особистості.
9. Охарактеризуйте особливості самовизначення як суб'єкта діяльності.
10. Що означає самовизначення народу України?
11. Як здійснити діагностику своїх природних здібностей?

## ЛІТЭРАТУРА

1. Абульханова К. А. О субъекте психической деятельности. — М. : Наука, 1973.
2. Абульханова К. А. Деятельность и психология личности. — М. : Наука, 1980.
3. Аананьев Б. Г. Человек как предмет познания. — Л. : Изд-во ЛГУ, 1969.
4. Анисимов О. С. Педагогическая концепция последиplomного образования. — М. : РАМА, 1994. — Вып. 14.
5. Анисимов О. С. Педагогическая акмеология: общая и управленческая. — Минск. : Технопринт, 2002.
6. Братусь Б. С. Аномалии личности. — М. : Мысль, 1988.
7. Верхоглазенко В. Н. Влияние типа самоопределения управленца на уровень его профессионализма: Автореф. дис. ... канд. псих. наук. — М. : Изд-во РАГС, 2003
8. Вилюнас В. К. Психологические механизмы мотивации человека. — М. : Изд-во МГУ, 1990.
9. Гарбузов В. Н. Человек — жизнь — здоровье. — СПб. : Комплект, 1995.
10. Гинзбург М. Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема // Вопр. психологии. — 1988. — № 6.
11. Громкова М. Т. Педагогические основы образования взрослых. — М. : Изд-во Моск. с.-х. акад., 1993.
12. Губин В. Д., Некрасова Е. Н. Философская антропология. — М. : Университет. кн., 2000.
13. Жариков Е. С. Психология управления. — СПб. : Изд-во ЛГУ, 2002.
14. Ильин И. А. Философия Гегеля как учение о конкретности Бога и человека. : В 2-х т. — СПб. : Наука, 1994.
15. Климов Е. А. Введение в психологию труда: учебное пособие для вузов по специальности «Психология». — М. : Изд-во МГУ, 1988.
16. Колпаков В. М., Дмитренко Г. А. Стратегический кадровый менеджмент. — К. : МАУП, 2002.
17. Колпаков В. М. Теория и практика принятия управленческих решений. — К. : МАУП, 2004.
18. Кон И. С. Открытие «Я». — М. : Политиздат, 1978.
19. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Основы психологической антропологии. Психология человека. — М. : Школа-Пресс, 1995.
20. Смысл жизни: Антология / Под ред. Н. К. Гаврюшина). — М. : Прогресс, 1994.
21. Соловьев Вл. Сочинения в двух томах. Т. 1. — М. : Мысль, 1990.
22. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции. Конспект лекций. — М. : Изд-во МГУ, 1971.

23. *Леонтьев А. Н.* Избранные психологические произведения // Деятельность. Сознание. Личность. Т. 2. — М. : Педагогика, 1983.
24. *Лукашевич Н. П.* Теория и практика самоменеджмента : Учеб. пособие. — 2-е изд., испр. — К. : МАУП, 2002.
25. *Малышевский А. Ф.* Мир человека. — М. : Интерпракс, 1995.
26. *Маркова А. К.* Психология профессионализма. — М. : Изд-во РАГС, 1996.
27. *Маслоу А.* Психология бытия. — М. : Ваклер, 1997.
28. *Мерлин В. С.* Лекции по психологии мотивов человека : Учеб. пос. для спец-курса. — Пермь : Изд-во Перм. пед. ин-та, 1971.
29. *Мир человека.* Хрестоматия / Сост. А. Ф. Малышевский. — М. : Интерпракс, 1995.
30. *Мясищев В. Н.* Основные проблемы и современное состояние психологии отношений человека. // Психологическая наука в СССР. Т. 2. — М. : Изд-во АПН РСФСР, 1960.
31. *Мясищев В. Н.* Проблема отношения человека и ее место в психологии // Хрестоматия по психологии: Учеб. пос. для студентов пед. ин-тов / Сост. В. В. Мироненко; Под ред. А. В. Пеировского. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Просвещение, 1987.
32. *Ожегов С. И.* Толковый словарь русского языка. — М. : Сов. энцикл., 1975.
33. *Рубинштейн С. Л.* Бытие и сознание. — М. : Просвещение, 1957.
34. *Рубинштейн С. Л.* Направленность личности // Хрестоматия по психологии: Учеб. пос. для студентов пед. ин-тов / Сост. В. В. Мироненко; Под ред. А. В. Пеировского. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Просвещение, 1987.
35. *Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии — СПб. : Питер Ком, 1999.
36. *Румянцев И. Н.* Моральный конфликт как форма проявления нравственной свободы. — М. : Мысль, 1984.
37. *Флоренский П. А.* Сочинения в 4 т. Т. 1. — М. : Мысль, 1994.
38. *Хекхаузен Х.* Мотивация и деятельность. — М. : Педагогика, 1986.
39. *Хигер Б. Ю.* Методы подбора и оценки персонала // Управление персоналом. — 2003.
40. *Щёкин Г. В.* Визуальная психодиагностика: познай людей по их внешности и поведению. — К. : МАУП, 1993.
41. *Щёкин Г. В.* Планирование и организация работы с персоналом : Учеб. пос. — К. : МЗУУП, 1993.
42. *Щёкин Г. В.* Практическая психология менеджера. — К. : Украина, 1994.
43. *Шопенгауэр А.* Свобода воли и нравственность. — М. : Республика, 1992.
44. *Ярошевский М. Г.* Категориальный аппарат психологии // Хрестоматия по психологии: Учеб. пос. для студентов пед. ин-тов / Сост. В. В. Мироненко; Под ред. А. В. Пеировского. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Просвещение, 1987.

# ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ЗАСАДИ САМОМЕНЕДЖМЕНТУ ЛЮДИНИ В РІЗНИХ ТИПАХ БУТТЯ

Кожна людина народжується для якоїсь справи.  
Кожний, хто ходить по землі, має свої обов'язки в житті.

*Е. Хемінгуей*

## 7.1. Основи теорії та практики самоменеджменту

### 7.1.1. Загальна характеристика типів буття людини

Людина може жити одночасно в кількох типах буття. *Буття* — це динаміка існування людини, зумовлена її формою і змістом (устроєм), циклом трансформацій у ході дозрівання, «дорослого» існування і старіння.

Те ціле (що має певну будову, частини і відносини між ними), в якому розрізняється буття усього, що може бути зафіксовано, називають «універсумом» (охоплюване різноманіття усього, що має статус буття і ознаки цілого). Тому ситуаційний аналіз діяльності людини не можна організовано виконувати, не здійснюючи «реконструкції універсуму». Під реконструкцією розуміють процес виявлення безлічі наслідків з розкритих причин. Проте існують різні типи буття. Отже, реконструкції повинні піддаватися всі типи буття, типи чогось як одиниці в певному типі буття. Побудова «знання» про тип буття дає можливість розрізнити і прогнозувати траєкторію буття людини і цим знижувати невизначеність

середовищного і ситуаційного аналізів, результати яких використовують при прийнятті рішень.

Для організації процесів цих аналізів важливо виділити типи буття й універсально значущий спосіб послідовності їх породження. Для практики аналітичної діяльності найважливішими типами буття є життєдіяльність, соціодинаміка, соціокультурна динаміка, культура, діяльність і економіка. У свою чергу, життєдіяльність особливим чином інтегрує простіші типи буття, досліджувані у фізиці, хімії, біології. Якщо розташувати типи буття у псевдогенетичний ряд, то з'являться вихідні рівні (сходи) типів буття (схема 7.1):

Вихідними підставами є

- для життєдіяльності — задоволення індивідуальних потреб;
- для соціодинаміки — узгодження способів взаємоприйнятного використання один одного і дотримання домовленостей;
- для культури — введення критеріїв рефлексивних та інших погоджень;
- для діяльності — реалізація фіксованих норм перетворення чого-небудь і вдосконалення подібних норм.

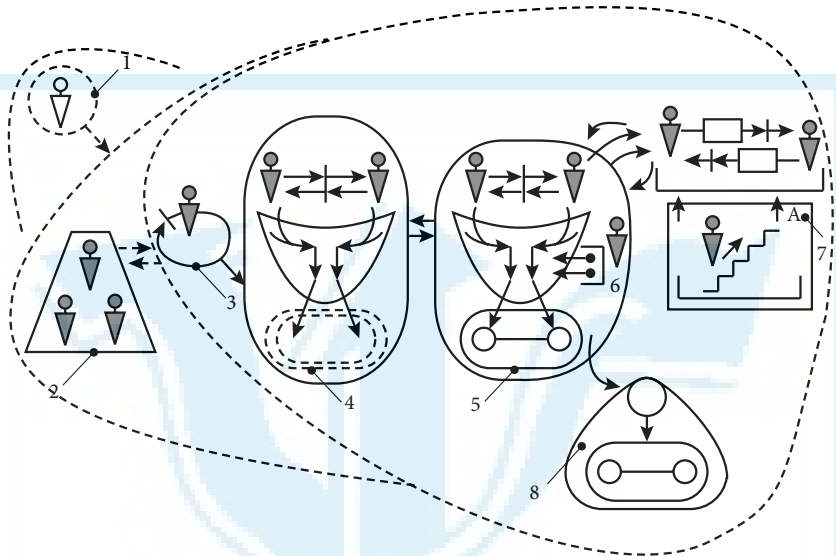
Наступна, складніша форма буття виникає (псевдогенетично) у ході усунення протиріччя в межах попереднього типу буття. Разом з вихідними типами буття виникають «вторинні», що поєднують багато фрагментів типів буття, які виникли. Такі типи буття, як наука, освіта, охорона здоров'я, політика, оборона тощо, з'являються як вторинні та третинні.

Отже, для організованого аналізу «ситуації», її розумової реконструкції потрібне введення всіх значущих типів буття в межах їх пов'язаності між собою у цілості універсуму. Ця концептуальна підготовка розглядається як створення онтологічної абстрактної схеми (предиката), конкретизація якої, забезпечує створення «портрета» ситуації (схема 7.2) (нижче цю схему буде «розгорнуто»).



Схема 7.1. Вихідні рівні типів буття людини





**Схема 7.2. Взаємозв'язок основних типів буття людини:**

1 — влада; 2 — місцеве самоврядування; 3 — життєдіяльність; 4 — соціодинаміка; 5 — соціокультура; 6 — критика; 7 — культура; 8 — діяльність

На схемі 7.2 мовою схематичних зображень показано перехід людини в типи буття, наведені на схемі 7.1. Повністю мову схематичних зображень висвітлено в посібнику [9].

Щодо кожної спільноти людей, що відповідає типу буття, у кожній людині є свої інтереси, попит, цілі і плани, залежно від умов — природних, соціально-організаційних, правових, політекономічних та ін.

### **7.1.2. Використання схем у керуванні діяльними системами**

Найбільш обґрунтовані та систематизовані дослідження теорії діяльності містяться у працях О. Анісімова і Г. Щедровицького. Особливістю їх є виклад тексту з використанням мови схем.

Для з'ясування можливості та необхідності використання мови схем у теорії діяльності узагальнимо існуючі версії фахівців у цій галузі знань.

«Людині потрібні спеціальні засоби, що дають змогу утримувати точку концентрації уваги, щоб думка не робила хаотичного руху і стрибків, а могла послідовно поглиблювати й удосконалювати уявлення про об'єкт розгляду. Більш того, навіть індивідуально міркуючи про який-небудь предмет, ми організуємо внутрішній діалог, що призводить до систематичного уточнення образу. Фіксація думки можлива у вигляді певного типу схематичного зображення або моделі, що виводить назовні процес розумової діяльності» (В. Борзенков).

«Умовні схематичні образи — продукт аналітико-синтетичної діяльності мислення. Схема — образотворча модель для виявлення й опису розумових дій, контролю, створення припущень. Вони дають змогу будувати ланцюг міркувань і контролювати роботу» (А. Гамезо).

«Схеми дій і схеми як засоби орієнтації виділяють властивості, що ведуть до вирішення завдань. Розвиток мислення визначається створенням базальних оперативних схем мислення» (П. Гальперін).

«Схеми використовуються у функціях моделі (репродуктивної) та розпорядження, що організує діяльність. Читання схеми при використанні її як моделі змінюється. Схема — гіпотеза про будову об'єкта» (В. Розін).

«Схематичне зображення сприяє відображенню істотних ознак, опорних моментів, зміні структури об'єкта. Вони розумово відтворюють структуру об'єкта, стимулюють створення внутрішніх схем і передбачення. Звірення схеми з об'єктом прискорює застосування корекції» (І. Пономарьова).

«Схеми формуються залежно від графічної діяльності, спостереження, зміни, побудови. Вдаються до використання схем у проблемних ситуаціях. Вони є засобами переведення дій з розумового плану в практичний і навпаки, регуляції дій, а також засобами аналізу завдань і методом розв'язання завдань» (Б. Ломов).

«Символи охоплюють сутність абстрактного об'єкта, надають йому чуттєвої, наочної форми» (В. Коршунов, О. Мантатов).

«Символ — не до кінця довільний, не цілком порожній. Він редукує зв'язок між тим, що означає, і тим, що означається» (Ф. Сосюр).

«Символ відчутний, є засобом відображення об'єкта, вводить заданість об'єкта. Символ забезпечує спостереження за елементами в структурі. Він сполучає предметність, конструктивність і активність свідомості, створює рівновагу образності й ідеї. Символ є результатом розумової переробки, що виступає у функції об'єкта, а також засобом зміни об'єкта» (А. Лосєв).

«Символ — засіб виявлення суті об'єкта, загального в ньому, уречевлення ідеального образу. Він узгоджується з формою об'єкта або діяльності» (Є. Ільєнков).

«Символ — це перетворення матеріального на ідеальне і навпаки, що зберігає схожість з об'єктом. Він виражає недоступне почуттєвому спогляданню, почуттєво оформляє ідеї, які зароджуються, упорядковує, виявляє сутність, використовується для породження нових ідей у проблемних ситуаціях» (К. Уваров).

«Чим би людина ні мислила, ідеями або образами дійсності, як ті, так й інші мають одне загальне походження — сферу відчуттів. Нам судилося створювати картини, що рухаються, панорами, фігури, образи, тобто — моделі існуючого і того, що відбувається, які не суперечать одна одній, а пов'язані між собою» (Н. Умов).

«По-перше, необхідність почуттєвого сприйняття зовнішнього світу як вихідний матеріал для розумової діяльності; по-друге, необхідність мови як певної системи почуттєво сприйманих знаків (відчутних або видимих сигналів), що є носіями значення; по-третє, необхідність на будь-якому ступені абстрактного мислення опори на почуттєвий матеріал, що стосується предмета дослідження, у вигляді ілюстрацій, конкретних прикладів, схем, діаграм, графіків тощо; по-четверте, обов'язковий зв'язок розумової діяльності будь-якого ступеня абстрактності в кінцевому підсумку з практикою, що являє собою предметну, почуттєву діяльність» (В. Штофф).

«Правила для управління розумом»: «У більшості випадків корисно також креслити ці фігури і уявляти їх зовнішнім почуттям для того, щоб у такий спосіб легше утримувати нашу думку зосередженою» (Р. Декарт).

«Необхідна спеціальна мова для зображення ідеальних об'єктів. Спершу потрібно зобразити зміст, а потім конструктивно, операційно його оформити. Це конструювання дає змогу зрозуміти зміст іншим. Схеми виступають як об'єкти. Методологічні схеми — поняття, що зображують розуміння. Структурність схем є інструкцією до розуміння» (Г. Щедровицький).

Аналізуючи наведені вище визначення, ми бачимо, що властивості схем у мисленні різноманітні. Вирізняють два класи схем:

- схематичні зображення (результати схематизації зображень, образотворчих реконструкцій);
- схеми-конспекти (результати схематизації текстів).

В основі схематизації діяльності — універсальний набір операцій: розчленування, добір значущих компонентів, трансформація їх і синтезування

в цілі конструкції (за критерієм). Оскільки схема повинна бути змістовним засобом мислення, конструкція (образотворча або конспектна) має виражати «об'єктний» зміст (зображуваного, конспектованого). Крім того, схема заміщує первинний матеріал (зображення, текст) [2].

Узагальнивши ці визначення, можна дійти висновку, що мова схем і символів:

- є основою при аналізі невідомого, нового, складного; способом і носієм операцій, правилом; конструкцією, що залежить від волі конструктора, результатом уяви; умовою раптових рішень;
- поєднує почуттєве і раціональне; сполучає розбіжності, одиничне і загальне; гармонізує безформне, оформляє його; упорядковує матеріал;
- існує для мислення; є основою в організації міркувань; у них інформація систематизована, узагальнена, структурована;
- підпорядкована ідеї цілісності, структурності; містить породжувальний принцип;
- виражає загальне, абстрактне, недоступне спогляданню; допомагає бачити цілісно; оформляє ідеї, що зароджуються; додає абстрактному почуттєвої форми;
- показує структуру і динаміку об'єктів; виражає гіпотезу про будову об'єкта; визначає об'єкт оперування й аналізу;
- допомагає виявити дефекти; стежити за думкою, фіксувати її хід, висувати нові ідеї;
- використовується для виявлення нових змістів, заміщує об'єкти, створює значеннєві вузли; застосовується для звільнення від випадкового, концентрації змісту, забезпечення наскрізних ходів у мисленні, випереджаючих висновків, передбачення;
- стимулює створення внутрішніх схем; полегшує розумову діяльність; встановлює причинно-наслідкові та функціональні зв'язки;
- необхідна у проблемних ситуаціях; за поєднання предметності змісту з конструктивністю; в оволодінні узагальненими прийомами.

Схеми, особливо образотворчі, є зручними предметами оперування. Використання схем у розумовій практиці призводить до вищих абстракцій, дисципліни абстрактного мислення і мислення з використанням абстракцій. Поза такою дисципліною неможливе оволодіння всіма основними логічними і культурно-рефлексивними формами [4].

Таким чином, схемами і символами передається логіка мислення (сліди мислення). Коли керівник на папері, планшеті, дошці починає в знаковій формі зображувати послідовність своїх дій (відповідно до законів логіки),

він переходить з реального світу (де далеко не завжди живуть за законами) у світ логосу (загальних, об'єктивних законів функціонування і розвитку). У даному разі на папері можуть бути схеми, формули, графіки, таблиці тощо, які відображають діяльність різних людей, погоджену знаками. Вони живуть за законами логосу, побудовані за правилами логіки й онтологічними правилами (законами природи або законами ідеальних об'єктів). Людина живе у двох світах: у світі ідеальному (він зображений схематично) і реальному. Якщо «ідеальний світ» відображає уявлення світу науки, то схеми стають ефективним засобом для аналізу реальної дійсності.

Якщо у вигляді схеми представити поняття і категорії, що дають змогу складати сутнісне і цілісне уявлення про діяльність, то можна одержати мову теорії діяльності. Під мовою розуміють систему знакових або символічних засобів, які використовуються у комунікації для здійснення мислення і спрямування вираження думки, розуміння, критики, арбітражу й організації розумових процесів [4].

### 7.1.3. Самоуправління в різних типах буття людини

У діяльності людини можна виділити управління «переддіяльнісним» і «післядіяльнісним» буттям (існуванням) (схема 7.3). Відмінність полягає в тому, що в діяльності вона разом з іншими створює продукт для організації (6). При цьому людина управляє своїм функціонуванням і розвитком (10), тобто паралельно відбувається процес перетворення (7) матеріалу (5) на продукт (6). Назвемо вироблений продукт для організації та здобуті навички і вміння людини «щось».

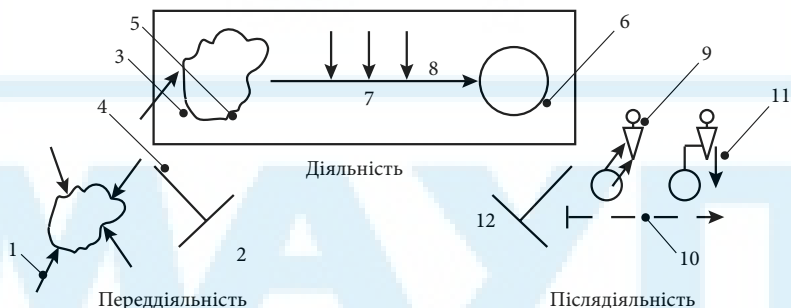


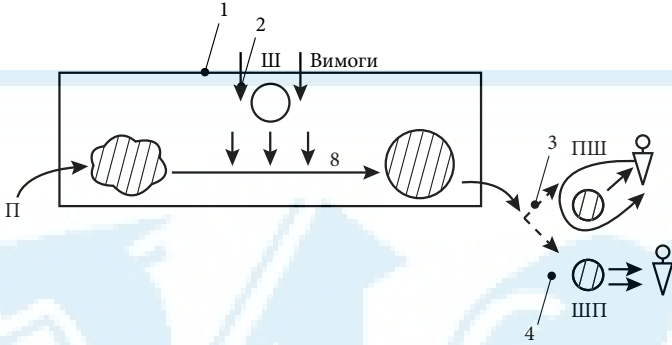
Схема 7.3. Повсякденне людське буття (існування)

Під «щось» у методології та філософії розуміють абстрактно виражену одиницю організованості, що має механізм підтримання відповідності між формою і змістом (морфологією); об'єкт, який має форму. У процесі діяльності перетворене «щось» набуває якостей, що визначають новий спосіб його використання. Стосовно нашого предмета однією з якостей може бути організація праці людини, що має різні форми та зміст. При переході з переддіяльнісного буття в діяльнісне (2) і з діяльнісного в післядіяльнісне (12) відбувається зміна форм буття. Ми живемо у світі діяльності, й будь-яка людина певною мірою перебуває в ньому діячем. Здобуваючи відповідну підготовку, вона здійснює перехід (4) зі світу «природних» відносин у світ діяльності. У ньому людина під впливом засобів перетворення (8) повинна трансформуватися під нові критерії, набувати «штучних» якостей з урахуванням вимог соціуму і виробництва. Виготовлення продукту вимагає від працівника певних здібностей (9). За природою людина здатна до перебування в природному і штучному світах, де спостерігаються суперечливість її «нижчої» і «вищої» сутностей, протистояння душі й тіла. Соціальне і культурне буття породжує в людині різні якісні характеристики.

Прагнення до осмисленого соціокультурного буття, перебування в ньому повинні відбуватися за усвідомлення специфіки світу діяльності й адекватного в ньому самовизначення.

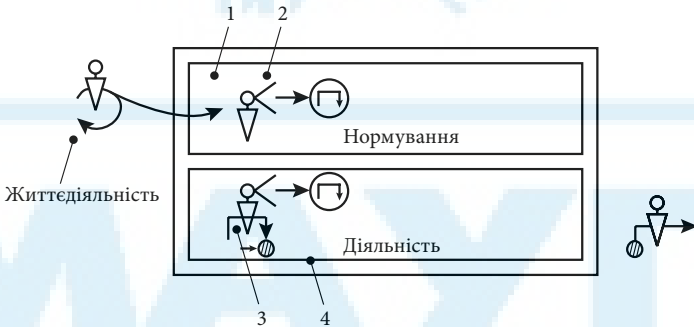
Таким чином, людина, реалізуючи потреби, здійснює самоуправління в природному і соціальному середовищах під їх зовнішнім впливом (1) і в межах сфери діяльності (3) з метою одержання «чогось».

Переддіяльнісне буття можна назвати: «природним» (схема 7.4), а післядіяльнісне — «природно-штучним» (ПШ, 3), і «штучно-природним» (ШП, 4). Природне — це буття людини поза організаційними межами соціокультурного і діяльнісного типів. «Природно-штучним» називається результат внесення в природне деформацій, визначених задумом, уведеними вимогами, але за збереження провідної ролі «природного». «Штучно-природним» стає результат трансформації первинного буття людини, в якому виділяються властивості, визначені факторами оштучнення: соціальними, соціокультурними, культурними і діяльними нормами). При цьому вихідні, «природні» властивості переходять у підпорядкований стан. «Штучне» укладено в нормативності уявлень про якості «чогось», які виникають у процесі діяльності та підпорядкованості йому необхідності одержання «самого» цього стану. Усі ці зміни і перетворення відбуваються в межах простору діяльності (1), внесенням певних штучних вимог (2).



**Схема 7.4. Вплив штучних вимог (культури) у сфері управлінської діяльності**

Вимоги до результату діяльності (до «продукту») або «цілі» з'являються в особливому режимі цілепокладання, який не належить до діяльнісного буття. Здатність до цілепокладання сама є результатом «освітньої» діяльності. Цю здатність потрібно розвивати в людини. Вона має дві складові — здатність будувати уявлення про майбутній стан людини і додавати цьому уявленню нормативну функцію, оформлену як життєвий проект, план, програма, технологія тощо. Отже, для існування діяльності необхідний перехід від переддіяльнісного буття людини до нормовизначеного (1) (схема 7.5). У межах цього простору людина в плані свідомості формує і уявляє (2) норму діяльності (ціль, метод, технологію тощо). На цьому етапі СМ розробляються життєві проекти, здійснюється страте-



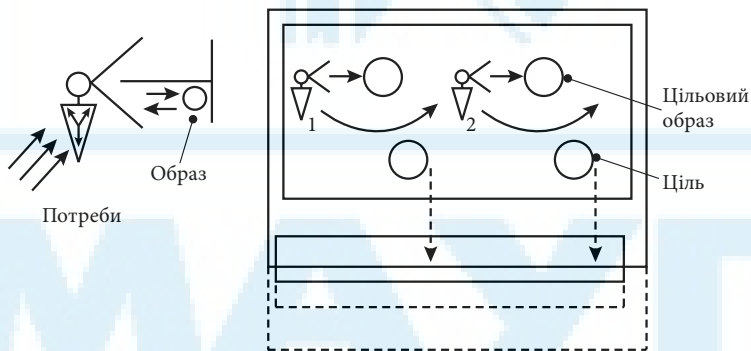
**Схема 7.5. Проектування діяльності людиною**

гічне і повсякденне планування життєдіяльності та діяльності людини. Потім відбувається перехід до діяльнісного (4) і післядіяльнісного буття. У цьому разі діяльність існує для післядіяльнісного буття людини (людина живе не лише для реалізації трудової функції). Перебуваючи у межах сфери діяльності (4), людина (3) повинна володіти способами досягнення цілі й чітко уявляти в плані свідомості послідовність своїх дій щодо її досягнення.

Ціль є «мінімальним» за обсягом змістом, типом норм. «Максимальним» типом виступає «проект діяльності». Він містить вимоги до способу буття людини в діяльності. Буття людини до діяльності назовемо *життєдіяльністю* (схема 7.6). Вона підпорядкована не нормі (цілі, проекту діяльності), а «потребі», що виникає під впливом навколишнього середовища (формується образ потреби). Відмінність цілі та проекту від потреби полягає в тому, що потреба індивідуальна, залежить від впливу внутрішніх (стану людини) і зовнішніх (середовищних) факторів. Ціль і проект не є індивідуальними, вони позаситуаційні, їх зміст зберігається в часі, просторі, у переданні з рук однієї людини (1) до рук іншої (2).

Життєдіяльність складається з ланцюга процесів задоволення потреби (схема 7.7):

- виникнення потреби в чомусь та її відображення у внутрішньому плані свідомості людини (1) у вигляді образу потреби;
- активізація поведінкових механізмів і пошук об'єкта потреби, запуск пошукової дії (2);
- здійснення пошукових дій (3);



Сема 7.6. Формування образу цілі в діяльності



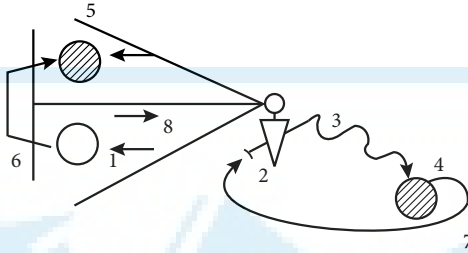


Схема 7.7. Послідовність самоуправління в «індивідуальній життєдіяльності»

- «зустріч» із предметом (4);
- відображення предмета у свідомості людини (5);
- зіставлення образів (6);
- дія з привласнення (7);
- зникнення потреби та її образу (8).

Оскільки в об'єкті не усе може бути потребою значущим, об'єкт або споживається «повністю», або перетворюється відповідно до потреби. У цьому разі перетворення об'єкта під «тиском» потреби залишається життєдіяльним явищем. При цьому природна динаміка потребового стану позначається на динаміці перетворювального ставлення до об'єкта. Ця динаміка є передумовою майбутньої діяльності (схема 7.8).

На схемі 7.8 зображено людину в просторах життєдіяльності та діяльності. У просторі життєдіяльності вона здійснює пошук об'єкта

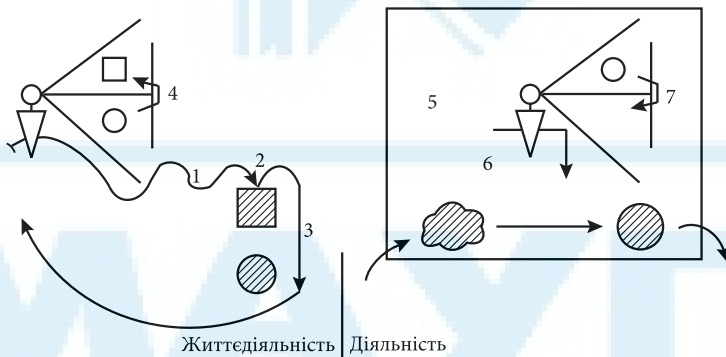


Схема 7.8. Індивідуальні життєдіяльність і діяльність людини

потреби (1), випадково зустрічає якийсь об'єкт (2), порівнює два об'єкти на предмет можливості зміни їх під свою потребу (4), захоплює з метою доробки (3). У межах діяльності (5) людина (6) випадково знайдений об'єкт («щось») перетворює під об'єкт своєї потреби. При цьому вона у плані свідомості порівнює образи двох об'єктів. Саме так, як правило, відбувається в житті.

Суб'єктивною відмінністю життєдіяльності та діяльності є розбіжності у підпорядкованості людини: підпорядкованість потребі та нормі (цілі, проекту).

Підпорядкування людини вимогам норм зумовлено процесом породження соціальних відносин, які містять можливість появи і подолання конфліктів в умовах спільного існування людей. На схемі 7.9 показано найпростіший цикл соціальних відносин. Він складається з таких фаз: спроби людини (1) використання «іншого» як об'єкт та потреби (досоціального процесу); опір такому використанню з боку «іншого» (2), протиставлення як конфлікт, узгодження способів використання один одного, прийнятних для кожної сторони, і наступне дотримання вимог домовленості.

Перехід від життєдіяльнісних відносин людей до соціальних базується на відповідних здібностях:

- здатність до введення нормативної версії для іншого і для себе;
- здатність до обліку нормативної версії іншого;
- здатність до перетворення нормативної версії на функцію норми;

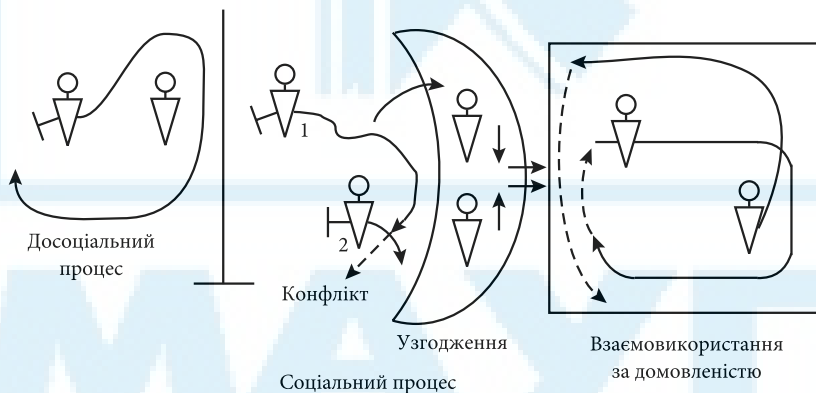


Схема 7.9. Соціодинамічне и соціокультурне буття (взаємодія людей в соціумі)

- здатність до самоставлення і самокорекції;
- здатність підпорядкування самокорекції вимогам норми.

Особливу функцію реалізує службова здатність до пізнання «іншого» — ідентифікація. Подібна форма суб'єктивного пізнання може бути застосована і до себе через висунення версій щодо себе та їх перевірку в імітаційних діях.

Отже, соціальні процеси, результатом яких є буття в межах спільно встановленої норми, узгодження та ідентифікація, займають проміжне становище між життєдіяльністю і діяльністю (схема 7.10).

На схемі 7.10 у підпросторі діяльності показано процес прагнення людини до нормативного образу («чогось») спільних відносин з партнером по спільній діяльності (у межах верхнього прямокутника). Нижче відображено процес практичної доробки цих взаємин під погоджені норми.

Прикладом природної передумови спільності буття й врахування один одного (ідентифікації тощо) виступає «родина». У ній, як і в інших ПШ-формах спільного буття, норми мають проміжний характер, де роль потреби у співвіднесенні з ціллю і проектом залишається провідною. За ієрархізації спільного буття, коли узгодження доповнюється або навіть заміщається «однобічним нормуванням» і наступною організацією реалізації норм, коли виникає «влада» як механізм встановлення спільного буття, ПШ-форма буття переходить у ШП-форму, залишаючись переддіяльнісним типом буття взагалі. Це, до речі, є прототипом політичного буття, зводячись до приречення способу задоволення потреб в умовах спільного буття (схема 7.11).

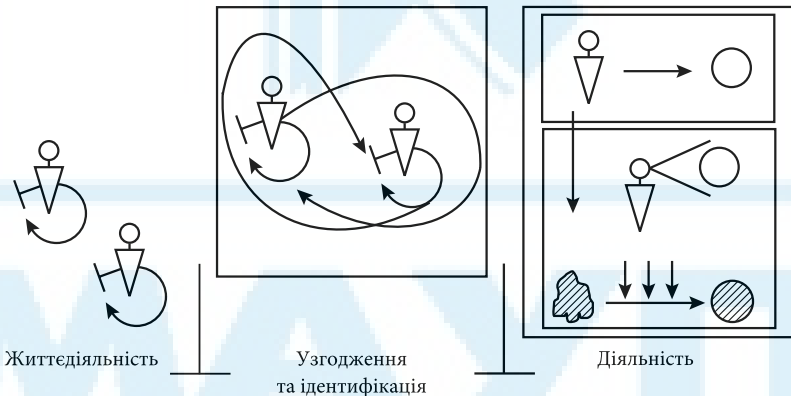


Схема 7.10. Розвиток здібностей до взаємодії в діяльності

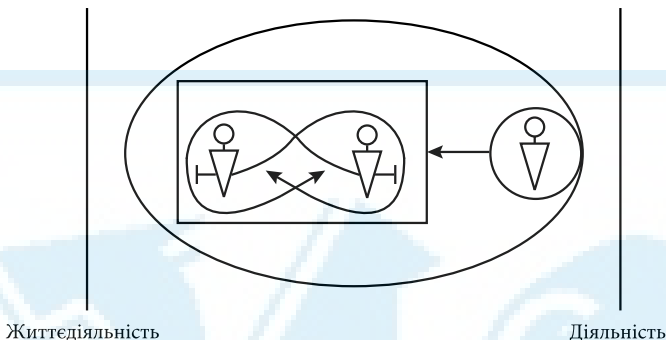


Схема 7.11. Політичне буття

Оскільки перебування в «нормативних просторах» неможливе в П-формі буття (поза самоорганізацією і самокоригуванням під зовнішні норми), соціальне буття передбачає певний рівень рефлексивних здібностей — аналіз своїх дій, їх пізнання, критика і нормування (три природні функції рефлексії). При цьому узгодження виступає як особлива форма спільного рефлектування. Природною передумовою рефлексії є процес створення іншого способу дії. Цей процес спершу відбувається неусвідомлено. Найважливішим для нас є діяльнісне буття, яке нижче буде розглянуто докладніше.

## 7.2. Теоретико-діяльнісні засади самоменеджменту людини

### 7.2.1. Основні положення психологічної теорії діяльності

Основними положеннями цієї теорії є:

1. Мається на увазі *діяльність*, яка є споконвічно практичною, теоретичною, що здійснюється тільки суб'єктами, тобто не тваринами, машинами і не Богом. На сьогодні розкрито головні особливості суб'єкта і його діяльності:

- це завжди діяльність суб'єкта (тобто людини, а не тварини і не машини), точніше, суб'єктів, що здійснюють спільну діяльність; не може бути безсуб'єктної діяльності;
- діяльність є взаємодією суб'єкта з об'єктом, тобто вона обов'язково є предметною, змістовною;
- вона завжди творча і самостійна. Самостійність не суперечить спільності, тому що в спільній діяльності реалізується її самостійність. Наприклад, навчання є спільним дослідженням, яке здійснюється вчителем і учнем. Тут суб'єкт у своїх діяннях, в актах своєї творчої самодіяльності не тільки виявляється, а й твориться і визначається [15].

2. *Генетично вихідною формою мислення в дітей є практична дія, а не використання словесних знаків, мовна взаємодія людей і понятійне мислення. Дія є одним з найважливіших компонентів споконвічно практичної діяльності. У людини єдине мислення, але усередині цієї єдності існують різні види і рівні розумової діяльності. За всієї специфічності дуже різних типів мислення (у вчених, інженерів, майстрів, робітників, педагогів та ін.) зберігаються єдині загальні закономірності розумової діяльності.*

Знаряддя праці створюються і використовуються людиною на основі єдності усіх видів її активності. Діяльність — вищий рівень самореалізації суб'єкта. При цьому люди спрямовують знаряддя праці не лише на перетворення навколишньої дійсності (зовні), а змінюючи з їх допомогою природу і суспільство, вони тим самим змінюють і себе. Це і становить зміст діяльнісного підходу.

Знаряддя праці та мова не існують одне без одного. Знаряддя праці створюються тільки людьми. У процесі трудової діяльності люди створюють і вдосконалюють знаряддя, тим самим розвиваючи мову і всі інші свої здібності та якості. Не знаряддя створюють людей, а люди створюють знаряддя і завдяки цьому розвиваються у процесі діяльності. Суб'єкт і знаряддя не є паритетними. Навіть комп'ютери створюються і функціонують (оперуючи знаками) тільки завдяки діяльності людей.

Діяльність передбачає застосування засобів (знаряддя тощо), але не будь-який засіб стає компонентом діяльності. Наприклад, у тварин її немає, хоча вони використовують деякі знаряддя для добування їжі. Функція засобів полягає у структурі діяльності, що містить мету, мотиви, дії, операції (тобто способи здійснення дії) тощо.

3. *Діяльність — єдність цілей її суб'єкта і мотивів, з яких вона виходить.* Мотиви і цілі діяльності на відміну від окремих дій мають

інтегрований характер, виражаючи загальну спрямованість особистості. Це вихідні мотиви і кінцеві цілі. На різних етапах діяльності вони породжують різні окремі мотиви й цілі, що характеризують певні дії. Оскільки дія як один із засобів приводить до результату — до своєї цілі в змінних умовах, вона стає вирішенням завдання, тобто більш-менш складним інтелектуальним актом. Усе, що людина робить, має певний суспільний ефект. Через впливи на речі людина впливає на людей. Тому дія стає вчинком, і насамперед тоді, коли вона усвідомлюється самим суб'єктом як суспільний акт, що виражає відносини між людьми. У цьому сенсі діяльність стає поведінкою, не в біхевіористському, а в моральному плані. Вчинок — це «одиниця» поведінки, а дія є «одиницею» діяльності. Діяльність жорстко співвідноситься з мотивом, а дія — з ціллю.

#### 4. Трактатування принципу детермінізму:

а) зовнішні причини, впливи тощо не прямо і не безпосередньо детермінують людину та її діяльність, а через її внутрішні умови, що становлять підставу розвитку. Внутрішні умови — це спадкові, генетичні задатки, психічні властивості людини, що формуються, весь її життєвий досвід, взагалі особистість загалом до моменту нового зовнішнього впливу на цю людину. Тому від внутрішніх умов залежать результат, ефект процесу безперервної взаємодії зовнішніх і внутрішніх чинників. Так, зовнішнє завжди опосередковується внутрішнім. Як зазначає С. Рубінштейн, психіка формується в діяльності;

б) теорія діяльності розробляється як теорія інтеріоризації; отже, психіка людини породжується в діяльності, виникає в міру переходу (інтеріоризації) зовнішніх предметних дій у внутрішні. Але якщо психіка породжується тільки в діяльності, то на перших етапах практичної діяльності маленької дитини ще немає психіки (за П. Гальперіном, «нуль» психічного). Психіка виникає лише на наступних етапах діяльності, подібно до найперших найпростіших предметних дій дитини. Ці зразки прямо і безпосередньо детермінують виникнення психіки в дітей, але не через внутрішні умови, або спадкові задатки тощо (А. Леонтьєв);

в) заперечується істотна роль задатків у психічному розвитку людей (А. Леонтьєв, П. Гальперін, В. Давидов та ін.).

А. Леонтьєв, завжди був проти зведення всієї активності людей до діяльності. Крім діяльності він виокремлював ще поведінку, тобто моральний аспект активності людини, міжособистісні відносини, спогля-

дання тощо. Б. Ломов разом з діяльністю надавав ще значення спілкуванню.

Важливою стосовно теорії діяльності є позиція В. Давидова. На його думку, діяльність не є предметом монодисциплінарного дослідження. Її не можна вивчити в межах однієї дисципліни. Це міждисциплінарний науковий комплекс. Семіотика, соціологія, герменевтика, філософія, антропологія, лінгвістика, аналіз дискурсу, теорія свідомості — кожна з цих дисциплін зробила свій внесок у розроблення моделей різних типів і форм діяльності (епістемологічний аспект). Діяльність не існує незалежно від дослідника і перетворювача структури діяльності. Вона існує в суспільному контексті як інструментальність, як система засобів, що виникають на основі рефлексії діяча й усвідомлюються ним як набір засобів, необхідний для здійснення діяльності, так само як і людські здібності та можливості [7]. У цьому контексті діяльність — це спеціальна метамова, що може бути використана різними спільнотами (професійними, шкільними, політичними та ін.) для того, щоб розуміти структуру їхнього життя та перепроєктувати її організацію. Введення поняття «метамова» додатково підкреслює важливість рефлексивного мислення в діяльній структурі.

Основне завдання полягає в описі типів діяльності в різних контекстах за допомогою діяльній метамови, а також розгляді типів дослідження цієї мови. Діяльній мова використовується представниками різних професій як засіб організації своєї роботи.

Усі сфери сучасної суспільної практики (фінансові, освітні та ін.) мають форму діяльності. Діяльність пов'язана з ідеями суспільно-історичної практики і можливостями зміни, перетворення, проєктування фрагментів і одиниць цієї практики. Діяльність не існує природним чином, як річ, вона не може бути виготовлена на зразок товару або продукту [7].

Діяльність — це специфічно людська форма активного ставлення до навколишнього світу, зміст якої полягає в доцільній зміні та перетворенні світу на основі освоєння і розвитку наявних форм культури. Головною формою діяльності є праця, що характеризується як особливими формами своєї соціальної організації, так і безпосередньою спрямованістю на одержання суспільно значущого результату [19]. У методологічному плані поняття «організація» як практична форма відтворення діяльності та поняття, що уточнюється на цій основі, «методологічна організація» мають три складові [6]: системна організація діяльності

(онтологічний аспект); організація діяльності як діючої системи (актологічний, поведінковий аспекти); логічна організація системної діяльності (логіко-семіотичний, знаково-значеннєвий аспекти). Організація при цьому визначається як те, що забезпечує регулярне відтворення і нормальний перебіг діяльності, як умова збереження її цілісності та змісту, предметної продуктивності.

## 7.2.2. Основи теорії самоуправлінської діяльності людини

У теорії та практиці управління використовують різні визначення поняття «діяльність». Спробуємо самостійно з'ясувати значення цього терміна. Розглянемо міркування різних фахівців:

1. Діяльність — механізмично здійснюваний процес реалізації норми, в основу якого покладено перетворення «матеріалу» на «продукт», що не може відбутися «природним» чином і передбачає використання відповідних «засобів». У функціональній структурі діяльності вирізняють власне перетворення матеріалу на продукт і його рефлексивне забезпечення. Перетворення крім «об'єктної» частини містить «суб'єкту» — адекватне буття «діяча», що визначає оперування засобом і його вплив на матеріал у межах норми цього процесу.

Діяльність управлінська — тип діяльності, пов'язаний з побудовою і перебудуванням іншої діяльності, яку називають виконавською, призначеною для виробництва заздалегідь фіксованого продукту (*О. Анісімов*).

2. Зовнішня діяльність містить психічний компонент, через який переломлюється зовнішній вплив. Він відносно незалежний від діяльності. Спосіб існування психічних процесів змінюється в ході інтеріоризації дій і усвідомлення діяльності. Діяльність опредметнює суб'єктивне і розпредметнює об'єкти, які існують в єдності зі свідомістю. Сама свідомість — це єдність знання і відносин, оцінки, переживання, значущості об'єкта пізнання. Особисте ставлення дає змогу зайняти певну позицію. Свідомість є і передумовою, і результатом діяльності, розкривається і формується в ній. Ставлення до середовища за допомогою відображення, веде до постановки цілей і завдань з огляду на умови досягнення цілей. Діяльність здійснюється свідомою історичною особистістю, насиченою переживаннями, певними відносинами. Завдяки психічній діяльності як пізнання практична діяльність приводиться у



відповідність зі складними вимогами, пропонованими об'єктивними умовами. Психічна діяльність — емоційна, вольова — виступає у формі прагнень, бажань, почуттів, що визначають значення явищ для певної людини, її ставлення до них (*С. Рубінштейн*).

3. Поведінка не існує без психіки, що починається з потреби, а потім переходить до думки. Свідомість — це рефлекс рефлексів, співвідношення діяльності всередині організму. Активність людини визначається ступенем органічного розвитку і тих засобів, які вона опановує, спершу в соціальних відносинах, а потім внутрішньо в процесі інтеріоризації. У результаті засіб стає умовою впливу не на інших людей, а на себе (*Л. Виготський*).

4. Жодна дія людини не трапляється з безумовною необхідністю, тому що між початком і кінцем, суто думкою і дією, наміром і рішенням можуть існувати численні непередбачені ланки (*Л. Фейєрбах*).

5. Будь-яка діяльність здійснюється відповідно до ролі людини в певній системі відносин, до процедур поведінки, запропонованих роллю — суспільною функцією в системі. Нова діяльність зумовлює зміну ставлення до себе (*Б. Ананьєв*).

6. Праця — діяльність продуктивна, яка потребує уявлення цілі, співвіднесення з вихідним матеріалом, етапами перетворення і результатом. Ці уявлення змінюються зі зміною умов і засобів, що вимагає від людини усвідомлювати, зіставляти об'єкти, чинити дії з ними як з явищами свідомості. Свідомість виникає в діяльності. Загальна структура психічного відображення визначається структурою діяльності організму. Відображення використовується в управлінні життєвими процесами за перевірки, корекції. Предметна діяльність відповідає потребі, а потреба опредметнюється в мотиві, головними спонукачами якого є цілі. Психофізіологічні передумови залучаються в дії, обмежуються ними і перебудовуються. Дії змінюються, залучаючись в інші дії, і перетворюються на операції. Дії виникають в обміні діяльностями. Вони підпорядковані уявленню про результат. Усвідомлений мотив перетворюється на мету. Завдання — це ціль, дана в умовах. Операції — спосіб здійснення дії, фіксований й узагальнений. Діяльність може втратити мотив і перетворитися на дію, а дія — набути мотиву і стати діяльністю. При пошуку предмета потреби здійснюється його співвіднесення. За позитивного результату предмет набуває спонукальної сили і спрямованості, стаючи мотивом. Потреби розвиваються за зміни кола предметів і способів задо-

волення. Мотив додає діяльності особистісного змісту, а якщо він не усвідомлюється, — емоційного забарвлення а також є стимулюючим чинником. Мотив — це уречевлена потреба, розкриття предмета бажання, супроводжується стійким емоційним ставленням. Бажання не дорівнює мотиву і не здатне упорядковувати, спрямовувати діяльність. У разі саморуку діяльності вона піднімається над адаптацією. Діяльність — це сукупність процесів, об'єднана загальною спрямованістю, що поєднується побудником (*А. Леонтьєв*).

7. Діяльність — цілісність більша, ніж «люди». Вона захоплює індивідів і змушує поводитися певним чином. Найпростіше уявлення (блокове) про діяльність: цілі, завдання, процедури, методи, засоби, вихідний матеріал, продукт. Між ними — рефлексивні відображення, що зумовлюють виникнення блоків завдань, проблем, фіксацію невідповідності між наповнювачами блоків і відповідно — до їх перебудови. Через блоки «плине» процес, що здійснюється певним механізмом (*Г. Щедровицький*).

8. Діяльність соціальна — діяльність персоніфікованих і асоційованих соціальних суб'єктів із задоволення своїх потреб та інтересів (*В. Карпичев*).

9. Діяльність — суспільно організований спосіб реалізації соціальної й особистої активності, що зумовлює задоволення життєвих і творчих потреб. Основними характеристиками діяльності є предметність і суб'єктивність (*А. Деркач*).

Аналізуючи наведені вище визначення діяльності, можна помітити чотири аспекти її розгляду:

- генетичний — вихідною формою будь-якої людської форми діяльності є соціальна спільна діяльність);
- структурно-функціональний (аналіз за одиницями зв'язку між ними);
- динамічний (вивчаються механізми, що забезпечують рух самої діяльності);
- суб'єкт діяльності, її ініціатор, організатор, регулятор.

Філософи як структуру діяльності розглядають мету, засіб, результат. Психологи до цієї структури відносять мотиви, а на особистісному рівні — домагання, ініціативу та відповідальність, а також задоволеність — незадоволеність як суб'єктивні відчуття прийнятності — неприйнятності результату; розглядаються співвідношення діяльності та її складових. Акмеологи розглядають проблему вдоско-

налення особистості як суб'єкта діяльності, її оптимізації, майстерності, творчості.

Введення категорії «діяльність» дає змогу досліджувати низку її істотних механізмів — саморегуляції, самоорганізації, регуляторної ролі свідомості, а також специфіку спільної та колективної діяльності.

Управлінська діяльність з'являється тоді, коли виробництво певного продукту виділяється з цілісності діяльності, залишаючи «місце» для оформлення потреби в продукті, виробленні нормативного уявлення про нього, спосіб його одержання, постачання процесу виробництва, контролю правильності процесу. Оскільки зазначені процедури первинно є рефлексивними (аналіз ситуації, побудова норм, проблематизація минулої практики, вироблення критеріїв проблематизації та депроблематизації з наступним їх застосуванням, контроль за правильністю, вироблення корекційних проєктів), а лише потім не тільки рефлексивними (постачання, корекційні дії), СМ належить до рефлексивних типів діяльності. Зростання професіоналізму людини і розвиток переважно спирається на зростання його рефлексивної культури. Разом з виникненням утруднень у діяльності, розщепленням причин утруднень, їх типологізацією, ускладненням діяльності, введенням різних ланок, що забезпечують появу типізованих корекцій тощо діяльність людини перетворюється на систему діяльності. Самоорганізація й організація самої діяльності є джерелом появи систем СМ. Спрямованість СМ розчленовується, типізується, системно організується і передбачає внесення корекцій у мислення, дію, спілкування, комунікацію, життєдіяльність і діяльність людини.

### **7.2.3. Загальне уявлення про систему діяльності людини**

Організація діяльності людини в стратегічному аспекті може бути представлена у вигляді онтологічної схеми (схема 7.12), що дає змогу абстрактно виявити сутнісний погляд на діяльність у цілому.

На цій схемі: 1 — життєдіяльність; 2 — протидія; 3 — узгодження; 4 — спілкування; 5 — типи логік; 6 — розумова комунікація; 7 — логічна форма висловлення; 8 — мова; 9 — мовна рефлексія; 10 — рефлексія в управлінні; 11 — вирішення завдань і проблем в управлінському мис-

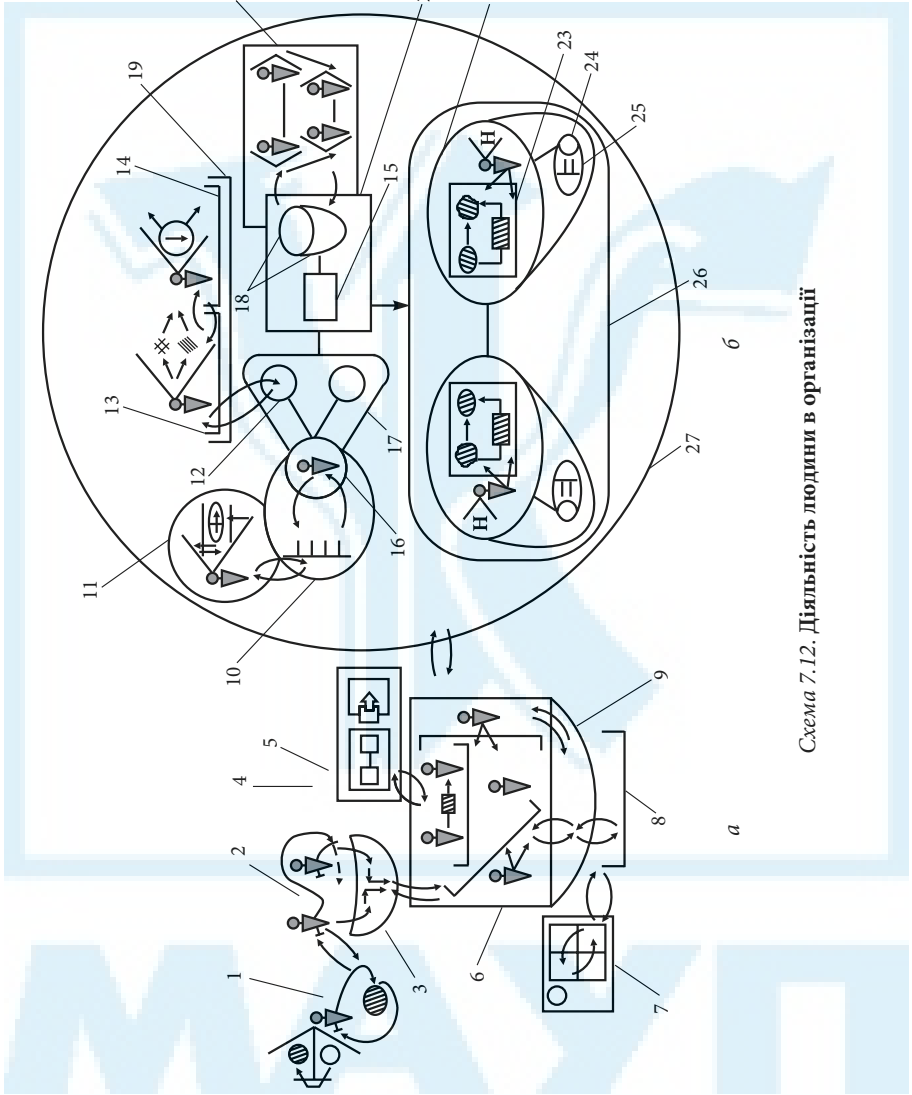


Схема 7.12. Діяльність людини в організації

ленні; 12 — М-сервіс; 13 — онтологічне забезпечення; 14 — об'єктно-каузальне забезпечення; 15 — комунікація; 16 — управлінська діяльність; 17 — сервіси; 18 — спілкування; 19 — логіко-філософське критеріальне забезпечення; 20 — згуртування (клуб); 21 — механізми кооперативних зв'язків; 22 — виконавча діяльність; 23 — виробництво продукту; 24 — сервісна діяльність; 25 — спрощена рефлексія сервісу; 26 — виконавча система; 27 — діяльність.

Для розуміння схеми необхідно ознайомитися з мовою схематичних зображень, наведених у посібнику [9].

Схема 7.12 є синтетичною схемою типів буття людини. Найбільш значущу роль у системі діяльності відіграють *схеми спілкування і згуртування персоналу в організації*.

*Схема спілкування* визначає процес переходу: від індивідуальної життєдіяльності до взаємодії; від взаємодії до «конфлікту» (протидії) за збереження потреб у спілкуванні; від конфлікту до узгодження з використанням комунікативного механізму та ідентифікації. Результатом спілкування є перехід до соціального життя і потім до діяльності. Соціальне згуртування — процес досягнення згоди, єдності людей, персоналу організації з певним ступенем інтеграції соціальної спільноти.

Діяльність складається з окремих схем (у правій частині схеми 7.12). *Схеми вирішення завдань і постановки проблем* є додатковими. Вирішення завдань — розумовий процес, що охоплює розуміння завдання, співвідношення вихідних умов і проблемного питання. Постановка проблем — розумовий процес, що передбачає: розуміння ситуації, у межах якої втрачають ефективність вироблені раніше спосіб дії, стереотип, орієнтація тощо; проблематизацію — організацію процесу мислення, орієнтованого на постановку проблеми (фіксація у вихідних даних розриву, парадоксу, що вимагає оформлення, трактування і формулювання питання з приводу цього розриву). Проблемне питання вводиться «ззовні», і його зміст не відповідає обсягу вихідних умов, що дають змогу відповісти на нього з використанням задачної форми організації мислення.

*Схеми забезпечення діяльності:*

- онтологічні — форми мислення, що обслуговують процеси побудови онтологічних схем (сутнісно й абстрактно виражають діяльнісні процеси), їх застосування і корекції;
- об'єктно-каузальної реконструкції (причинно-наслідкові) — форма мислення, що акцентує залежність каузальної реконструкції від побудови об'єкта (в основі реконструкції — типологія реагування об'єкта на

зовнішній вплив або залежність зовнішнього прояву від внутрішньої динаміки);

- об'єктно-процесуальна реконструкція — форма мислення, що враховує в реконструктивній роботі організацію чогось і розглядає реальні об'єкти; у цій діяльності поєднуються спостереження і реконструкція «внутрішніх» процесів і зовнішніх проявів;
- методологічного сервісу управлінської діяльності (створення і вдосконалення інтелектуальних засобів організації рефлексивних процесів).

Найбільш складна з них схема вирішення завдань і постановки проблем. Розглянемо складові онтологічної схеми організації діяльності людини. Звертаємо увагу, що тут зображено не малюнки, а онтологічні схеми на основі мови теорії діяльності.

**Структура людської діяльності.** Під структурою (будова, порядок, зв'язок) розуміють сукупність стійких зв'язків об'єкта, що забезпечують його цілісність. Структура складається з елементів цілісності та зв'язків (схема 7.13). Структура діяльності формується у процесі усвідомлення, що вихідний матеріал («щось») (2) не може «сам собою» змінити стан відповідно до заздалегідь фіксованих вимог до кінцевого «продукту». Створення зовнішніх і внутрішніх умов (5) також недостатньо і не гарантує перехід вихідного матеріалу (3) у продукт (4). Отже, виникає питання й усвідомлюється людиною (1) необхідність такого коригування зовнішніх

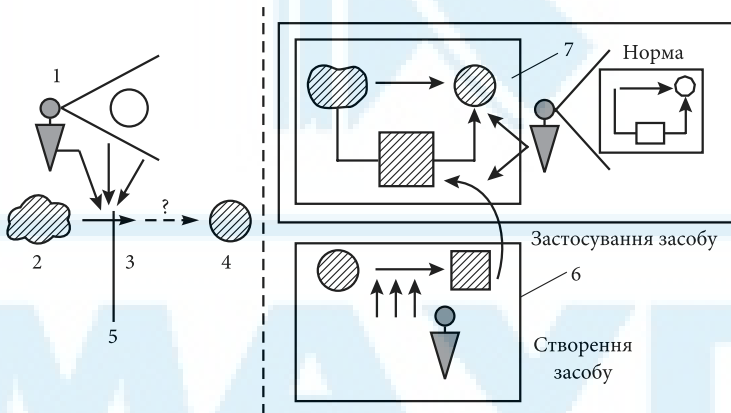
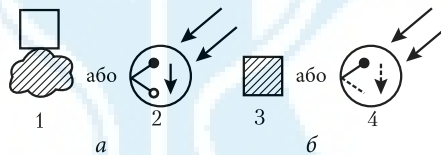


Схема 7.13. Перетворення елементів середовища на засіб управлінської діяльності

умов буття (створення умов для самоуправління), щоб гарантія перетворення була забезпечена. Особливу роль у цьому відіграє перетворення елементів середовища — зовнішнього (щодо людини) і внутрішнього (формування відповідної культури) на «засіб» перетворення (б). Створення цього засобу є результатом перетворювального процесу, управлінської діяльності. Проте це не «звичайний» продукт діяльності, що є предметом споживання (наприклад, замовника). Цей засіб (б) є продуктом, наступне буття якого триває в актах діяльності (7) як особливий фактор організуючого перетворення матеріалу на продукт. У людини в процесі використання засобів управління формується відповідна норма.

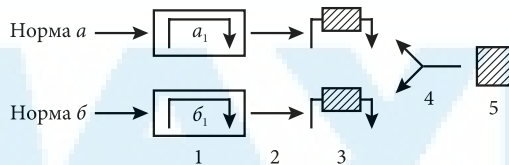
Гарантоване перетворення за рахунок застосування «засобу» неможливе в разі збереження його залежності від зовнішніх факторів. Отже, засобові, як об'єктові впливу необхідно додати якості збереження його стану всупереч змінюваності умов середовища (схема 7.14).

Засіб управління (1) у позиції а на схемі 7.14 (на схемі 7.13 позиція 2)



**Схема 7.14. Додання засобові управлінського впливу незалежності від зовнішнього середовища**

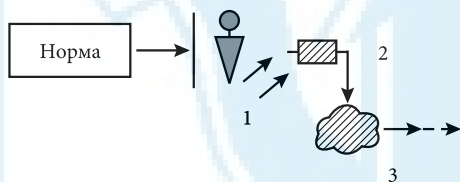
приймається керівником до використання незалежно від середовища (2) — стає потенційною нормою (4), способом управлінської (самоуправлінської) діяльності (3). Реакція на зміни усередині системи діяльності (зміна «замовлення» або вимог до вихідного матеріалу і продукту) відновлюється введенням «способу» застосування засобу (схема 7.15).



**Схема 7.15. Введення способу застосування засобу одержання кінцевого продукту діяльності**

Для цього вводять нормативні правила у межах простору діяльності (1). Порядок застосування сил і засобів управлінської діяльності (3) (способи самоуправління) створюється в процесі формування управлінських впливів на діяльність з одержання продукту. При цьому існує розчленованість (4) плину (можливість двох і більше) процесів використання засобів (5) для одержання з вихідного матеріалу кінцевого продукту.

Отже, діяльність — це спеціально організована діячем (1) взаємодія вихідного матеріалу (3) і засобу (вплив засобу на матеріал) (2). Зміст організації процесів визначає норма (схема 7.16).



**Схема 7.16. Організований людиною нормативний вплив засобу на вихідний матеріал**

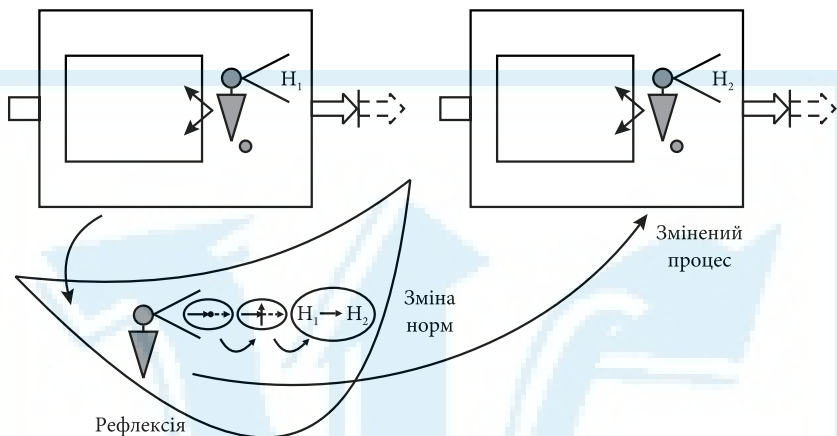
Людина стає діячем: 1) за наявності у неї розуміння змісту норми і внутрішньої згоди на свою підпорядкованість вимогам норми; 2) якщо бажання реалізувати норму співвідноситься з наявністю здатності діяти відповідно до норми.

Таким чином, до структури управлінської діяльності варто віднести: людину, яка управляє собою, інтелектуальні процеси з розроблення управлінських норм і реалізацію їх у діяльності для одержання «чогось».

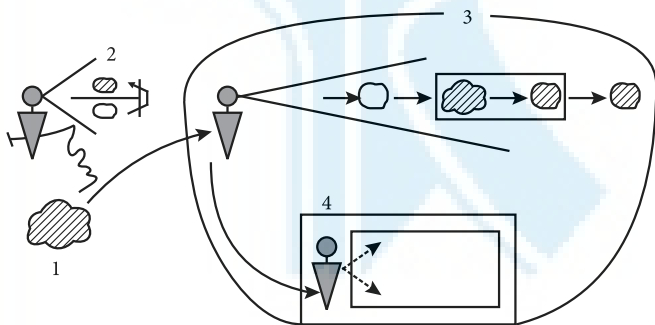
Основа в структурі діяльності породжується в рефлексії (схема 7.17). Рефлексія охоплює пізнання попередньої діяльності та використання норми ( $H_1$ ); застосування знання для виявлення причини утруднення і побудову зміненої норми ( $H_2$ ). Норма  $H_2$  повинна враховувати знання причини утруднень і бажання досягти поставленої мети. Приводом і причиною наявності рефлексії є утруднення в реалізації норми діяльності ( $H_1$ ).

За відсутності попереднього процесу діяльності та фіксованої норми сама рефлексивна здатність може використовуватися для створення основи діяльності. У цьому разі спонукальним фактором, є бажання людини, як предмета потреби. Наприклад, людина усвідомила у процесі порівняльного аналізу (2) невідповідність своїх актуальних якостей (1) змісту потреби, що виникла, і бачить можливості одержання потрібних якостей у процесі перетворення. Тоді рефлексія згортається до оформлення змісту потреби переходу до цілепокладання (3) і побудови норми (4) в цілому (схема 7.18).





**Схема 7.17. Перебудова процесу одержання кінцевого продукту «чогось» після розкриття в рефлексії причини утруднення в діяльності та зміни норми**



**Схема 7.18. Процес цілепокладання досягнення необхідних людині якостей з реалізацією проспективної рефлексії**

У новій «проспективній» (зверненій до майбутньої діяльності) рефлексії, на відміну від «ретроспективної» (спрямованої назад: що я робив?), коригувальна сутність і функція рефлексії приховані за рахунок згортання пізнання і критики та підкреслення нормування.

Отже, структура управлінської діяльності містить ціль людини, вихідний і кінцевий продукти, управлінський засіб і сам процес реф-

лексивно забезпеченої діяльності. Функціональна структура діяльності має дві складові: рефлексію (Р) і дію (Д) (схема 7.19). В одному варіанті їх відносин рефлексія визначає дію, а в іншому — дія визначає рефлексію. Оскільки коригування дії відбувається зі збереженням змісту цілі, підпорядкованість рефлексії є відносною.

**Системне конструювання у світі діяльності.** Діяльність складається з дій (актів діяльності) і рефлексії. У цьому міститься протиріччя, оскільки дії, як реалізація нормативних вимог, стимулюють акцент на збереження норми, тоді як рефлексія — на зміні норм. Особливе існування норм, їх «граничний» консерватизм виправданий постійністю замовлення на продукт діяльності. Поєднання зовнішніх умов (замовлення) і внутрішніх (норма) зумовлює явище відтворення діяльності, зовні виражене відтворенням продукту. Сутність норм полягає в їх реалізації та у самозбереженні за змістом (схема 7.20).

Сутність рефлексії полягає в «розконсервуванні» норм, у їхній змінюванні за змістом, у припиненні колишньої діяльності (схема 7.21).

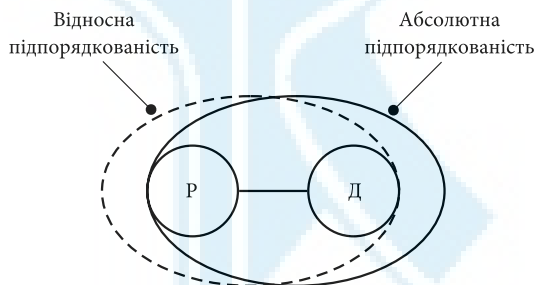


Схема 7.19. Функціональна структура діяльності, що складається з рефлексії та дії

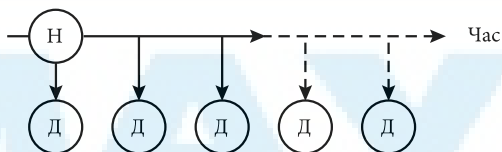


Схема 7.20. Процес реалізації норм і одержання кінцевих продуктів діяльності

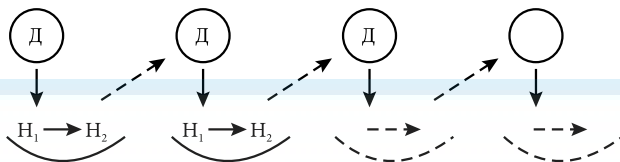


Схема 7.21. Процес рефлексивної зміни змісту норм

Якщо дії та існування норм «зупиняють» час, то рефлексія — «прискорює» перебіг часу, переводить з одного часу в інший. У разі надання більшого значення рефлексії або надмірної уваги до неї, її активної природи відбувається відрив від дій і реальної життєдіяльності. При цьому в реальній природі зростає загальна нестабільність буття. Водночас недотримання вимог норм визначається їх сутністю і способами реалізації. Норми і те, що використовується для їх реалізації, має протилежну спрямованість. Норми за своєю сутністю є результатами мислення людини, які відчужуються від мислення за допомогою текстів (мовних висловлювань) і від природної динаміки. Норми є позаситуаційними і постійними, змушують людину зберігати їх зміст незалежно від ситуації та підпорядковувати своє буття реалізації норм. Те, що залучається до реалізації норм, у тому числі людина та її мислення, не виходить із природного взаємозв'язку і не може бути незмінним. Внаслідок цього воно відповідає нормі лише тимчасово.

Саме тому в теорію діяльності вводиться категоріальна пара — «форма і морфологія», що використовується для аналізу динаміки відповідності норми і того, що залучається до її реалізації (схема 7.22).



Схема 7.22. Введення в теорію діяльності категоріальної пари «форма і морфологія»

Діяльність — це «організованість» як результат узгодження форми і морфології. Дія природних відносин може призвести до розбіжності між ними, і діяльність порушується. Це протиріччя між формою і морфологією усувається в межах цінності відтворення діяльності двосторонньо. Якщо увага акцентується на збереженні дії за незмінної норми, то відтворення пов'язане з додатковим коригувальним впливом на морфологію. За акцентування на збереженні ресурсної динаміки, морфології відтворення пов'язане з корекцією норми для відновлення узгодження форми і морфології (схема 7.23).

Отже, відтворення діяльності передбачає два типи спрямованості в рефлексивному супроводі. Одна з них відновлює колишню структуру дії шляхом знаходження способу впливу на існування ресурсів. Інша спрямованість змінює структуру дії за рахунок зміни змісту норми та інших вимог до ресурсів, «підлаштовуючись» до ресурсної динаміки.

Зміна змісту норми може бути застосована і до цілі діяльності. Механізм рефлексії таку імовірність розглядає як одну з можливих, проте діяльність підпорядкована зовнішньому замовленню. Тому, якщо зміна форми через «опір» морфології не може бути «прийнятою» через можливість «загубити» ціль діяльності, а врахування морфології у створенні та корекції норм стає неминучим, коригувальний вплив перетворюється на дію, залучену до процесу досягнення цілі, як дія «з усунення розриву». Введення норми коригування спричиняє зміну норми діяльності в цілому, перетворення її на норму двох одиниць діяльності, а рефлексію — на обслуговуючу складно побудовану дію. Цей процес і є «системотвірним» у світі діяльності (схема 7.24).

Оскільки в діяльності використовуються різні ресурси (типи морфології), можливий і певний набір (частковий або повний) сервісних дій для відтворення діяльності

**Структура рефлексії.** Рефлексія — процес коригування способу дії за допомогою реконструкції процесу дії та причин утруднень. Рефлексія

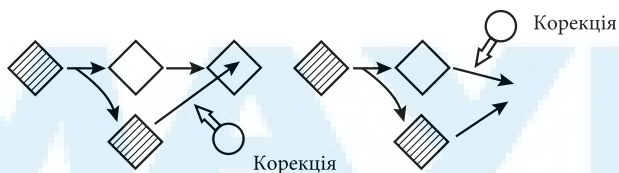
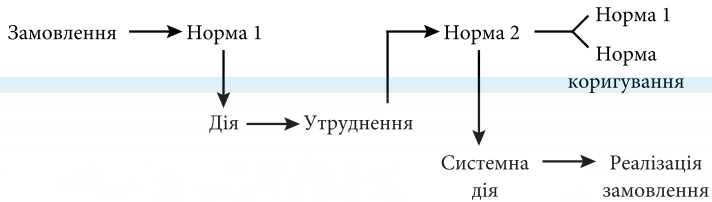


Схема 7.23. Усунення протиріччя між формою і морфологією діяльності



**Схема 7.24. Процес системоутворення в діяльності**

зумовлена потребою подолати утруднення за допомогою аналізу дії. При цьому реалізуються три взаємозалежних і процесуально послідовно пов'язаних функцій: «пізнання» дії (реконструкції ситуації та перебігу дій); «критики» дії (реконструкції причин утруднення); «нормування» дії (конструювання зміненої норми дії). Аналіз здійснюється в рефлексивній позиції, що передбачає реконструкцію здійсненої дії (діяльності, критики попереднього досвіду і модифікації нормативного обґрунтування для наступного досвіду).

У діяльності з виробництва «чогось» фіксуються: вихідний матеріал і фази змін, а перетворення здійснюються під впливом морфологічно стійких засобів на вихідний матеріал. На відміну від діяльності у рефлексії основним механізмом є взаємозв'язок мислення і свідомості, які залежать від цілісності та динаміки суб'єктивних структур і механізмів. До останніх належать несвідомі типи процесів, складна тканина психічних явищ. Фіксувати і маніпулятивно використовувати психічні механізми під обумовлені цілі завдання набагато складніше, ніж маніпулювати неспсихічними об'єктами.

Психічні механізми мають природний потенціал пізнання та оперування результатами. Це виявляється у фокусуванні уваги на причинах невдач у діях, розрізненні їх і переходу знань у статус розпоряджень. Проте ці передумови рефлексивних механізмів зумовлюють виникнення таких механізмів у разі співвіднесенні з об'єктивною динамікою діяльності.

У життєдіяльності перебіг процесів і поведінка людини залежать від її внутрішнього стану і динаміки. У діяльності в процесі реалізації норм перетворень і підпорядкування об'єктивних складових (ресурси об'єктного типу) їх вимогам відбувається відхід від природних відносин (у їх «чистому» вигляді). Процес діяльності визначається твердістю норм. У силу цього людина як особливий ресурс входить в особливу (штучно-

природну) логіку діяльності, особливо в логіку дій, що усуває сваволу і стихію суб'єктивності людини. Тому й аналіз дії перестає бути сваволею рефлексивних передумов людини, її суб'єктивних механізмів. Виникає парадокс, що виходить із протиріччя між пластичністю суб'єктивних передумов і твердістю об'єктивної основи діяльності. На базі цього парадоксу внутрішньої «стихії» суб'єктивності та зовнішньої «замовленості» на використання суб'єктивних механізмів формуються власне рефлексивні функції цілісної діяльності. Це відбувається як реалізація гранично загальних вимог пошуку іншого способу дії з урахуванням причин утруднень у дії.

Для подолання зазначеного протиріччя людина повинна створити в плані свідомості «майданчик» для маніпуляцій образами, у тому числі й образами себе як учасника дій та рефлексії. Отже, йдеться не тільки про свідомість, про її формування внаслідок оволодіння мовними засобами, а й про її зміни у процесах комунікації та ідентифікації з іншими (у спілкуванні), а також про стихійні явища самосвідомості. При цьому свідомість і самосвідомість повинні ще ускладнитися до набуття суб'єктивних і об'єктивних можливостей з контролю процесу аналізу будь-яких змістів, що «втягуються» в рефлексію.

За простої комунікації (а) (схема 7.25) виділення позицій автора і критика (опонента) недостатньо для аналізу рефлексивних змістів, так само як стихійної ідентифікації людей, які сперечаються між собою.

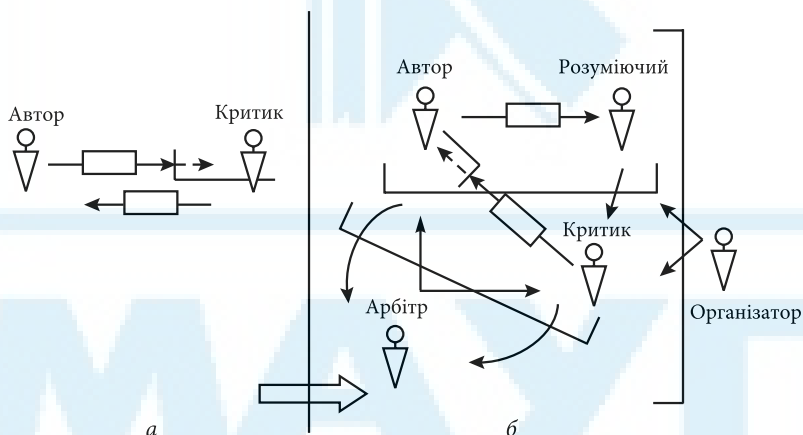


Схема 7.25. Проста (а) і складно організована (б) комунікації

Необхідна розгорнута комунікація (б) з різними позиціями автора, розуміючого, критика, арбітра і організатора.

Роздільні типи участі в комунікації дають змогу:

- створити через розуміння повторне усвідомлення точки зору опонента;
- перейти від фіксованого змісту до його зміни у критиці;
- «зіштовхнути» версії та мотивувати звернення до арбітра, до узагальнених засобів оцінки версій та їх оцінювання.

Участь у комунікації дає змогу перевести рефлексивний процес з неконтрольованого суб'єктивного буття в об'єктивний, «колективний» і контрольований в рефлексивній комунікації.

Організація дискусії в цьому разі зумовлює виникнення надсуб'єктивної свідомості та мислення, оскільки комунікація є механізмом породження, утримання, трансформації, маніпулювання змістами за допомогою мовних засобів. Самосвідомість тоді виділяється за рахунок рефлексії комунікації, виявлення ролі кожної позиції учасників як реалізаторів вимог позицій, а також за рахунок ідентифікації.

Засобом деперсоніфікації людини, структури її особистості, психічного механізму, процесів свідомості та самосвідомості є застосування образотворчих (символічних) засобів вирішення розумових і зокрема рефлексивних завдань і проблем. Тільки в цьому разі розуміючий, критик, арбітр, а потім і організатор дійсно дозволяють змісту автора бути предметом маніпулювання, переходу від констатації до критики, конструювання, без чого не може обійтися рефлексивний процес (схема 7.26).

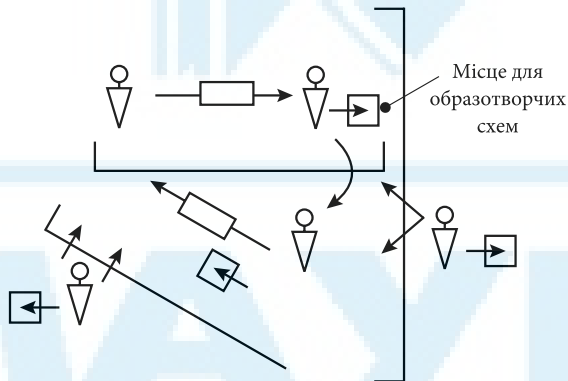


Схема 7.26. Організована комунікація з використанням схематизації

Образотворчі схеми гранично десуб'єктивізують зміст суб'єктивної свідомості й вкрай зручні для всіх маніпуляцій у мисленні та рефлексії. Подібне ускладнення рефлексивних процесів призводить до визначеності рефлексивних змістів і процесів їх трансформування. Це дає змогу оформити саму структуру рефлексії (схема 7.27). Вона містить як одвічні функції, так і додаткові, сервісні — критеріальне забезпечення, арбітражні засоби й оцінки версій. При цьому розумові критерії через шар самосвідомості доповнюються критеріями ціннісного типу як засобами цілісного самовизначення.

Первинна форма нормування і критики замінюється критеріально забезпеченою їх формою. Критика «вирощує» у собі процедуру проблематизації, а нормування розшаровується і з'являється формулювання завдань, тактик, стратегій, а також методик, методів, принципів, підходів, технологій, проєктів, планів. Крім того, інтелектуально-критеріальний блок рефлексії сам диференціюється на «текстуальну» представленість змістів (текст, що виражає узагальнене уявлення про «світ») і мовні засоби побудови текстів (тексти, що виражають уявлення про «одиниці» будь-яких змістів, створених у текстах). У теорії мови цьому відповідають синтагми (тексти) і парадигматика (система «азбучних» засобів). Іншими словами, найпростіші функції рефлексії диференціюються, і з'являються вторинні та сервісні функції (схема 7.27).

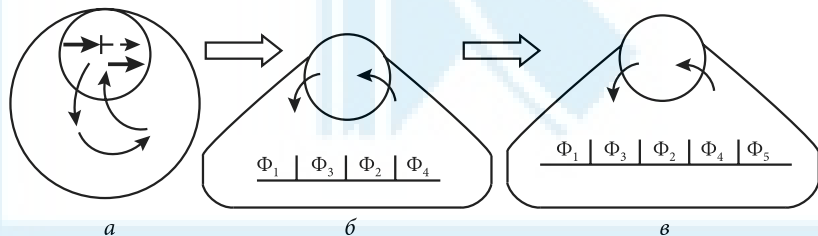


Схема 7.27. Утруднення і вихід в рефлексію (а), використання чотирьох (б) і п'яти (в) рефлексивних функцій ( $\Phi$ )



Така функціонально-розумова структура рефлексії містить внутрішнє джерело диференціації рефлексивної комунікації (а), тому що механізм комунікації може багаторазово (залежно від кількості реалізованих рефлексивних функцій) обслуговувати рефлексію (б), а за розподілу функцій за принципами діяльнісних кооперацій — створювати розумову рефлексивну кооперацію (в) (схема 7.28).

Кожна розумово-діяльнісна позиція передбачає свій типовий результат розумової комунікації. Якщо у функції пізнання результатом є емпіричне уявлення про ситуації ( $\Phi_1$ ), у функції нормування — проект або завдання ( $\Phi_2$ ), у функції критики — проблема ( $\Phi_3$ ), то в сервісних функціях: у функції концептуального забезпечення — концепція ( $\Phi_{4.1}$ ), у функції концептуальної парадигми — поняття і категорії ( $\Phi_{4.2}$ ), у функції ціннісного забезпечення — цінності ( $\Phi_{5.1}$ ), у функції світоглядного забезпечення — онтології ( $\Phi_{5.2}$ ). Оскільки використання абстракцій (концепцій, теорій, понять, категорій) призводить до абстрагування норм, то виникають вторинні нормативні функції — тактики, стратегії, методи, методики, підходи, принципи.

У певному сенсі вся інтелектуальна соціокультурна сфера в суспільстві є наслідком подібних функціональних диференціацій і вторинних кооперативних синтезів.

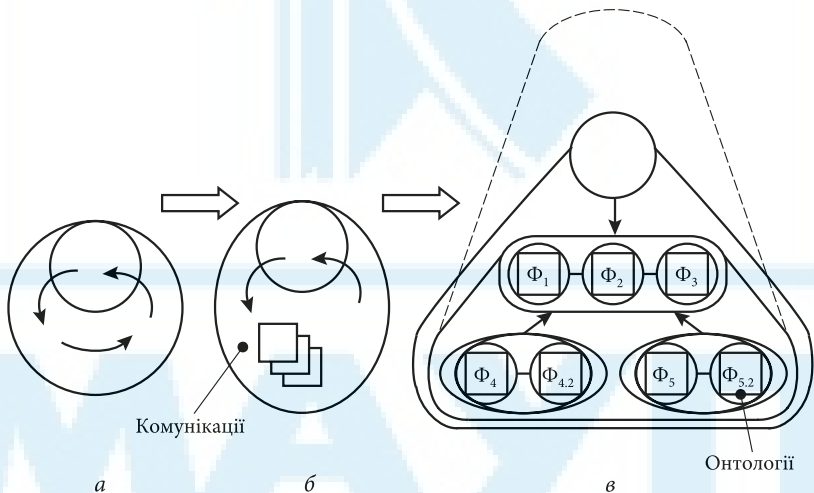


Схема 7.28. Структура рефлексії

## 7.2.4. Специфічні особливості організації діяльності людини

Дві спрямованості організації мислення людини. *Розуміння мислення.* Існують різні класифікації мислення людини. Розглянемо найбільш розроблене і застосовуване в практичній діяльності мислення, яке базується на використанні мови. Люди завжди намагалися зрозуміти, що таке мислення, оскільки досить рано зрозуміли, що від його організації залежить уся конкретна практика. Існує кілька версій стосовно мислення.

*Асоціативна версія.* Усе, що відбувається в голові людини, — це і є мислення. Але оскільки там відбуваються побудова і перетворення образів, то в результаті виникає складний образ. Він створюється шляхом залучення у взаємозв'язок окремих компонентів, які асоціюються, поєднуються в майбутньому результаті.

*Версія структурування образу.* Образи, які виникають внаслідок асоціювання, далі самі починають асоціюватися між собою. Нова асоціація може з'явитися шляхом як послідовного залучення, так і одночасного приєднання образів. У другому випадку виникає асоціація за сумісністю. Об'єднаним образам важко відокремитися, вони втрачають автономію, і виникає ефект цілісності. Будемо трактувати цю цілісність як структурно-значущу асоціацію. Виникає уявлення про мислення як процес створення особливих структур, які є сталими і не дуже залежать від впливу зовнішніх факторів. Такі структури називаються *гештальтами*. Оскільки вони здатні до подальшого перетворення, одиницею мислення є перехід від одного гештальту до іншого.

Коли людина реалізує розумово-пізнавальні процеси, вона має певну потребу робити це. Така потреба «вказує», що саме потрібно створювати в мисленні: з'являється *перший детермінуючий фактор*. Те, що створено під впливом потребового стану, здається правильним. Але тоді мислення — це перетворення образів як структур, організоване й обмежене цим потребовим станом. Внутрішня детермінація мислення може виходити не тільки з потребового стану. Перетворення структури, яка має самостійність, можливе тільки тією мірою, якою структура «згодна», щоб її перетворювали. Виникає *другий фактор*, який спрямовує мислення і пов'язаний з особливостями створення структур. Коли людина діє, у неї завжди є необхідність використовувати образ для побудови дії. Отже, *третім детермінуючим фактором* мислення є практична дія. За-

лежно від того, якою вона буде, створюється наступна дія у розумовому процесі. Подальші кроки в детермінації мислення з'являються за участі людей у спільній діяльності. Мислення стає соціальним, коли його спрямованість задається моделюванням спільної практики.

Глибинні детермінанти мислення (наприклад, інстинкти) діють всупереч усвідомленню і нашій уяві. Потреби не завжди помічаються, рефлексуються і можуть визначати перебіг розумових процесів на рівні почуттів, емоцій. Тепер необхідно пов'язати сказане з тим, що уже викладено вище з приводу комунікації.

Мислення відбувається у внутрішньому плані, його важко контролювати. Як правило, одержуючи розумовий результат, ми не зважаємо на те, як це відбувається. Щоб впливати на розумово-пізнавальний процес, люди створили знакові засоби. Мова може як сприяти, так і перешкоджати практично значущому мисленню. Завдяки мові внутрішня сторона мислення може самоорганізовуватися. Якщо ж побудувати схему, а потім узгоджувати мовлення (побудову мови) і роботу зі схемою, внутрішній план мислення стає реально видимим, керованим та організованим.

Усе, що пов'язано з організацією мислення і підпорядкуванням цієї організації соціальним вимогам, веде у сферу комунікації. Саме там пізнавально-розумова робота відбувається в «очищеному» вигляді. Ця обставина дала змогу нашим попередникам дійти висновку, що мислення повністю визначається тим, як ми говоримо, як будуюмо висловлювання. Істотне в мисленні полягає в організації пізнавальних процесів, а не в їх наявності.

«Як складати?» — це запитання про форму, що у «чистому» вигляді організується логікою. Тому мислення створюється за допомогою логіки. От ще одна точка зору: мислення пов'язане з нормуванням звичних пізнавальних процесів і розглядається як невіддільне від особистості, тобто від організованості.

Підкреслимо тут два напрями в організованості. Перший — це організованість мовлення або написання, організованість тексту. Тоді логіка і логічність пов'язані з тим, як складати текст. Це вивчає логіка лінгвістики або граматики. Другий — акцентування уваги на змісті. Дуже важливо, як змінюється образ у зв'язку зі зміною тексту. Коли говорять про «логічне» мислення, мають на увазі, що зміст рухається у певній формі. Логічність акцентує узгодження змісту і форми. Завдяки організованості у комунікації досягається вища форма розумово-пізнавального процесу. Усі фактори мислення починають підпорядковуватися

тому, як за допомогою знакових засобів рухається зміст. Тут є моменти, пов'язані зі складанням, ствердженням, запереченням і посиленням первинного тексту. Усе, що є типовою ланкою власне розумових процесів, застосовується в комунікації як операціональне, підконтрольне. Комунікація є соціокультурним феноменом мислення.

Створити мислення дуже просто, потрібно створити дискусію. Їй притаманні рух, перехід від одного циклу розумових процесів до іншого і взаємозалежність цих циклів. Єдність циклів задається організатором комунікації, а перехід від одного циклу до іншого з'являється зі зміною авторської точки зору.

Тепер ми можемо розглянути умови появи індивідуального мислення. Воно виступає як «вбудоване» у соціокультурне мікросередовище і соціокультурне середовище в цілому. Для нас виникає соціальне завдання: зуміти бути як тим, хто висловлюються, так і розуміючим, приймаючим і критиком. З'являється послідовність цілей для освоєння соціокультурних ознак мислення. Реально ця послідовність у певному сенсі збігається з вивченням мови. Спершу людина є «передрозуміючим». Вона чує все, але не має вимог до себе як до розуміючого. Скажімо, дитина лише відтворює звуки. Далі вона усвідомлює, що повинна діяти. Потім переходить в активну позицію і стає тим, хто говорить, спершу уподібнюючись іншим тим, хто говорять. Це зумовлює виявлення вимог, пропонує до мовлення. Нарешті, через рефлексію той, хто говорить, починає усвідомлювати, що він може бути і критиком. Найскладніший тип роботи, як правило, не освоюється в результаті традиційної освіти. Не усі розуміють необхідність організації розумових процесів. Проте без цього не можна розвинути цілісне мислення. Цей розділ призначений підготуванню людей до участі в дискусіях, управління дискусіями, демократичного способу життя.

Ми вивели послідовність характеристик мислення; врахування його формування дає змогу побудувати систему вимог до розумового процесу або те, що називається *нормативними межами*. Залежно від динаміки потреб під час певної роботи людина може рухатися усередині меж (тобто з дотриманням усіх відповідних вимог). Як тільки вона засвоїла усі види розумової роботи, її рух набуває індивідуальної траєкторії. Таким чином, у контексті соціокультурного стану людини індивідуальне мислення — це рух за нормативною схемою комунікації з дотриманням вимог, які диктує ця схема. Тоді можна вважати, що той, хто ігнорує цю норму, за великим рахунком, не мислить. З цього

впливає досить драматичний висновок: мислення трапляється в наш час дуже рідко.

Кожна людина має індивідуальний «почерк» у розумовому процесі. Тексти і дії людини представлені як боротьба за індивідуалізоване. Це може заважати досягненню соціально-культурного результату, якщо логічні вимоги нівелюються у зв'язку з індивідуальною перевагою. Незважаючи на те що абсолютного нівелювання досягти дуже важко, усунення навіть частини вимоги або їх редукція зумовлюють культурно незначущу індивідуальність у мисленні.

Завдяки наявності комунікативних меж люди можуть поєднувати, погоджувати свої індивідуальні мислення, оскільки межі задають загальну форму. Так з'являється колективне мислення.

**Спрямованість на побудову абстракцій.** Мислення, генетична основа якого міститься в рефлексії, має два провідні акценти — на побудову і використання абстракцій. Зміна, модифікування абстракцій синтезує збереження і побудову їх змісту. Мислення передбачає існування первинних пізнавальних процесів і процесів уяви. Саме вони створюють «матеріал» змісту думки, а мислення спирається на створення «засобів» або тих змістів, що внаслідок абстрактності, заступництва можуть використовуватися для кваліфікації й оцінки первинних образів (матеріалів).

Одиниця мислення (судження) оформляється в розумовій комунікації в процесі побудови текстів. У них існують функціональні ланки того, про що йдеться (*суб'єкт думки*) і того, що мовиться (*предикат думки*), разом з їх співвіднесеністю. Завдяки використанню мовних засобів абстракції вже існують і застосовуються для характеристики того, про що йдеться. Більш того, завдяки абстракціям (одиницям парадигми і структурі одиниць у висловленні) можливі процедури введення запитань і відповідей на запитання.

Таким чином, може бути два типи орієнтації і спрямованості: на застосування предиката до суб'єкта думки, що вводиться (*а*), і на добір предиката до фіксованого суб'єкта думки (*б*) (схема 7.29).

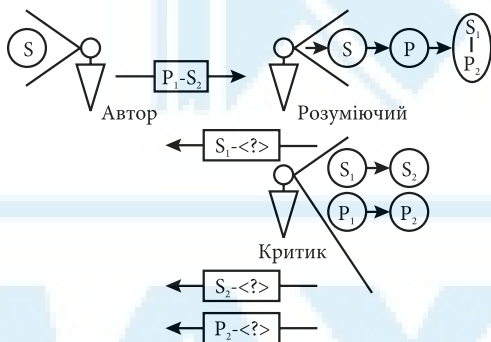


Схема 7.29. Застосування предиката до суб'єкта думки, що вводиться, і на добір предиката до фіксованого суб'єкта думки

З цим пов'язана і побудова двох типів запитань або «невідомих» як спонукальних чинників для знаходження «шуканих»: 1) запитання на розуміння реалізують функцію фіксації наявного змісту автора (див. схему 7.25) і припускають як висування версії або варіанта відповіді, так і вимоги до підтвердження чи спростування версії; 2) запитання критичного типу, які передбачають версію альтернативної відповіді, пов'язаної з «відстороненням» думки автора, і вимогу до підтвердження або спростування альтернативи. Принциповим у відмінностях зазначених типів запитань є спрямованість не тільки на збереження або відсторонення суб'єкта думки за фіксованого предиката, а й на збереження або зміну самого предиката думки, тому що в критиці відкривається можливість заперечувати думки автора (схема 7.30).

Проте за вихідною функцією для породження будь-якого висловлення потрібні суб'єкт і предикат. Тому для того, щоб мати підставу для введення зміненого предиката, потрібні інший предикат (ще більш предикативний) або абстрактніша підстава для версій — як суб'єктів, так і предикатів першого рівня (схема 7.31).

Іншими словами, критик не просто будує перехід від  $S_1$  до альтернативного  $S_2$ , а й передбачає також можливість переходу від конкретного предиката  $P_1$  до іншого конкретного предиката  $P_{2к}$ . Виконати це доцільно за допомогою абстрактного предиката  $P_a$ , який дає змогу в процесі конкретизації абстрактного предиката переходити до одного з можливих припустимих варіантів. Тільки тоді критик може зберегти наступність точок



**Схема 7.30. Комунікативна спрямованість на збереження або відсторонення суб'єкта думки за фіксованого предиката і на збереження або зміну самого предиката думки**

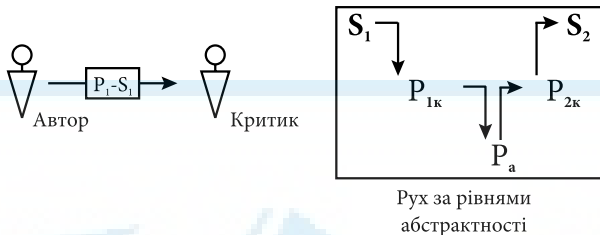


Схема 7.31. Використання для побудови версії абстрактного предиката

зору, їх допустимість на тій же підставі, в іншому разі критик лише відходить від точки зору і починає свою комунікацію, а це неприпустимо.

Отже, дві орієнтації в розумовій комунікації (на підтвердження і спростування) призводять до збереження або корекції основ і заснованого. Друга орієнтація зумовлює появу особливої форми мислення — постановки проблем, тоді як перша — постановки завдань. Тому можуть бути запитання задачного і проблемного типів. Проблематизація (або активне використання проблемної форми мислення) починається з піддання сумніву відповіді на задачне питання і завершується підданням сумніву саме задачного питання за його змістом. Позитивна сторона проблематизації тоді полягає у введенні гіпотези про підставу задачного питання, що дає змогу перевизначити його (схема 7.32).

Очевидно, що підстави вводяться і використовуються в позиції арбітра, а в науковій комунікації — у позиції теоретика, потім у позиції конструктора понять і категорій. Оскільки під час проблематизації можлива дискусія про підстави, то арбітр повинен володіти технікою абстрагування і конкретизації. Завдяки їй він може знаходити підстави для протилежних точок зору (схема 7.33).

**Дві орієнтації логічних ідей.** Логіка вводить правила використання мовних засобів, коли їх змісти (значення слів) мають достатню визначеність. При цьому правила можуть мати вищий рівень абстрактності. Правила організують насамперед процес висловлення. Тому загальною базою для логічних правил є питання типу: «що повинно бути наступним змістом?»; «яким повинне бути наступне висловлення». Оскільки висловлення забезпечує зміну змісту того образу, що будується в процесі розуміння, виділяють два альтернативних типи зміни. У першому випадку наступне висловлення забезпечує приріст змісту за типом додатковості (схема 7.34), у другому випадку — за типом уточнюваності

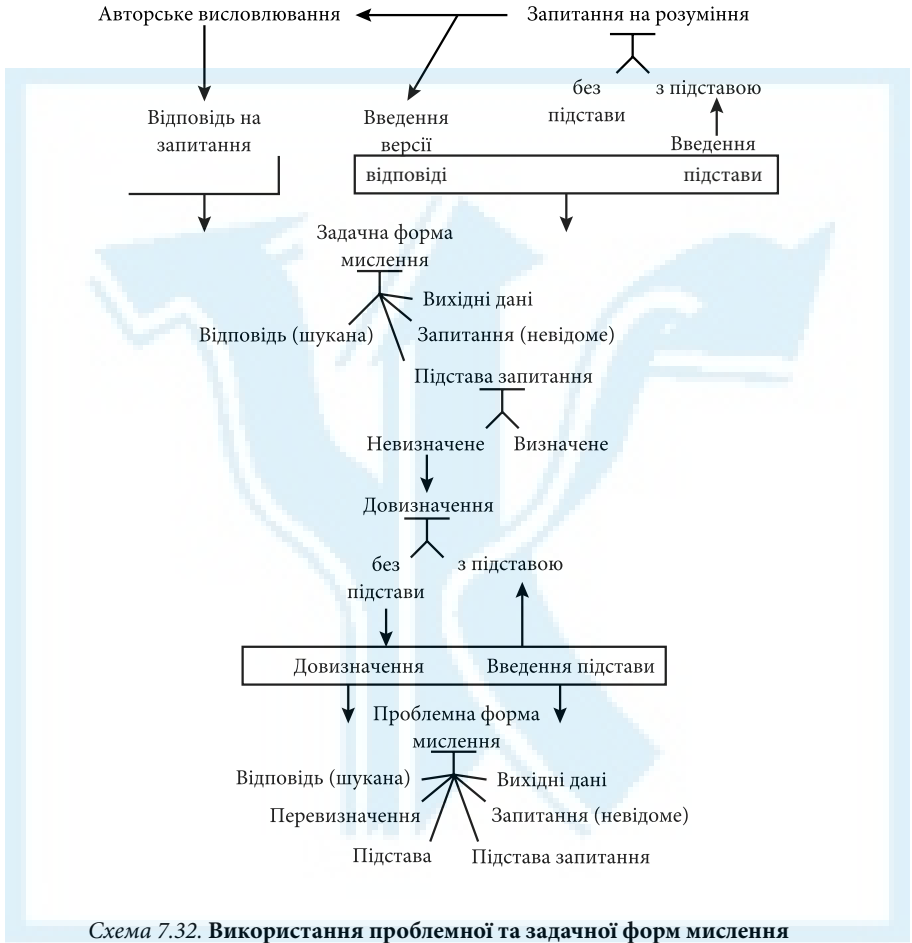


Схема 7.32. Використання проблемної та задачної форми мислення

(схема 7.35). Тобто шляхом уточнення межі змісту вже не змінюються, а новий зміст «ущільнює» попередній. Подібні вимоги до мислення виникають за розумової реконструкції об'єктів, які розвиваються. У них відбувається процес внутрішніх трансформацій, «розотоження», з'являються складніші форми устрою, але за збереження вихідної сутності або функціонального призначення в навколишньому середовищі.



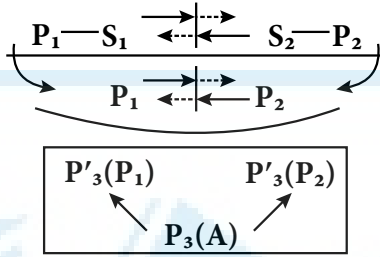


Схема 7.33. Техніка абстрагування і конкретизації

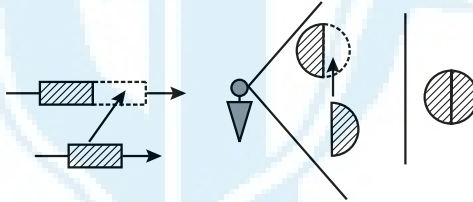


Схема 7.34. Використання принципу додатковості при побудові висловлення

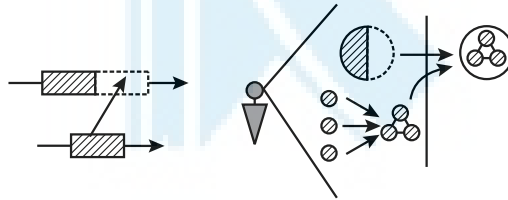


Схема 7.35. Використання принципу уточнюваності при побудові висловлення

Для зручності вираження ідеї «уточнення» попередньо вводиться образ циклу процесів мислення в обсязі звичайного висловлення, судження. Він містить констатацію первинного споглядального уявлення про «об'єкт» або констатацію суб'єкта думки, потім — добір одного зі спеціальних узагальнених, конструктивних уявлень у парадигматичному наборі мови, добір предиката, його фіксацію як засобу думки, співвідне-

сення (або без нього), розгляд предиката як заступника суб'єкта. Якщо вдається довести, що предикат було підібрано помилково, не вдається «ототожнення» як заміщення, то предикат повертається в парадигматичний набір (схема 7.36).

Ціле акту думки (одиниці мовного мислення) визначається переходом від засобового буття предиката (ім'я або знак і значення) до співвіднесеного із суб'єктом, змістовного, «об'єктного» буття.

Акт думки складається з таких етапів:

- фіксація суб'єкта думки ( $S$ ) (матеріал для розумового розкриття);
- добір предиката ( $P$ ) з набору предикатів ( $\Sigma P$ );
- введення предиката у функцію засобу думки;
- співвіднесення суб'єкта і предиката за змістовної (об'єктної) інтерпретації фіксованих суб'єкта і предиката;
- встановлення відповідності та додання об'єктного (і онтологічного) статусу предикатові;
- виявлення невідповідності;
- повернення предиката у функцію засобу думки;
- повернення предиката в набір предикатів (словник).

У схемі легко орієнтуються інструментальність і операціональність мовного мислення, можливість побудувати формальну і змістовну (через підтвердження в заміщенні) думку.

Обидві логічні ідеї можна відобразити у спосіб, показаний на схемі 7.37.

Ціле логічної форми (ідеї додатковості та уточнюваності) визначається переходом від застосування одного предиката до іншого, наступного предиката (у мовному мисленні).

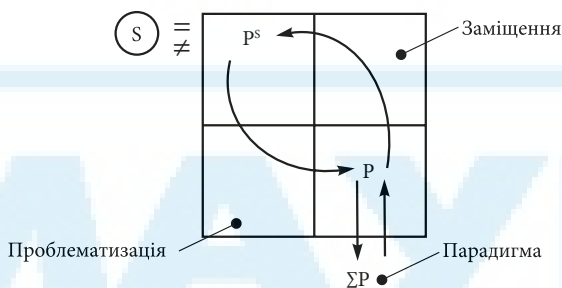
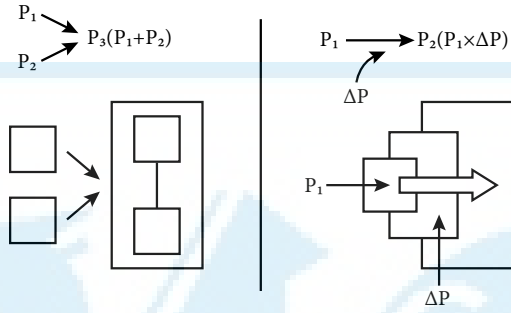


Схема 7.36. Схема акту думки



**Схема 7.37. Побудова форми думки реалізацією ідеї додатковості та уточнюваності**

Ідея додатковості охоплює:

- введення в «простір» думки першого предиката;
- добір іншого предиката, виходячи зі змістовного співвідношення «частина — частина» об'єкта;
- розгляд сполучених предикатів як відображення різних частин єдиної цілості.

Ідея уточнюваності передбачає таку послідовність кроків:

- введення першого предиката в «простір думки»;
- добір іншого предиката, виходячи зі змістовного співвідношення «ціле — деталізація цілого» об'єкта як уточнюючого;
- співвіднесення предикатів з погляду допустимості уточнюючого в «простір» того, що уточнюється;
- перехід від того, що уточнюється, до уточненого (конкретнішого за змістом) предиката за допомогою уточнюючого предиката.

Якщо за принципом додатковості можна розширити зміст у будь-якому напрямку, то за принципом уточнюваності попередній зміст містить обмеження стосовно наступних уточнень. Ці обмеження максимальні, оскільки відбувається перехід від цілості до тієї самої цілості, але більш диференційованої, і саме диференціювання походить від попереднього стану. Усі диференціювання повинні бути потенційно закладені вже у вихідному предикаті, у майбутньому вони лише актуалізуються.

Теоретична культура передбачає, що вища форма теорії повинна бути побудована як «роз'яснення» генетичних перетворень об'єкта

вивчення, і чим жорсткіше сам об'єкт змушує теоретика рухати свою думку щодо реконструкції, тим надійнішою є теорія, тим менше суб'єктивної сваволі. Отже, логіка систематичного уточнення (логічна форма мислення, що відповідає ідеї систематичного переходу від абстрактного твердження до конкретнішого за збереження абстрактного як основи) — це вимоги до думки теоретика, який досягає вищої форми теоретичного пояснення явищ. Логічні та онтологічні (об'єктні) вимоги тут є сполученими. Тому Гегель називав логіку «наукою логіки» або формою знання і пізнання.

Використовуючи логіку систематичного уточнення, можна перевіряти і критикувати вже наявні теорії та інші типи висловлювань, наближаючи їх до вищої форми. Такий спосіб проблематизації можна назвати логіко-онтологічним. Він найбільш необхідний у позиції арбітра. Оскільки у разі використання логіки уточнення прискорюється впізнання абстрактної бази точки зору, виділяють два типи застосування логіки. У першому випадку, для розуміння важливо виявити абстрактну базу точки зору, її «вихідний предикат» (категоріальне поняття) і співвіднести з нею весь обсяг змісту точки зору. В другому випадку визначення цієї бази необхідне для швидкого переходу до іншої абстрактної бази, до альтернативної точки зору «в принципі». Проміжними формами альтернатив можуть стати наявність ще абстрактнішої точки зору, не відходячи від лінії автора, і перехід до ще конкретизованішого її вираження, а також до повнішого охоплення того, що повинне бути в конкретизації абстрактної бази.

**Вирішення завдань і постановка проблем людиною.** Ціле вирішення завдань (РЗ) визначається переходом від аналізу, реконструкції змісту вихідних даних і питання до встановлення відповідності виділеної частини даних змістові питання або «невідомого» задачного типу (схема 7.38). Ціле вирішення проблем (РП) визначається переходом від фіксації змісту вихідних даних і питання до встановлення невідповідності змісту питання змістові вихідних даних.

РЗ передбачає такі етапи:

- розуміння вихідних даних;
- розуміння питання за допомогою відповідної концепції;
- пошук тієї частини змісту даних, що відповідає змісту питання;
- можливе добудування змісту «даних» до повноти об'єктного бачення;
- фіксація відповідності виділеної частини даних змістові питання.

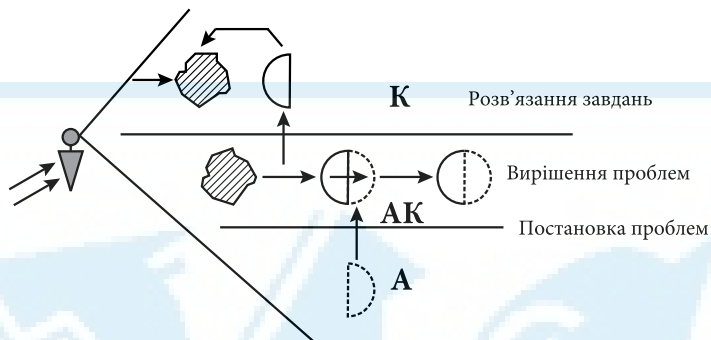


Схема 7.38. Вирішення завдань і постановка проблем

РП охоплює такі кроки:

- зіставлення фіксованого змісту суб'єкта думки зі змістом предиката для виявлення частин змісту суб'єкта, не заміщених предикатом;
- виявлення частини змісту предиката, що сусідить з матеріалом суб'єкта, який заміщується;
- виявлення лінії руху процесів (змістовно-об'єктна інтерпретація), що завершується у виділеній частині предиката;
- прогнозування «продовження» цих процесів за корекції окремих фрагментів змісту;
- оформлення вимог до прогнозованої додаткової частини предиката (оформлення проблеми).

Наведені основні засади теорії діяльності людини з використанням мови схематичних зображень дає змогу:

- фокусувати увагу на суттєвих явищах у життєдіяльності та діяльності людини;
- будувати процес її розумової діяльності, що зумовлює вирішення завдань і проблем;
- здійснювати логіко-розумове моделювання діяльності, що сприяє адекватному відображенню реальності.

## КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Охарактеризуйте основні засади загальної теорії діяльності.
2. Назвіть вихідні положення, запропонованої версії теорії діяльності.
3. У чому сутність суб'єктно-діяльничої теорії?
4. Поясніть сутність теорії діяльності в мові схематичних зображень.
5. З використанням схеми 7.11 і мови схематичних зображень [9] покажіть, як у процесі формування мови змінювалася свідомість людини.
6. Поясніть сутність відмінності життєдіяльності від діяльності.
7. У чому виявляється вплив штучних вимог (культури) у сфері діяльності?
8. Як відбувається формування норми (цілі) діяльності?
9. Дайте визначення поняття «індивідуальна життєдіяльність».
10. Як відбувається взаємодія людей у соціумі?
11. У чому полягає сутність розвитку здібностей до взаємодії в діяльності?
12. Як відбувається процес сприйняття образів з використанням мови?
13. Зобразіть схематично структуру діяльності.
14. Охарактеризуйте дві спрямованості організації мислення.
15. Проаналізуйте дві спрямованості у системогенезі.
16. Охарактеризуйте дві орієнтації у груподинаміці та конфліктогенезі.
17. Зобразіть діяльність з позицій стратега.
18. Як відбуваються зміна внутрішньої динаміки діяльності та виникнення конфліктів?
19. У чому сутність розвитку діяльності?
20. Як би Ви організували самоуправління розвитком своєї діяльності?

## ЛІТЕРАТУРА

1. Акмеологический словарь / Под ред. А. А. Деркача. — М : Изд-во РАГС, 2005.
2. Анисимов О. С. Новое управленческое мышление: сущность и пути формирования — М. : Экономика, 1991.
3. Анисимов О. С. Введение в теорию деятельности. — М. : РАМА, 2000.
4. Анисимов О. С. Педагогическая акмеология: общая и управленческая. — Минск : Технопринт, 2002.
5. Выготский Л. С. Собрание сочинений : В 6-ти т. — М. : Педагогика, 1984. — Т. 6.

6. *Генисарецкий О. Г.* Навигатор: методологическое расширение и продолжение. — М. : Путь, 2002.
7. *Громыко Ю. В.* Социокультурное разнообразие как оселок деятельностного подхода // Кентавр. — 2004. — № 33.
8. *Декарт Р.* Сочинения : В 2-х т. — М. : Мысль, 1989.
9. *Колпаков В. М.* Організація праці менеджера. — К. : МАУП, 2005.
10. *Колпаков В. М., Дмитренко Г. А.* Стратегический кадровый менеджмент. — К. : МАУП, 2005.
11. *Леви В. А.* Азбука здравомыслия. — М. : Метафора, 2004.
12. *Ломов Б. Ф.* Методологические и теоретические проблемы психологии. — М. : Педагогика, 1984.
13. *Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. — СПб. : Питер, 1999.
14. *Рубинштейн С. Л.* О мышлении и путях его исследования. — М. : Изд-во АН СССР, 1958.
15. *Рубинштейн С. Л.* Избранные философско-психологические труды. — М. : Наука, 1997.
16. *Рубинштейн С. Л.* Человек и мир. — М. : Педагогика, 1997.
17. *Шедровицкий Г. П.* Избранные труды. М. : Шк. культур. политики, 1995.
18. *Штофф В. А.* О роли моделей в познании. — Л. : Изд-во ЛГУ, 1963.
19. *Щёкин Г. В.* Теория социального управления. — К. : МАУП, 1996.
20. *Юдин Э. Г.* Методология науки. Системность. Деятельность. — М. : Эдиториал УРСС, 1997.

МАУП

## ТЕХНОЛОГІЧНИЙ САМОМЕНЕДЖМЕНТ

Життя — це зусилля в часі.  
*Марсель Пруст*

У цьому розділі розглянуто варіанти засобів реалізації функцій повсякденного самоуправління, зазначених вище (розділ 6). Ці засоби є сукупністю методів, соціальних і психологічних технологій.

*Технологія* — сукупність знань про прийоми, способи, методи самоуправління, самоорганізації, саморегулювання, самовиховання. Володіння технологією — уміння застосовувати її у вигляді організованих операцій, здійснюваних у певній послідовності в процесі життєдіяльності та діяльності. Уміння, у свою чергу, — це здатність людини використовувати ці знання, здійснювати реальні дії в умовах конкретної ситуації.

Оволодіння технологіями до рівня майстерності та мистецтва досягається:

- навчанням у діяльності, коли людина залучається безпосередньо до процесу роботи й оволодіння технологіями відбувається несвідомо, як формування системи навичок, застосовуваних у часі певними ланцюжками операцій і дій;
- навчанням у процесі засвоєння предметної інформації з наступним оволодінням навичками і технологічними схемами;
- грою — оволодінням елементами технології в межах ситуації, що містить компоненти умовностей;
- тренінгами, що поєднують у собі навчальну й ігрову діяльність, здійснену в умовах моделювання різних ігрових ситуацій.

Оволодіння повсякденним СМ вимагає усвідомленого використання технологій, методів, прийомів і активної самостійної роботи. Давно відомо, що досягнення цілі життя залежить від організації цього процесу, ефективності використовуваних засобів. Нижче розглянуто най-



ефективніші техніки, технології, методи для вирішення функціональних завдань. Існує величезний арсенал засобів самоуправління в культурах Заходу і Сходу, проте необхідно пам'ятати, що всі засоби, які використовуються для самоуправління, повинні відповідати вимогам закону необхідної розмаїтості, тобто враховувати особливості людини.

## **8.1. Використання засобів самоуправління за реалізації основних функцій саоменеджменту**

### **8.1.1. Організація інформаційного забезпечення.**

Нагадаємо, що людиною управляє тільки інформація. Отже, хто здійснює інформаційне забезпечення, той і керує. Сучасна людина систематично свідомо і несвідомо сприймаючи інформацію зі ЗМІ, як правило, запрограмована на реалізацію стратегій тих, кому ці ЗМІ належать. При цьому, використовуючи механізми психологічного захисту, вона сама вибудовує виправдовувальну логіку пояснення своїх дій. Вона, наприклад, щиро переконана, що її кандидат у депутати кращий. Фахівці у сфері мислення вважають, що на сьогодні єдиний засіб індивідуалізувати сприйняття інформації — це використання рефлексивного критичного аналізу і синтезу інформаційних впливів. Або взагалі виключення практики перегляду (прослуховування) теле- та радіопередач, де подається інформація, яка не фіксується свідомістю людини. Останнє можливе тільки за спеціальної організації інформаційного забезпечення. До неї належить організація:

- інформаційних масивів (книги на полицях, файли в комп'ютері та за видами діяльності, за формою тощо);
- інформаційних потоків (визначення джерел, складу, періодичності циркуляції, надходження, оформлення, реєстрації та використання);
- процесів збирання, збереження, відновлення, переробки інформації.

**Цілепокладання.** Дія закону цілепокладання, розвиток у людини рефлексу цілі в процесі еволюції виробили в неї своєрідний механізм цільового управління. Кожна людина має мету, навіть якщо вона її не усвідомлює. Перший нобелівський лауреат серед росіян І. Павлов обґрун-

тував, що життя у всіх його аспектах реалізується тільки людьми, які прагнуть певної поставленої ними цілі. Якщо середовище сприяє прояву рефлексу, тренує і розвиває його, то і ступінь вияву його сильніший. Якщо обставини не дають змоги людині бачити життєву перспективу, вона перетворюється на пасивну істоту, позбавлену навіть мінімальної здатності заглядати в майбутнє, ставити цілі й намагатися їх досягти [29]. Наявність цього механізму дає можливість людині будувати модель ситуації, здійснювати самопроєктування в майбутнє, цілеспрямовано діяти, з використанням рефлексії визначати причини утруднень і коригувати свою поведінку.

У структуру поняття «ціль» входять зміст, обсяг, ім'я, і денотат. *Змістом цілі* називається сукупність ознак за якими задається відповідний цільовий об'єкт (проєкт результату діяльності). *Обсяг цілі* — сукупність ознак, за якими розпізнається її зміст. *Денотат цілі* — об'єкт, що їй відповідає. Розрізняють значення цілі й операціональний зміст цілі. Під значенням розуміють її зміст, яким задається цільовий об'єкт. У процесі діяльності отриманий результат відрізняється від первинного уявлення. Цей результат називається операціональним змістом цілі. Для одного і того ж значенні цілі її операціональні змісти можуть бути різні залежно від способу і засобів досягнення цілі. Ідеальний образ цілі та її денотат не збігаються, проте часто це не визнають.

Механізм цілепокладання можна показати у вигляді певних компонентів (рис. 8.1).



Рис. 8.1. Механізм цілепокладання

Цільова поведінка будується за аналогією з процесом прийняття рішення (вибору цілі та засобів). Вона дає змогу вирішити завдання прогнозу поведінки і управління нею. Стійкий вплив цілі на людину і пов'язана з цим робота свідомості та підсвідомості роблять її поведінку принципово відмінною від причинно-наслідкового (за схемою «стимул — реакція»), тобто ситуативного управління. Індивід у цьому разі реалізує свою поведінку з урахуванням стратегічних і тактичних цілей. Наявність стратегічної цілі як деякого домінуючого стану людини призводить до того, що вона у процесі моделювання ситуації проектує можливість її досягнення в реальній дійсності, розкладає ціль на складові — створює «дерево цілей».

Дискретність і порівнянність цих цілей відповідно до їх пріоритетності та важливості дає змогу об'єктивно фіксувати межі етапів у процесі їх досягнення. Вибравши пріоритетну ціль в конкретній ситуації, людина вибирає засоби її досягнення. Характер засобів визначається з урахуванням умов, обставин, можливостей. Водночас здійснюється розрахунок результатів, наслідків, ефективності варіанта дій. Так формується задум майбутніх дій. У процесі його розроблення використовують два підходи до реалізації життєвих цілей:

- нормативний (пов'язаний з уявленням про місію життя і відповідною системою цінностей і норм);
- екзистенціальний (пов'язаний з духовним началом людини і спрямований на формування, збереження та відтворення особистості).

Під тиском місії у психіці формується і закріплюється ідея належного, яка, з одного боку, є орієнтиром поведінки людини, а з іншого — функцією здійснення обов'язку. Ця функція забезпечує свідоме формування особистості, а зовні виявляється як стратегічна поведінка. Цілепокладання покладено в основу самоорганізації людини. При цьому динамічною частиною самоорганізації, її технологічною складовою є рефлексія. Досягається це створенням циклу зворотного зв'язку в нервовій системі (у нейронних мережах мозку).

## **8.1.2. Особливості використання засобів самоуправління**

**Особливості технологій саморозвитку.** Технологічний аспект саморозвитку людини — це процес переходу з одного стану, який характеризується певним рівнем розвитку здібностей, мислення, особистості,

самого організму, в інший, досконаліший, що досягається в діяльності у певних умовах життя. Технологія саморозвитку людини здебільшого розглядається в контексті розвитку діяльності, з відстеженням при цьому змін самовизначення, самосвідомості, мислення.

Активізуючим початком діяльності є природна потреба. Залежно від ситуації та обстановки, що складається, роботи механізму цілепокладання у свідомості формується образ потреби. Цей образ утримується в пам'яті й «розщеплюється» на зовнішній (абстрактний) і внутрішній (усередині себе). Зовнішній образ потреби пов'язаний з абстрагуванням, зі стратегічними цілями людини, внутрішній — з конкретним періодом життя, із щоденною тактикою дій. Показники розвитку визначають, виходячи з форми поведінки людини при задоволенні її потреб.

У психології в поведінці людини можна виділити такі форми: індивідуальну, суб'єктивну й особистісну.

*Індивідуальна форма поведінки* зумовлена внутрішніми структурами людини, але і зовнішні умови можуть змінити схему індивідуальної життєдіяльності. У разі оцінки предмета як такого, що не відповідає потребі, він спричиняє реакцію відторгнення або перетворення відповідно до потреби. Перетворення примушує здійснити перехід від пізнавального образу до проектно-цільового. Це вимагає розвитку нових здібностей і механізмів у людині. Розвиток здійснюється як свідомо, так і підсвідомо.

*Суб'єктивна форма поведінки* характеризується нормо-реалізаційною логікою. Однією з найпростіших форм є поведінка, спрямована на досягнення цілі. В основі нормо-реалізаційної поведінки — потреба узгодити її із заздалегідь заданими уявленнями про норму, що приводить до цілі. (Під нормою розуміють план, програму, метод діяльності тощо.) Для суб'єктивної поведінки характерним є вироблення психофізіологічних механізмів протидії природній динаміці стану людини. Одним з розвинених механізмів цього типу є воля (властивість психіки, що виявляється в здатності людини домагатися поставлених цілей).

Воля суб'єкта — це здатність підтверджувати соціальне самовизначення в діяльності, у спілкуванні, забезпечувати постановку цілей, формулювання завдань, визначення норм. Воля людини визначає, як вона діє — з використанням старих норм або модернізує їх, зберігаючи намічені цілі. Отже, свобода волі не абсолютна, а відносна щодо соціальної норми, принципу, цілі, які були прийняті людиною в процесі соціалізації. Розвиток волі пов'язаний із соціалізацією використовуюва-

них способів мислення, з розвитком рефлексивно-критичних здібностей, зі свідомістю і самосвідомістю суб'єкта.

Суб'єктивна поведінка спирається на механізм свідомості та самосвідомості. Самосвідомість дає змогу замість потребової оцінки в мотивації власної діяльності побачити себе в порівнянні з реальним, бажаним. Цим забезпечується критичне ставлення до себе, підпорядкування вимогам норми і зміна механізмів саморозвитку. Рефлексивний супровід суб'єктивної діяльності забезпечує виявлення невідповідності нормативним вимогам, коригування поведінки, залучення механізму саморозвитку. Систематичне самокоригування за реалізації норми є основою вольової самоорганізації. Вольовий прояв концентрує роботу свідомості, самосвідомості, самовизначення. Він спрямовує мислення, рефлексію в нормативно-реалізаційному процесі. Суб'єктивна форма поведінки є складним синтезом індивідуальної життєдіяльності в умовах конкретної обстановки і наявних механізмів розумової комунікації, спілкування.

*Особистісна форма поведінки* характеризується схильністю до проблематизації норми, до пошуку досконаліших норм у межах конкретної програми досягнення цілі. В основі особистісної поведінки — не досвід, а ідеал і цінності особистого вдосконалення. Особистісна поведінка виявляється в спілкуванні, у комунікації, у самовизначенні й починається з модифікації норми, що вимагає інших здібностей.

Розглянуті характеристики особистості людини зумовлюють феномени і механізми індивідуальної, суб'єктивної та особистої реакції на життєві утруднення. Індивідуальна реакція не змінює рівня розвитку людини, водночас знижуючи прояви вищих психічних механізмів і здібностей. Суб'єктивна реакція сприяє появі вищих механізмів типу відповідальності та волі. У суб'єктивній реакції активізуючим фактором стає норма, її розуміння і прийняття людиною. Здібності в цьому разі виявляються залежно від конкретної ситуації. Перешкоди в діяльності усвідомлюються, критично реконструюються, що забезпечує прийняття рішення з їх подолання за рахунок іншого застосування здібностей. У разі браку здібностей передбачається побудова ситуації набуття відсутньої здатності.

При здійсненні рефлексії утруднення реконструюються, і визнається норма додаткового процесу вироблення здатності. Після цього людина повертається до реалізації програми свого життя. У різних варіантах суб'єктивного реагування на перешкоди виявляється момент самоуправління і самоорганізації. Виконання власного плану життя (норми) передбачає дотримання цілі діяльності. Діяльність стає ціле-

спрямованою. За своїм змістом ціль перестає залежати від динаміки індивідуальних станів. За допомогою механізму рефлексії відбувається самоуправління цілеспрямованою діяльністю. Суб'єктивне реагування зумовлює самозміни. Воно пов'язане з використанням механізму самовизначення, за якого відбуваються: побудова уявлень про себе і свої здібності, порядок їх застосування, перебудова уявлень про себе, переведення образу майбутнього в ранг цільового уявлення.

Самозміна є частиною життєвого плану (програми). Вона може перетворитися на саморозвиток за примусового переходу з одного типу діяльності та рівня здібностей до іншого. Для оцінки проектів самозміни і переростання у саморозвиток необхідне створення системи критеріїв розвитку. Саморозвиток і самозміна в планах особистісного самовизначення створюють феномен вільної людини. Від неї залежать якісні та кількісні характеристики саморозвитку, що передбачає розвиток діяльності, організму, здібностей, особистості та мислення. Розроблено методологічні підходи до вирішення різних завдань саморозвитку.

**Техніка виправлення моделі світу.** Людина узгоджує свої дії не з реальною дійсністю, а відповідно до створеної моделі (карти) світу. У повсякденній життєдіяльності це часто призводить до того, що сформована ситуація може бути сприйнята як проблема, але вона такою не є. Витрачаються життєві сили, час на боротьбу з вигаданими «велетнями». У кожної людини на більшість типових життєвих ситуацій у підсвідомості сформовано підпрограми дій, установки. Це зумовлює автоматичну реакцію організму на певну ситуацію. Результатом цього є неадекватність реагування на процес розвитку подальших подій. Зміна сприйняття дійсності може бути спричинена застосуванням методики «очищення свідомості» (техніка медитації), здійсненням рефлексії утруднення в діяльності або спробою вирішити проблему. Найчастіше людина сприймає як проблему ситуацію, що усупереч очікуванням не розвивається за передбаченим сценарієм, або проблемою вважається сама ситуація.

Вирішення такої проблеми може відбуватися поетапно:

1) необхідно усвідомити і визначити симптоми утруднень. Виявлення симптомів дає змогу побачити проблему в загальному вигляді. Для з'ясування глибинних причин необхідно зібрати і дослідити інформацію про життєву ситуацію, розмежувати дії внутрішніх і зовнішніх факторів. Часто-густо ситуацію розглядають під кутом зору, що перетворює її на проблему. Тут варто знайти цей кут зору. Наприклад, Ваша дочка вирішила одружитися, але її обранець Вам не подобається;

2) варто визначити, чому саме під цим кутом зору, з цих позицій ситуація перетворюється на проблему, що дасть змогу оволодіти цією ситуацією. Наприклад, на Вашу думку, дочка має всі можливості для кращого вибору. У Вас були інші очікування, виробилася своя установка щодо претендента на руку дочки, і Ваше ставлення до ситуації робить її позитивною або негативною;

3) варто зрозуміти, що Ви особисто можете запропонувати для вирішення цієї «проблеми» і у що це обійдеться;

4) зміна ставлення до власних помилок. Питання не в тому, як повністю усунути помилки в діяльності, а в тому, як до них ставитися.

Людина з дитинства звикла боятися помилок. За помилки в написанні диктанту, розв'язанні задач ставили двійки з наступною системою впливу на дитину, що призводило до формування стійкого умовного рефлексу. Люди стали боятися помилок, а декого вони навіть шокують. Більш того, суворість батьків, керівників може перетворити життя людини на пекло. Це трапляється, коли погроза проникає у підсвідомість, кодує її на відповідну реакцію. У цьому випадку «вмикається» установка, сформована в несвідомій частині мозку. Діючи за законом доміанти, вона «захоплює» мозок, паралізуючи свідому діяльність людини. Позбавити цього «кодування» може лікар-психоаналітик або гіпнотерапевт. Але найчастіше людина сама здатна позбутися так званої психології невдахи, усвідомлюючи причини її виникнення, з'ясовуючи модель світу. О. Блок радив: «Зітри випадкові риси, і ти побачиш — світ прекрасний».

Пам'ятайте про ефект Пігмаліона: оточення сприймає Вас так, як Ви самі про себе думаєте, і ставиться відповідним чином.

## **8.2. Характеристика засобів самоуправління, розроблених у західній культурі**

### **8.2.1. Саморегуляція в самоуправлінні**

Усі техніки, що дають змогу впливати на системи регулювання організмом людини, базуються на методах «управління» підсвідомою діяльністю. Підсвідомість — це будівельний майданчик нашого майбут-

нього. Вона працює в мільйони разів швидше, ніж свідомість, зберігає в собі пам'ять наших предків, спілкується з космічним розумом, матеріалізує наші думки. Якщо з нею правильно спілкуватися, вона виконуватиме всі наші розумні бажання.

Із сивої давнини відомі, а для багатьох невідомі й нині методики цього спілкування з нашою підсвідомістю, з глибинним розумом. Це, у першу чергу, медитація, проте, щоб опанувати її секрети повністю, потрібно багато років. Найбільш доступні й відомі усім методики — це аутогенне тренування, аутопсихотерапія тощо. Нижче розглянуто найпоширеніші з них.

**1. Метод саморегуляції за Х.Алієвим.** Пропонуємо ознайомитися з методом саморегуляції за Х. Алієвим [1] і техніками наведення трансу вітчизняних фахівців [10, 12]. Х. Алієв запропонував метод впливу на підсвідомість, що дає змогу людині:

- швидко відновлювати сили;
- ефективно налаштовуватися на майбутню діяльність;
- швидко переключатися з однієї діяльності на іншу;
- усувати різні негативні емоції, переживання, що заважають самоорганізації на певну роботу;
- швидко реалізувати будь-які формули самонавіяння, які практикуються в тому самому аутотренінгу;
- швидко опанувати навички при навчанні, позбутися стереотипів, збільшити захисні сили організму тощо
- лікувати окремі хвороби.

На Заході цей метод називають самогіпнозом. Методи впливу на психіку людини (сугестія, вселяння, наведення трансу тощо) об'єднані одним терміном «гіпноз». Вони мають однакову природу: нейрофізіологічні механізми управління, відомі здавна. Розглянемо їх докладніше, тому що, незважаючи на численні видання, присвячені цьому психічному явищу, для багатьох поняття «гіпноз» вкрито таємницею.

**2. Самогіпноз як метод саморегуляції.** Гіпноз — це закономірний стан психіки, що виникає в людей під впливом різних факторів внутрішнього і зовнішнього середовищ.

Фахівці у сфері гіпнозу[11] виділяють 34 стани свідомості, які у побуті називають гіпнотичними. Діапазон їх широкий: від шаманських і посмертних до творчих і спортивних. Тому оточувати гіпноз містичною аурую не варто. Багато фахівців вважають, що всі види гіпнозу — це самогіпноз. Гіпнотерапевт лише допомагає ввійти в транс.



*Гіпноз* — специфічний стан свідомості, в якому вселяння впливають на неї з більшою силою, ніж у звичайних станах. Це стан здебільшого досягається:

- стомленням органів чуттів і розвитком процесів гальмування в корі головного мозку. Відповідно до закону домінанти це гальмування поширюється на інші ділянки;
- м'язовим розслабленням, релаксацією, що «готує» нервову систему до відпочинку. Мета — знизити активність роботи мозку, довести його до альфа-стану, коли свідомість звужується, «відключаються» механізми аналізу, контролю і верифікації інформації, що надходить. Це легко досягається, якщо людина упевнена в успіху «свого самогіпнозу», довіряє застосовуваній методиці, жагуче бажає одержати результат. Їй потрібно перейти в трансний (нейтральний) стан тому, що в ньому «відключається» особиста рефлексія, зникає паралізуючий страх через можливу помилку не досягти поставленої мети.

У стані трансу будь-яка ідея, думка відразу набуває сили програми для мозку. Якщо ця думка Ваша, підсвідомість виконуватиме Вашу команду, якщо гіпнотизера — то його. Робота відбувається за схемою: свідомість дає замовлення, трансний (нейтральний) стан «вимикає» все, що заважає, і залучає все сприятливе — зі свідомого і несвідомого досвіду людини. Цим створюється можливість для внутрішньої саморегуляції, самоорганізації на виконання замовлення.

Використовуючи цей метод, можна одержати цілісну, повнішу реалізацію вольового самоналаштування на що-небудь. Це досягається залученням усіх внутрішніх потенційних можливостей психіки й організму в цілому. Наприклад, Ви уявили, що на переговорах з конкурентами будете поводитися певним чином, тобто сформували настановну психологічну модель поведінки. Якщо установку на правила поведінки застосувати в режимі саморегуляції, то до психологічного налаштування додається інтенсивне психофізіологічне. Це зумовить утворення для психологічної моделі адекватного вегетативного забезпечення. До вольової установки на ціль переговорів залучаться відповідні їй фізіологічні процеси. Ця перебудова організму відбувається практично миттєво.

Основними етапами самогіпнозу є:

- підготовчий — розслаблення. Найбільш доступний спосіб — глибоке дихання, зняття напруження за допомогою різних груп м'язів (поступової релаксації). Проте можна використовувати напруження і тривогу;

- входження в транс. З огляду на те, що в ідеалі кожній людині потрібна своя методика, впливає висновок, що методик введення у транс багато;
- робота з ціллю. Це безпосереднє використання трансового стану для змін. Наприклад: як впоратися зі стресом, страхом, тривогою? Як кинути палити? Як допомогти при алергіях і астмі? Як набути рішучості та впевненості у собі? Як самоорганізуватися на вирішення проблеми?

Цей метод, що дає змогу звертатися до підсвідомості, залучати її до вирішення власних проблем, має першорядне значення в самоуправлінні. Він забезпечує розв'язання багатьох функціональних завдань використанням власного ресурсу. Більш того, він робить життя гармонійним, дає задоволеність собою.

**3. Методи саморегуляції (за Н. Лінде).** Метою всіх методів саморегуляції було управління власним емоційним і психосоматичним (залежність фізичного здоров'я від психіки) станом. На практиці використовуються переважно метод прогресивної релаксації Джекобсона [26, 27] та аутогенне тренування Шульца [22]. Головне завдання цих методів — домогтися психологічного і м'язового розслаблення. Ця мета досягається здебільшого після тривалих систематичних тренувань. Наведені методи відомі досить давно і застосовуються для подолання тривоги, депресії, гніву, усунення напруження, релаксації та відпочинку. Сюди ж можна віднести методи управління своїм диханням [26]. Усі ці прийоми походять зі спроб європейців застосувати досягнення йоги й інших східних систем для потреб медицини і психології. Вони використовуються також у спорті й у військовій справі [19].

Усі ці широко відомі методи надзвичайно важливі, але мають обмеження у сфері застосування і трудомісткі у використанні. Вони не вимагають майже ніякого навчання для застосування і дають змогу практично кожній людині регулювати свій емоційний і психосоматичний стан.

Сутність методів полягає в тому, що людині пропонується уявити образ свого емоційного або психосоматичного стану, а потім регулювати цей стан, впливаючи на нього певним чином. Найпростіший спосіб — подумки споглядати образ цього стану, і тоді він сам собою приходить до певної норми. У такий спосіб, наприклад, можна позбавитися головного або серцевого болю, м'язових спазмів різного походження, тахікардії або підвищеного артеріального тиску.

Формула, що узагальнює ці прийоми, може бути виражена так: почуття (емоція або стан) — відповідне психосоматичне виявлення почуття — образ почуття — психічний вплив на уявний образ — новий

психосоматичний стан — нове почуття. Або простіше: психосоматичний стан — його спонтанний образ — вплив на образ.

Можна задавати тип образу: зоровий, слуховий, кінестетичний або нюховий. Найчастіше використовуються зорові образи, але практика свідчить, що, наприклад, для позбавлення серцевого болю дуже добре використовувати нюхову модальність відчуттів. У методиках, наприклад в аутогенному тренуванні або гіпнозі, задаються певні образи, за допомогою яких регулюється психосоматичний стан організму. Проте ці образи задаються терапевтом, і їх спектр досить вузький. Наприклад, розслаблення людині пропонується нав'язати самій собі, уявити, що якась частина її тіла тепла і важка. Переходячи від однієї частини тіла до іншої, можна поступово розслабити все тіло. Такі відчуття характерні для самовідчуттів під час переходу від пильнування до сну. За такого розслаблення можна зберегти дрімотний стан свідомості, найбільш зручний для застосування вселяння і самонавіяння.

Вселяння і самонавіяння вирізняються штучністю, привнесенням чогось ззовні. Людині складно прийняти те, що не є результатом її дій, її власним досягненням. Крім того, щоб вплинути на свій стан, вселяння повинні подолати вихідний, можливо, навіть негативний стан. Важко, наприклад, нав'язати собі розслаблення голови, якщо вона болить. Вихідний стан повинен бути спершу усунутий і замінений на новий, що важко навіть для тренованої людини. Цей процес містить певне насильство над собою і елемент «самообману».

У пропонованому методі використовується прямо протилежний підхід. Робота починається з вихідного психосоматичного стану певної частини або всього тіла. Також не задається образ бажаного стану, але до нього людина приходиться у процесі впливу на первинний образ. Цей образ створюється самою людиною, причому пропонується створювати його спонтанно, за принципом вільного фантазування, але щоб він виражав у своїй формі вихідний стан. Питання може звучати так: «На що схожий мій біль?» «Як він пахне?» «Як він звучить?» «Який він на дотик?» Об'єктом саморегулювання може бути не тільки біль, а й напруження, страх, гнів і будь-яка інша емоція або психосоматичний стан.

Таким чином, ми уникаємо необхідності вселяти або впроваджувати заздалегідь заданий стан через стандартизовані образи і набуваємо можливості природнішого саморегулювання для найширшого спектра психосоматичних станів. Одні прийоми кожен бажачий може використовувати без будь-якого ризику, інші вимагають деякого навчання або

присутності досвідченого терапевта. У деяких випадках саморегуляція не буде досягнута, тому що негативний стан спричинений глибокими особистими проблемами. Тоді необхідна допомога психотерапевта, який досконало володіє певною формою психотерапії [18].

Методика не має ніякого відношення до вселяння і гіпнозу, людина не вводиться в трансний стан, вона сама впливає на свій стан так, як вважає за потрібне.

**Основні прийоми саморегуляції.** До них належать:

- споглядання суб'єктом образу свого емоційного або психосоматичного стану;
- дихання тіла;
- діалог з тілом;
- вивільнення негативних почуттів уявлюваним звуком
- бути усередині свого тіла;
- парадоксальне рішення та ін.

*Споглядання суб'єктом образу свого емоційного або психосоматичного стану.* Цей прийом призводить до спонтанної позитивної зміни образу й асоціативно пов'язаного з ним стану. Умовою успіху є те, що споглядати потрібно негативні аспекти образу. За зосередженого споглядання позитивних його сторін зникати будуть вони, а негативні сторони — підсилюватися. Під спогляданням мається на увазі не тільки зорова уважність, а й слухова, кінестетична і навіть нюхова та смакова. Наведені нижче приклади дадуть змогу точніше зрозуміти, як це реально відбувається.

Якщо в людини болить голова, то можна їй запропонувати уявити, як звучить цей біль, а потім уважно слухати уявлений звук. Ефективність прийому споглядання можна пояснити теоретично. Більшість емоційних і психосоматичних процесів керуються автономною нервовою системою, не підконтрольною свідомості та вольовому управлінню. Найважливішим завданням автономної нервової системи є підтримання гомеостатичної рівноваги всередині організму. Емоційне або психосоматичне відхилення від гомеостатичної рівноваги, яку чомусь не вдалося привести до норми, становить проблему і сприймається самим суб'єктом як негативне і таке, що заважає. Оскільки «пряма свідомість» не дає ефекту, можна створити нове відображення цього стану у своєму суб'єктивному світі. Воно також відрізнятиметься від нормального (позитивного) стану низкою ознак (наприклад, звук буде неприємно скрипливим). Уважне спостереження цих якостей образу зумовлює несвідому його регуляцію, що відновлює його нормальний стан. Уявний образ є пластичнішим

за емоційний стан, але і пов'язаний з ним стан починає піддаватися несвідомим корекційним впливам.

Індивід не усвідомлює того, яким чином він управляє складними і тонко скоординованими рухами рук або голосових зв'язок, але нікого не дивує, що він може це робити. Цей метод базується не на усвідомленні та поетапному навчанні (як, наприклад, у прогресивній релаксації Джекобсона), а на довірі до несвідомих процесів саморегулювання, якими ми навчаємося управляти.

*Дихання тіла.* Мета цієї вправи — домогтися швидкої та глибокої релаксації у поєднанні з почуттям бадьорості та підвищеної енергійності. Метод дає змогу досягати загального релаксаційного ефекту, тоді як споглядання спрямоване на корекцію деякого локального психосоматичного феномена.

Вправа виконується лежачи або сидячи в зручному кріслі, утім тренувана людина може виконувати її скрізь і в будь-якому положенні, навіть стоячи в метро і тримаючись однією рукою за поруччя. Людині пропонується дихати глибоко і повільно, але не форсувати подих, уявляючи, як повітря проходить через всі органи тіла. Вона має спостерігати, як органи дихають, начебто вони живі істоти, що мають роти і носи, вдихають і видихають повітря разом з усім організмом або у власному ритмі. Дихати можуть усі внутрішні органи, навіть кістки, зуби і волосся. Варто звернути увагу на ті органи, які чомусь не дихають або дихання яких утруднене. Пропонується певним чином впливати на них, щоб допомогти їм дихати легко і вільно. Ця гра уяви впливає на напружені органи і допомагає їм розслабитися. Як правило, 5–10 хвилин такої вправи досить для відчуття глибокої релаксації, бадьорості та свіжості, як після глибокого і повноцінного сну. Більшість людей зазначають, що відчувають якусь прохолоду, схожу на легкий вітерець, що проникає в їхнє тіло.

Те, що глибоке і повільне дихання сприяє психологічному і фізичному розслабленню, відомо давно, ще із системи йоги [33]. Цей метод застосовувався В. Райхом [32], а також у ребефінгу і холотропному диханні [9], але уявлюване дихання органів тіла є зовсім новим прийомом. Уявляючи дихання певних частин свого тіла, індивід стикається з тим, що деякі органи напружені й тому «не дихають». Він змушений застосувати несвідому саморегуляцію, яка допомагає їм розслабитися, що спричиняє зміну образу подиху і, природно, загальне розслаблення, почуття легкості. Методи Райха, ребефінгу і холотропного дихання засновані на фізичному впливові підвищеної кількості кисню, що поглинається

індивідом. Дійсно, збудження від достатку кисню починає суперечити хронічним м'язовим напруженням, і вони «вибухають» зсередини. Іноді це супроводжується болісними відчуттями і початковим загостренням спазматичних болів. Зазначені прийоми не можуть застосовуватися дозовано, їх варто здійснювати до «вибуху», до перемоги, інакше все залишиться як і раніше, індивід відчуватиме страх і витратить величезні зусилля на інтенсифікацію дихання.

У наведеному вище методі нічого подібного не відбувається, він не призводить до могутнього насильницького вибуху прихованих напружень, але дає змогу сфокусувати на них свою увагу і поступово, за рахунок внутрішньої психологічної роботи розслабитися. Систематичне, але дозоване застосування цього методу може спричинити ефекти, що досягаються у разі успішного використання ребефінгу або холотропного дихання (що буває не так часто), почуття загальної кінестетичної легкості тіла, достатку енергії, до радісного і комфортного відчуття свого існування у світі.

*Діалог з тілом.* Цей метод спрямований на усунення негативних емоційних станів. Людина подумки оглядає своє тіло і відшукує ту частину тіла (орган), що перебуває в найгіршому настрої (найбільш сумний, злий або тривожний тощо). Далі необхідно «поговорити» з ним (з нею), начебто він (вона) є живою і незалежною істотою, умовивши змінити свій настрій на краще. Розмова з частиною тіла може відбуватися безсловесно, просто як обмін почуттями. Робити це потрібно доти, поки він (вона) не почне «посміхатися». Якщо вдалося швидко домогтися цього результату, то можна перейти до іншої частини тіла і зробити те саме.

Пояснимо метод діалогу з тілом. Емоції не ширяють десь у повітрі, вони завжди відчуваються тілесно, хоча, звичайно, ми над цим не замислюємося. Можна знайти зразкову локалізацію кожного почуття в певному місці тіла — «центр циклону». Набагато ефективніше працювати з почуттям, локалізованим у певному місці простору і тіла, ніж з деяким абстрактним почуттям. Звичайно, пацієнт завжди працює сам із собою, проте в нього виникає ілюзія, що він умовляє когось іншого, але дуже близького і дорогого. Він зацікавлений домогтися результату, відчуває свою відповідальність. Усе це підвищує ефективність його саморегуляції; якби його самого також умовляв терапевт, результат, найімовірніше, був би близький до нуля. Відбувається обмін почуттями із самим собою, тому немає бар'єра незручності, необхідності роз-

повідати подробиці, все розуміється з півслова. Виявлення прихованих почуттів уже є цілющим процесом. Природно, якщо «найсмутніша» частина тіла починає посміхатися, настрої інших змінюється легше, і сам пацієнт починає посміхатися.

*Вивільнення негативних почуттів уявлюваним звуком.* Часто постає проблема допомоги у звільненні від тяжких, болісних почуттів. Іноді для цього пропонується побити подушку, поплакати, написати комусь листа із розповіддю про свої почуття і зачитати його потім в групі тощо, але почуття все одно можуть залишатися, відновлюватися, хоча й меншою мірою і не такі болісні.

Пропонується вивільняти ці почуття за допомогою уявлюваного звуку, що виходить саме з того місця тіла, в якому це почуття «локалізовано». У практиці терапії часто використовується прийом вираження почуттів різними способами: криками, ударами, сльозами, відвертою розповіддю уявлюваній особі або листом, проте вони не дають такого ефекту звільнення, як вилучення негативних почуттів з того місця в тілі, де відчувається їх локалізація.

Уявлюваний звук може бути набагато сильнішим, ніж реальний, і, крім того, будь-яким за якістю. Деякі звуки неможливо відтворити, тому що це скрип або гуркіт тощо, але їх можна почути, як вони виривається з певного місця, несучи із собою і розсіюючи в просторі відповідну емоцію. Можна допомагати собі візуальними уявленнями — як затиснуте почуття виривається з певного місця тіла у вигляді якихось енергетичних потоків і розсіюється в повітрі.

Те, що звук випромінюється з певного місця, підвищує ефективність методу, оскільки можна конкретно відчувати, як емоція звідти виходить, і контролювати її повне вивільнення. Пропонується виражати емоцію доти, поки вона не вийде вся. Це дуже важливо. Коли емоція виражена повністю, відбувається деякий якісний перехід, сили, що стримують емоцію, розслаблюються остаточно, і надалі негативний стан не відновлюється.

*Бути усередині свого тіла.* Вправа полягає в тому, щоб якийсь час бути тільки усередині свого тіла. Це завдання здається дивним, адже ми там і перебуваємо. Насправді, хоча ми укорінені в тілі, але наша увага завжди спрямована у зовнішній світ. Елементарне самоспостереження покаже, що наші думки постійно «перестрибують» від одного предмета до іншого і спрямовані на вирішення якихось реальних або абстрактних проблем, на одержання чогось з навколишнього середовища, на

минуле або майбутнє. Ми думаємо про себе тільки як особистість, про свої успіхи, взаємини. Тіла ми наче не помічаємо, якщо воно не болить, а дехто навіть відчужений від свого тіла.

Запропоноване завдання вимагає відволіктися від ідей і відчутти себе усередині свого тіла, побути в цьому стані хоча б 5 хвилин. Якщо щось буде відволікати, і ви поринете думкою назовні себе, то просто поверніться назад і продовжуйте перебувати у своєму тілі. Потрібно відчутти себе відразу в усьому тілі, а не тільки в голові або грудях. Дозвольте собі просто бути в цьому стані, а не вивчати тіло або свої відчуття.

Навіть 5–10 хвилин виконання цього завдання досить, щоб людина відчула глибоке розслаблення і спокій, позбулася тривоги і відчула своє тіло як близького друга або рідний будинок, знайшла почуття внутрішнього комфорту. Проте у деякого можуть виникнути неприємні відчуття, пов'язані зі прихованим відчуженням від свого тіла, з неусвідомленими емоціями, глибоко прихованими в тілі. Тому найкраще виконувати цю вправу в групі, коли члени її можуть поділитися між собою своїми переживаннями.

*Уявна дія з образом.* Цей прийом часто використовують люди, які хочуть щось змінити в образі, якщо він чимось неприємний, думкою відкинути його, знищивши, сховати десь. Проте, якщо ви відкидаєте образ, то намагаєтеся позбутися пов'язаних з ним відчуттів. Якщо ви його «закопуете», то займаєтеся придушенням; якщо «спалюєте», то знищуєте почуття за допомогою агресії; якщо «перефарбовуєте», то камуфлюєте істину. Подібні дії рекомендуються стихійною «народною містикією», але вони абсолютно неадекватні й навіть шкідливі з погляду емоційно-образної терапії, тому що не вирішують проблему, а примушують людину застосовувати до себе додаткові форми насильства, витратити свою енергію даремно, заганяють недуги всередину душі.

Негативні відчуття або стани, які мають функціональне значення, до тих пір, поки ви не вирішите проблему, відтворюватимуться, а ви затратите дедалі нові й нові зусилля на їх видалення, придушення і знищення. Спазми варто розслабити, а «виривати» їх з тіла безглуздо, ви напружуєте для цього інші м'язи, створюєте додаткові спазми і проблеми.

Обраний спосіб дій повинен відповідати структурі психологічного конфлікту, часто ефективним методом виявляється саме той, який за змістом прямо протилежний очевидному способу дій, що не приводили до успіху. Ви протягаєте подумки руку і торкаєтеся гідкого об'єкта, і він зникає або стає гарним, ви подумки торкаєтеся бруду, а він перетворюється на щось прекрасне.



Використання цього прийому вимагає певних психологічних знань, уміння розуміти прихований зміст образів, тому краще виконувати його під керівництвом психолога, який засвоїв метод емоційно-образної терапії на практиці.

*Парадоксальне рішення.* Цей прийом передбачає попереднє вивчення образу щодо його намірів стосовно самого суб'єкта, ніби він є живою істотою, яка щось забороняє робити суб'єкту. Зрозуміло, що за нього відповідає сама людина, яка допомагає йому краще усвідомити зміст образу і втілених у ньому почуттів. Негативні стани завжди обмежують активність, позитивні почуття тощо. Причому ці обмеження суб'єкт накладає на себе сам, не розуміючи того, як і навіщо він це робить. Коли суб'єкт приймає щодо образу парадоксальне рішення робити або почувати те, чого не дозволяє йому самому цей образ, він насправді звільняє самого себе.

Наприклад, людина може почувати себе, як у в'язниці, що символізує її депресивний стан. Образ в'язниці, звичайно, позбавляє її волі. Звільнившись з власної в'язниці, суб'єкт виявляє, що опинився на волі. Виникає розуміння того, що він сам тримав себе у в'язниці своєї депресії, а також, що може легко жити на волі, якщо дійсно цього прагнути. Людина може розслабитися і до такого ступеня, як це не вдавалося їй за допомогою будь-яких традиційних технологій.

**4. Аутотренінг.** Технологія сприяє усуненню стресів, самоорганізації. Розроблена в 1932 р. німецьким психотерапевтом І. Шульцем. Базується на європейській системі самонавіяння, системі йогів і техніках гіпнозу, що впливають на вегетативну сферу і діяльність органів.

Наводимо найпростіший варіант аутотренінгу [22]:

- 1) я відчуваю спокій, я відчуваю глибокий спокій, я розслаблююся;
- 2) усі мої думки спрямовані на спокій, я зовсім один (одна) зі своїм внутрішнім спокоєм;
- 3) розслаблюю м'язи рук, руки дедалі теплішають, яскраво відчуваю тепло в моїх руках;
- 4) я розслаблюю м'язи ніг, ноги дедалі теплішають, яскраво відчуваю тепло в моїх ногах;
- 5) у животі та грудях відчуваю приємне тепло;
- 6) яскраво відчуваю приємне тепло в усьому моєму тілі;
- 7) мені добре, відчуваю себе легко і вільно;
- 8) серце б'ється рівно та спокійно, дихаю мимоволі;
- 9) я абсолютно спокійний (спокійна), мені добре.

Цей варіант заспокійливої частини вимагає не більше 3–4 хвилин.

Після розслаблення, відволікання від навколишнього світу, виконується мобілізуюча частина:

- виникає почуття легкого ознобу;
- стан як після прохолодного душу;
- з усіх м'язів іде почуття важкості та розслабленості;
- у м'язах починається легке тремтіння;
- озноб все посилюється;
- холодіють голова і потилиця;
- тілом побігли мурашки;
- шкіра стає гусячою;
- холодіють долоні й стопи;
- подих глибокий, частішає;
- серце б'ється сильно, енергійно, прискорено;
- озноб ще посилюється;
- всі м'язи легкі, пружні, сильні;
- я стаю дедалі бадьорішим (бадьорішою);
- розплющую очі;
- дивлюся напружено, гранично зосереджено;
- я приємно збуджений (збуджена);
- я повний (повна) енергії;
- я — наче сталева пружина;
- я цілком мобілізований (мобілізована);
- я готовий (готова) діяти.

Наведені формули є основою. Кожна людина залежно від досвіду, індивідуально-психологічних особливостей уточнює для себе вербальні впливи.

**5. Медитація.** Одні люди застосовують медитацію для боротьби зі стресом, інші знайшли в ній спосіб саморозуміння і порятунку світу, треті — як засіб очищення свідомості та готовності до боротьби тощо. Медитація має величезні можливості, але заняття нею вимагає часу, а повне освоєння триває роками. Як правило, під медитацією розуміють особливий стан свідомості з нав'язливою фіксацією якоїсь однієї думки або образу (мимовільна медитація). Якщо людина самостійно зосереджується, міркує про щось з повним відстороненням від усього зайвого, — це довільна медитація. На медитації заснована індійська, китайська, японська духовна культура.

Традиційно медитація була однією зі сходинок у процесі духовного розвитку, самореалізації, вдосконалення. Практично медитація в на-

шому житті може використовуватися як психотехніка. З медитацією знайомі усі. Дитина від двох до п'яти років пізнає світ у медитації — концентруванні уваги на певному предметі.

**6. Цілющий самовплив (аутопсихотерапія).** Ці технології докладно розглянуто в багатьох роботах [8]. Рекомендації з управління неусвідомленими процесами в організмі засновані на апробованих протягом тисячоріч практиках Сходу, які активно впроваджуються сьогодні в умовах Заходу.

Сутність технології — це гармонізація «взаємин» свідомості та підсвідомості. Вплив на підсвідомість виробляється стратегічно і тактично. Стратегічно завдання «гармонізації» вирішується ставленням до себе з реалістичною оцінкою своїх можливостей, зі збереженням почуття гідності, оптимістичного ставлення до життя, узгодження сенсу життя і покликання. Ця перша складового стратегічного впливу називається *мудрістю*. Складова, яка виявляється в умінні застосовувати розум і досвід щодо себе та інших людей, називається *моральністю*. Мудрість царює у свідомості, моральність — у підсвідомості.

Відповідно до стратегії вирішуються тактичні завдання усунення важкого симптому або «лікування» органа тіла. Століттями відпрацьована техніка дає змогу розв'язувати ці життєво важливі завдання.

**7. Технології роботи з власною свідомістю.** До них належать трансцендентальна медитація, ребефінг, холотропна терапія, діонетика, інтегративні психотехнології тощо. Ці технології дають змогу впливати на психофізичні процеси в людині так званим очищенням її польової форми від «розумового сміття негативних емоцій», що утворило «раковини» і перекручування. В основі цих технологій медитативні техніки, кероване дихання, провокуюча музика в поєднанні з іншими формами звукового впливу тощо. Технології враховують особливості функціонування людського організму, вимоги законів, які управляють ним, забезпечують його саморегуляцію.

## 8.2.2. Технології самовиховання і взаєморозуміння

**Технологія самовиховання.** *Самовиховання* — це свідоме, плано-мірна, систематична робота над собою з метою вдосконалення або формування нових якостей власної особистості, необхідних для досягнення життєвих цілей. Це діяльність зі зміни своєї особистості, спрямована на засвоєння певних ідей, норм, принципів, навичок, технік тощо.

Самовиховання складається з таких етапів:

1) *початковий етап*. Характеризується прагненням змінити себе, форму своєї поведінки. На цьому етапі людина ще не планує самовдосконалюватися, а прагне лише відмовитися від того, що суперечить її життєвій місії, заважає її руху до цілі. На початковому етапі у світі особистості виникає протиріччя між старими характеристиками і необхідністю нових;

2) *центральний етап*. Вирізняється створенням умов, що сприяють загостренню протиріч між старими і новими вимогами до особистості. На цьому етапі відкидається одне і схвалюється інше;

3) *завершальний етап*. Характеризується перевихованням, прагненням особистості до перевиховання (засвоєння нових поглядів, формування нової життєвої позиції), зміною відповідно до поставлених життєвими вимог.

Процес самовиховання — це якісно нова взаємодія людини із зовнішнім світом, активна зміна свого внутрішнього світу. Об'єктами самовиховання можуть бути:

- воля, виражена в умінні долати утруднення, перешкоди;
- особиста організованість;
- уміння управляти своєю увагою;
- пам'ять тощо.

Для вирішення завдань самовиховання використовуються такі засоби: самопримус, самоподолання, самопідпорядкування, самонаказ, самоумовляння, самонавіяння, самопокарання, самостимулювання, самопереконання, самозаспокоєння. Кожен цей засіб вводиться в дію з використанням досить простих і знайомих кожній людині технік. Наприклад, самонаказ — це вольовий акт, заснований на переконанні у необхідності виконання певної програми. У здійсненні вольового зусилля, спрямованого на виконання самонаказу, велике значення має самопереконання. Воно базується на знаходженні обґрунтованих доводів, нових аргументів у необхідності чогось, що мотивують діяльність. Самопереконання варто завершити прийняттям рішення і самонаказом: «Все!», «Вистачить!», «Треба», «Зробити», «Уперед!». Усі засоби самовиховання взаємозалежні.

Ефективним засобом самовиховання є самонавіяння у стані «гіпнотичного трансу» (самогіпнозу). Основою самовиховання є діяльність, що вдосконалюється, оскільки вона виробляє нові навички, уміння. Як відомо: «Мало знати, лише уміння робить нас могутніми». Наше вміння

програмується у підсвідомості внаслідок повторень. Людина поводиться так тому, що в результаті засвоєної нею програми вона залучається до діяльності у певній обстановці, автоматично. Це і вимагає вдосконалення діяльності.

Будь-яка діяльність регулюється і керується завдяки зворотному зв'язку. Результати роботи (виконання програми) у сфері самовиховання повинні періодично вивчатися, аналізуватися, порівнюватися з плановими і застосовуватися коригувальні впливи в системі самовиховання.

**Технологія взаєморозуміння.** Розуміння в процесі комунікації відбувається на основі сприйняття вербальної та невербальної інформації.

**Сприйняття і розуміння мови.** Мова виконує комунікативну функцію. Це засіб соціального спілкування, висловлення і розуміння. Мова тісно пов'язана з мисленням людини. Одиниці думки й одиниці мови не збігаються. Думка не складається з окремих слів, як мова.

Людина витрачає тривалий час, щоб донести одну думку. Думка — як хмара, з якої ллє дощ слів. Сама думка народжується з мотивуючої сфери свідомості, що охоплює прагнення і потреби, інтереси і обговорення, афекти й емоції. За думкою стоїть афективна і вольова тенденція, яка пояснює дощ слів. Для розуміння співрозмовника необхідно знати мотив. Розуміння чужої думки стає можливим при визначенні її дійсного ефективного-вольового підґрунтя.

За розуміння мови співрозмовника необхідне усвідомлення значення слів і мотиву думки: що він говорить і заради чого висловлюється думка. Таким чином, потрібно розуміти слова (текст) і автора цього тексту. Як правило, розуміння передбачає побудову образів в одній з півкуль мозку без контролю їхнього характеру й ототожнення висловленого автором тексту. Це «природне» розуміння не пов'язане здебільшого з ціллю комунікації, реальною ситуацією.

При розумінні варто розрізняти зміст і смисл тексту. *Зміст тексту* — це типовий результат розуміння, коли усуваються його індивідуальність й умови організації розуміння. Текст стає незалежним від автора і слухача (читача). Увага в розумінні концентрується на відповідності знака його значенню, зв'язки ж між знаками характеризують логічні співвідношення.

*Смисл тексту* — індивідуальна форма застосування значень слів, знаків, авторських уявлень, виражених у тексті. Смисл тексту має авторську особливість.

При розумінні тексту переважно зупиняються на змісті й не доходять смислу. Насправді те що ми чуємо, читаємо, піддається нашій критиці. За

критичного розуміння недостатньо у процесі сприйняття тексту ґрунтуватися на суб'єктивній упевненості щодо тотожності усвідомленого смислу змістові сказаного (написаного) автором. За такого сприйняття у процес розуміння залучаються механізми свідомості та самосвідомості, що зумовлює необхідність управління цим процесом. Для управління процесом розуміння необхідні спеціальні засоби. Найвні переваги використання для цього процедури рефлексії, а для фіксації змісту в процесі розуміння — схем образотворчого типу. Проте динаміка процесу комунікації не дає змоги цими засобами спостерігати за утворенням смислу. Вони є громіздкими, та й не забезпечують своєчасного досягнення цілі розуміння.

Цілями розуміння тексту можуть бути:

- відтворення результату вираження думки (змісту її або тексту);
- виявлення в автора вихідних положень;
- розпізнавання в змісті того, що необхідно для вирішення розуміючим необхідного завдання, що спонукало його слухати або читати текст.

Досягнення мети розуміння можливе на основі рефлексії та усвідомлення утвореного смислу результатів фіксації змістів у процесі сприйняття тексту. Найпростішим способом відтворення результату вираження думки (вміщеної в змісті та смислі тексту) є пошук і виокремлення у матеріалі змістів теми, що становить предмет бесіди. Специфіка розуміння в цьому разі передбачає використання словникових значень і реалізацію логіко-граматичних вимог.

При цьому потрібно враховувати особливості розуміючого й умов розуміння. Необхідно уточнити значення слів у словниках. Природно, цього не можна зробити в діалозі. Проте у цьому разі слід уточнити в автора, що він розуміє під певним зворотом мови. Можна просто запитати: чи правильно ви зрозуміли те, про що він говорить, і сформулювати своє розуміння.

Якщо текст досліджується і потрібне глибоке розуміння, то залучається експерт, який має логотехнічну і онтологічну підготовку.

**Пошук вихідних положень автора** (тверджень, думок), покладених в основу діалогу. Сутність технології — у використанні двох типів логіки: реалізуючи принципи додатковості й уточнюваності. Логічні міркування, як правило, передбачають застосування термінів «суб'єкт» (те, про що йдеться) і «предикат» (те, що говориться про об'єкт). Під предикатом розуміють єдність знака і значення. Знак — одиниця мови тексту, символ, носій інформації. Знак (комплекс знаків) описує і зображує об'єкт. Об'єкт — це те, що протистоїть суб'єкту (явище, предмет, особа

на яку спрямовано увагу). Використання предиката позбавляє уявлення суб'єктивності. Послідовно сприймаючи знаки і «розглядаючи» зв'язки між ними, конструюють і узагальнюють зображення реальності. Використання розбіжностей логіки доповнення й уточнення дає змогу виявити вихідні положення в тексті.

**Розпізнавання змісту тексту.** Найчастіше це завдання вирішується в комунікації. Комунікація виникає на базі спілкування. Вона починається через необхідність узгодження спільного життя і діяльності та передбачає:

- використання мови як посередника;
- подолання утруднень у спілкуванні (нерозумінні) перебудовою образів;
- появу вимог до застосування посередника (мови).

Тут виявляється вся архітектоніка мови: словник, граматики, самотілення вимог у побудові мови.

**Використання мови як посередника.** Мова має загальні вимоги до її організації. Мова людини в комунікації виступає як організований посередник. У процесі розвитку мови утворилися своєрідні еталони посередника, що застосовувалися в різних ситуаціях і випадках. Тому в процесі розуміння необхідно вирізнити мову як суму еталонів (словник) і мову у вигляді тексту, побудованого у певній ситуації. Відомі нам синтаксис, граматики є засобами застосування еталонів. Використання еталонів і правил становить мову.

Людина у своєму розвитку проходить шлях засвоєння цих еталонів і правил у певному середовищі, і часто значення навантаження якогось елемента мови буває різним. Проте у цілому мова дає змогу перебудувати образи в людей, які спілкуються і бажають зрозуміти один одного. Як показано в моделі комунікації (розділ 7), розуміння досягається точністю передання аналога.

**Усунення утруднень у спілкуванні.** Сприятий текст має певну структуру — взаємне розташування і зв'язок слів, знаків тощо. У будь-який письмовий або усний текст за всієї його звичайності для сприйняття можна вставити «приховані» команди для підсвідомості, що переводять людину в стан гіпнотичного трансу. Текст сприймається корою головного мозку, відбувається відповідна робота пам'яті й інших механізмів. Пам'ять людини зберігає образи, які виникають при сприйнятті та закріплені за еталонами, вони також є результатами конструювання мови.

Еталон узгодженого з іншими або сконструйованого уявлення називають значенням. При сприйнятті з'являються спершу індивідуальні, стихійні уявлення, які у майбутньому соціалізуються, стають соціально необхідними для розуміння. Отже, ми розуміємо текст, використовуючи еталонні уявлення. Те, що частини тексту взаємозалежні, впливає на синтезування уявлень і результат сприйняття, його зміст. На відміну від значення смисл не збігається зі змістом тексту. Смисл є результатом реального процесу сприйняття і розуміння тексту в комунікації. Розуміння передбачає утворення смислу, який розглядається як авторське бачення світу, дійсності. Значення в розумінні тексту — це результат угоди між людьми, які беруть участь у комунікації й однаково бачать навколишній світ.

Отже, процес розуміння зводиться до впізнання структури тексту і використання наявного різноманіття уявлень для відтворення того, що мав на увазі автор. Розглянутий процес розуміння пов'язаний з інформацією, яка отримується вербально. Він недостатньо враховує внутрішній психофізіологічний процес, що відбувається в партнері по комунікації.

### **8.2.3. Соціокультурні технології**

Ці технології, розроблені 20 років тому в США Д. Гріндером і Р. Бендером, широко висвітлювалися в літературі [3, 9, 37]. Ефективність і багатоплановість їх застосування в менеджменті, СМ зумовили їх популярність серед тих, хто вчиться управлінню собою й іншими людьми. У нашому посібнику вони розглядаються як засоби самоуправління, СМ. Ефективність соціокультурних технологій пояснюється можливістю «зняття» з об'єкта комунікації як вербальної, так і невербальної інформації та управління своїми психофізіологічними процесами в організмі.

Автори соціокультурних технологій назвали їх нейролінгвістичним програмуванням (НЛП). Вони вважали, що винайшли для людини засіб використання власних ресурсів. І хоча застосовували техніки, уже давно відомі у світі, особливо, у колишньому Радянському Союзі, додали їм соціокультурного характеру.

НЛП у плані СМ дає змогу:

- ефективно використовувати власний людський ресурс;
- програмувати себе і партнерів на досягнення результатів і зміну особистих якостей;



- непомітно змінити власну поведінку і поведінку своїх колег;
- мотивувати себе на досягнення поставлених цілей;
- підвищити рівень розуміння оточення;
- ефективно організовувати комунікації з людьми.

Наведені можливості НЛП дають змогу успішно вирішувати багато функцій СМ.

**Технологія комунікації (організована комунікація).** Відомо, що дві півкулі, з яких складається передній мозок, працюють спільно, але між ними існує спеціалізація. Як зазначалося вище, права півкуля керує сенсорними і руховими функціями лівої половини тіла, а ліва півкуля — правої половини. Один з найвидатніших фахівців у галузі роботи мозку Р. Сперрі стверджує, що кожна півкуля має власні окремі відчуття, сприйняття, думки та ідеї, повністю відособлена від відповідних внутрішніх відчуттів іншої півкулі. Кожна півкуля має власну кількість спогадів і засвоєних знань, недоступних для іншої. У багатьох відношеннях кожна з них має окреме власне мислення»

Багатьма дослідниками доведено, що кожна півкуля сприймає реальність своїм способом. Ліва півкуля спеціалізується на словах, числах, аналітичному мисленні та лінійно-цифрових міркуваннях. Права — на просторовості, візуальній образності, уяві, колірних гамах, кінестетичних відчуттях і творчості. Коли ви дивитесь на знайому людину, то ваша ліва півкуля впізнає специфічні риси тобто ніс, рот, очі тощо, але при роботі тільки лівої півкулі людина не здатна пізнати ціле — цим займається права півкуля. Інформація, що сприймається органами чуттів людини, характеризується особливостями роботи півкуль мозку комунікантів. У результаті сприйняття в людини формуються образи, в ідеалі відповідні (аналогічні) дійсності.

У формуванні образів розрізняють такі види аналогової інформації:

- моноканальну, що відповідає позі, диханню, інтонації, темпу, тембру голосу;
- стереоканальну, що відповідає рухам рук, міміці та почервонінню лівої і правої сторін обличчя.

При цьому права стереоканальна інформація (жести, міміка правої частини тіла) характеризує знаково-логічну складову інформації і керується лівою півкулею мозку. Ліва стереоканальна інформація (жести, міміка лівої частини тіла) характеризує емоційно-значиму складову інформації і керується правою півкулею мозку.

Жести, міміка тощо керуються підсвідомістю, що щиро (правдиво) виражає сприймане. Мова керується свідомістю (тут людина може обманювати), при цьому виникає ситуація, коли одне тіло може демонструвати розбіжність. З огляду на це сформовано три правила:

1) правостороння аналогова інформація повинна бути симетричною лівосторонній. Особливо це помітно при посмішці. Якщо вам раді, то посмішка буває симетричною;

2) максимальна аналогова інформація повинна відповідати знаковій інформації. Якщо говорите одне, а поза, дихання, характер мови сприймаються по-іншому, то відразу відчувається фальш;

3) ліва стереоканальна аналогова інформація повинна відповідати знаковій. Для переконання людині завжди потрібно мову підсилити емоційно. Можна не настільки логічно викласти думку, але схвильованість додасть їй переконливості.

Відомо, що мозок працює як «детектор брехні». За невідповідності інформації вона сприймається з недовірою. Людина може навіть не усвідомлювати цього, але їй підказує про це підсвідомість.

З огляду на зазначену особливість роботи мозку можливе «підлаштування» під партнера по комунікації. Саме це демонструє гіпнотерапевт хворому, циганка яка пропонує поворожити, підготовлений партнер за столом переговорів. Вони володіють у цьому разі технікою «зачарування», яка базується на закономірностях сприйняття, мислення людини. Її відкрили руські жерці, використовували відомі гіпнотизери російського походження, окультири і додали гласності автори НЛП. За допомогою кінокамери вони, досліджуючи досвід відомого гіпнотерапевта М. Еріксона, виявили закономірність між аналоговим сприйняттям навколишнього світу і відповідним використанням предикатів (єдність знака, слова і їх значення), системи жестів, міміки, характеристик мови і рухів очного яблука.

Кожна людина, яка сприймає навколишню реальність, формує аналогії трьох типів (трьох модальностей):

- *візуальний* (сприйнята аналогова інформація відповідає комплексу зорових образів);
- *аудіальний* (сприйнята аналогова інформація відповідає комплексу звуків);
- *кінстетичний* (сприйнята аналогова інформація відповідає комплексу відчуттів тіла).

У процесі розвитку під впливом різних факторів людина починає користуватися частіше однією з трьох модальностей, яка стає домінуючою.

При цьому людина може сприймати зовнішню інформацію з домінуванням однієї, наприклад слухової, системи, внутрішньо обробляти отриману інформацію з домінуванням іншої, наприклад зорової (у вигляді образів і уявлень), а передавати інформацію у зовнішнє середовище з домінуванням третьої, наприклад кінестетичної системи. Не обов'язково, щоб при прийнятті, обробленні та переданні інформації основні сенсорні системи були різні або існувала одна. Головних провідних систем буває кілька.

Отже, якщо передавати людині інформацію у тій модальності, в якій вона звикла її сприймати, вона робитиме це досить ефективно. Щоб визначити цю модальність, можна скористатися порадою авторів НЛП. Вони рекомендують використовувати кілька ключів доступу (індикаторів) модальності. Доступ — процес одержання внутрішньої інформації — картин, звуків, відчуттів, спогадів, фантазії та ін. Ключі доступу — специфічна невербальна поведінка, що вказує на спосіб, за допомогою якого одержують інформацію.

1. *Словесні предмети*. Коли людина каже: «Ви уявіть», то це означає, що вона спершу уявила образ, а потім його озвучила словами у візуальній модальності. Кожній модальності відповідають специфічні предикати. Частина з них наведено в табл. 8.1.

Таблиця 8.1.

#### Індикатори визначення модальності

Індикатор	Модальність (з боку спостерігача)		
	візуальна	аудіальна	кінестетична
Модальні предикати	Уявіть, вочевидь, яскраво, перспектива тощо	Послухайте, голосно, логічно, співзвучно тощо	Почуваю, відчуваю, легко, зручно тощо
Жести рук	На рівні обличчя	Вище від пояса	Нижче від пояса
Темп мови	Прискорений	Розмірний, рівний	Уповільнений
Інтонація голосу	Підвищена	Монотонна	Знижена
Очні сигнали доступу	Вгору прямо, вліво, праворуч, прямо перед собою	Праворуч, ліворуч, униз праворуч	Униз прямо, униз ліворуч

2. *Кінестетичні індикатори*. Кожній модальності відповідають певні жести і характеристики голосу (темп мови, інтонація).

3. *Очні сигнали доступу (ОСД)*. У процесі вивчення людської поведінки виявлено, що «скануючі» рухи ока пов'язані з внутрішніми процесами,

що відбуваються у головному мозку. Ці рухи необхідні для актуалізації у свідомості інформації про минулі спогади або конструювання майбутнього досвіду. Необхідна інформація може бути отримана спостереженням за рухом очей. Так, якщо ваше запитання: «Що вчора на зборах було цікавого?», — змусило партнера пригадувати (виведення з оперативної пам'яті), його очі зроблять три рухи. Перший — характеризує процес спогаду на підсвідомому рівні, другий — процес репрезентації, що дає змогу людині відтворити інформацію у необхідному вигляді та надати її свідомості. Цей процес усвідомлюється людиною. Вона бачить візуальний образ, чує звуки, відчуває. Третій рух характеризує процес референції (оцінки, перевірки) на рівні підсвідомої діяльності. Ці рухи людських очей (етапи) називають стратегіями мислення. Знання їх дає змогу визначати, в якій модальності відбувається поетапний процес мислення. Відповідь партнеру в модальностях, які відповідають модальності етапів, сприяє швидкому розумінню вас.

Отже, ми ознайомилися із системами введення інформації у свідомість (провідної) репрезентації (первинної) і референтної. Нижче буде показано їх важливість у СМ.

Схему ОСД продемонстровано у табл. 8.1 і на рис. 8.2.

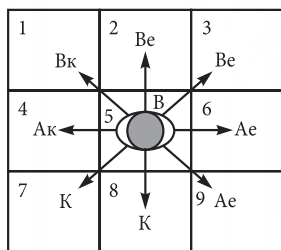


Рис. 8.2. Схеми очних сигналів доступу (стрілками показано напрямки руху ока партнера по комунікації):

В — візуальна модальність, А — аудіальна, К — кінестетична, е — ейдетичне сприйняття, к — конструювання образів

Наведена на рис. 8.2 схема характерна для праворуких. Вона властива більшості людей, але можуть бути і винятки, пов'язані з особливостями спеціалізації роботи півкуль мозку.

Розподіливши поле зору людини (партнера по комунікації), який дивиться на вас, можна виділити 9 зон.

- 1, 2, 3, 5 — зони візуальної модальності. Якщо партнер зробив рухи очима в цьому напрямку, то він перетворює аналогову інформацію на слова у візуальній модальності;
- 4, 6, 9 — зони аудіальної модальності. Глянувши у ці зони, партнер перетворює аналогову інформацію на слова в аудіальній модальності;
- 7, 8 — зони кінестетичної модальності. Зробив рух очима в ці зони, партнер перетворює аналогову інформацію на слова в кінестетичній модальності.

Зони 1 (Вк) і 4 (Ак) характеризуються конструюванням образів, яких партнер по комунікації не бачив і не чув. Наприклад, якщо ви запитуєте чоловіка, де він був, а той, відповідаючи, відводить погляд у зони 1 і 4, то, найімовірніше, він вас обманює.

Зони 2, 3, 5, 6, 9 — ейдетичне сприйняття зорових або слухових образів у всіх подробицях.

Отже, для ефективного спілкування необхідно перебувати постійно в модальності партнера по комунікації. З огляду на різний набір модальностей етапів мислення (три етапи по три варіанти модальності на кожному) для ефективної комунікації потрібний розвиток 27 стратегій мислення. Проте результати досліджень авторів НЛП і практика роботи багатьох гіпнотерапевтів свідчать, що більшість людей мають досить обмежену кількість стратегій мислення. Це звужує їхні можливості до ефективної діяльності, а часом псує сприйняття світу.

*Приклад 1.* Наявні дослідження свідчать, що менеджери вищого і середнього рівня управління повинні мати розвинену візуальну і кінестетичну референції. Перша визначає здатність стратегічного мислення, а друга дає змогу мати добрі стосунки з підлеглими, легко формувати контакти, розвивати дух співробітництва.

*Приклад 2.* Людина може не мати референтної системи і не знати, чого хоче, вона постійно незадоволена своїм життям. У такому разі цей етап стратегії мислення пов'язаний з використанням НЛП.

Стратегії мислення можуть бути вдалимими і невдалимими. Вдала стратегія — це послідовність процесів, яка забезпечує отримання бажаного результату. Невдалі стратегії можуть бути ефективними, але некорисними. Приклад вдалої стратегії: «Незалежно від мови і країни, люди, які добре знають правопис, користуються однією і тією ж стратегією. Вони створюють ейдетичний образ слова, що зберігається в пам'яті, а потім перевіряють правильність візуалізації за допомогою кінестетичних відчуттів поблизу від середньої лінії тіла» [9, 34, 37] (у зоні сонячного сплетення). Якщо вас цього навчили в дитинстві, то така послідовність як підпрограма перебуває у підсвідомості, й ви навіть не знаєте про її існування. Ті, хто має труднощі з правописом, найімовірніше, не володіють цією стратегією. Д. Гріндері та Р. Бендлер стверджують, що найчастіше так звані нездатні діти — це звичайні діти, проблеми яких створені системою навчання.

Прикладом невдалої стратегії може бути також стратегія правопису, яку часто рекомендують у школі: уявити слово зором, а потім вимо-

вити його. Після такого «організованого» процесу мислення про зміст диктантів говорити не доводиться. Одним із завдань СМ, вирішення якого забезпечує ефективний саморозвиток, є тренування за постійного збільшення кількості використовуваних стратегій. Чим більше стратегій мислення розвинути, тим ефективнішим буде спілкування з навколишнім світом. У першу чергу, потрібно навчитися приєднуватися до провідної модальності партнера, що різко підвищить ефективність засвоєння технології комунікації. Це дасть змогу вирішувати складні завдання за рахунок ефективної комунікації.

Ефективний приклад приєднання [15]: один з керівників говорить: «Колеги! Мені здається, що ми не до кінця розуміємо, до яких важких наслідків може призвести це рішення». Тут представлено стратегію мислення В-А-К (візуальний пошук, аудіальна репрезентація і кінестетична референтна оцінка). Приєднання до цього керівника забезпечує «віддзеркалення» стратегії В-А-К. У пропозиції «Наше підприємство матиме гарну перспективу тільки в тому разі, якщо кожний з нас прислухається до іншого, сприятиме розвитку духу співробітництва».

Одним зі способів оволодіння ефективними стратегіями в якійсь галузі може бути визначення стратегії мислення в тих людей, у яких вирішення певного блоку завдань вдається краще, ніж в інших. Після визначення стратегії й аналізу причин її ефективності можна навчити цієї стратегії бажаючих. (Технологію організованої комунікації розглянуто в розділі 7.)

**Техніка досягнення взаєморозуміння в комунікації.** Гіпнотерапевти здавна використовують техніку взаємин, гармонії, згоди з хворим. Вивчаючи роботу з клієнтами М. Еріксона, автори НЛП виокремили три важливих етапи в його лікувальних діях: приєднання, закріплення і ведення. З'ясувалося, що вони можуть бути використані у психології ефективних комунікацій. Застосовуючи заздалегідь зібрану інформацію про партнера, комунікацію, можна визначити стратегію ділового спілкування і домогтися ділових переваг при вирішенні спірних питань. У цьому разі йдеться про психотехнологічну складову технології реалізації ділової стратегії, яка містить етапи приєднання, закріплення і ведення.

На *першому етапі* виробляється «віддзеркалення» або «синхронізація» важливих дій з діями партнера по комунікації. Це наслідування відбувається вербально, з використанням специфічних, процесуальних слів, і невербально — за рахунок «віддзеркалення» пози, дихання, темпу мови тощо. Наслідування є процесом «повернення» партнеру складових його власної поведінки. У цьому разі розуміння, згода зі співрозмовником

підкріплюється «поведінковим» еквівалентом. Партнер по комунікації відчуває гармонію взаємин, тому що до процесу залучена підсвідомість. Але при цьому потрібно вміти тонко і природно, без передражнення, створювати візуальні, аудіальні та кінестетичні відображення. Варто придивитися до спілкування людей. Багато з них інтуїтивно наслідують один одного. Навчання наслідування повинне відбуватися послідовним оволодінням елементами, що становлять весь спектр вербальних і невербальних показників «віддзеркалення». Фахівці вирізняють два види невербальних відображень: пряме (повторення поведінки партнера) і перекресне (коли у певній модальності відображають дію партнера іншим індикатором модальності). Наприклад, дихання партнера відображається рухом руки. Відбувається заміна невербальних каналів.

На *другому етапі* виробляється закріплення у провідній (пошуковій) і репрезентативній референтних системах партнера. Досягається це «вживанням» у модель світу партнера, ви починаєте бачити проблеми партнера своїми очима (як актори входять в образ). У бесіді підтримуєте відповідність мови і мовчання, погоджуєтеся з дійсно важливими аргументами.

На *третьому етапі* змінюється поведінка партнера на аналоговому рівні. При цьому ставиться мета — створити співрозмовнику іншу реальність у всіх модальностях. Досягається це послідовною зміною своїх пози, жестів, міміки, темпів мови і дихання та неусвідомленого повторення цих дій партнером по комунікації. Співрозмовник внаслідок автоматичного «віддзеркалення» синхронізує свої дії з вашими. У результаті хворий у гіпнотерапевта, партнер по комунікації, сприймаючи інформацію в потрібній Вам модальності, виявляється в новій для себе реальності. Відбувається зміна його моделі світу, психофізіологічних реакцій.

## 8.2.4. Психофізіологічні технології самоуправління

Сформованого визначення психофізіологічної технології (ПФТ) сьогодні немає. Існує обґрунтована думка, що психотехнологія — це психологічна складова дій (технологій), використовуваних людиною в процесі діяльності для досягнення шуканого результату [13, 15, 35].

Ми під ПФТ розуміємо цілеспрямовану, упорядковану сукупність дій людини з управління психофізіологічними процесами власного тіла (вплив на психологічну сферу призводить до перебудови фізіологічних процесів в організмі).

За тисячоріччя людиною розроблено і випробувано на практиці безліч технік і технологій, що дають змогу виконувати різні функції самоуправління, вирішувати завдання з адаптації до мінливих умов життя, зміни цих умов. У посібнику розглянуто невелику кількість ПФТ, що мають прикладне значення для повсякденної життєдіяльності сучасної людини. Це переважно приклади ПФТ, розроблені А. Ситніковим на базі підходів і рекомендацій американської школи НЛП, технік російського гіпнозу та самоуправління Сходу, викладених у десятках друкованих праць, виданих видавництвами «Софія» і «Ваклер» у Києві.

**Використання мнемотехнічних принципів Г. Лорейна.** Техніка призначена для розвитку здібностей у запам'ятовуванні інформації, ефективної роботи з текстом. Послідовність слів (предметів), необхідних для запам'ятовування, потрібно уявити у вигляді яскраво ілюстрованого мультфільму, використовуючи за можливості комплекс вимог:

- уявити всі предмети в активній дії в трьох модальностях (В-А-К);
- спотворювати пропорції предметів;
- збільшувати кількість предметів;
- міняти місцями функції предметів.

**Психотехнології, що базуються на техніках використання трансювних станів, нейролінгвістичного програмування.** Багато з них розроблено А. Ситніковим [34] на базі психотехнологій Р. Бендлера, Д. Гріндера, Дж. Делозье та ін. Для прикладу наводимо кілька технологій, адаптувавши їх до умов самостійного вивчення (Додаток 1).

### **8.3. Загальна характеристика засобів самоуправління у східній культурі**

Людина за природою мало довіряє своєму розуму. Тому легко прийняти розумне рішення стосовно себе, але дуже важко його виконати. Повне узгодження між свідомістю і підсвідомістю трапляється рідко. Підсвідомості начебто не існує, а свідомість керує одна. Підходи до управління своїм самовдосконаленням розроблялися в культурі Давнього Сходу [6]. Особливістю було те, що головна увага приділялася дослідженню внутрішнього світу людини і не визнавалася наявність думки без дії. На Сході вважалося, що лише дія додає закінченість думці.



Джерела східної мудрості походять від кочових племен, які називали себе аріями. Володіючи даром усної творчості, вони у вигляді своєрідних пісень, гімнів, заклинань передавали з покоління в покоління веди («знання», «непогрішне знання»). З появою писемності веди були записані й одержали назву «упанішади», тобто «таємне навчання — кінцева мудрість життя».

В упанішадах вказано практичні шляхи вдосконалення людської природи. Численні індійські школи віддавали перевагу певним положенням упанішад і розвивали різні прийоми і методи, за допомогою яких дух набував повної влади над матеріальною оболонкою тіла. Найбільше ці методи розвинені в йогачарів («практика йогів»), які надавали йозі виняткове значення в оволодінні технікою медитації та трансу. Останні використовувалися як засоби переходу від зовнішнього світу людини до її внутрішнього світу для досягнення «вищих істин».

Йогою й іншими східними вченнями були накопичені й використовувалися в повсякденній практиці методи, спрямовані на розвиток у людини здатності до самопрограмування психічних і фізичних функцій. Це здійснюється у змінених станах свідомості, за досягнення повної врівноваженості психіки. Рівновага психіки — неодмінна умова самопрограмування людини і важлива складова її кінцевого результату. Йога виступила в трьох формах — *йога праці (карма-йога)*, *йога любові (бхакти-йога)* і *йога знання (джнана-йога)*.

Неодмінною умовою досягнення стійкої рівноваги психіки відповідно до вчення йоги є повна воля, відсутність твердої залежності людини від фізичних і психологічних факторів навколишнього середовища. Для досягнення цього розробляється спеціальна система фізичних тренувань (*хатха-йога*). Практика оволодіння нею покликана зробити людське тіло підвладним волі та розуму, підвищити витривалість людини до екстремальних умов зовнішнього середовища. Умовою внутрішньої свободи людини, з позицій йоги, є свобода від «предметно-речових» схильностей і зв'язок результату з плодами своєї праці. Ще один шлях (бхакти-йога) веде до встановлення внутрішньої рівноваги людини — шлях любові, до всього живого в цьому світі як до вищого виявлення сутності буття. Третій шлях (джнана-йога) досягнення внутрішньої волі — шлях розуму. Жодна з форм йоги не повинна відмовлятися від знання індивіда з метою підвищення життєвої стійкості.

Підпорядкування процесів, що відбуваються в організмі, свідомості та волі як вищому продукту психіки розглядається як шлях

«звільнення» душі. Для управління загальним психофізіологічним станом людини і її мозком було розроблено спеціальну психологічну систему — *раджа-йогу* (*царствену йогу*). Індійський мислитель Вивекананда (1863–1902) називав її «психологічною йогою», яка управляла психічним життям. Практично це завдання вирішується за допомогою вироблення вміння зосереджувати думки. З погляду раджа-йоги, у звичайному стані ми даремно марнуємо нашу енергію. Сила духу — розсіяні промені світла. Щоб вони засяли вогнем, їх потрібно зібрати в пучок — зосередити.

Вправам у концентруванні думки передують — *асани* (специфічні положення тіла) і *пранаяма* (оволодіння диханням). З цього випливають три етапи психологічного тренування концентрації уваги і думки.

Перший з них — *прат'яхара* — полягає у відволіканні органів чуттів від зовнішніх впливів і повному зосередженні уваги на внутрішніх відчуттях.

Другий — *дхарана* — характеризується тим, що увага протягом певного часу (який поступово збільшується) зосереджується лише на одному або кількох об'єктах свідомості.

Третій — вищий етап концентрування — *дхіана* — виключає будь-які предметні (образні) форми споглядання. Зосередження спрямовується в даному разі на ідею, зміст, не пов'язаний з якоюсь конкретною формою. Такий стан, як правило, супроводжується екстазом і називається «*самадхи*». Він є основною та єдиною метою індо-буддійської медитації (його неможливо описати словесно). Самадхи — остання ланка на шляху до звільнення, яка веде до *нірвани* (вищий стан, кінцева мета людських прагнень). Цей вид свідомості наявний в нас, але залишається закритою логіко-структурованою формою рефлексивного мислення.

Іншим напрямом управління психікою людини є *дзен-буддизм* — модифікація буддизму. Для усвідомлення реальності, пізнання істини (за дзен) немає необхідності вивчати навколишній світ, а досить зануритися в себе, побачити власне вище «Я». На відміну від класичного буддизму, що орієнтує на тихе споглядання, дзен наголошує на акті раптового просвітління — *саторі*. Цей стан потрясіння досягається спеціальною технікою тренувань, спрямованою на позбавлення людини звичних уявлень і зв'язків, придушення логічного мислення, пробудження пригніченої інтуїції. Самодисципліна мислення і система фізичних обмежень сприяють розвитку саторі, відкривають людині вищий зміст буття, зумовлюють радикальне відновлення особистості, перебудову її

світовідчування, моральної самосвідомості, способу життя, стилю поведінки стосовно оточення.

Відпрацьована до дрібниць протягом тисячоріч система йоги і дзен-буддизм мають у своєму розпорядженні могутні методи «модифікації» людської психіки. Дослідники вважають, що йога має переваги перед звичайною гімнастикою, фізіотерапією та іншими засобами зовнішнього впливу на організм, відкритими європейською наукою.

Дзен — це спосіб життя, що забезпечує людині гармонію із самою собою і навколишнім світом. Він рятує людину від страху, тяжких переживань і веде до абсолютної волі, повної духовної самореалізації. Психолог Е. Фромм вважає, що дзен здатний активізувати внутрішню енергію людини, охороняти її від психічних захворювань і душевних зламів.

Наведені напрями, вдосконалюючись протягом багатьох століть, зробили витончену систему психотренінгу, психічної саморегуляції та досягли в цьому разючих результатів. Не використовувати ці досягнення з метою збагачення загальної культури психічної діяльності сучасної людини було б нерозумно. Проте не можна примусити до самовдосконалення ні домовленостями, ні погрозами, ні гіпнозом, якщо немає до того власних внутрішніх спонукань. Управляти собою важко тоді, коли це особливо необхідно.

Щоб зрозуміти, чому людина в одних випадках хазяїн собі, а в інших — ні, іноді необхідно дослідити все її життя з раннього дитинства, врахувати спадковість і виховання.

Для вирішення наведених нижче завдань необхідно повторювати вправи про себе або вголос услід за викладачем.

*Вправа для досягнення стану спокою і відновлення сил [17]:*

- Кисть нагрівається, пальці приємно теплішають, долоня розігрівається все сильніше, кисть наповнюється м'яким теплом, пальці стають зовсім теплими, уздовж пальців струменіє тепло, наповнює кінчики пальців, заливає нігті.
- У руці підсилюється блаженне тепло, долоня дедалі теплішає, стає гарячою, тепло пульсує, приємно лоскоче.
- Жар охоплює зап'ястя, розігріває лікоть, уся рука тепла, гаряча від плеча до пальців.
- Тепло заливає обидві руки, вони наповнені пульсуючим теплом — до плечей, ключиць і лопаток.
- Ноги, усе тіло, груди, живіт, спина, попереk, хрестець, таз, моє сонячне сплетення випромінюють тепло. Я весь випромінюю тепло.

- Я перетворююся на сонце. Я — сонце.»

*Вправа на підняття тону, працездатності:*

- Наливаюся пружною силою, відчуваю небувалий приплив бадьорості, згусток енергії, концентрат волі, весь заряджений, реакція блискавична, увага — вибух!
- Я — блискавка — удар!

*Вправа на судинну тонізацію:*

- Вмикається прохолодний душ, я відчуваю його всім тілом, весь освіжаюся, плечі, спина в приємному ознобі, мурашки біжать тілом, легке тремтіння, дедалі сильніше хочеться рухатися, озноб зростає.
- Я весь напружуюся, як пружина, весь стиснутий, все готове до кидка, увага — встати!

Друга група вправ використовує тексти *зцілювальних психологічних настроювань*, розроблених на базі народних обмов [36]. Нешкідливість цього методу доведена численними експериментами і клінічними випробуваннями. Ці настроювання можуть бути записані на магнітофонну стрічку або прочитуватися вголос.

## КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Що розуміють під технологічним СМ?
2. Назвіть і дайте загальну характеристику функціям СМ і можливим засобам їх реалізації.
3. Охарактеризуйте процес прийняття рішення в повсякденному житті.
4. Проаналізуйте методики саморегуляції людини, як Ви могли б їх використувати?
5. У чому полягає сутність техніки виправлення моделі світу, цілепокладання, саморегуляції, самовиховання, взаєморозуміння? Як ними користуватися?
6. Випробуйте на собі всі запропоновані ПФТ. За необхідності скористуйтеся додатковою літературою.
7. Як і коли застосовувати психотехнології, що базуються на техніках використання трансових станів, нейролінгвістичного програмування?
8. Дайте загальну характеристику засобів самоуправління, розроблених у західній і східній культурах.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Алиев Х. Ключ к себе. Этюды о саморегуляции. — М. : Молодая гвардия, 1990.
2. Бахтиярова С. А. Азбука самопонимания. Реверсивный психоанализ. — К. : Росава, 2002.
3. Бендлер Р. Используйте свой мозг для изменения: НЛП. — СПб. : Ювента, 1994.
4. Биоуправление: теория и практика. — Новосибирск : Наука, 1988.
5. Битянова Н. Р. Психология личного роста : Практ. пособие по проведению тренинга. — М., 1995.
6. Борзенков В. Л. Рефлексивно-психологические основы саморазвития и коммуникативной компетентности. — М. : Рос. Акад. агро.-бизн, 1999.
7. Гарбузов В. И. Человек — Жизнь — Здоровье. — СПб. : Комплект, 1995.
8. Гончаров Г. А. Суггестия: теория и практика. — М. : КСП, 1995.
9. Гриндер Д., Бендлер Р. Структура магии. — М. : КААС, 1995.
10. Гроф С. Путешествие в поисках себя. — М., 1994.
11. Кандыба Д. В. Тайны человеческой психики. — СПб. : Каро, 1996. — Т. 1, 2.
12. Кандыба Д. В. Техника гипноза «СК». — СПб. : Манм Юнеско, 1989.
13. Качанов Л. А. Медитация — путь к себе. — М. : Кокон, 1990.
14. Кроссворды для руководителей: Практические советы руководителю. — М. : Дело, 1992.
15. Кузьмин И. А. Психотехнологии и эффективный менеджмент. — М. : ТШБ, 1992.
16. Ладанов И. Д. Практический менеджмент: В 3-х т. — М. : Ника, 1992.
17. Леви В. Л. Искусство быть собой. — М., 1973.
18. Леви В. Л. Азбука здравомыслия. — М. : Цільфора, 2004.
19. Линде Н. Д. Новые методы саморегуляции // Журн. практ. психолога. — 2005. — № 1.
20. Линде Н. Д. Основы современной психотерапии. — М., 2002.
21. Линде Н. Д. Эмоционально-образная терапия. Теория и практика. — М., 2004.
22. Линдемман Х. Аутогенная тренировка. — Минск : Харвест, 2002.
23. Лободин В. Т. Здоровье и духовность. — СПб., изд. ИК. «Комплект», 1996. — Кн. 1-5.
24. Ливайн С. Лидер в тебе. — М. : Прогресс, 1995.
25. Лоренц К. Агрессия. — М. : Прогресс, 1994.
26. Мак-Кей М., Роджерс П., Мак-Кей Ю. Укрощение гнева. — СПб. : Питер, 1997.
27. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. — СПб. : Питер, 2000.

28. *Никитин В. Н.* Психология телесного сознания. — М. : Мысль, 1988.
29. *Павлов И. П.* Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных. — М. : Наука, 1973.
30. *Панасюк А. Ю.* Управленческое общение. — М. : Экономика, 1995.
31. *Рабочая книга практического психолога.* — М. : Питер, Красная площадь, 1996.
32. *Райх В.* Анализ личности. — М. ; СПб. : Питер, 1999.
33. *Свами Вшинудевананда.* Полная иллюстрированная книга йоги. — М., 1991.
34. *Ситников А. П.* Акмеологический тренинг. — М. : ТШБ. 1996.
35. *Сытин Г. Н.* Животворящая сила. Помогите себе сам. — М.: Энергоиздат, 1990.
36. *Технология политической власти.* — К. : Вища школа, 1994.
37. *Трансформация личности.* — Одесса. : Хаджибей, 1995.
38. *Энциклопедический справочник медицины и здоровья.* — М. : Рус. энцикл., 2005.

МАУП

# ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ СТРАТЕГІЧНОГО САМОМЕНЕДЖМЕНТУ

Небеса ніколи не допомагають тим людям,  
які ні за що не беруться.  
*Софокл*

## 9.1. Становлення і сутність стратегічного самоменеджменту

### 9.1.1. Розуміння стратегії, стратегічного управління

Термін «стратегія» був запозичений теоретиками управління зі сфери військових мистецтв (грецьк. «*stratos*» — військо; «*egos*» — веду). Розглянемо визначення його провідними фахівцями у сфері управління.

*Стратегія* — це:

- спосіб дії; нові правила прийняття рішень і установок, що спрямовують процес розвитку організації; засіб досягнення результату; інструмент, що може допомогти в умовах нестабільності [5];
- розрахована на перспективу система заходів, що забезпечує досягнення конкретних намічених компанією заходів [9];
- генеральний напрям дії організації, слідування якому в довгостроковій перспективі повинно привести її до цілі; для нижчого рівня в ієрархії стратегія верхнього рівня перетворюється на мету, хоча для вищого рівня вона була засобом [8];
- генеральний план дій, що визначає пріоритети стратегічних завдань, ресурси і послідовність кроків з досягнення стратегічних цілей; засіб переведення організації з поточного стану в бажаний [25];

- узагальнююча модель дій, необхідна для досягнення поставлених цілей шляхом координації та розподілу ресурсів компанії [15];
- детальний всебічний план, призначений для того, щоб забезпечити здійснення місії організації та досягнення її цілей [19].
- спосіб дій керівників, які прагнуть досягти цілей організації; поєднання запланованих дій і розпочатих у відповідь на змінені умови [24];
- якісна послідовність дій і станів, що використовуються для досягнення цілей підприємства [25];
- напрями і способи використання засобів для досягнення поставленої мети [27];
- абстрактно-нормативне вираження шляху досягнення нової абстрактної мети сукупними зусиллями представників організації; нормативне уявлення про спосіб існування підприємства відповідно до його місії та перспективних цілей (макроцілей) [3];
- сукупність орієнтирів для діяльності підприємства; дослідження майбутнього; межа для інновацій (створення нових продуктів, процесів і захоплення ринків); комплексний план, призначений для здійснення місії організації та досягнення її цілей; орієнтація на майбутнє в поєднанні з поетапним процесом реалізації;
- стратегією конкретні дії не регламентуються, а забезпечується загальне усвідомлення дій організації в цілому [10];
- програма, план, генеральний курс суб'єкта управління з досягнення ним стратегічних цілей у будь-якій сфері діяльності [28].

Як видно, за всього різноманіття визначень терміна «стратегія», більшість з них зводиться до такого: стратегія — це те, що забезпечує досягнення цілей організації, людини. Крім того, загальним (для переважної більшості визначень) є нормативний статус стратегії, тобто стратегія відповідає на запитання: «Як повинна діяти організація?». Стратегія виступає нормативним засобом переведення організації або людини в запланований цільовий стан («бажаний майбутній стан»). Функції цього засобу, зазначені фахівцями: спосіб; нові правила; інструмент; система заходів; генеральний напрям (план) дії; найзагальніший підхід; взаємозалежний комплекс діяльності; узагальнююча модель дій; спосіб дій; всебічний план; якісна послідовність дій і станів; абстрактно-нормативне вираження шляху; сукупність орієнтирів.

*Ключові характеристики стратегії:*

- спрямованість на довгострокову (не на найближчу) перспективу;
- найзагальніший (неконкретний) характер пріоритетів;



- абстрактний рівень (стратегії), який передбачає конкретизацію при переданні її на середній і низовий рівні управління фірмою;
- готовність стратегії до різних варіантів конкретизації з урахуванням зовнішніх умов, що змінюються (ринку, дій конкурентів тощо), тобто гнучкість у межах пріоритетів.
- всебічність, цілісність;
- врахування зовнішніх і внутрішніх факторів;
- пріоритетність, що відповідає місії та макроцілям фірми;
- спрямованість на забезпечення конкурентоспроможності фірми;
- відображення послідовності дій і проміжних станів (поетапність процесу досягнення мети).

Визначимо «місце» для появи стратегії в житті людини. Отже, людина прагне до збереження свого функціонування і розвитку. Для цього їй необхідно «вписатися» в навколишнє природне і соціокультурне середовище. Причому зовнішнє призначення діяльності людини повинне гармонізуватися з її внутрішньою будовою (внутрішніми «механізмами»). Але людина має прагнути не до адаптації «як доведеться», а до досягнення свого сенсу, до реалізації основної місії, що, вносячи системотвірні начала, охоплює довгострокові межі існування її життя. Приводом для створення або корекції стратегії є зовнішні та внутрішні ускладнення, проблеми (існуючі або прогнозовані). Стратегія при цьому повинна відображати не тільки макроцільове (місіональне) уявлення, а й зміст способу досягнення макроцілі, сенсу життя, тобто переходи від одного етапу до іншого, аж до кінцевої мети. У стратегії «кінцева мета» і «шлях» виражаються в найзагальнішій формі. Це дає можливість гнучко реагувати на умови, що виникають, через конкретизацію стратегічних установок, які враховують тип ситуації. Таким чином, за реалізації стратегії в «турбулентному» зовнішньому середовищі вдається витримувати конкретно-нормативну «рухливість» зі збереженням загальних нормативно-абстрактних вимог стратегії. Розроблення стратегії повинне супроводжуватися критичною оцінкою позитивних і негативних сторін діяльності людини. Вона виробляється на основі прогнозування зовнішніх і внутрішніх умов середовища і врахування безлічі можливих варіантів розвитку подій.

Отже, стратегія — нормативне вираження шляху досягнення нової (абстрактної) мети сукупними зусиллями особи, що здійснює свій СМ, і представниками певної цілісності (соціокультурної — макрогрупа, що підтримує її), перед якими постала необхідність принципової

зміни спрямованості шляху, ціннісних та ідеальних систем, якісного коригування механізму тощо. Організація (створена людиною), маючи певну будову («механізм»), повинна зберігатися і вписуватися в навколишнє середовище (природне і соціокультурне). Зовнішнє призначення (функціональна характеристика) повинне поєднуватися і гармонізувати з внутрішньою механізмичністю і реалізацією зовнішньої функції. Зовнішня функція рефлектується і виражається в «місії» життя людини. Вона охоплює довгострокові межі існування. Стратегія — відповідь на питання про те, як повинна жити людина, існувати створена нею організація відповідно до місії. Визначеність відповіді на це питання залежить від ефективності довгострокового результату — життєвої мети. Тому стратегія визначається щодо функції, місії і мети життя. Функціональний зміст залежить від сутності життя, діяльності та світу діяльності в цілому, а місія — від діяльності самовизначення, співвіднесення з внутрішніми довгостроковими інтересами, тоді як цілі залежать від розуміння зовнішніх умов. Стратегія виражає цільовий, місіональний зміст і зміст способу досягнення мети, переходить від одного етапу до іншого, від досягнення однієї проміжної цілі до іншої, аж до кінцевої — у «загальній формі» або абстрактно, а не конкретно. Це дає змогу враховувати нові умови і додавати нормативним уявленням про шлях потрібну рухливість, гнучкість, конкретизацію, не порушуючи вимог загальних меж. Стратегія дає уявлення про життєвий шлях людини як цілісної особистості та цілісності самого шляху. Тому всі (людина і оточення, яке сприяє її діяльності) можуть знайти в стратегії своє місце і співвідвестися з місцями і типами зусиль, що сприяє зростанню узгодженості та цілісності колективу. Для поєднання їхніх зусиль потрібні відповідні рівні самовизначення в цілісності їхньої організації, у зовнішніх умовах, самоорганізованості та мислення, розумової культури. Стратегія з'являється за таких умов:

- необхідності оформити вже існуючий довгостроковий життєвий шлях людини;
- породженні абстрактно вираженої форми шляху; зміні місії та макроцілей;
- якісної зміни механізму організації життя людини.

В останньому випадку з'являється власне стратегія розвитку людини і створеної нею організації, що зумовлює зміну змісту стратегії та її функціонування. Приводом для створення або коригування стратегій є зовнішні та внутрішні проблеми. Це можуть бути обмеження зовнішніх

і внутрішніх ресурсів, неоформленість внутрішнього механізму. В усіх випадках при побудові стратегії людина та її «соратники» повинні відновити узгодженість функцій цілого (організації їхнього спільного життя), місії та макроцілей.

Породжена стратегія повинна, як і будь-яка норма, мати свого суб'єктивного «носія», відповідального за її збереження і реалізацію, так само, як і процес породження — відповідального за результат і спосіб породження («стратегга»). Час збереження має бути не меншим від часу збереження значущості та «актуального буття» стратегії (у породженні та втіленні). Як будь-яка норма, стратегії передбачають контроль і корекції, а також відповідне забезпечення ресурсами, конкретне здійснення яких співвідноситься з реальністю зовнішніх і внутрішніх умов, але в межах «консервативності» меж стратегії. У стратегічному управлінні особливу роль відіграють не стільки конкретні контроль і коригування, скільки повноцінна аналітика (рефлексія) усього механізму реалізації стратегії, а також спостереження за цілісністю циклу її буття (породження, втілення, коригування змісту тощо), ефективності.

Змінюваність стратегії повинна бути співвіднесена з визначеністю механізму діяльності людини, потенціалом внутрішніх ресурсів (аналітичним, трудовим, культурним тощо). Особливої форми технології керування в стратегічному управлінні набувають за підвищеної нестабільності зовнішніх умов і внутрішньої структурної невизначеності, ресурсної незабезпеченості. У цей період підвищується значущість рефлексивного управління, в якому людина та її аналітичні сервісні структури різко збільшують обсяг рефлексивного аналізу (аналізу дій, узгодження, самовизначення тощо) у процесі здійснення всіх звичайних для кожного рівня управління дій. Ті самі особливості стають значущими за наявності «конкурентних» (у тому числі протидіючих) відносин, що ускладнюють «спокійну» реалізацію стратегії. З'являється шар стратегії «нейтралізації» конкурента (цивілізований або силовий) і набуття переваг у протидії.

Стратегії повинні бути обґрунтовані, щоб виключити випадковість витрат ресурсів і обсяг діяльнісних зусиль. Як продукт мислення, стратегія підпорядковується вимогам, характерним для одержання не випадкового результату і виникає з розумової культури. Особливу роль відіграє вміння працювати з абстракціями (поняттями, категоріями тощо), будувати і використовувати концепції того, про що йдеться. Стратегія як абстрактна норма діяльності є процесуально-норматив-

ним «перекладанням» концепції, узгодженим з результатами проблематизації та цінністю самовизначення. Стратегія призначена для відповіді передусім на ґрунтовні питання діяльнісного буття людини, для реагування на принципові проблеми (не завдання). Тому їй передують масштабна рефлексія (аналіз) ситуації, прогнозування динаміки змін, передісторія життя людини і створеної нею організації тощо. Чим менш стабільною є ситуація, менш оформленим механізм діяльності людини та її організацій, тим вагомніше місце повинне відводитися формуванню колективу, який може дотримуватися різних стратегій. Критична оцінка позитивних і негативних особливостей життєвої організації людини та її колективу повинна бути вписана в рефлексивний супровід пошуку шляхів і реалізації стратегій, а також співвіднесена з результатами і процесом прогнозування зовнішніх і внутрішніх проблем.

Таким чином, *стратегія* — це абстрактно-нормативне уявлення про спосіб досягнення перспективної цілі людини, організації (у межах її місії), що враховує зовнішні та внутрішні умови її існування і відображає основні етапи шляху досягнення цілі. Для розуміння сутності стратегії вкрай важливо відрізнити її від «тактики». Тактика визначається фахівцями як сукупність засобів з виконання стратегічних цілей у короткостроковий період [28]. Проте існує й інша відмінність: тактика передбачає розгляд стратегії не тільки як орієнтира і всеохоплюючої основи, а і як «абстракції», що диктує конкретизуючий перехід до можливих і припустимих (для стратегії та ситуації) конкретно-нормативних ходів [4]. Оскільки ступенів конкретизації стратегії може бути кілька, у системі «стратегія — тактика» працює принцип відносності. Для вищої ланки управління (топ-менеджерів) функціональна стратегія з'являється як тактика, оскільки вона є деталізацією бізнес-стратегії на середньому рівні управління. У свою чергу, стратегія низової ланки управління розглядається менеджером середньої ланки як тактика (залишаючись при цьому «стратегією» для менеджера нижньої ланки). У цьому і полягає взаємопроникнення стратегії і тактики, яке зазначають К. Клаузевіц та інші фахівці у галузі стратегії. Стратегія (стосовно тактики) — абстрактна і цілісна, а тактика (стосовно стратегії) — конкретна і частинна, але залишається при цьому в межах вимог стратегії.

За характером стратегічної роботи необхідно розрізнити створення (уперше) стратегії та зміну колишньої (існуючої) стратегії. Такий поділ є істотним через відмінності у специфіці аналітичної праці стратега. При створенні стратегії вихідним станом перетворення є діяльність без стра-

тегії, а при зміні — діяльність за старою стратегією. У свою чергу, зміна стратегії можлива у двох варіантах: 1) зміна місії та макроцілі (заміна без збереження вихідного); 2) розвиток «старої» стратегії в межах колишніх місії та макроцілі (тобто зміна зі «збереженням» найбільш охоплюючого вихідного).

Стратегія не завжди пов'язана з розвитком, термін «стратегія» не має на увазі «план розвитку чогось». По-перше, цей термін, взятий зі сфери військового мистецтва, такого змістового навантаження не несе. По-друге, розвитком є не будь-яка зміна чого-небудь, а тільки зміна зі збереженням позитивного. З цього випливає, що стратегія зміни, наприклад роду діяльності, є не розвитком попередньої діяльності, а заміною колишньої на нову.

Стратегічне планування має такі відмінні риси:

- розгляд життєдіяльності та діяльності людини як цілісної системи, а її підсистем — як взаємозалежних і взаємодіючих елементів цієї системи;
- орієнтація на перспективу, що може становити 2–5 і більше років;
- визначення основних напрямів розвитку людини в перспективі;
- наявність основної мети з розвитку потенціалу людини;
- врахування основних проблем людини і визначеність нормативних меж для тактичного планування її діяльності;
- спрямованість на надання діяльності внутрішньої єдності та доцільної стрункості, активізація об'єднання всіх сил з реалізації цілей.

Стратегічне планування стосується всіх принципових рішень, прийнятих людиною, і відповідає на питання щодо головної мети її життя і діяльності на даний час та у майбутньому; заходів, яких варто вжити для того, щоб людина стала такою, якою вона бачить себе в майбутньому. Ці питання мають базовий характер, список можна продовжити. Бракує принципових питань, пов'язаних із зовнішнім макро- і мікросередовищем (поточний стан і прогноз). Останнє питання для більшої визначеності доцільно поділити на кілька:

- які етапи необхідно пройти для досягнення поставлених цілей;
- яка логіка переходу з одного етапу на інший;
- у чому специфіка кожного етапу;
- які проблеми можуть виникнути (за поетапного руху) і як їх вирішувати.

У популярному підручнику [23] автори, викладаючи загальне уявлення про процес стратегічного управління, передбачають вирішення п'яти завдань: 1) формування стратегічного бачення і місії компанії; 2) постановка цілі, розроблення стратегії; 3) впровадження і реалізація

стратегії; 4) оцінка діяльності; 5) аналіз нових напрямів і внесення коректив. Під стратегічним управлінням розуміють процес розв'язання цих завдань. Принципова відмінність стратегічного планування від стратегічного управління — у принципово різних альтернативних моделях корпоративного менеджменту: планування і розвиток організації (відповідно до мислення) — «від минулого — через сьогодні — до майбутнього», а стратегічне управління — «від образу майбутнього бізнес-успіху — до сьогодні». Ще чіткіше розмежував ці концепції П. Друкер: «Стратегічне планування — це управління за планами, а стратегічний менеджмент — управління за результатами» [12]. Отже, на сьогодні немає сформованого розуміння стратегічного управління, що ускладнює спрямованість системи підготовки людей до їхнього СМ. Для з'ясування специфіки розумової підготовки варто звернути увагу на особливості стратегічного і тактичного управління.

Щоб їх охарактеризувати, слід зазначити різномасштабність цих видів діяльності, їх різний обсяг. Тут у межах цілого і його частини цілому відповідає стратегічне ставлення до управління, а частині — тактичне. Один з провідних військових теоретиків К. Клаузевіц так розрізняв стратегію і тактику: «Тактика є вчення про використання збройних сил у бою, а стратегія — вчення про використання боїв з метою війни». Він також зазначав, що тактика і стратегія — це дві взаємопроникні в просторі й часі, але водночас різні діяльності [16].

Термін «стратегія» розглядають як «мистецтво полководця». Полководець, здійснюючи стратегічне управління, будує загальний план війни, підкреслює напрямок головного удару, визначає розподіл сил тощо. У нього є начальники нижчих рівнів, які повинні «підхопити» загальний план, конкретизувати його для себе і погодити з подібними в управлінні підрозділами. Перемога може бути досягнута лише разом і в межах єдиного плану. Але вона досягається тоді, коли загальний план збережеться в конкретизаціях, а частинні плани врахують особливості того рівня, до якого вони належать, і сил, підпорядкованих начальникові нижчого рівня. Усе це легко зрозуміти, так само очевидним є те, що поза великими ієрархічними структурами, без максимальної організованості, дисципліни, здатності зрозуміти, приймати й активно реалізовувати «загальні плани», поза відтворенням такого спільного буття тощо стратегії не могли б з'явитися. Військова практика стала лише «еталонною» або «модельною» для всіх практик, де виникає подібна система вимог до спільних дій. Невипадково державне управління багато в чому підтри-

мувало подібні вимоги і давало ґрунт для виділення стратегічного типу управління.

Практична реалізація цього вимагає від людини специфічної професійної підготовки і, у першу чергу, розвиненого стратегічного мислення. Стратегічним є ставлення до внутрішніх подій у своїй життєдіяльності та діяльності з позицій цілісності системи організації СМ. Керуючись повсякденною метою, людина будує самоуправлінську діяльність у межах її цілісності. Отже, управлінські підходи є різними за обсягом охоплення. Існують критерії стратегічності: керівник розрізняє обсяг управління в межах цілісності (будує свою тактику в межах стратегії) і час дії при досягненні стратегічної мети. Стратегічне бачення, що виникає при цьому, «розгляд» системи дій при досягненні цілі, циклу процесів є змістом організаційно-управлінського мислення щодо організації системи СМ у цілому. На наш погляд, саме про це бачення як перше завдання стратегічного менеджменту пишуть американські фахівці в популярному підручнику [24]. Таке бачення макросистеми дає змогу людині моделювати систему діяльності (будувати статичну і динамічну складові стратегії) і багато в чому визначає успіх. При цьому керівник будь-якого рівня ієрархії повинен мати, як мінімум, два погляди на управлінську діяльність: конкретний на сформовану ситуацію і з позицій вищого рівня. Це дає можливість змоделювати процеси на макрорівні з наступним доповненням «бачення» конкретними знаннями. Виникає перехід між стратегічним і тактичним баченнями, що усуває можливість руйнування різномасштабних систем діяльності, вбудованих одна в одну. При цьому відбувається перебудова мислення керівника. Ставлення до подій, засноване на запозиченні точки зору вищого рівня, можливе на основі розрізнення конкретного і абстрактнішого. Абстрактний рівень, що не враховує конкретних деталей, дає змогу аналізувати ті самі події ніби в більших одиницях (нижче ми розглянемо цю особливість мислення).

### **9.1.2. Організація стратегічного самоменеджменту**

Результати досліджень свідчать, що організація стратегічного СМ вимагає розуміння терміна «організація». Найчастіше він використовується у двох значеннях: як діяльність з організування і як результат цієї роботи [31]. За організації стратегічного менеджменту людина збирає конструкцію, в яку входять вона сама і люди, які сприяють і про-

тидіють її роботі як елементи діяльній системи. У цьому разі людина збирає ці елементи, встановлює між ними зв'язки та відносини (створює структуру організації, що відповідає її цілям), накладаючи на них організаційну форму. Термін «організація» означає: 1) процес організації координації діяльності людей, об'єднаних загальною метою; 2) форму об'єднання (структуру).

Проте людина може свідомо організовувати свої внутрішні психічні, психофізіологічні та інші процеси. Отже, реалізуючи СМ, людина керує внутрішніми і зовнішніми процесами свого функціонування при досягненні мети. Виходячи з того, що організації створюються для реалізації різноманітних потреб людини, вони мають різні будову, розміри, призначення і потребують специфічного врахування в управлінні. Організацію можна уявити як систему, організований процес, який характеризується метою, структурою (ієрархічною), волевою активністю людини в досягненні власних цілей і здатністю оточення сприяти або протидіяти їй в цьому. Таким чином, організація стратегічного СМ — це складна цілісна біосоціальна і духовна система, створювана людиною для досягнення власних цілей. Складність цієї організації виявляється у функціональному поділі системної діяльності та необхідності її координування по вертикалі й горизонталі. Координування забезпечує узгодження, взаємодію і взаємосприяння елементів системи, що зумовлює врахування властивостей емерджентності (можливості цілого не зводяться до властивостей окремих елементів) і одержання синергетичного (системного) ефекту в діяльності людини. Встановлюючи зв'язки і відносини, вона забезпечує циркуляцію інформаційних потоків у СМ відповідно до цілей («дерева цілей») організації людини, гармонізує життєдіяльнісні та управлінські процеси у межах стратегії. Координаційною діяльністю досягаються синхронізація управлінських впливів, подальша єдність дій усіх функцій СМ та інтеграція зусиль компонентів системної діяльності людини.

Організація стратегічного СМ (схема 9.1) передбачає узгодження з пірамідою цілей («деревом цілей») — пірамідами організації, мислення, управління, самовизначення тощо (статика управління). Найважчою є «побудова» піраміди мислення, що зумовлено нерозвиненістю стратегічного мислення в багатьох людей, які займаються СМ. Процес стратегічного СМ здійснюється через координуючу діяльність (стратегічну і повсякденну) функцій стратегічного і повсякденного управління. Реалізація цієї функції відбувається на підставі контролю (стратегічного і повсякденного) і системи наступних відповідних рішень.



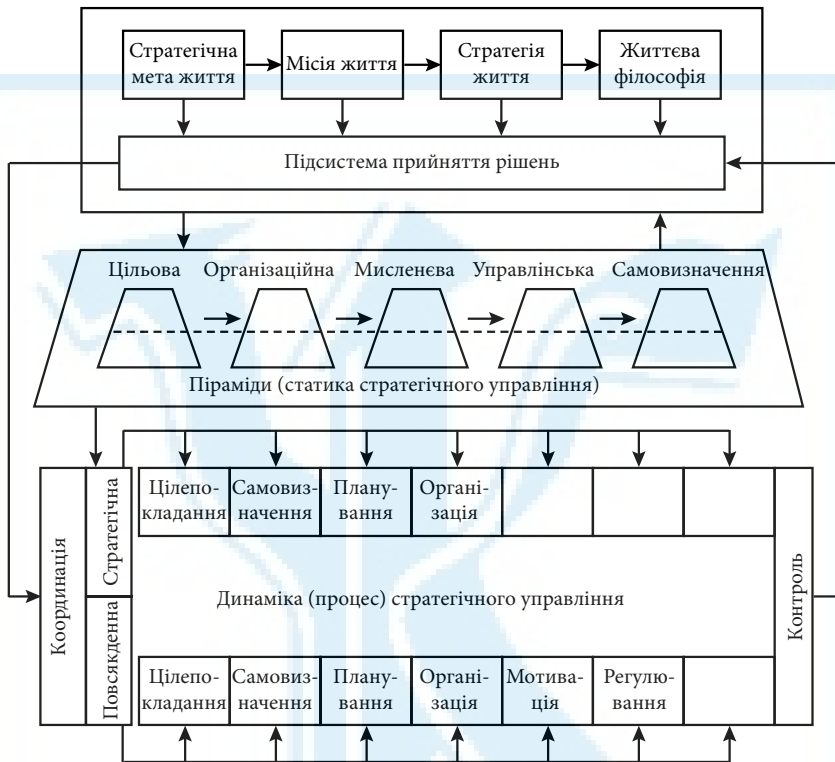


Схема 9.1. Організація стратегічного самоменеджменту

Як зазначено вище, стратегія — це абстрактна норма діяльності. Отже, вона з'являється у разі побудови абстрактних заступників первинних (конкретних) норм діяльності. Тим самим стратегію можна побудувати в ході узагальнення конкретних проектів, планів, програм тощо. Стратегія абстрактна за змістом, але звернена до процесів досягнення мети. Тому вона реалізується лише шляхом конкретизації абстракції. Іншими словами, стратегія безпосередньо не застосовується як норма. Це засіб організації конкретного нормування, який водночас є джерелом змістовності конкретних норм. Ця обставина і зумовлює загальнокультурну вимогливість до стратегічного управління. Культура мислення має спосіб, який дає змогу «зберігати й ущільнювати» пер-

винний зміст абстракції в ході конкретизації. Завдяки цьому способу «діалектичної дедукції» можна стверджувати, що К-норма є конкретизованою версією А-норми, так само як А-опис зберігається в К-описі за дотримання подібних вимог логічного типу. Методи і методика різняться переходом від А-норм до К(А)-норм, на відміну від зовнішньо-орієнтованого використання методів у побудові К-норм (частинних завдань). У цьому разі А-норма не зберігається і частина її змісту, що пізнається в К-нормі, стає непередбаченою, ситуативною, індивідуальною.

Оскільки управлінська діяльність передбачає розроблення норм і забезпечення їх реалізації, то сама необхідність конкретизації А-норм впливає з ієрархічності організаційних структур в управлінні. Людина в СМ будує норми не тільки для себе, а й передусім для взаємодіючих з нею сил. Якщо людина за цими нормами повинна здійснити повсякденні дії, то вони є К-нормами. Якщо ж норми призначені для трансляції змістовності та відповідності повсякденній діяльності, вони реалізують функцію конкретизації та доведення до рівня К-завдань. Стратегія — це така К-норма, конкретизація якої зумовлює появу К(А)-завдань, призначених для поточної повсякденної діяльності. Отже, стратегія виокремлюється в ієрархічних структурах управління і стає засобом нормування в них А-норм у безлічі К(А)-завдань.

Змістом будь-якої норми виступають діяльність, досягнення мети, обов'язкового результату перетворення. Тому й в А-нормі фіксується обов'язковий результат, але лише як А-ціль. А якщо в процесі конкретизації і реалізації К(А)-норм отримують К-результат, то він повинен оцінюватися не тільки на відповідність К(А)-нормі, змісту К(А)-завдання, а й на відповідність А-нормі. У цьому полягає ефект реалізації стратегії.

У стратегічному управлінні людина будь-які відомості з повсякденного життя перевіряє на відповідність виробленим А-нормам. Свобода в повсякденній діяльності визначена межами стратегії. Якщо підтвердження немає, то необхідно коригувати реалізацію стратегії через коригування конкретизації А-норми або самої А-норми. Стратегічне перенормування (перехід до нової норми через корекцію, редукцію або уточнення старої) через проблематизацію (тип розумового процесу, орієнтований на постановку проблеми) стратегії є відповідальною подією, оскільки змінюється значущість всього обсягу спільної діяльності.

Оскільки стратег буде і перебудує А-норми зі спрямованістю на їхню реалізацію, то умовою цього виступає «об'єктивно-онтологічний» контроль конструювання А-норм. Стратег повинен «бачити» хід досягнення мети. Тому в логіці діяльності він дотримується принципу безперервності причинно-наслідкових (каузальних) цілей. У такому мисленні поєднуються процесуальність і структурність. Процесуальність пов'язана з переходами з одного стану в інший і від зовнішнього прояву об'єктів до внутрішнього реагування на зовнішні зміни. Структурність пов'язана з механізмичністю, будовою об'єкта, що і визначає характер реагування на зовнішнє. Об'єктна каузальність (акцентує увагу на будові об'єкта) специфічна у світі діяльності й з'являється як різнорідна цілісність — особлива соціотехнічна і соціокультурна цілісність.

Стратегія — це абстрактно виражена діяльність, що передбачає процесуально-структурне проходження шляху від вихідного (перетворюваного) стану до кінцевого (продуктного). Соціотехнічний перехід забезпечується всіма типами сервісів, до яких належать засоби, діячі, фрагменти засобів природної і соціокультурної, сервісно-організаційної комунікації тощо.

За каузально-об'єктною логікою стратег «бачить», як з'являється результат, і після фіксації його в межах норми, визначення відповідності раніше фіксованим «замовленням» бере відповідальність за майбутню реалізацію норми. Без каузально-об'єктної перевірки на досяжність мети не можна розпочинати шлях реалізації А-норми, наступний процес конкретизації норми тощо. Поєднання абстрактності стратегічних норм, їх належності до управлінської позиції в самій цілісності діяльності призводить до того, що побудова стратегії є створенням «форми» діяльності, яка веде до бажаного і можливого результату. Врахування механізму самоуправління і ресурсів сприяє конкретизації та ситуаційній чутливості. Стратегія генерує реакції механізму діяльності. Якщо відповідальна за весь механізм людина не ігнорує середовище впливу, то вихідною реакцією є стратегія.

У тактиці механізм реагує на ситуацію в межах стратегії. У стратегії відбувається реакція всього цілісного механізму в межах наявних ресурсів. При цьому готовність до реагування в певній ситуації визначається аналізом зовнішнього середовища у зіставленні з потенціалом механізму і ресурсів.

## 9.2. Стратегічне мислення в самоменеджменті

Стратегічний тип управління зрозумілий тільки за наявності стратегічного мислення. Стратег у СМ — це керівник, який реалізує стратегічний план своїх дій через його повторення в інших масштабах, здійснивши перехід від загального плану життя до менш загального повсякденного плану. Стратегічний загальний план повинен бути абстрактним, а щоденні плани — конкретнішими. У суспільстві, де люди досягають своєї мети разом з іншими, можлива наявність кооперативних, структурно-функціональних зв'язків, залежностей, потрібна здатність «вмонтуватися» у ціле кооперативної структури. При цьому відбувається взаємодія за допомогою планів.

Коли йдеться про стратега, то мається на увазі вибудовування його відносин з керівниками нижчих рівнів і з виконавцями (опосередковано) та із самим собою. Необхідно знайти своє функціональне місце в цілісності. Водночас спосіб буття кооперації й окремих ланок у ній визначає вимоги (вторинно) до людини, яка здійснює свій СМ. План є типом норм, вимогою, реалізація якого обов'язкова. У нормі наявна змістовність, яка відображає майбутній стан того, хто реалізує її вимоги. Перехід з відображення спершу минулого і сьогодення, а потім майбутнього, що здійснюється в прогнозуванні, відбувається в рефлексивному просторі. Рефлексія виконує три типові функції: дослідження (реконструкцію) дії, виявлення причини ускладнення в критиці та нормування або корекцію змісту минулої норми дії (схема 9.2) [4].

Звідси випливає, що людина або здійснює «скорочену» рефлексію, переходячи з розуміння свого стратегічного завдання до побудови можливої та реалістичної норми дій, або коригує дії, що вже відбулися, якщо

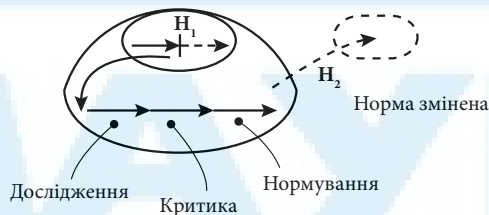


Схема 9.2. Зміна плану діяльності (норми) у рефлексивній позиції

вони стикаються з ускладненнями або не відповідають колишній нормі. Обидва варіанти «самоуправлінських дій» є рефлексивними у своїй основі, а реалізація норми, вихідної чи зміненої, є результатом рефлексивного мислення.

Коли людина в позиції стратега будує план свого життя, то використовується тип рефлексивного процесу, в якому саме нормування розширюється на «конкретну» і «абстрактну» (загальну) форми. Отже, необхідно розглянути мислення в нормуванні та зробити його «різномірним» (схема 9.3) [4].

А-норма використовується людиною безпосередньо, якщо вона здатна до конкретизації, сам стратег здійснює конкретизацію до «тактичного» або «ситуаційного» рівнів. Звідси випливає висновок — стратег повинен мислити абстрактно і будувати абстрактні норми, а також будувати абстрактні версії того, що відбулося, причин ускладнення і майбутнього.

Якщо А-норми (плани, проекти, цілі, методи тощо) призначені для повсякденної діяльності, то внаслідок конкретизації будуються К-норми для кожного дня, рішення конкретних завдань (схема 9.4).

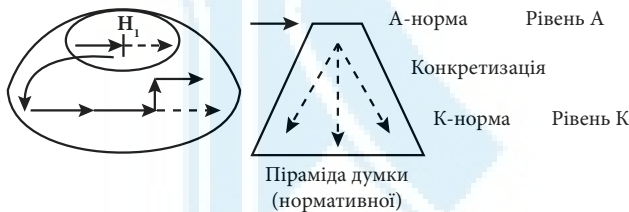


Схема 9.3. Виділення різних рівнів мислення в стратегічному нормуванні

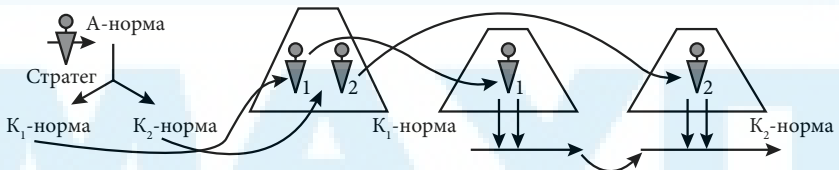


Схема 9.4. Перехід стратегічної норми (стратегії) у конкретні (повсякденні) норми діяльності

Ці норми стосуються організації процесів діяльності людини і осіб, які з нею співпрацюють. Для того щоб людина сама була організованою, потрібне нормування її праці. У стратега зміст А-норми (стратегічного плану) на А-рівні абстрактний, а на К-рівні конкретний. Стратегічна діяльність людини тут різко ускладнюється. Вона повинна бачити механізми діяльності (мислення, взаємодій кооперантів та ін.) зі створення «загального плану» і досягнення кінцевого результату. Від якості мислення людини і взаємодіючих з нею сил залежать досяжність кінцевої та проміжної цілей, базисний процес (який має цільову визначеність, а інші його забезпечують).

При цьому ставиться фундаментальне питання: як підкорити людині, яка здійснює свій СМ, всіх учасників управлінської «піраміди» вимогам розумової ієрархії, оскільки тільки вона забезпечує збереження стратегії в її конкретизаціях (див. схему 9.1). Самі учасники організаційної піраміди тільки тоді адекватно вирішуватимуть «свої» завдання в єдиному макрозавданні, коли перебування в управлінській ієрархії підпорядковують як своєму місцю в ній, так і іншим місцям, усій піраміді управлінського мислення. Практика управління найчастіше демонструє автономізацію мислення ланок організаційної «піраміди», що визначає нестійкість у реалізації стратегій і повну неможливість реалізації в більш-менш складних управлінських ієрархіях.

Об'єктивним фактором, що сприяє переходу до стратегічного підходу в СМ, є наявність і «об'єм» організаційної піраміди. Чим вище за рівнем в ієрархії ставала людина, тим швидше вона починала враховувати специфічні фактори стратегічного управління. Але крім об'єктивного фактора варто враховувати і суб'єктивні, а також умови середовища. У першому випадку маються на увазі талант і геніальність, а в другому — соціокультурні, діяльнісні стереотипи, умови, вимоги, що стимулюють постановку питань про суб'єктивну корекцію, професійний розвиток. Для сутнісного підходу до стратегії та стратегічного управління важливим є звернення до загальних положень, «максимів», що застосовуються до будь-яких конкретних зразків стратегічного мислення. Вони стосуються як «внутрішнього» (потенціалу і його актуалізації), так і «зовнішнього» (умов досягнення мети) аспектів мислення стратега. Слід зазначити, що «максими» та орієнтири, які використовує стратег, характеризуються не конкретною ситуаційністю, а загальністю. Для їх використання відповідно до ситуації потрібна додаткова робота розуму. Стратег має інші бачення і передбачення, специфічні засоби свого рефлексивного

мислення. Ці загальні орієнтири стосуються будови як світу, так і самого діяльнісного механізму, типів його залучення і застосування. Якщо керівник нижчого рівня може приділити більшу увагу безпосередньому, споглядальному, конкретному, то стратег відволікається від безпосереднього і заміщує його абстрактними виразниками.

Абстракції стратега повинні змістовно (структуровано і цілісно) та інструментально (з використанням засобів діяльності та мислення адекватно їх сутності, якісним характеристикам і культурній організації процесів поведінки людей) виражати особливості зовнішнього і внутрішнього механізмів діяльності. Він не просто мислить, а здійснює розумовий «розрахунок», аналізує всі зовнішні впливи, інвентаризує всі потенціали, співвідносить з раніше поставленими цілями, завданнями, проблемами тощо. Це робиться ним за допомогою вищих критеріїв (абстракцій як еталонів вибору альтернатив), змістовно значущих для подання своїм думкам власне стратегічного характеру. Більш того, стратег повинен бачити «ціле» системної діяльності та стежити за її долею при досягненні успіху і «перемоги». Але якщо не використовуються абстрактні засоби, критерії в мисленні, то немає впевненості, що «бачиться» ціле. Ціле можна побачити тільки з використанням абстракцій. Це легко доводиться в науці: теоретична ланка створюється саме для того, щоб «побачити» ціле і почати «стежити» за його буттям, незалежно від випадковостей свого стану (схема 9.5) [4].

Стратег повинен виходити за межі «емпіричного» та інтуїтивного підходу, якщо він хоче керувати всією системою, контролювати наявність або відсутність «цілісного руху вперед», руху до поставленої мети і розвиток. І це можливо тільки в мисленні, а реальні дії становлять лише тло, матеріал, що підтверджує розумову гіпотезу або спростовує її. Стратег — це культурний мислитель, який володіє технікою створення, коригування концепцій, підтвердження, спростування, рефлексії самого ходу мислення.

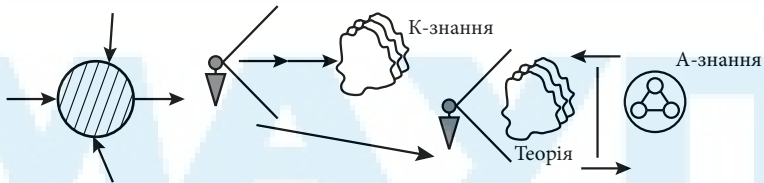


Схема 9.5. Синтез конкретних образів в абстрактні знання

Стратегічний СМ відрізняється від тактичного. Результатом стратегічного управління вважається поява нової якості та збільшення системного потенціалу для досягнення цілей у майбутньому з урахуванням адаптивності до перспективних змін «зовнішнього середовища». Змінюється орієнтація в плануванні. Від принципу «з минулого в майбутнє» переходять до принципу «з майбутнього в сьогодні». Зростає роль побудови сценаріїв і застосування моделей, прогнозування тенденцій.

**Роль місії та мети в стратегічному мисленні.** Інший аспект пов'язаний з місією, яку обслуговують біосоціальна і духовна системи людини. Якщо не розглядати аспект універсальності (цілісне поєднання усіх сфер діяльності індивіда), то тут діють системно-онтологічні принципи відносин між будь-якими системами (Додаток 4). А універсум «визначає» місію всьому, усім типам організованості, але з урахуванням ролі, функції кожної в бутті інших організованостей. Це можна трактувати як наявність ідеї (функції, місії), а самі ідеї є функцією, місією для усіх варіантів того, що може їм уподібнюватися. Таким чином, будь-яка система має свої функцію і призначення для «чогось», свій механізм (схема 9.6, 1), що з'являється за рахунок введення у «функціональне місце» адекватної морфології (2). Якщо функціональне місце заповнюється неадекватною морфологією (3), то вона або «витісняється» (4) і цим забезпечує свою безпеку, або змушує змінювати зміст самого функціонального місця (5) у межах його «гнучкості», створюючи ефект зміни або розвитку системи (6).

Коли функціонування вже налагоджене, стратег звертається до розвитку своєї системи, до якісних трансформацій самого середовища, якщо воно залишається «незручним» для цього. Саме цілепокладання підпорядковане розумінню місії та місця системи діяльності людини в цілісності (аж до універсуму). Без системного аналізу і визначальної ролі

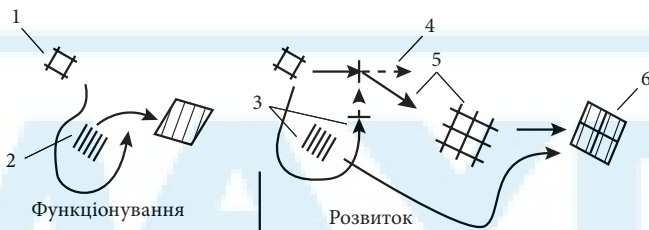


Схема 9.6. Одержання організованої діяльності при функціонуванні та розвитку [4]



функціонального аспекту стратег не може побудувати цілком визначені «загальні плани». Спроба переходу до сценарювання, моделювання, прогнозування, виявлення тенденцій тощо лише створює передумови стратегічного мислення.

Не будь-яка мета має стратегічну значущість. Цілі можуть бути ситуаційними, зазнаючи тиск у мінливих умов. Такі цілі не можуть бути стратегічними, а сама по собі надситуативність ще не дає стратегічності. Наприклад, якщо людина успішно функціонує, відтворює діяльність незалежно від коливань умов середовища, то напрям її основних зусиль може мати нестратегічний характер. Мобілізація зусиль можлива і незалежно від реалізації стратегій, про що часто свідчить практика на рівні мікро- і макроуправління. Імовірність залучення або нейтралізації союзників і супротивників тісно пов'язана з узгодженням або впізнанням і оцінкою їхніх інтересів, насамперед основних. Тому можуть бути і стратегічні межі оцінок, а також виявлення актуальних і можливих стратегій цих зовнішніх сил. Але для цього реконструкція актуального і можливого стану цих сил повинна підпорядковуватися критеріям стратегічного аналізу. Поза цими критеріями стратегічність визначення статусу супротивників, союзників відхиляється від стратегічного плану аналізу. Оцінка своїх переваг і їх використання також не обов'язково пов'язані зі стратегічністю. В усіх випадках необхідні концепція уявлень, використання критеріїв системного, системно-діяльнісного аналізів для постановки зазначених вище «основних питань». Система, що прагне діяти в межах стратегії, повинна виробити свій ідеал (цільову або потребу установку як засіб орієнтації людини). Щодо нього і виробляються стратегічні цілі. Вони завжди мають доленосний характер, співвідносяться з відтвореністю і розвитком системи.

Недостатня визначеність функціональної характеристики стратегії позначається на розумінні буття стратегії людини в організації. Розглянемо типи мислення, що використовуються у теорії та практиці. Стратегія життя — це комплекс принципів діяльності людини, її відносин із зовнішнім середовищем, перспективних цілей, а також рішень щодо вибору інструментів досягнення цілей орієнтації ділової активності; це перспектива розвитку і зразок, модель реагування на зміни середовища. Стратегія виявляється в конкуренції, структурі діяльності людини, її системі цінностей, в особливостях мотивації та контролю досягнення результату. Стратегічний план повинен бути цілісним, гнучким, допускати корекції. Стратегії додають організації діяльності людини загальну спря-

мованість та індивідуальність, чіткі орієнтири. Стратегія — це діяльність у потенціалі, що потребує рішень на вищому рівні управління, значних ресурсів; це загальний напрям розвитку, навіть якщо він недостатньо чіткий, втілюваний в тактичних кроках. Стратегічне управління не повинне бути ритуалом, формальним і передбачуваним. Ключова роль полягає в безперервному вивченні та зміні за наявності неупередженості, готовності розглядати нові точки зору. Створення стратегічного плану передбачає розвиток місії, визначення зовнішніх можливостей і загроз, внутрішніх сторін діяльності людини. Стратегічний план — це послідовність укрупнених дій для досягнення цілей з використанням існуючих переваг і створенням нових за наявності кооперативності, що сприяє реалізації. Стратегія макросистеми може спиратися на стратегії мікросистем і бути основою для них.

Аналізуючи ці визначення, можна дійти певних висновків і рекомендацій щодо СМ людини. Самі по собі принципи діяльності не є невід’ємною частиною стратегії і характеризують механізмичні особливості, потенціал діяльності, який ще потрібно стратегічно актуалізувати. Так само принципи «відносин» із зовнішнім середовищем залишаються лише попередніми внутрішніми умовами для їх використання у стратегічному проектуванні та плануванні. Перспективні цілі можуть виникати і поза стратегічною позицією, залишатися як матеріал для власне стратегічного цілепокладання. Стратег будує шлях цілого у зв’язку з внутрішньою необхідністю і зовнішніми спонукальними умовами у своїй позиції, на своєму рівні. Отже, саме в абстрактному заміщенні (схема 9.7) [4] конкретних поглядів на можливий (через прогнозування) і необхідний (у проектуванні) шлях цілого варто шукати і кінцевий пункт, і проміжні пункти, і початкове

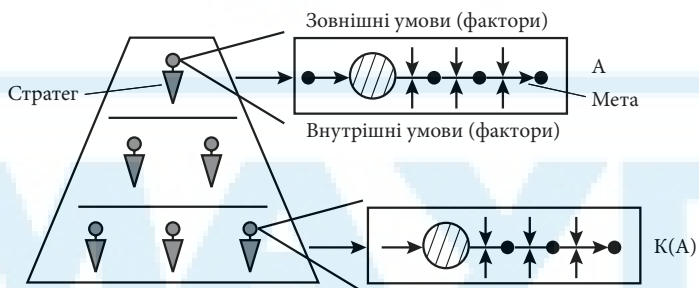


Схема 9.7. Діяльність стратегічного і тактичного рівнів управління («піраміди»)

становище. Але потрібно тут же розглядати внутрішні та зовнішні умови, що забезпечують просування цілого до кінцевого пункту, стану.

Стратег добирає відповідні реалістичні зовнішні та внутрішні фактори, які забезпечують досягнення цілей, що можуть відповідати статусу стратегічних. Але це є змістом думки на абстрактному рівні. На цьому рівні «реальне» і «конкретне» бачиться інакше, так само, як «бачиться» ідеальний об'єкт подумки, на відміну від результатів спостереження в дослідженнях. Можна говорити про «перспективу розвитку» як стратегічний зміст. Але тоді потрібно стратегічну ціль бачити як кінцевий стан розвитку, а проміжні стани — стани цілого, що розвивається. У сформованій риторичі такі жорсткі твердження не висуваються. Стратегія не є «моделлю», «зразком» реагування на зміни середовища. Вона за своїм змістом — лише образ переходу з одного стану цілого в інший під тиском зовнішніх і внутрішніх факторів, а образ за своїм логічним статусом є абстрактним. Модель — це змінений зразок, пізнання (її) дає змогу краще зрозуміти «щось» у зразку. Зміна останнього полягає в корекції за критерієм, виділенні значущого і витісненні незначущого залежно від того, що потрібно пізнати краще, ніж це робилося раніше. Стратегія цим не займається. У стратегічному проектуванні не підкреслюється щось залежно від пізнавального завдання, а вбачається реальний, збережений у всій повноті можливий і потрібний стан цілого і його зовнішнього середовища. Намір проектувальника полягає не в деформації, а у виборі з можливого, ще не існуючого, але здатного до існування стан.

Конкуренція є одним із зовнішніх факторів, що спонукають до розумового реагування, до побудови нової мети. Але вона не обов'язково зумовлює стратегічне цілепокладання. Стратегія та її реалізація можуть спричинити і конкурентне реагування партнерів. Інша річ, що наявність стратегії може призводити до зміни структури діяльності, оскільки вона підпорядкована необхідності досягнення поставленої мети. Людина у даному разі виступає як морфологія (див. схему 9.6), наповнювач функціонального місця, яке з'являється у процесі відповіді на питання про те, що і як залучатиметься у досягнення мети. Сформована організаційна структура з появою стратегічної мети, плану може модифікуватися, як і використовувані мотиваційна система, критерії та, можливо, цінності, особливо якщо вони були адекватними для достратегічних форм буття організації. Організаційна структура, її форма, наповнення людьми, знаннями, мотивами, розпорядженнями тощо виступають у новому стратегічному проектуванні лише як ресурс, який «піддаштовують» під задум (схема 9.8) [4].

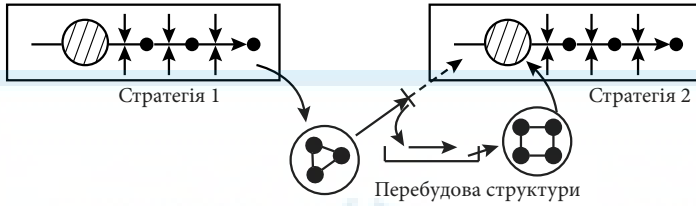


Схема 9.8. Перебудова структури організації діяльності людини зі зміною мети

Твердження про цілісність стратегічного плану варто розуміти лише як слідування принципу «неперервності» у переходах від одного стану до іншого, аж до досягнення мети. Застосування критерію «цілісності» до проекту означає введення всіх факторів, що визначають досяжність мети. З цим також пов'язаний принцип об'єктивності, за яким рухлива, мінлива система має повноту функціональної структури і морфологічної заповненості функціональних місць. Твердження ж про «гнучкість» стратегічного плану необхідно сприймати обережно. Якщо стратегічний план легко змінюється (як і стратегія), то він перестає бути таким, що визначає реальні дії, які виходять за стратегічні межі. Стратегія у цьому разі перетворюється лише на розумовий конструкт. Гнучкість потрібна для конкретніших норм, які повинні бути чутливими до особливостей мінливих ситуацій, але зберігати підпорядкованість незмінній стратегії.

Коли виявляється, що стратегію невдало введено, розроблено і вона не може бути реалізована, то варто говорити про гнучкість не її, а рефлексивного мислення стратега, який вчасно проблематизує попередню стратегію. Функція стратегії саме і полягає в консервативності, так само як функція теорії полягає в тому, щоб виражати сутнісне, «вічне», незмінне, утримуюче, але в заміщенні, в абстрактності, те, що виявлено в емпіричних процедурах, у спогляданні. Стратегія повинна гарантувати досягнення мети, а не бути маріонеткою мінливих уявлень про реальну ситуацію. Якщо ресурси, що залучаються до реалізації норм, не відповідають їх вимогам, вони модифікуються, приводяться у відповідність. У соціокультурному і діяльнісному бутті поєднуються природне і штучне, відбувається узгодження модальностей «дійсного», «можливого» і «необхідного», породжуються норми, що відповідають природі нормованого. Неправильна стратегія з'являється тоді, коли

її зміст містить протиріччя зазначених модальностей. Стратегія позбавляється значущості за втрати стратегічної мети.

Стратегія — джерело орієнтирів і може «передбачати» майбутній результат. Стратегічне управління визначає результат, знає його, бачить його в абстрактному заступнику (наприклад, схемі). Функція стратега полягає в спостереженні за ходом реальних подій з наміром відповісти на контрольне запитання — чи відповідає хід дій стратегії. Оскільки спостереження співвіднесене з відповідним етапом, вираженим у стратегії, то прогнозування розщеплюється на «найближчі» кроки і «можливість кінцевих» кроків. При цьому, співвідносячи стратегію з ходом подій, стратег неминуче (у певних обсягах, повноті) перебуває в «розумовій піраміді», у переходах від абстрактного до конкретного і від конкретного до абстрактного.

У «розумовій піраміді» (див. схему 9.1) як логічній формі сутнісного викладу уявлень про що-небудь відбувається систематична конкретизація вихідних положень. Але це лише особлива система місць для змістів. А морфологія змістів з'являється «ззовні», з хаосу мислення. Змістовність же місць забезпечується мовною парадигмою (організація знаків і їхня структура) на відміну від онтологічної (сутісний погляд на буття в цілому) форми в самій «піраміді», що передбачає синтагматику (оформлена система синтаксичних, граматичних, семантичних правил) (схема 9.9) [4].

Стратег змушений мислити, підкоряючись необхідності вирішення розумових завдань і проблем, локалізуючи свою позицію у верхньому рівні ієрархії мислення, але взаємодіючи розміщеними на нижчих рівнях ієрархії. Коли говорять, що стратег готовий розглядати будь-які інші точки зору і бути неупередженим, то повинні мати на увазі не власне думки, а стратегічні «виклади» цих думок. Людина, перебуваючи у будь-якій точці ієрархії, може висловити свою точку зору. Якщо вона

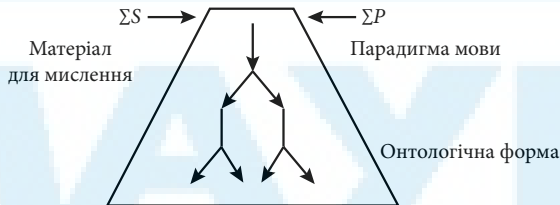


Схема 9.9. «Розумова піраміда» у стратегічному управлінні

змістовна для нижчого ієрархічного рівня, то стає значущою для стратега лише після її «переміщення» у відповідну точку ієрархії. При цьому зміст відповідно до згаданої вище «піраміди» повинен трансформуватися. Результат цієї трансформації стратег і повинен аналізувати. Основні труднощі стратегічного управління пов'язані з нерозумінням і небаченням «розумової піраміди», відсутністю здібностей до мислення в її межах, з налагодженням відносин у розумових ситуаціях, взаємодією різних і різнорідних учасників «розумової піраміди», що входять у неї з організаційної «піраміди».

### **9.3. Місія і стратегічне цілепокладання в самоменеджменті**

Існування будь-якої людини має зовнішню і внутрішню підстави, свою «виправданість». Людина, організації, суспільство тощо мають своє призначення, у межах якого складаються механізми, ієрархія механізмів. Якщо щось існує, то воно має свою місію, яка реалізується в конкретних умовах. З'ясування місії людини можливе лише за оперування вищими абстракціями, онтологічними (сутнісними) положеннями. Виявити місію людини не можна, не розглядаючи її сутнісної основи. Відбувається це в теоретичному типі мислення, що використовує розвинені предикативні системи засобів мислення. Розбіжність між місією і нормою буття людини виявляється у відмінності між її функціонуванням і розвитком. У функціонуванні зміст норм або стабільний, або змінюється без якісних переходів, функціональних змін. Розвиток з'являється як зміна якісного типу із спрямованістю на відповідність місії.

Якісні переходи спостерігаються при зміні принципу «життєдіяльності» на «соціокультурну динаміку», у переході від соціодинаміки до соціокультурної динаміки, а від неї — до культурної динаміки або до діяльнісного буття. Людина в цілому може не розвиватися, але рухатися вперед, поліпшувати свої показники, рости, стійко змінюватися і підвищувати ефективність діяльності. Але це відбувається в сприятливих умовах, за відсутності загроз, катаклізмів. Чим менш сприятливі умови, тим швидше виявляється потенціал функціонування або зрушень у розвитку, здатність системи до розвиваючого переходу, до реагування через розвиток.

Якщо у функціонуванні реагування пов'язане із залученням готового потенціалу і навіть фіксованих актуалізацій потенціалу, то розвиток передбачає запуск механізму зміщення якостей, базисних критеріїв, вихідних опор, що неможливо без звернення до глибших основ. Для здійснення розвитку людині необхідно звернутися до своєї місії, вихідного призначення, проблематизувати рівень відповідності сформованих основ місії та спрямувати себе до вищої відповідності.

Функціонування і розвиток не суть одного процесу, вони мають зовсім різні механізми забезпечення, і механічне, кількісне складання процесів лише збільшує невизначеність, неясність того, що відбувається, створює ілюзії в управлінському мисленні. Проте різні типи механізмів поєднуються завдяки особливому механізму суміщення і надання цілісності системі. Трансформації середовища і самих людей змушують звертатися до іншого шляху й інших потреб, адекватніших самому універсуму буття. Тільки вписуючись в універсум, враховуючи його «вимоги», закони, можна зробити одвічно значущим своє буття. Тим більше, що людина має всі типи механізмів для паралельного існування у всіх типах середовищ, у тому числі в джерельному («божественному, «абсолютного розуму» тощо).

Людина, яка не приділяє достатньої уваги світоглядним підставам прийняття рішень, збільшує імовірність неадекватних рішень у будь-якій ситуації. Поєднуючи акценти на функціонування і розвиток, вона може поставити стратегічні цілі. Вихідною підставою цілепокладання є зміст місії, а приводом — зовнішні умови і впливи. Оскільки людина перебуває на цілком визначеному рівні розвитку, то необхідно співвіднести цей рівень з вищим, який максимально відповідає місії. Тому фактори внутрішньо-зовнішнього реагування неоднорідні.

Стратегічну значущість меті надає співвіднесеність з факторами і критеріями місії людини. Саме ж цілепокладання підпорядковане загальним законам реагування на попит у межах наявних можливостей і ресурсів (актуальних і можливих). При цьому реагування здійснюється насамперед у діяльній логіці й лише вторинно, під тиском додаткових факторів — в економічній логіці. Діяльнісне реагування означає побудову такої системи діяльності, що породжує продукт, який відповідає побажанням самої людини. Цілепокладання і ціледосягнення передбачають наявність механізму діяльності (системи, сфери діяльності). Як і будь-який механізм, він має свою функцію (і місію), здатність будувати форму і морфологізувати її, ко-

ригувати форму, змінювати обсяг морфології (ресурсу). Логіка діяльності спирається на принцип функціонування, відтворення діяльності та розвитку, редукції діяльності. Усі зміни і розвиток здійснюються за рахунок проектування, перепроєктування кооперативних структур з наступним ресурсним забезпеченням.

Цілепокладання і проектування, наступні контроль і коригування спираються на рефлексивно-розумові можливості механізму діяльності, зосереджені в управлінській позиції, на відміну від готових проєктів, інших нормативних форм, що є актуалізаційною складовою мислення людини. При цьому її рефлексивно-розумова здатність з'являється як потенціал, що актуалізується залежно від внутрішніх принципів нормопобудови. В основі актуалізації, зокрема, — процедура конкретизації абстрактних проєктних цільових тверджень, а в основі конкретизації — перехід від вихідних універсальних мовних засобів до абстрактних тверджень. Цілепокладання стає стратегічним, якщо осмислюється з погляду функції стратегії. Стратегічні цілі можуть бути цілями лише стосовно соціокультурних, діяльнісно-економічних, політекономічних систем і щодо цілісностей. Тому цілепокладання створює специфічне уявлення про цю цілісність. Отже, змістом мети виступає той майбутній стан, що дає змогу цілісності досягати поставленої перед нею мети. Ми маємо цілі системи, цілісності та цілі коректора цілісності. Але ці уявлення даються на абстрактному рівні. У зв'язку з таким акцентуванням типологія стратегічних цілей передбачає перехід:

- від невизначеності буття до його організованості, до функціонування цілісності (становлення);
- від функціонування одного якісного рівня до іншого (розвиток);
- до повного вичерпування можливостей цілісності (рух до ідеалу).

За стратегічного планування відбувається фіксація вихідного стану, кінцевого стану, проміжних станів і факторів, що визначають зрушення від стану до стану (рис. 9.10) [4].



Схема. 9.10. Стратегічне планування в рефлексивному просторі



Не виявляючи концептуально властивостей цілісності, не будуючи онтологічних уявлень про неї та навколишнє середовище, стратег не може побудувати нормативний образ усіх переходів, усіх зовнішніх і внутрішніх факторів переходу. Самі проміжні стани виокремлюються з концептуальних уявлень про можливі зміни станів залежно від повноти онтологічного погляду на цілісність (схема 9.11) [4].

Як правило, депроблематизація за урахування несприятливого стану справ полягає в пошуку внутрішніх і зовнішніх факторів, що могли б замінити актуальні чинники, які визначають нереалізацію претензій. Але для цього необхідно ще знайти актуальні фактори цього типу в процесі проблематизації як «причини» ускладнень, деструкцій тощо. Проблематизація стане стратегічною, якщо фактори співвіднесені із сутнісними уявленнями про цілісність (схема 9.12) [4].

Невизначеність характеристики «місії» (за всієї значущості посилення на її наявність) зберігається в багатьох випадках. Посилання на місію використовується для мотивації людини, її самовизначення. Говорячи про місію людини, мають на увазі «базові ідеї», призначені для її самоорганізації. Місія виступає в ролі апіорного змісту, що заздалегідь визначає ставлення до діяльності.

У розробленні норм як результату (ціль), так і процесу (план, проект тощо) людина реагує на свою систему діяльності за допомогою ідеалів, цінностей, місії та ін. Реагуючи, вона формулює стратегічні й тактичні

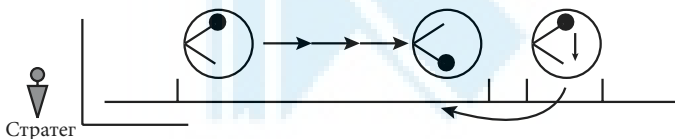


Схема 9.11. Виділення повсякденних станів діяльності з концепції стратегії

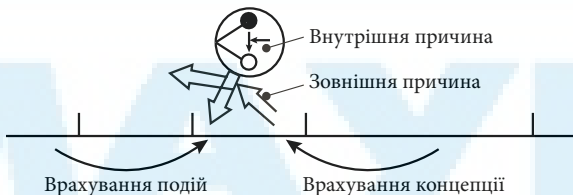


Схема 9.12. Стратегічна проблематизація

цілі. Стратегічні цілі опосередковані концепціями й ідеалами, цінностями, місіями тощо, тоді як тактичні цілі є результатом конкретизації стратегічних цілей у конкретних умовах. Часто характеризуючи «мету», зазначають такі її особливості:

- прийнятність для учасників, вимірність;
- визначеність терміна «досягнення»;
- необхідність досяжності (інакше страждає мотивація співробітників);
- взаємна підтримка цілей.

Вважається, що цілі використовуються для орієнтації в процесі прийняття рішень і підвищення ефективності діяльності. Але прийнятність мети виникає як явище в узгоджувальному процесі, а виконавець передусім зобов'язаний зрозуміти і прийняти мету. У процесі розробки рішення, у тому числі в індивідуальній формі, можна «зважувати» варіанти цілей. Але це не цільова характеристика, а вибір цілі. Ціль у ході її досягнення, використовується як розумовий засіб для визначення можливої розбіжності реального результату або його можливості з тим, що передбачалося. Зіставлення це не обов'язково кількісне, але завжди мисленнєве. Лише у співвіднесенні речей з'являється кількість, у тому числі й у заміщеному плані (математичні операції). Ціль дає уявлення про стан того, що перетворюється, переміщується, а не про кількість. Кількість не є істотною характеристикою цілі. Так само і термін «досягнення» характеризує не мета, а процес змін, перетворень.

Ціль пов'язана зі станом того, що змінюється, перетворюється. Узгодження цілей є особливим процесом, але не характеризує самі цілі. Той, хто буде уявлення про багато цілей, вдруге може поставити запитання щодо їхньої узгодженості. Водночас існує процедура «розщеплення» цілей шляхом знаходження багатьох процесів, що забезпечують досягнення кожної з них. Тактичні цілі для людини співвідносяться з особливостями структури організації. Усі вони зумовлюють появу ефекту, без якого неможливе досягнення і стратегічної цілі. Будь-яка організація діяльності людини або адміністративна структура має як зовсім різні компоненти, так і однотипні, які лише чимось різняться. Кожні компонент, ланка організаційної структури мають свої організаційно-управлінське забезпечення і виконавські складові. Тим самим кожна ланка, компонент можуть і повинні мати мету, яка враховує специфіку як свого «механізму», так і кооперативних сусідів, організації в цілому. Будь-які частини можуть бути досить вільні одна стосовно іншої у при-

пустимих межах і гранично невідними, як це легко бачити в речових системах. У соціокультурних і діяльнісних системах відносини поділяються на «співдіяльнісні», «протидіяльнісні», «кооперативні» та «псевдодіяльнісні». В кожному випадку по-своєму відбувається співвіднесення цілепокладання в частині з буттям цілого, з іншими частинами. За протидіяльності та псевдодіяльності відносини ще складніші. Якщо мати на увазі, що в разі цілепокладання і ціледосягнення переплітаються всі типи відносин, то можна собі уявити рівень складності паралельно здійснюваних сукупних цілепокладання і ціледійснення. Щоб стратегічна мета як така, що заміщує зміст інших за статусом, цілями, і як «загальна», абстрактніша була побудована, слід її вивести з уявлення про систему, яка досягає цілі такого ж рівня заміщення, абстрагування (схема 9.13) [4].

Практика стратегічного проектування свідчить, що перехід від К-образу великих систем і навіть збірки образів її частин до їхнього заміщення, А-образу системи, а потім від нього до А-образу станів системи і вибору «бажаного» стану як змісту стратегічної цілі, за дотримання інших критеріїв стратегічності здійснюється випадково. Серед концептуальних критеріїв варто виділити концепції (сутнісно значущі уявлення про різні типи систем, типи буття). Як тільки вдається знайти шлях, спосіб, досягти невідповідного «опису» таких систем, виявити інтегративні функціональні характеристики, покладені в основу їх цілісного розгляду, то створюється перспектива коригувального і управлінського ставлення до них, можливість власне цілепокладання в позиції управлінського ієрарха, стратегічного управління.

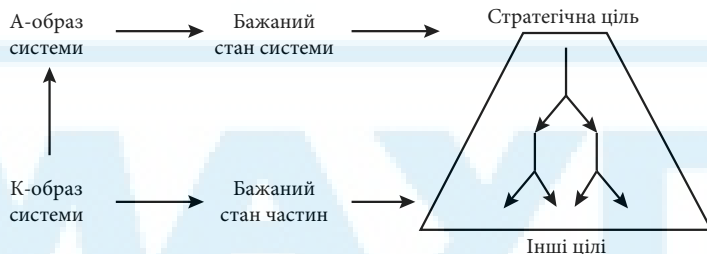


Схема 9.13. Виділення стратегічної цілі

## 9.4. Теоретичні засади реалізації стратегічного самоменеджменту

### 9.4.1. Стратегічне планування в самоменеджменті

Формально під плануванням розуміють процес побудови плану діяльності. Але на практиці цей термін використовується в різних значеннях. Необхідно з'ясувати його застосування для СМ, розглянувши планування з різних точок зору. Для цього ознайомимось з розумінням процесу планування фахівцями менеджменту.

Планування — це:

- послідовне звуження вибору цільового об'єкта до конкретної операції, що підприємство бере на озброєння для досягнення поставленої мети [33];
- процес ухвалення рішення, спрямований на досягнення такого бажаного стану в майбутньому, що не виникне сам собою [1];
- завчасний облік внутрішніх і зовнішніх факторів, що забезпечують сприятливі умови для нормального функціонування і розвитку підприємства [9];
- побудова нормативного уявлення, в якому вказуються послідовність проміжних продуктів і кінцевий результат діяльності [2].

У наведених характеристиках планування можна узагальнено виділити два атрибути: постановка цільового уявлення і розроблення шляху досягнення мети. (Перегляд інших трактувань планування, які ми тут не наводимо, показав, що такий зміст процесу планування не суперечить думці й інших авторів.)

Отже, під плануванням будемо розуміти такий процес ухвалення рішення, за якого будується цільовий (бажаний і досконаліший) стан діяльності, а також шлях його досягнення з урахуванням внутрішніх можливостей і зовнішніх факторів (умов).

Перейдемо до довгострокового планування. Термін «довгострокове планування» вживають для планування заходів на перспективу, як правило, на 5–10 років. Основна відмінність між довгостроковим і стратегічним плануванням полягає в трактуванні майбутнього. У системі довгострокового планування робиться припущення, що майбутнє можна передбачити через екстраполяцію сформованих тенденцій. Найчастіше за такого планування виходять з того, що в перспективі підсумки діяль-

ності поліпшаться порівняно з минулим. Прийняття цієї установки як аксіоми найчастіше призводить до побудови нереалістичних планів [26]. Довгострокове планування засноване на припущенні про поступовий логічний розвиток навколишнього середовища [5]. Головна перевага такого планування полягає в тому, що воно ставить під сумнів історичну логіку розвитку. Якщо аналіз зовнішнього оточення показує, що за допомогою історичної логіки неможливо здійснити точний прогноз розвитку зовнішнього середовища, стратегічне планування переключує всю увагу на систематичне управління переривчастими змінами. Насамперед вибирається нова логіка майбутнього розвитку. У стратегічному плануванні ключове місце посідають аналіз життєвих перспектив, зовнішніх і внутрішніх факторів, з'ясування небезпек і можливостей, здатних змінити сформовані тенденції. Стратегічне планування передбачає побудову плану «з майбутнього в сьогодні». Воно не пов'язане з часовими обмеженнями й орієнтоване на зміну масштабів діяльності. У стратегічному плануванні плановий обрій обмежений не часом, а темпами розвитку людини.

Невизначеність змісту терміна «план», якщо його розглядати в контексті співвіднесення з іншими термінами в типології норм, залишається непохитною. Часто планування розглядають як розроблення задуму діяльності із зазначенням мети, змісту, обсягу, послідовності та строків, а також методів виконання. А іноді — як хід розвитку чогось. Нерідко вважають, що планування як функція управління полягає у виборі кращих альтернатив розвитку об'єкта управління, передбачаючи відповідність інтересам об'єкта, його можливостям. Крім того, необхідний розрахунок часу, складу основних осіб, відповідальних за виконання плану. План спрямований на активне перетворення об'єкта управління з метою досягнення бажаного стану, а планування сприяє запобіганню помилкових дій і скороченню невикористаних можливостей, воно повинно бути чутливим до змін об'єкта і середовища.

Варто розрізнити план і ціль, план і метод. Ціль — уявлення про майбутній стан, який прийнятний для об'єкта і відповідає бажанням людини, наділяється статусом повинності, а отже, потребує втілення в реальності. Ціль може досягатися і без перетворення, досить «дійти», дочекатися бажаного стану. Тільки в діяльності відповідно до мети відбувається перетворення об'єкта, «насилницька» зміна актуального стану на належний або можливий. Якщо перетворення або інше «досягнення» здійснюється не відразу, поетапно, тоді з'являються проміжні

цілі, а характеристика послідовності цілей і переходів від однієї цілі до іншої і становить зміст плану. Інша річ — побудова діяльності відповідно до плану або навіть мети (схема 9.14) [4].

Якщо кінцевий стан зберігає функціональне буття об'єкта, то не можна говорити про розвиток, у тому числі й у ході діяльності. Планування як інтелектуальна робота передбачає:

- введення альтернативних версій мети, плану, а потім і вибір альтернативи;
- використання критеріїв вибору залежно від наявних стереотипів планування або творчих особливостей плануючого;
- розуміння особливостей об'єкта управління, можливостей об'єкта, його внутрішньої динаміки;
- розуміння можливостей засобів і методів впливу на об'єкт тощо.

Як норма, план визначає поведінку особи, яка його реалізує, і завдяки цьому сприяє відходу від належного стану, проявам самокорекції, самоорганізації, зниженню кількості можливих помилок, що виникають у самовираженні. Але не можна говорити про вплив на скорочення невикористаних можливостей, оскільки план визначає дії, не співвіднесені з потенціалом того, хто реалізує план. Облік можливий лише в ході планування, якщо той, хто планує, реалізує установку на максимальне залучення потенціалу того, хто реалізує план. Гнучкість плану виникає лише в процесі вторинного залучення до планування і «звільнення» від догматизму змісту плану, спрямування на урахування раніше неврахованого.

Планування пов'язане з досяжністю того поліпшення, яке неможливе без реалізації плану, одержанням бажаного і цільовизначеного ефекту, що впливає на ситуацію, оцінювану як «погана». Основою плану і планування є мета. Людина визначає місію, довгострокові цілі, використовуючи свій потенціал стратегічного аналізу і планування.

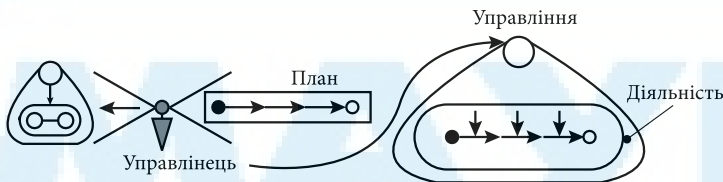


Схема 9.14. Планова побудова діяльності

Прогнозування передує плануванню, оскільки пов'язане з реконструкцією передісторії об'єкта управління і спрямовується в можливу динаміку стану.

Часове переміщення може супроводжуватися зміною стану того, що переміщується, спричиненою зовнішніми і внутрішніми факторами. Той, хто планує, повинен передбачати такі зміни, прогнозувати їх і планувати розміщення факторів, що визначають потрібні зміни. Така визначеність, що охоплює не лише шлях, проміжні та кінцеві стани об'єкта (людини), а й фактори, які визначають проходження шляху наміченою траєкторією, стає вже не планом, а проектом.

Сьогодні в теорії і практиці зберігається невизначеність змісту ключових термінів. Так, стратегічний план трактується як програма укрупнених дій для досягнення поставлених цілей. Але план і програма мають специфічне значення. Вважається, що стратегічне планування забезпечує конкретизацію стратегії, досягнення обраних цілей. Проте яка тут є стратегія, крім стратегічного плану, що конкретизується. Саме ж стратегічне планування з'являється часто як послідовність таких кроків:

- формулювання місії, визначення на її основі цілей, виражених у показниках (після чого місія може уточнюватися);
- визначення параметрів зовнішнього середовища (після чого можуть уточнюватися місія і цілі);
- виявлення позитивних і негативних зовнішніх і внутрішніх факторів діяльності, зовнішніх тенденцій (після чого можуть уточнюватися місія і цілі, здійснюватися додаткове дослідження середовища);
- визначення основних напрямів дій.

Розглянемо специфіку стратегічного планування на відміну від такого ж процесу розроблення, але не стратегічного. Крім довгострокових визначень цілей, ієрархізації їх критеріїв ми не бачимо. Відмінності полягають у кількісних категоріях. Стратегічний план трактується як договір суспільної згоди, відповідно до якого керівництво, працівники беруть певні зобов'язання. Це зведення узгоджених правил і вимог до персоналу, домовленість про конкретні заходи, що мають стратегічну важливість. Його зміст свідчить про пріоритетні напрями розвитку організації та консенсус в прийнятті рішень між широким колом працівників. Тут вже можна говорити про механізм стратегічного партнерства, пошуку стратегічних орієнтирів і забезпечення узгоджених дій. Він розробляється всіма учасниками, які впливають на розвиток організації, з урахуванням їх інтересів.

Поширеними «інструментами» стратегічного планування є програми і проекти як комплекс заходів для розв'язання певних завдань. На сьогодні немає точного розмежування цих понять. Передбачається, що програма припускає «ширший» комплекс заходів, розрахований на триваліший і навіть невизначений період, ніж проект, який має чітку завершеність. Управління програмою або проектом може мати тактичний і стратегічний аспекти. Тут знову ми стикаємося з понятійною невизначеністю. Термін «проект» набув свого значення в інженерній діяльності. При створенні споруди її кінцевий стан як цільовий виражається в особливій формі, у спеціальній образотворчій мові й називається проектом. Якщо створюється не «річ», а соціокультурне буття, то можна «перенести» функціональні особливості кінцевого стану буття як особливий зміст, виражений у спеціальній мові, й назвати соціокультурним проектом. Можна творити і діяльність, чим займається керівник. Тоді з'являються проекти діяльності. Стратег займається тим самим, але на абстрактному рівні, на «великомасштабних картах». Масштаби проекту можуть бути різні, але перехід від початкового стану діяльності до кінцевого при цьому фіксується обов'язково. Якщо термін «програма» не має більш-менш чіткого значення, то частіше йдеться про сукупність заходів з невизначеністю того, що варто одержати, або залишається внести нові порівняно з проектом характеристики норми. Ми поки перебуваємо на етапі обговорення стратегічних проектів, що відрізняються від стратегічних планів і цілей.

Загальні особливості стратегічного планування і проектування конкретизуються при співвіднесенні з умовами управління в певній системі. Для виявлення принципів конкретизації зупинимося на особливостях стратегічного планування і проектування в діяльності людини. Цілепокладання, планування, проектування, програмування тощо у СМ є ресурсами для реалізації планів, проектів. Для побудови стратегічного плану, проекту, варто передбачати не лише наявність планів або проектів у інших людей, ресурсів, а й позицію стратега.

Ця позиція може бути як функціональне місце заповнена інтегральним нормореалізаційним процесом. Проте для успішності інтегрального планування і проектування повинні бути реалізовані фундаментальні вимоги до нормативного мислення, мислення стратега (схема 9.15) [4]. Зокрема, стратегія повинна будуватися на верхньому рівні абстрактності нормативної розумової піраміди, спираючись на концептуальне уявлення про діяльність людини у межах фіксованих цінностей та ідеалів і з



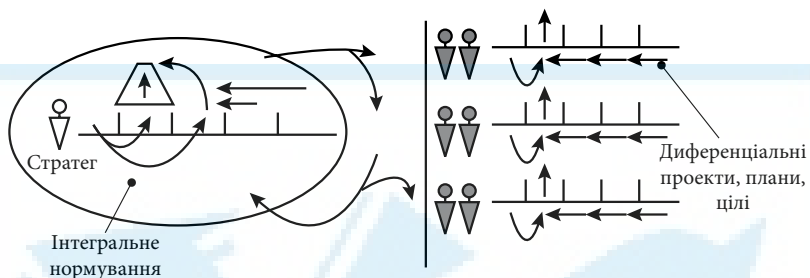


Рис. 9.15. Реалізація вимог до мислення за стратегічного планування

урахуванням відомостей про реальну динаміку міського, регіонального і «середовищного» життя. Стратегія звернена до всіх, і її прийняття передбачає відповідні модифікації диференціальних цілей, планів, проектів. Не перериваючи саморуку у всіх шарах і типах буття, такі модифікації повинні забезпечити одну з основних умов стратегічного управління: стратегія має «директивність» для тих, хто її реалізує. Кожна людина виокремлює з цілого стратегії свою складову і конкретизує її для переходу до реальних дій. У конкретизації повинні «утримуватися» абстрактні змісти стратегії. Найбільша складність у розумовій роботі стратега полягає в тому, як він досягає нейтралізації внесків у реалізацію стратегії з боку усього «іншого», що є в диференціальному бутті. Воно може модифікувати процес реалізації стратегії та руйнувати його. Тим самим стратег повинен прогнозувати втручання всього іншого протягом здійснення реального процесу, який не має стратегічних нормативних меж, і довізначати первинну версію стратегії, сприяючи зростанню потенціалу її реалістичності. Реалізація стратегії, як і її розроблення, спирається на стратегічне партнерство, на роботу механізмів узгодження.

Між інтересами людини і громадськими, суспільними цілями, ідеалами, цінностями існують розбіжності. Вони неминуче виходять назовні у спілкуванні й зберігаються в «тіні», впливають на постановку стратегічних цілей, планування, проектування, а потім на оцінку реалізації стратегії. У межах розумової піраміди (див. схему 9.1) (концептуальної та нормативної), а також піраміди проблем і самовизначень існують відчужені форми суб'єктивності. Кожному, хто не хоче порушувати і руйнувати ієрархічне мислення, необхідно дотримуватися єдиних логіко-розумових нормувань і принципів розумової культури.

## 9.4.2. Особливості етапів стратегічного самоменеджменту

Пропонуються теоретико-методологічні та методичні засади поетапного стратегічного СМ. Порядок поетапного розроблення запропонований у посібнику «Організація праці менеджера» [17]. У цій версії стратегічного СМ можна виділити етапи (схема 9.16.), особливості яких визначаються метою і стратегією СМ. Стратегічна мета життя людини є абстрактною і конкретизується в її повсякденній життєдіяльності (реалізації потреб) і діяльності (у виконанні норм у сфері виробництва), вносить у них ясність і визначеність. Розглянемо особливості стратегічного СМ.

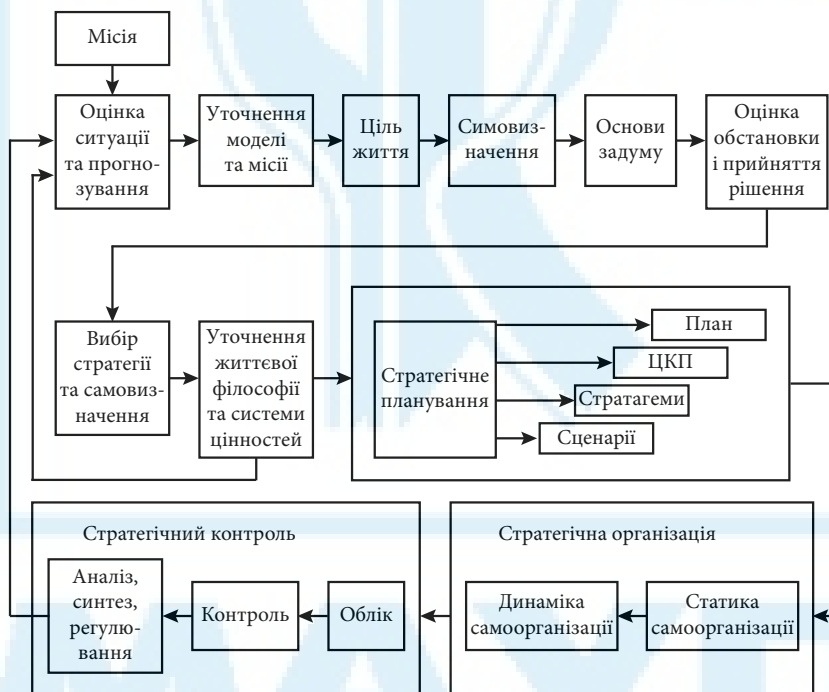


Схема 9.16. Етапи стратегічного самоменеджменту  
(ЦКП — цільова комплексна програма)

**Оцінка життєвої ситуації і прогнозування її розвитку.** Під оцінкою життєвої ситуації розуміємо складання уявлення, судження про сукупність умов і обставин, що склалися в людини і визначають вибір або корекцію її життєвого шляху. Як приклад необхідності оцінки стратегічної життєвої ситуації можна навести «розпад» СРСР, коли кожна людина повинна була оцінити, що ж відбулося в її «великому будинку».

Життя можна уявити як рух лабіринтом, стіни якого — усвідомлені уявлення про наші можливості (неможливості) досягнення життєвих цілей. Міцність стін лабіринту залежить від людини, яка рухається ним, її суб'єктивного сприйняття своїх можливостей і обмежень реалізації життєвого проекту. Кожна людина має уявлення про цей лабіринт у вигляді моделі та картини світу. Модель світу може бути натурною, математичною, що дає змогу моделювати процес реалізації життєвого проекту, одержувати кількісні та якісні показники ефективності діяльності й на цій підставі здійснювати коригувальні дії. Картина світу може бути представлена у вигляді суб'єктивно сприйнятої реальності, що дає можливість будувати життєві проекти, розробляти стратегічні плани, сценарії життя, відпрацьовувати стратегіями боротьби. Для управління рухом «життєвим лабіринтом» відповідно до картини світу відпрацьовується «карта світу» — графічна або уявна картина світу, яка є інструкцією з руху в лабіринті життя. Карта, культура і модель світу представлені у певній мові, якою володіє людина. Отже, якість формування карти і картини світу залежить від підготовленості людини, культури її мислення. Виходячи з цього, можна говорити про правильну або неправильну картину світу, адекватну реальності або неадекватну, цілісну або нецілісну, повну або неповну.

Формуючи картину світу, можна стратегічно управляти людьми. Тому всі правителі світу дбали про однаковість картини світу для своїх підданих. Для стратегічного самоуправління людині бажано мати картину світу, адекватну світові реальному. Тут виникають світоглядні питання, відповіді на які сприятимуть світорозумінню сьогодишньої реальності, дадуть змогу людині зрозуміти й оцінити сформовану ситуацію і трансформувати її розвиток на майбутнє. При цьому мірою адекватності картини світу людини є її зіткнення з несподіванками на життєвому шляху. Несподіванка буває приємна і неприємна. В одному випадку людина переживає позитивні емоції, в іншому — негативні. Усі вони необхідні їй для чуттєвого сприйняття (переживання) світу. Проте зіткнення з

несподіваним повинно стати приводом до уточнення моделі, карти світу, формування картини світу.

На оцінку життєвої ситуації повинна впливати місія життя людини, яка визначає її призначення, сенс існування. Ті, в кого виникають особисті зобов'язання (обов'язок батька (матері), сина (дочки) або громадянина) перед суспільством, змушені враховувати це (тиск місії). Цей тиск сковує волю маневру, підштовхує до відповідної мети. Місія повинна відображати інтереси членів кооперації, в якій бере участь людина. Молодь, яка планує кар'єру, повинна обміркувати доцільність раннього одруження, якщо, звичайно, ця подія не «ліфт», що підніме на вищий рівень соціальної піраміди. Отже, місія відображає характеристики теперішньої та майбутньої діяльності людини. Вона визначає:

- цільові орієнтири життєдіяльності та діяльності людини в її стратегічній перспективі;
- найбільш значущий тип буття;
- філософію життя людини;
- особливості взаємодії та співпраці людини в системній діяльності;
- самовизначення людини до сенсу життя;
- систему оцінки життєвих ситуацій, результатів діяльнісної активності людини.

Оцінюється стратегічне управління за реалізацією місії та ефективністю досягнення мети життя. Розробляючи систему оцінки, необхідно бути готовим до її зміни у зв'язку з корекцією місії та мети життя. Основним фактором, що впливає на об'єктивність оцінки життєвої ситуації, є культура мислення людини.

Культура оцінки життєвої ситуації передбачає культуру організації рефлексивних процесів у всіх формах буття. Звернення до культури — це здійснення критеріального забезпечення рефлексії. Критерії — засоби надійності рефлексії дії, що виключають випадковість в організації її процесів. Критеріями можуть бути онтологічні схеми, категорії, поняття, що відображають сутність певних явищ у житті людини.

Оскільки оцінювання, вироблення ставлення не зводяться до нижчих форм, характерних для життєдіяльності, соціодинаміки, то воно можливе лише в разі введення загальних засобів оцінок (схема 9.17) [4].

Предбачаються оцінки пізнавальні (наукові), проектно-прогностичні, проблемно-задачні, мислекомунікативні, почуттєві, міжоб'єктивні тощо. Внаслідок того, що оцінює реальна людина, яка має різний рівень реалі-



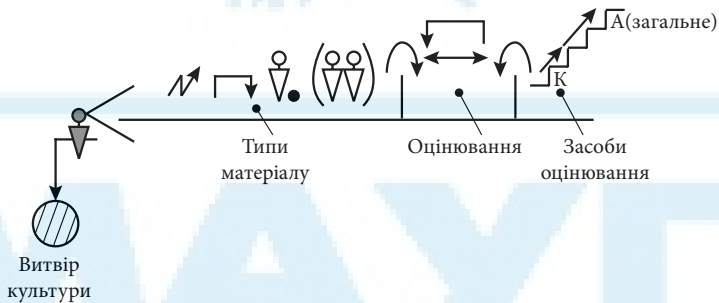
**Схема 9.17. Оцінка життєвої ситуації з використанням загальних (сутнісних) критеріїв**

зації установок на загальний характер засобів оцінок, виникає індивідуалізація культурних оцінок за рівнями культурності та акцентованості матеріалу оцінки (схема 9.18) [4].

На схемі 9.18 показано типи оцінюваних ситуацій у різних функціях рефлексії (перша функція — реконструкція й аналіз), використовувані конкретні й абстрактні засоби (третя функція — проблематизація) і безпосередня оцінка (спосіб оцінки) у другій рефлексивній функції.

Культурність людини полягає в досягненні такого рівня самоорганізації, за якого долаються установки на споживання і виникають — на «вписаність» в універсум. У культурі реалізуються ідеально-ціннісні цілі, досягаються ідеали.

*Прогнозування розвитку ситуації* — визначення можливих станів розвитку ситуації в процесі подальшого життя та її вплив на діяльність людини. Спрогнозувати тенденцію можна лише з певним ступенем



**Схема 9.18. Рефлексивна оцінка ситуації реальною людиною**

імовірності, оскільки важко врахувати вплив усієї системи факторів середовища. Результатом оцінки життєвої ситуації є життєве самовизначення людини.

**Уточнення картини світу і місії.** З практики відомо, що кожна людина по-своєму оцінює одну і ту саму життєву ситуацію. Для однієї відкриваються можливості самореалізації та досягнення вершин у житті, а для іншої ця сама ситуація є крахом усіх її надій. Це зумовлено наявністю в кожного з нас життєвого (психологічного) досвіду у вигляді напрацьованих програм реагування на конкретні ситуації та «бачення» реального світу через певні фільтри (нейрофізіологічні, соціальні, індивідуальні) (див. рис. 4.5).

На рис. 4.5 показано порядок формування «моделі світу» і «картини світу» людини. Модель дає можливість моделювати життєві ситуації, що склалися, отримувати прогнози їх розвитку і приймати життєві рішення. Картина світу дає змогу людині орієнтуватися в навколишній дійсності. Всі люди створюють для себе картину світу, якою керуються у своїй поведінці. Надалі, як було зазначено у підрозділі 4.3, вона формує наступний досвід щодо навколишнього світу, часто дедалі більше віддаляючи його від світу реального.

Індивідуальність сприйняття і життєвого досвіду зумовлює наявність в кожній людині своєї неповторної моделі сприйняття і оброблення інформації. Картина навколишньої реальності, якою людина користується як мапою для орієнтування у світі, значною мірою базується на її досвіді. Отже, кожний індивід живе у своїй реальності, що і створює особливості у самоуправлінні. Неврахування цих особливостей стає причиною багатьох особистих проблем людей і навіть трагедій народів. Картина упорядковує багатоманіття світу, дає змогу людині сприймати його близьким до реальної дійсності, вона може реагувати адекватно до обстановки. Отримана картина світу значною мірою пояснюється дією закону установки, який формує у людини цілісну систему установок. Іноді їх називають ціннісними орієнтаціями, домінуючими мотивами. Кожна така установка є станом готовності, схильності людини до певного виду діяльності, своєї місії в житті. Установки формуються несвідомо, але впливають на зміст життя як усвідомлений, так і несвідомлений. Внаслідок дії установок поведінка людини стає не ситуативною, а становить тенденцію. Отже, у стратегічному самоуправлінні потрібно менше враховувати поточні обставини, а більше звертати увагу на установки особистості.

При формуванні «картини світу» із законом установки тісно переплітається закон домінанти (від лат. панувати). Механізм дії домінанти створюється під впливом внутрішніх гормонів організму, рефлекторного впливу ззовні та утворення у нервовій системі центрів підвищеної збудженості. Дія цього механізму зумовлює формування схильності людини до чітко визначеного сприйняття навколишнього світу, способу мислення, форми поведінки, способів дії. При цьому вони пов'язані не з поточними збудженнями, а з давніми подіями, минулим досвідом. Внаслідок цього поведінка людини змінюється за невлучимо малих змін середовища або у зовсім нових умовах вона постійно повторює один і той самий спосіб досягнення мети, підготовлений її минулим досвідом. Це є результатом того, що із слідів минулого формуються домінанти і центри збудження у психіці, теперішнє може зумовити майбутнє.

Дія механізмів наведених законів виявляється у процесі сприйняття людиною навколишньої дійсності та прийнятті рішень у певній ситуації, які часто виглядають нелогічними (іраціональними). Ці механізми багато в чому визначають поведінку людини. Враховуючи особливості людської психології, якостей особистості та наявність «індивідуальної» картини світу, можна дійти висновку про труднощі прогнозування поведінки людини в різних життєвих ситуаціях. Таким чином, на підставі отриманої інформації формується картина реального світу. Людина здебільшого сприймає не реальні об'єкти, а проєкції своїх уявлень про них. Щоб сприйняти те, що є насправді, їй необхідно зупинити роботу механізму мислення і вийти за його межі. Саме на цій «процедурі виходу» базується рефлексивна розумова діяльність.

Найбільший вплив на стратегічне самоуправління мають «моделі світу» і «карти світу» людини, сформовані за участю «соціальних фільтрів». Вияв «соціальних фільтрів» у формуванні «картини світу» зумовлений станом людини в соціальній ієрархії, в системі взаємозв'язків і відносин у суспільстві, формою її існування, системою установок, через призму яких вона сприймає інформацію. Крім того, існуюча мовна система, яка використовується людьми, не завжди дає змогу передати і зрозуміти багатство реально існуючого світу. Наявність численних синонімів у мові може ускладнити формулювання думки у певній сфері діяльності. Тому рекомендується у стратегічному управлінні діяльністю людини застосовувати мову схематичних зображень, запропоновану в розділі 7. Ця штучна мова, як свідчить практика її використання управлінцями, дає змогу абстрагуватися від випадковостей, повсяк-

денної конкретики і будувати діяльнісні «світи» людини (картини реального світу) на основі сутності буття при досягненні стратегічної цілі та реалізації людиною своєї місії.

Таким чином, етап уточнення картини світу і місії, оцінка поточної реальної ситуації можуть різко змінити уявлення людини щодо бажаної мети життя. Бачення реального світу (його картини) можна уточнювати за допомогою оточення, через порівняння його бачення зі своїм. У науці запобігти суб'єктивності сприйняття можна, застосовуючи метод Г. Гегеля (метод псевдогенетичного аналізу). Важливість цього етапу для людини, яка здійснює стратегічне самоуправління, виявляється в тому, що, будучи нездатною до бачення реального світу і моделювання свого становища в ньому, вона стає нездатною до стратегічного бачення свого майбутнього (стратегічної мети). Людина в цьому разі не може сформулювати свою місію і реалізувати її в житті.

На підставі суб'єктивного сприйняття реальності людина здійснює управління, неадекватне справжній природі навколишнього світу. Відбувається управлінська реакція на випадковість. Особливістю стратегічного самоуправління є здійснення діяльності з досягнення мети і реалізації місії людини на основі знання законів буття, з'ясування його сутності, пізнання істини. В цьому разі людина повинна стати ледве не богом. Проте, за великим рахунком, у цьому і можна знайти сенс життя. В ідеалі так і повинно бути, а в дійсності людина має прагнути цього. Чим активніше вона прямує до свого ідеалу, тим краще здійснюватиме своє стратегічне самоуправління. Це відбувається тому, що ідеали, стратегічні цілі є абстрактними нормами діяльності людини.

Проте в соціальному світі крім об'єктивного суб'єктивізму сприйняття дійсності існує ще неправдива інформація як результат маніпулятивного впливу на індивідуальну і суспільну свідомість людини. Цю неправдиву інформацію вона отримує у процесі спілкування з іншими людьми і через засоби масової інформації (ЗМІ). Сучасній людині дуже важко залишатися самою собою в інформаційному полі, створюваному зовнішнім середовищем, яке програмує її на певну поведінку і прийняття рішень в інтересах власників ЗМІ. Вона має рефлексивно-розумовий механізм, який дає змогу критично сприймати інформацію, відділяти неправду, але для цього потрібно мати спеціальну підготовку. Сутність цієї підготовки полягає в умінні виконувати стратегічний аналіз поточної ситуації, у синтезуванні висновків і прийнятті відповідних рішень, виборюванні своїх ідеалів. Про боротьбу йтиметься в наступному розділі,



а тут констатуємо, що тим, хто бажає стати людиною, необхідно навчитися стратегічно управляти собою.

**Ціль.** Необхідність визначення цілі зумовлена вимогою закону цілепокладання. Ціль — це образ кінцевого стану діяльності. У стратегічному СМ ціль — це абстрактна норма, реалізована в процесі повсякденної діяльності через систему цільового управління, через виконання конкретних цілей тактичного рівня. Стратегічна ціль визначає особливості стратегії, механізму СМ, функцій, методів, технологій, процесу діяльності тощо. Формулюючи мету, людина неминує визначає, обмірковує задум її досягнення. Бажано прагнути тієї мети, що виражає індивідуальність людини, виявляє особистість, визначає механізм управління її доцільною діяльністю. Якщо людина прагне стати особистістю, то вона повинна бути суб'єктом управління своїм життям. Формування особистості відбувається в процесі діяльності. Цілі людини повинні змінюватися залежно від періоду життєвого циклу і сформованої ситуації, місії. Поняття «ціль» охоплює зміст, об'єкт, ім'я і денотат. *Змістом цілі* називається сукупність ознак, якими задається відповідний цільовий об'єкт (проект об'єкта). *Об'єкт цілі* — сукупність тих ознак, що розпізнаються або відтворюються за допомогою ознак, які утворюють її зміст. *Денотат цілі* — об'єкт, що їй відповідає. Ідеальний образ мети та її денотат не збігаються і не можуть збігатися. Прийнято розрізняти значення цілі та її операціональний зміст. Під значенням розуміють її зміст, яким задається цільовий об'єкт. Результат, отриманий у процесі діяльності, називається операціональним змістом цілі. За одного значення мети її операціональні змісти можуть бути різними — залежно від способу і засобів досягнення мети.

Стратегічна ціль важлива для розроблення стратегії її реалізації в діяльності людини, стратегії управління цією діяльністю, стратегії боротьби. Порядок визначення мети запропоновано у посібнику «Організація праці менеджера» [17].

**Самовизначення до стратегічної мети.** Стратегічне самовизначення повинне базуватися на життєвому самовизначенні, з'ясуванні сенсу життя, розумінні та визнанні системи координат, щодо яких прокладатиметься траєкторія руху людини до стратегічної мети. Тільки людина, яка самовизначилася, може сформулювати задум досягнення мети.

**Задум досягнення стратегічної мети.** У ньому відображено головну ідею, сили, засоби і способи реалізації мети. На задумі базуються рішення, підходи до вибору стратегії та основні засади плану життя. Він дає відповідь на питання:

- де, якими силами і засобами й у якій послідовності відбуватиметься взаємодія;
- які напрями дій головні, а які другорядні;
- де будуть зосереджені основні сили і засоби;
- як загалом буде організовано діяльність.

Цей зміст задуму необхідний для оцінки обстановки.

**Оцінка обстановки і прийняття рішення.** Для прийняття стратегічного рішення збирають і обробляють дані обстановки. Під обстановкою розуміють сукупність життєвих умов, обставин, що склалися в результаті дій людини та її оточення у відповідному типі її буття. У менеджменті під оцінкою обстановки мають на увазі стратегічний аналіз. Оцінка обстановки може виконуватися за певним алгоритмом (схема 9.19).

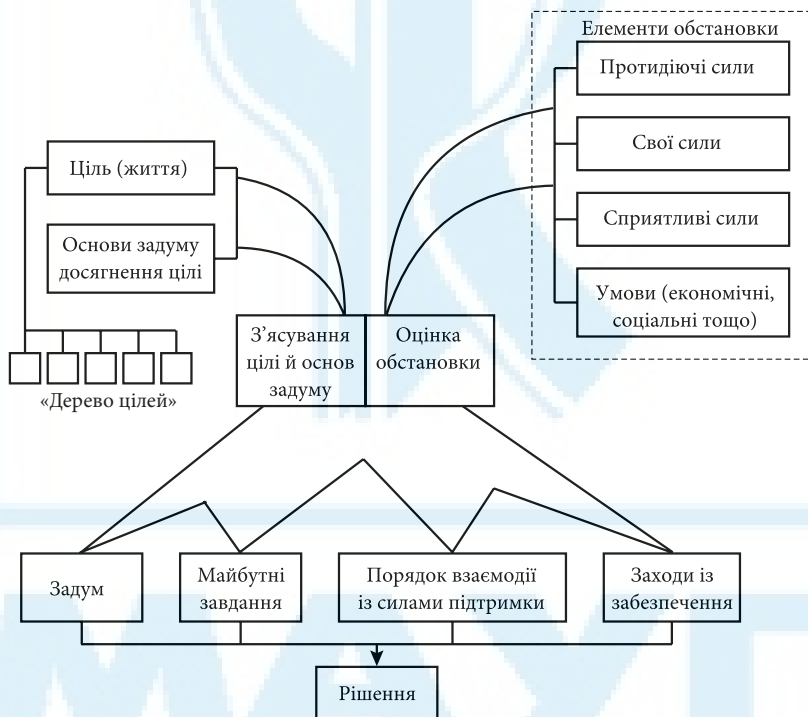


Схема 9.19. Порядок оцінки обстановки та прийняття рішення

При цьому увага зосереджена на аналізі зовнішніх і внутрішніх факторів; висновках з оцінки обстановки.

До зовнішніх факторів належать:

- соціальний стан у суспільстві, що визначає можливості в одержанні освіти (матеріальні витрати), зайняті місця на вищому рівні соціальної, економічної та управлінської ієрархії;
- система кадрової роботи в суспільстві, на конкретному підприємстві;
- рівень розвитку суспільства, країни проживання;
- інформаційна безпека людини.

Внутрішніми факторами є:

- людський фактор;
- рівень внутрішнього інформаційного забезпечення про стан організму;
- рівень володіння засобами досягнення стратегічних і тактичних цілей (методами, техніками, технологіями тощо);
- організація самоуправління.

Порядок роботи з оцінювання обстановки та прийняття рішення показано на схемі 9.19. Висновки з аналізу обстановки можуть містити:

1) оцінку сприятливих і протидіючих сил (впливу зовнішніх факторів):

- головні протидіючі сили, впливом на які може бути значно полегшений рух уперед;
- сильні та слабкі сторони протидіючих сил;
- ймовірні форми і способи протидії;

2) висновки з оцінки своїх сил:

- загальний стан здоров'я, наявність здібностей до діяльності у певному типі буття;
- відповідність наявних сил меті та задуму її досягнення;

3) висновки з оцінки сприятливих сил:

- вплив родичів, товаришів та ін., що нині розуміється під словом «зв'язки»;
- з ким, на якому етапі та як варто найтісніше взаємодіяти;

4) висновки з оцінки умов — що, як і коли варто врахувати та використовувати, виходячи з усього комплексу економічних, політичних, соціальних, кадрових умов, країни проживання.

Для прийняття рішення можна скористатися відповідним алгоритмом. У його основу буде покладено: задум, поставлене завдання, порядок взаємодії із силами підтримки і заходи щодо забезпечення.

*Прийняття стратегічного рішення.* У СМ найважливіше місце посідають вироблення і проведення в життя різних за характером рішень. Процес управління має циклічний характер. Управлінський цикл починається з виявлення нагальної проблеми, що ми вже частково зробили, здійснивши збирання, вивчення інформації, оцінивши обстановку. Стратегічне рішення можна прийняти з використанням алгоритмів (схема 9.20). Рішення — це вольовий акт людини щодо вибору стратегічної мети зі стратегії її досягнення.

**Вибір стратегії життя, уточнення життєвої філософії та системи цінностей.** Стратегії життя вибирають, виходячи із сенсу життя, місії людини, її цілей, ситуації, що склалася, та оцінки обстановки і стратегічного самовизначення. У найбільш поширених на сьогодні класифікаціях стратегії життя використано такі ознаки:

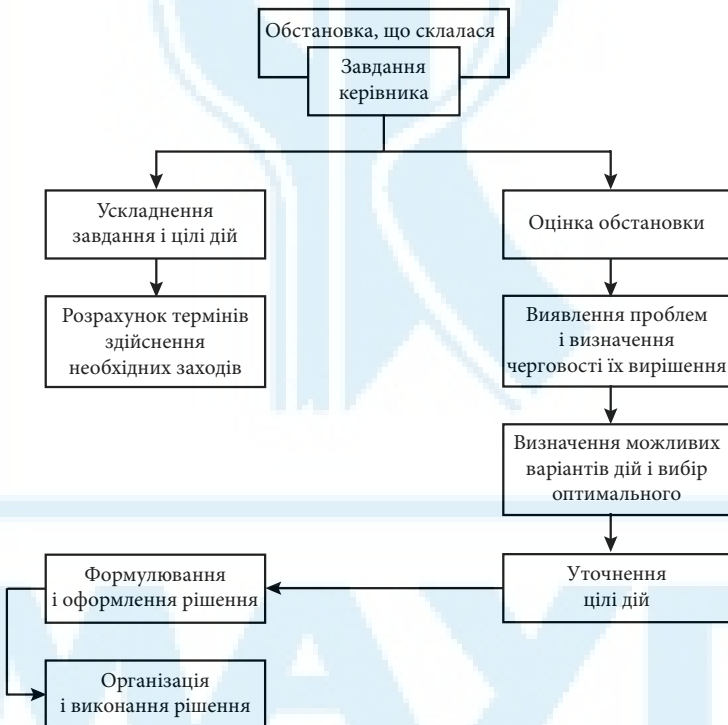


Схема 9.20. Алгоритм прийняття стратегічного рішення

- соціально-економічний стан людини (стратегії благополуччя, успіху, самореалізації);
- способи вирішення життєвих протиріч, конфліктів (стратегії захисні, відмови, пристосування);
- співвідношення сил протидіючих сторін у «силовому полі» факторів, що впливають (стратегії наступальні й оборонні).

Характеристики життєвих стратегій наведено у посібнику «Організація праці менеджера» [17].

Зазначені життєві стратегії на даний час є типовими для більшості людей. Багатьом з них необхідно вибирати стратегію, яка відповідає їх місії та цілі життя. Зміна стратегії природна, якщо вона є наслідком об'єктивних умов і обставин, що змінилися. Проте визначення стратегії життя вимагає її практичного розроблення, а розроблення діяльній стратегії — стратегії управління.

Стратегія розробляється в процесі абстрагування всього комплексу планових, проєктованих, програмувальних заходів діяльності (схема 9.21). На цій схемі наведено механізм мислення, який на основі конкретного змісту діяльності (К) людини заміщує його абстрактно-конкретними функціональними стратегіями й подальшими абстракціями вищої визначеності та організованості системної діяльності (на сьогодні). Прогнозом трансформації стратегії 1 на «сьогодні» є стратегія 2, яка забезпечує досягнення поставленої стратегічної мети життя. Стратегія життя людини (2) далі конкретизується в планах конкретних, практичних дій, що забезпечують досягнення цієї стратегічної мети.

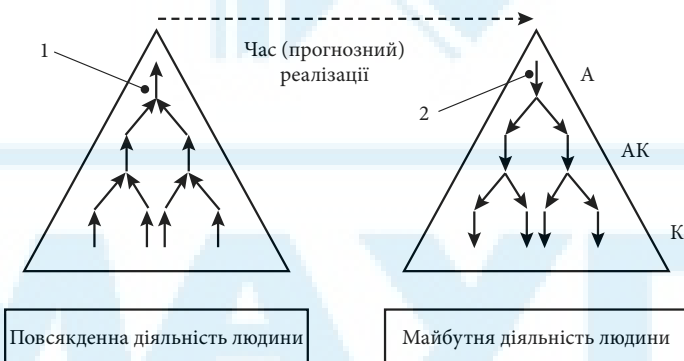


Схема 9.21. Послідовність мислєдїяльностї людини при розробленнї стратегїї

На схемі 9.21 показано діяльність людини з реалізації прийнятого управлінського рішення, яка координує виконання усіх функцій її організму і розроблення стратегії. Запропоновано варіант розроблення стратегії через побудову «дерева цілей» методом «сходження від конкретного до абстрактного» і назад «від абстрактного до конкретного». Представлено програмно-цільову стратегію з механізмом управління, заснованим на цільовій комплексній програмі досягнення мети.

Система управління є найбільш активною і значущою частиною стратегічного СМ діяльністю людини. Вона потребує розвитку відповідного рефлексивного-розумового механізму. З вибором (розробленням) стратегії людина повинна переглянути систему та ієрархію цінностей, норми, принципи повсякденної діяльності, зумовлені стратегією, особливо за принципової зміни мети життя і стратегії. Щоб це відбулося, необхідне буквальне потрясіння, катарсис. В основі такої дії — етап зміни життєвої філософії, пов'язаний зі зміною картини світу. Людині необхідно «очистити» свідомість від знань, непотрібних у перебудованому житті, реформувати старі модель і карту світу. Нова картина світу спричиняє зміну системи цінностей, критеріїв, використовуваних для прийняття рішень. Життєва філософія є ідеологічною основою соціального і духовного життя. Отже, щоб жити по-іншому, потрібно сформувати картину світу і відповідну життєву філософію. Це важко, а для деяких людей взагалі неможливо. Людина не може відмовитися від своїх ідеалів, від сенсу життя. Вона продовжує жити і руйнує свою картину життя, якщо знаходить інший сенс, трансформує систему цінностей, виробляє нову життєву філософію, змінює місію. Наприклад, необхідно виконати обов'язок батька і «підняти дітей на крило». Якщо відбувається суттєве руйнування і людина не здатна перебудуватися, то необхідно змінити попередній цикл стратегічного СМ (див. схему 9.16). Розроблення стратегії вимагає спеціальної підготовки від людини — як мінімум, абстрактного мислення, що дає змогу визначити сутність свого життя, застосовувати стратегічне бачення в процесі реалізації його стратегії.

**Планування життя (розроблення плану життя, цільової комплексної програми, стратегемі, сценарію).** Перший варіант — здійснити стратегічне планування життя побудовою «дерева цілей», розподіляючи життєві цілі за типами буття або сферами (професійною, фізичного стану, матеріальною, сферою сімейного життя, соціально-психологічною тощо). За цілями життєвих сфер розробити заходи, визначені в часі, що забезпечують їх досягнення.

Другий варіант стратегічного планування пов'язаний з розробленням цільової програми. Цільова програма — це різновид особливого плану — комплексного, інтегрованого уявлення про створення своєрідного механізму управління для досягнення конкретної мети. Цільову програму СМ можна визначити як інтегроване уявлення цілей, людських сил і засобів, термінів, дій людини. Цільова програма — це план здійснення комплексу взаємозалежних завдань і дій, спрямованих на вирішення цих завдань, із зазначенням людських ресурсів та інших джерел.

Окремих планом життя можуть бути стратагеми. Вони походять із сивої давнини, де означали стратегічний план, в якому для супротивника закладено яку-небудь пастку або хитрість. Стратагемність у наш час — це здатність прораховувати ходи, програмувати їх виконання, виходячи зі сформованої ситуації та якостей конкурента (супротивника). Багато хто під стратагемами розуміє поєднання стратегії з умінням розставляти приховані для конкурента, супротивника пастки. Незвичайність ефективності застосування стратагем у тому, що вони базуються не на звичаях, нормах, етиці бізнесу, міжнародного права, а на апробованій століттями теорії військового мистецтва.

У сучасних військових стратагемність приховано в планах стратегічного, оперативного маскування, у задумах рішень воєначальників. Один з військових мислителів давнього Китаю Сунь-цзи (Сунь-Бінь, VI ст. до н. е.) рекомендував такі азбучні істини стратагемщика: «Якщо ти можеш щось, вдавай супротивникові, що не можеш. Якщо ти і користуєшся чим-небудь, вдавай ніби ти цим не користуєшся. Якби ти і був близько, вдавай, ніби ти далеко. Якщо ти далеко, вдавай, що ти близько. Замануй супротивника вигодою. Приведи його в розлад і бери. Якщо в нього всього повно, будь напоготові. Якщо він сильний, ухилийся від нього. Приймаючи смиренний вигляд, викликай у нього зарозумілість. Якщо його сили свіжі, стоми його. Якщо його лави дружні, роз'єднай. Нападай на нього, коли він неготовий, виступай, коли він не очікує. Спершу будь, як безневинна дівчина — супротивник відкриє свої двері. Потім же будь як заєць, що вирвався, — супротивник не встигне вжити заходів для захисту.

Конкурентна боротьба, що дедалі активізується, різко підвищує інтерес до стратагемної підготовки. Стратагемам присвятив свою роботу Харро фон Зенгер, який багато років вивчав це найдавніше мистецтво Сходу [13, 14]. Він вважає, що стратагемність стала рисою національного характеру, особливо національної психології китайців.

**Стратегічна самоорганізація.** Багато чудових життєвих цілей, стратегій їх досягнення ставали планами не менш стрункими й обґрунтованими, але при зіткненні з реаліями дійсності перетворювалися лише на побажання і наміри. Ми розробили стратегію, спланували витрати часу для її реалізації, але як оживити дію стратегічного механізму управління діяльністю людини? У теорії управління під організацією управління розуміють створення системи управління (статика) і організацію процесу управління (динаміка) (викладено в параграфі 9.1.2). Таким чином, стратегічна самоорганізація — це організація процесів мислення і діяльності, що відбуваються у людині як у системі.

**Стратегічний контроль.** Контроль — це процес забезпечення досягнення людиною своїх цілей. Він дає змогу утримувати життєдіяльність у певних межах і спрямовувати її до заданих кінцевих станів (орієнтирів). Це діяльність з обліку, оцінки інформації про відхилення дійсних значень від заданих. Контрольна інформація використовується для аналізу, синтезу висновків, регулювання.

Практика ефективного виконання функції контролю свідчить про необхідність його відповідності таким вимогам:

- стратегічної спрямованості (відображає загальні пріоритети системи життєвих цінностей людини, її життєдіяльності);
- спрямованості на кінцеві результати, що досягається інтеграцією контролю над іншими функціями СМ;
- відповідати контрольованому виду діяльності, реалізованій функції управління;
- своєчасності (контроль повинен бути адекватним контрольованому явищу) і гнучкості (приспособування до змін, що відбуваються), а також простоті щодо його призначення.

Отже, як стратегія життя визначає тактику, так і стратегічний СМ визначає життєдіяльність і діяльність. Він зумовлений процесами життєдіяльності та діяльності людини як біосоціальної та духовної системи, визначає їхній плин, напрямок і темпи в межах заданих параметрів.



## КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. У чому виявляється важливість теоретико-методичних засад стратегічного СМ?
2. Як історично відбувалося становлення стратегічного СМ?
3. У чому сутність і проблеми реалізації стратегічного СМ?
4. Поясніть причини існування розбіжності в розумінні стратегії та стратегічного управління.
5. Як здійснюється організація стратегічного СМ?
6. У чому специфіка стратегічного мислення в СМ?
7. Як здійснюється стратегічне планування?
8. Які б ви запропонували етапи реалізації стратегічного СМ?
9. Назвіть етапи стратегічного СМ і дайте їм коротку характеристику.
10. Покажіть на прикладах роль цілі, змісту і місії життя в СМ.
11. Розкрийте зміст і послідовність розроблення плану життя.
12. У чому сутність стратегічної самоорганізації?
13. Покажіть на прикладах з життя роль стратегічного контролю.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Акофф Р. Планирование будущего корпорации. — М. : Прогресс, 1985.
2. Алексеев А., Пигалов В. Деловое администрирование на практике: инструментарий руководителя. — М. : Технол. шк. бизнеса, 1993.
3. Анисимов О. С. Принятие управленческих решений: методология и технология. — М., 2002.
4. Анисимов О. С. Цивилизационные катастрофы и стратегическое мышление. — М. : Рос АКО АПК, 2006.
5. Ансофф И. Стратегическое управление. — М. : Экономика, 1989.
6. Ансофф И. Новая корпоративная стратегия. — СПб : ПитерКом, 1999.
7. Богданов А. А. Всеобщая организационная наука (тектология). — М. : Экономика. 1989. — Т 1, 2.
8. Виханский О. С. Наумов А. И. Менеджмент: Учебник. — 3-е изд. — М. : Гардарики, 2002.
9. Герчикова И. Н. Менеджмент: Учебник. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : ЮНИТИ, 2002.
10. Глухов В. В. Основы менеджмента: Учеб.-справ. пос. — СПб. : Спец. лит., 1995.
11. Дойль П. Менеджмент: стратегия и тактика. : СПб., Питер, 1999.

12. *Дракер Ф. П.* Управление, нацеленное на результат. — М. : Технол. шк. бизнеса, 1992.
13. *Зенгер Харро фон.* Стратегемы. — М. : Прогресс, 1996.
14. *Зенгер Харро фон.* Стратегемы. О китайском искусстве жить и выживать: В 2-х т. — М. : Эксмо, 2004.
15. *Карлофф Б.* Деловая стратегия. — М. : Экономика, 1993.
16. *Клаузевиц К.* О войне. — М. : Воениздат, 1994.
17. *Колпаков В. М.* Организация праці менеджера. — К. : МАУП, 2005.
18. *Конрад Н. И.* Синология. — М. : Ладомир, 1995.
19. *Мескон М. Х., Альберт М., Хедоури Ф.* Основы менеджмента : Пер. с англ. — М. : Дело, 1992.
20. *Резник Т. Е., Резник Ю. М.* Жизненные стратегии личности // Социол. исследования. — 1995. — № 1.
21. *Робер М. А., Тильман Ф.* Психология индивида и группы. — М. : Прогресс, 1986.
22. *Стратегия* в трудах военных классиков. — М. : Воениздат, 1926. — Т. 2.
23. *Стратегическое планирование и хозяйственная политика* / Пер. с англ. У. Кинга, Д. Клиланда. — М. : Прогресс, 1982.
24. *Томпсон А. А., Стрикленд А. Дж.* Стратегический менеджмент: концепции и ситуации. — М. : ИНФРА-М, 2001.
25. *Тренин Н. Н.* Стратегическое управление: Учеб. пос. для вузов. — М. : ПРИОР, 2002.
26. *Управление организацией: Учебник* / Под. ред. А. Г. Поршнева, З. П. Румянцевой, Н. А. Саломатина. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : ИНФРА-М, 2005.
27. *Уткин Э. А.* Финансовое управление. — М. : ЭКМОС, 1997.
28. *Фатхутдинов Р. А.* Стратегический менеджмент: Учебник. — 4-е изд., перераб. и доп. — М. : Дело, 2001.
29. *Хилл Н.* Думай и богатей. — М. : Фаир, 1995.
30. *Щёкин Г. В.* Как избежать ошибок при устройстве на работу: Советы психолога. — К. : МЗУУП, 1992.
31. *Щёкин Г. В.* Теория социального управления. — К. : МАУП, 1996.
32. *Энкельман Н. Б., Бинкербильт М.* Преуспевать с радостью. — М. : Экономика, 1993.
33. *Logrange P., Vansil R.* How to begin a strategic planning system // Harvard Bus. Rev. — 1976. — Sept.-Oct.

## БОРОТЬБА В САМОМЕНЕДЖМЕНТІ

Людина не для того створена, щоб терпіти поразки...  
Людину можна знищити, але її не можна перемогти.

*Е. Хемінгуей*

Непереможність міститься в собі самому,  
можливість перемоги міститься в супротивнику.

*Сунь-цзи*

### 10.1. Теоретичні засади боротьби

#### 10.1.1. Сутність поняття «боротьба»

У характеристиці реального життя суспільства часто використовуються поняття «політична боротьба», «управлінська боротьба» тощо, існують праці про економічні, маркетингові, інформаційні, психологічні війни. У межах посібника ми не ставимо за мету розробити теорію боротьби. Проте без знання її основних засад, опанування навичок боротьби і наступного розвитку здатності сучасної людини до боротьби безглуздо ставити завдання щодо її управлінської конкурентоспроможності на ринку праці та наукового обґрунтування діяльності організації, в якій вона працює, що забезпечує конкурентну перевагу вироблених товарів і наданих послуг.

Незважаючи на широке застосування терміна «боротьба», більшість людей не може дати йому чіткого визначення. Як це не дивно, його немає у військовому, радянському та інших енциклопедичних словниках. У кращому випадку під боротьбою розуміють єдиноборство за певними правилами у спорті. А тим часом у житті кожної людини боротьба відіграє велику роль. З метою визначення ролі та місця боротьби в діяльності людини проаналізуємо, які значення надають цьому поняттю різні фахівці (табл. 10.1).

## Визначення поняття «боротьба»

Зміст визначення (джерело літератури)	Ключові слова
1	2
<p>Боротьба:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• рукопашна сутичка, в якій кожний намагається подолати іншого;</li> <li>• активне зіткнення протилежних суспільних груп, протилежних напрямів, інтересів тощо, в якому кожна сторона прагне одержати панування, перевагу;</li> <li>• діяльність, спрямована на подолання, знищення чогось;</li> <li>• діяльність, спрямована на досягнення якоїсь мети;</li> <li>• зіткнення суперечливих почуттів, прагнень, внутрішні зусилля, спрямовані на те, щоб надати перевагу якомусь з них</li> </ul> <p>(<i>Словарь русского языка</i>. — М.: Рус. яз., 1985. — Т. 1)</p>	<p>Активне зіткнення людей за реалізації власних цілей</p>
<p>Боротьба — вид спорту, єдиноборство за певними правилами (<i>Энциклопедический словарь</i>. — М.: Сов. энцикл., 1963. — Т. 1)</p>	<p>Єдиноборство за правилами</p>
<p>Боротьба:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• батько всіх речей (<i>Геракліт</i>);</li> <li>• метафізичний принцип становлення;</li> <li>• сутність діалектичного руху: синтез може бути досягнутий тільки через внутрішню боротьбу (<i>Г. Гегель</i>);</li> <li>• завдяки боротьбі життя набуває глибокого сенсу: замість суто існування життя переходить до полеміки зі світом, до стану праці та творення (<i>Фіркандит</i>);</li> <li>• боротьба за існування (<i>Ч. Дарвін</i>);</li> <li>• боротьба можлива лише між принципово рівними</li> </ul> <p>(<i>Философский энциклопедический словарь</i>. — М.: ИНФРА-М, 2002)</p>	<p>Принцип становлення людини і діалектичного розвитку</p>
<p>Боротися (звичайно, за щось) — відстоювати, домагатися чого-небудь або опиратись чому-небудь, намагатися подолати або перебороти щось (<i>Словник синонімів російської мови</i>. — Л.: Наука, 1970. — Т. 1)</p>	<p>Відстоювати, домагатися, долати</p>
<p>Боротьба є умовою життя: життя вмирає, коли завершується боротьба (<i>В. Белінський</i>). Жити — це боротися; боротися — це жити (<i>П. Бомарше</i>). У світі — одвічна боротьба; хто спроможеться жити за рахунок іншого, той переможець (<i>Ф. Вольтер</i>). З тими, кому немає чого втрачати, боротися завжди невигідно. (<i>Ф. Гвіччарді</i>). Вмирає тільки кволе і слабке. Здорове і сильне завжди виходить переможцем у боротьбі за існування (<i>Ч. Дарвін</i>). Той, хто бере участь у боротьбі, хоча б у боротьбі з працею й убогістю, той завжди буде сильнішим і мудрішим за людину, яка спостерігає за боротьбою здалеку (<i>Т. Карлейль</i>). Нам подобається тільки боротьба, але аж ніяк не перемога (<i>Б. Паскаль</i>).</p>	<p>Умова життя в реальному світі. Людина одержує задоволення від процесу боротьби. Боротися потрібно зі своїми порочними помислами, але не із собою. Людина внесла в процес боротьби культурні норми, тому що без неї обходиться не може</p>

1	2
<p>Без боротьби і доблесть в'яне (Сенека)</p> <p>Коли боротьба починається усередині самої людини, то вона чогось варта (Р. Браунінг).</p> <p>Боротьба людей повинна відрізнятись від звіриного смітника. А відмінність ця полягає в давно вже проголошеній вимозі: «Мужність у бою, великодушність до переможеного супротивника» (В. Короленко).</p> <p>Люди розумні й енергійні борються до кінця, а люди порожні та ні до чого не придатні підкоряються без найменшої боротьби всім дрібним випадкам свого безглузкого існування (Д. Писарев).</p> <p>Щирий борець — той, хто бореться зі своїми порочними помислами... Пам'ятай завжди два моменти: теперішній, у який, піддавшись порочним помислам, ти насолоджуватимешся похиттю, та інший, в який, наситившись нею, ти каятимешся і картатимешся (Епікур)</p> <p>(Борохов Э. А. Энциклопедия афоризмов (Мысль в слове). — М.: АСТ, 1999)</p>	
<p>Конкуренція — це:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поведінкова категорія, коли індивідуальні продавці та покупці суперничають на ринку за вигідніші продаж та купівлі відповідно;</li> <li>• ситуація суперництва багатьох незалежних економічних суб'єктів (Ф. Найт);</li> <li>• суперництво старого з новим (Й. Шумпер), що, з одного боку, дає переваги у вартості витрат виробництва та якості товарів і послуг, але з іншого — зменшує прибутковість фірм і навіть ставить під загрозу їх життєздатність</li> </ul> <p>(Экономическая стратегия фирмы / Под ред. А. П. Градова). — СПб.: Спец. лит., 2000)</p>	<p>Суперництво, змагання старого з новим, результатом якого є одержання переваги на ринку і якості праці</p>
<p>Війна є боротьба. Це єдиноборство. Це боротьба за вигоди. Одержання вигоди і є перемога. Це така ж боротьба, як і будь-яка інша, що ведеться невійськовими засобами (політична, дипломатична тощо)</p> <p>(Конрад Н. И. Синология. — М.: Лабомир, 1995)</p>	<p>Війна — це боротьба військовими засобами. У боротьбі — сенс війни</p>

З табл. 10.1 можна дійти висновку, що чіткого визначення поняття «боротьба» не склалося. Враховуючи загальні ознаки боротьби, наведені у табл. 10.1, боротьба — це тип людської діяльності у певних умовах і обстановці для людини, персоналу організації, громадян суспільства тощо. Усі визначення цього поняття найчастіше є спостереженнями її прояву в певній сфері життя людини. Боротьба необхідна в сучасному світі, створеному людиною. Як тип діяльності, вона додає спілкуванню і комунікації людини специфічні нормативні характеристики. Основою класичної картини світу є силова взаємодія в природі та суспільстві. Ці ідеї походять від Платона й Аристотеля, але оформилися у XVII ст. з

появою фізики І. Ньютона і філософії і Р. Декарта [9]. Сутністю силового характеру суспільної взаємодії, пов'язаного з їх реалізацією, є суб'єктно-об'єктні відносини. У первісному вигляді вони означають відносини: — людина — природа, як її пізнання і підкорення; у виробничому — присвоєння матеріальних предметів (умов виробництва).

Пов'язані з цим потреби людей, визначають їхні ціннісні орієнтації, де переважають матеріальні. Ці потреби, інтереси покладено в основу всіх інших проявів. Силове начало і панівна роль матеріальних цінностей призвели до розшарування суспільства і відповідної боротьби. З огляду на різні типи буття людини можна вирізнити боротьбу в різних світах: життєдіяльності, соціодинаміці, соціокультурному, діяльнісному, культурному, духовному тощо (схема 10.1).

З метою наукового обґрунтування ролі та місця поняття «боротьба» у світі людини проаналізуємо його взаємозалежність у загальній системі близьких йому понять і одержимо «категоріальну модель» боротьби (схема 10.2). На підставі цих даних можна стверджувати, що боротьба як діяльність людини базується на відповідних принципах і має певні цілі, які реалізуються через її стратегію і тактику в певних формах і відповідних методах, технологіях, техніках і прийомах. Згідно із системною залежністю понять «техніка» і «технологія» як засоби боротьби вони визначаються її метою, стратегією і тактикою. Науково обґрунтований вибір цілі боротьби пов'язаний не тільки з метою діяльності людини, а й з об'єктивними законами боротьби, що виявляються в принципах.

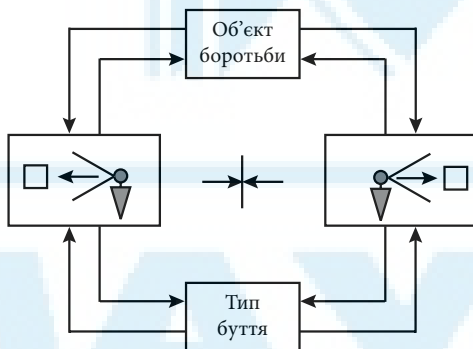
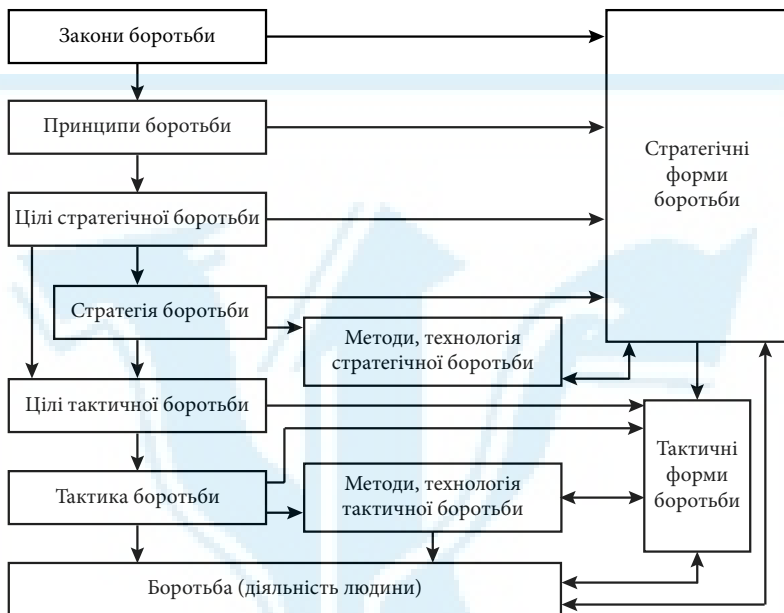


Схема 10.1. Двоє людей (або два «Я» однієї), які перебувають у певному типі буття і мають у полі свідомості об'єкт боротьби



**Схема 10.2. Взаємозв'язок основних понять теорії боротьби (категоріальна модель)**

Принципи через вимоги цих законів визначають правила вибору цілей, а також стратегії й тактики боротьби.

Засоби боротьби (методи, технології, техніки, прийоми) визначаються її метою і стратегією, які вказують напрям, кінцевий стан (результат) процесу діяльності, є його організуючим началом. У повсякденній діяльності боротьба вирішує завдання тактики. Тактика боротьби визначається стратегією, а разом вони становлять теорію і практику підготовки та здійснення повсякденної боротьби з досягнення стратегічних і тактичних цілей.

Мета і стратегія визначають поліструктуру діяльності як системи, форми і зміст боротьби. При цьому людині, яка керує цією складною діяльністю, необхідно узгоджувати кооперативну роботу (людей, котрі допомагають, сприяють реалізації її мети) усіх кооперантів відповідно до своєї мети і стратегії кооперативної системи.

Отже, засоби боротьби, як і стратегія, визначається метою. Залежно від людини, її цілей засоби боротьби можуть бути аморальними і мо-

ральними, ефективними і неефективними, результативними і нерезультативними тощо. Ціль, визначена людиною, зумовлює засоби і надає їм певного забарвлення. Якщо для досягнення мети розробляється стратегія боротьби, в основі якої — принципи військового мистецтва, то процес боротьби буде жорстоким і найчастіше безкомпромісним. Якщо ціль визначає результат без «війни», то розробляються практичні методи досягнення угод «на дружній основі, без поразки сторін» [22]. Проте за всієї розмаїтості цілей, що додають спеціальне «забарвлення» застосуванню засобам боротьби, для наукової обґрунтованості діяльності усі вони визначаються законами і принципами боротьби, можливостями людини (її рівнем професійної підготовки і готовності до боротьби) щодо їх реалізації.

### 10.1.2. Принципи боротьби

*Принципи* — вимоги законів боротьби і правила їх врахування в реальних умовах. Вони містять рекомендації з використання доцільних засобів боротьби, того, що і як потрібно зробити для досягнення перемоги над супротивником. Але ці рекомендації мають усереднений характер, даються безвідносно до конкретної обстановки. Тому в теорії боротьби вивчають принципи поза реальними умовами діяльності людини. Усі вони визнаються однаково важливими, але на практиці панівна роль кожного з них пов'язана з обстановкою.

Успішне застосування принципів боротьби залежить від знання її законів і закономірностей, а також творчої діяльності людини з їх реалізації, від її управління собою й іншими людьми, від уміння аналізувати обстановку, що склалася, і робити правильні висновки.

*Закони боротьби* — істотні, необхідні, стійко повторювані відносини, що характеризують упорядкованість будови і функціонування, тенденції зміни і розвитку певних явищ боротьби. Під *закономірністю* боротьби розуміють підпорядкованість закону або свідчення того, що в основі пізнання якого-небудь явища боротьби — один чи кілька законів. Поняття «закономірність» переважає в тих випадках, коли зв'язки, повторювані відносини боротьби недостатньо виражені кількісно. З подібними явищами нерідко пов'язані інформаційні відносини.

Закони боротьби — більш-менш точне відображення у свідомості людей тих об'єктивних зв'язків і відносин, що існують і діють у часі та



просторі. Їх пізнання в практиці СМ тільки починається. Будучи пізнаними, відображеними в нашій свідомості, описаними, вони стають основою для практичної діяльності з підготовки і ведення боротьби. За аналогією з принципами ведення бойових дій у військовій сфері до основних принципів боротьби в діяльності людини можна віднести: постійну готовність до боротьби; активність, рішучість і безперервність ведення боротьби; узгодженість у спільних діях з кооперантами і союзниками, колегами по роботі та підтримання неперервної взаємодії між ними; раптовість дій, рішуче зосередження основних зусиль на головному напрямку й у потрібний час; тверде і безперервне управління силами, непохитність у досягненні поставленої мети, виконанні прийнятих рішень і завдань. Розглянемо їх докладніше:

**Постійна готовність до боротьби.** Цей принцип мистецтва боротьби вказує на пряму залежність успішного виконання завдань і досягнення поставленої мети від постійної готовності людини до боротьби. Тільки за цих умов можна розраховувати на своєчасне «розгортання» нею своїх сил, засобів і вступ у боротьбу, відбиття нападу протидіючих сил і необхідний вплив на «агресора».

Висока готовність зумовлена передусім якістю виучки людини, організованістю і забезпечує її СМ. Вона, у першу чергу, залежить від ступеня володіння нею засобами боротьби, рівня морально-психологічного загартування, дисципліни й організованості, якості самоуправління. Постійна готовність досягається:

- правильним розумінням людиною та її колегами своїх завдань;
- чіткою організацією і пильністю служби безпеки й аналітичних підрозділів; готовністю до використання засобів боротьби;
- навченістю людини та її організації;
- твердим і безперервним управлінням підлеглою організацією і самоуправлінням у процесі боротьби;
- постійним вивченням зовнішнього і внутрішнього середовищ (здійсненням «розвідки»);
- реалізацією усіх видів забезпечення своїх дій;
- наявністю необхідних запасів матеріально-технічних засобів і своєчасним їхнім поповненням.

Усі складові готовності повинні розглядатися в комплексі.

**Активність, рішучість і безперервність ведення боротьби.** Для досягнення перемоги в боротьбі необхідно діяти зухвало, сміливо, ініціативно, із граничною наполегливістю і завзятістю, у будь-який

час доби, швидко відновлювати свої сили, випереджати в діях, зривати плани протидіючих сил, опановувати ініціативу і міцно утримувати її. Досвід боротьби в різних типах буття свідчить, що за інших рівних умов успіху в боротьбі досягає той, хто діє активніше і рішучіше, наполегливо бореться за ініціативу, нав'язує свою волю. Можна мати добре підготовлену команду (підлеглих), талановито спланувати свої дії, але не домогтися успіху, якщо не буде виявлено належної наполегливості, енергії, волі в досягненні поставленої мети.

Активність і рішучість виявляються в цілях боротьби і способах їх досягнення; постійному впливі на супротивника (конкурента) у будь-якій ситуації; своєчасним використанням вигідних умов, обстановки, що склалася, і своїх можливостей. Активність тісно пов'язана з ініціативою, що виражається в сміливому і розумному дерзанні, в прагненні знайти найкращі способи досягнення цілей. Принципи активності та рішучості дій визначають наступальну форму засобів боротьби. Безперервність ведення боротьби впливає з характеру діяльності організаційних систем і людини в сучасних умовах, вимог стратегії і тактики. Неперервні дії забезпечують досягнення цілей у короткий термін і за найменшою витрати сил і засобів, позбавляють можливості протидіючі сили вжити адекватних заходів протидії.

#### **Узгодженість спільних дій і підтримання безперервної взаємодії.**

Успіх сучасної боротьби може бути досягнутий тільки спільними зусиллями всіх сил, що беруть участь у досягненні мети людини. Він забезпечується тісною і безперервною взаємодією, найбільш повним використанням можливостей кожного в організаційній системі. Сутність взаємодії (співпраці) полягає в узгоджених діях різних сил щодо завдань, напрямів, часу і способів досягнення цілей. Взаємодія організується і здійснюється в інтересах тих сил, що діють на важливих напрямках і виконують основні завдання. Взаємодія (співпраця) — найважливіша умова успіху там, де застосовуються різні сили для досягнення однієї загальної мети. Неперервність взаємодії забезпечує активний вплив на протидіючі сили, концентрування зусиль у необхідному місці й у потрібний час. Великого значення при цьому набуває ініціатива окремої особи і людей, які спільно діють в її інтересах. У разі порушення взаємодії кожен самотійно повинен прагнути відновлення зв'язку з колегами по спільній діяльності. Узгодження дій усіх сил і засобів боротьби вимагає знання їх можливостей і способів застосування в різних умовах. При цьому кожен член спільної діяльності (організації) повинен знати і правильно

розуміти мету боротьби, свої окремі та спільне завдання, способи їх вирішення, а також з ким і як повинна відбуватися взаємодія.

**Раптовість дії.** Досвід історії свідчить, що той, хто використовував раптовість, завжди одержував перевагу в боротьбі. Сторона, яка зазнала несподіваного нападу і не зуміла швидко адаптуватися до обстановки, що склалася, завжди буде переможеною. Раптовість дає змогу захопити зненацька, деморалізувати протидіючі сили, знизити їхню здатність до опору. Ефект раптовості обмежується часом відновлення супротивника, отже, потрібно максимально це використовувати. Раптовість досягається активним і безперервним вивченням зовнішнього і внутрішнього середовища організації (здійсненням «розвідки»), передбаченням намірів і можливих дій суперників.

**Зосередження основних зусиль на головному напрямку й у потрібний час.** Цей принцип відкритий давно і використовувався ще за давніх часів у військовій сфері. Згодом способи і засоби його здійснення залежно від історичних умов змінювалися. Реалізація принципу досягається умілим розподілом сил і засобів за завданнями, напрямками і об'єктами дій, використанням на головному напрямі більшої частини сил і засобів.

**Своєчасний маневр силами і засобами.** В умовах сучасної боротьби цей принцип став звичайною практикою вирішення завдань у всіх сферах діяльності людини. Сутність маневру полягає у швидкому й організованому переміщенні сил і засобів на найважливіші напрямки. Уміле використання його дає змогу захоплювати й утримувати ініціативу, зривати задуми протидіючих сил, досягати мети в коротший термін.

**Всебічне забезпечення.** Сутність цього принципу полягає у створенні умов для реалізації законів боротьби (закони спрацьовують у певних умовах). За аналогією із забезпеченням діяльності збройних сил вирізняють забезпечення оперативне, технічне і тилове.

*Оперативне забезпечення* охоплює розвідку, маскування, охорону тощо. Розвідка на службі підприємства вже давно стала реальністю в діяльності людини, особливо в умовах конкуренції. Інформованість для фірми має більше значення, ніж ціна і якість продукції, оскільки нагромадження інформації дає змогу вистояти в конкурентній боротьбі. Маскування передбачає дії з дезінформації сил супротивника. Це досягається наданням у помилковому вигляді своїх намірів, задумів, розв'язуваних завдань. Приховуванням демаскуючих ознак і відтворенням помилкових необхідно займатися планово і скоординовано. Охорона передбачає весь спектр охоронних дій — від фізичної охорони людини до охорони її секретів у комп'ютерах.

*Технічне забезпечення* полягає в організації та здійсненні заходів щодо утримання (збереження) усіх технічних засобів — від автомашин до засобів малої механізації на робочому місці.

*Тилове забезпечення* організується і здійснюється з метою підтримання основної діяльності людини (базового процесу): здорового способу життя, забезпечення усіма видами матеріальних засобів, створення умов для праці.

**Тверде і безперервне управління.** Успіх у боротьбі завжди залежав від якості управління командою і самоуправління. Уміле управління собою, підлеглими сприяє досягненню успіху з найменшими втратами. Твердість управління досягається постійним знанням обстановки і передбаченням найістотніших її змін; своєчасним прийняттям рішень, ретельною підготовкою їх виконання і реалізацією; вмілою організацією і чітким функціонуванням систем управління.

Розглянуті принципи покладено в основу боротьби, вони апробовані тисячолітньою практикою на полях боїв у військовій, дипломатичній діяльності та сфері бізнесу.

### **10.1.3. Методи і форми боротьби**

Ознайомитися з методами боротьби можна, проаналізувавши методи праксеології. Під праксеологією розуміють теорію успішної діяльності, що вивчає умови, методи і принципи ефективності та якості людської діяльності й життєдіяльності [33]. На думку фахівців Київського інституту праксеології, ця наука покликана навчити людину свідомому вибору засобів, прийомів і методів боротьби, здатних за найменшою витрати сил дати найвищі та найнадійніші результати. Концепцію праксеологічної боротьби запропонував Т. Котарбінській [23]. Вона розробляється і нині представниками цього напрямку [33, 36]. У викладеній ними системі поглядів сфера боротьби поділяється на етапи: дезорганізації, зіткнення, потенціалізації агресій, зрівноважування сил. Кожен етап реалізує свої цілі та використовує відповідні методи. Ці методи розглянуто в другій частині посібника [23].

Організованість діяльності досягається за відповідності її форми і змісту (Додаток 4). Отже, боротьба як тип діяльності повинна мати свої форми. Основними формами залежно від масштабу боротьби, можливостей сторін і використовуваних засобів, мети дій і характеру

виконуваних завдань (за аналогією з діями збройних сил) є операція, бій, бойові дії, удар. Ці форми певною мірою можуть бути використані й у «мирних» умовах — у політичній, економічній або управлінській боротьбі. Наприклад, операція в бізнесі — це сукупність узгоджених і взаємозалежних за метою, завданнями, місцем і часом дій, здійснених за єдиним задумом і планом (стратегією) для вирішення завдань великої організаційної системи на ринку товарів і послуг (його напрямках) і досягнення поставленої мети.

На зміст і форми діяльності людини та її організації у процесі підготовки і наступного здійснення операції впливають цілі та характер розв'язуваних завдань, можливості (економічні, політичні тощо) своєї організації та конкурента, особливості ринку, системи управління, організаційна культура, рівень підготовки команди.

Сучасні концепції управлінської боротьби узгоджуються з основними положеннями військового мистецтва, базуються на розглянутих вище принципах боротьби. Нині найбільш популярними є праці про ведення боротьби у військовій сфері. Прикладом є трактат про війну, написаний у VI ст. до н. е. китайським полководцем Сунь-цзи [22]. З використанням досвіду ведення воєн у дипломатії, політиці та сфері бізнесу в Китаї розроблено стратагеми — форми боротьби (ефективної діяльності). Стратагема — це стратегічний план діяльності, в якому для супротивника закладено пастку або хитрість. Наш народ також має свої стратагеми, але китайські теорія і практика перетворили розроблення і реалізацію стратагем на особливе мистецтво. Стратагемність — це школа психологічного протиборства, якій властиві свої закони і принципи. Сьогодні у світі величезної популярності набуває стратагематика — вчення про стратагеми. Значно сприяла цьому робота швейцарського вченого Харро фон Зенгера, де викладаються 36 стратагем, розроблених у Китаї [11, 12].

Наочні приклади стратагем: «Убити чужим ножем» — знищити супротивника чужими руками; стратагема підставної особи — шкодити непрямим шляхом, не афішуючи себе; стратагема алібі; стратагема заступника. Стратагеми безпосередньо і наочно описують, як певний зміст діяльності, оформлений у вигляді стратагеми, дає змогу досягати поставленої мети. Проте варто зазначити, що в реальних умовах нашому суспільству нав'язано концепцію боротьби як норми життя, що, на наш погляд, неприйнятно для менталітету українського народу і не відповідає проголошуваній парадигмі розвитку людства. Необхідно перейти до

інших видів міжособистісних, міжгрупових взаємин, від ситуацій боротьби — до співіснування, співробітництва у спільній діяльності, зробити український соціум більш людяним і продуктивним, зайнятися творчою працею. У цьому плані СМ людини, який бере участь у цьому процесі, може піднятися на порядок вище, зайняти власну нішу в житті окремої людини.

#### 10.1.4. Особливості інформаційної боротьби

Вище ми обґрунтували, що людина є інформаційно-енергетичною системою, яка працює в автоматизованому режимі. Керується вона тільки інформаційними впливами. Сучасна людина, як правило, легко програмується в існуючому і створюваному інформаційних полях.

Щоб наочно уявити, що таке інформаційна боротьба, наводимо історію з однією черепахою, описану в роботі [34]. Жила-була звичайна Черепаха і постійно тягала на своїй спині тяжкий панцир. Він пригинав її до землі, і кожен крок Черепасі давався важко. Тому життя її, вимірюване кількістю цих непростих кроків, теж було нелегким. Але, коли із сусіднього лісу прибігала голодна Лисиця, Черепаха ховала голову під панцир і спокійно перечікувала небезпеку. Лисиця стрибала навколо, пробувала панцир на зуб, намагалася перевернути свою жертву, тобто застосовувала усі властиві агресорові прийоми, але Черепаха стояла на своєму і залишалася живою.

Одного разу Лисиця принесла із собою великий гаманець, привела юриста і, сівши навпроти, запропонувала Черепасі продати панцир. Довго думала Черепаха, але через бідність фантазії змушена була відмовитися. І знову Руда пішла ні з чим.

Йшов час. Навколишній світ змінювався. У лісі з'явилися нові технічні телекомунікаційні засоби. Якось, вийшовши з будинку, Черепаха побачила на дереві телевізійний екран, де демонструвалися літаючі черепахи без панцира. Заливчастий від захвату диктор-дятел коментував їхній політ: «Яка легкість! «Яка швидкість! «Яка краса! День дивилася Черепаха ці передачі, два, три...І потім у її маленькій голівці народилася думка про те, що вона дурна, якщо тягає на собі подібну ношу — панцир. Чи не краще скинути його? Жити тоді стане набагато легше. Страшно? Так, трохи страшно, але в останніх новинах телеведуча Сова заявила, що начебто Лисиця подалася в кришнаїти і вже стала вегетаріанкою. Світ

змінюється. Ліс теж стає іншим, дедалі менше залишається в ньому дерев і самотніх звірів, а усе більше стає схожих один на одного бездомних собак і шакалів.

Чому б не політати? Небо — воно таке велике і таке прекрасне! «Досить відмовитися від панцира і мені відразу буде легше!» — думала Черепаха. «Досить відмовитися від панцира і її відразу буде легше їсти!» — думала Лисиця, підписуючи рахунок на чергову рекламу літаючих черепах. І якось вранці, коли небо, як ніколи, здавалося великим, Черепаха зробила свій перший і останній крок до волі від системи захисту. Вона не знала і вже ніколи не довідається, що *інформаційна війна* — це цілеспрямоване навчання ворога того, як знімати панцир із самого себе. Цим прикладом ми хотіли показати, що наше суспільство, кожна цивілізована людина є учасником специфічної боротьби — інформаційно-психологічної.

Інформаційне протиборство є фактором, що впливає на людське життя. Для людини під інформаційним протиборством варто розуміти нову форму боротьби сторін. Тут використовуються спеціальні способи і засоби, що впливають на інформаційне середовище супротивника і захищають власне в інтересах досягнення стратегічних життєвих цілей. Інформаційна боротьба ніколи не припинялася, відбувається вона і нині, оскільки сторони завжди прагнули контролювати інформацію супротивника (конкурента). Головною метою інформаційної боротьби є збереження необхідного рівня своєї інформаційної безпеки і зниження рівня цієї безпеки в супротивника. Поставлена мета може бути досягнута вирішенням низки взаємопов'язаних завдань, найважливішими з яких є руйнування інформаційного поля супротивника і збереження свого.

Інформаційна боротьба містить три складові:

1) комплекс заходів щодо добування інформації про супротивника й умови протиборства: збирання інформації про свої дії; оброблення інформації й обмін нею з метою організації діяльності. Інформація повинна бути достовірною, точною і повною, а інформування — вибіркоvim і своєчасним. Ці завдання є інформаційним забезпеченням управління;

2) протидія інформаційному забезпеченню управління силами і засобами супротивника (інформаційна протидія). Вона містить заходи щодо блокування добування, оброблення та обміну інформацією і впровадження *dezінформації* на всіх етапах інформаційного забезпечення управління;

3) заходи щодо захисту від інформаційної протидії супротивника (інформаційний захист). Це можуть бути дії з *деблокування інформації*,

необхідної для вирішення завдань управління, і блокування дезінформації, розповсюджуваної і впроваджуваної в систему управління. Інформаційний захист підвищує ефективність інформаційного забезпечення в умовах інформаційної протидії супротивника.

Кінцева мета інформаційної боротьби полягає в досягненні інформаційної переваги над супротивником. До цього можна віднести такий стан інформованості своєї діяльності (СМ), за якого вона забезпечена більш повною, точною, достовірною і своєчасною інформацією про обстановку, ніж відповідні органи управління супротивника (конкурента). Таким чином, інформаційна боротьба може бути визначена як комплекс заходів інформаційного забезпечення, інформаційної протидії й інформаційного захисту, вжитих за єдиним задумом і планом з метою захоплення й утримання інформаційної переваги над супротивником при досягненні поставлених цілей.

*Специфічні принципи організації і ведення інформаційної боротьби в процесі СМ:*

- підпорядкованість інформаційної боротьби задуму і плану діяльності, мінливій обстановці;
- виділення питань інформаційної боротьби в процесі СМ;
- раціональне сполучення форм і способів діяльності та інформаційної боротьби;
- прихованість задуму здійснених заходів.

Основні принципи інформаційної боротьби належать до методологічного базису реалізації стратегії людського життя.

Нині інформатизація стає одним з найважливіших факторів розвитку людини, що визначають результат її суперництва на ринку й у світі в цілому. Інформаційна війна набуває форми активної боротьби, має плановий, систематичний характер, заснований на глибокому знанні законів і закономірностей інформаційних впливів на людину. Це зумовлює велике значення розроблення *теорії інформаційної боротьби*, яку варто розглядати як систему знань про характер, закони, закономірності, принципи, форми, способи її підготовки і ведення. Нова зброя змінила природу війни та її роль в еволюції людини і суспільства. Жертва навіть не здогадується, що вона є жертвою, і, можливо, ніколи не довідається. Це пояснюється принциповою відмінністю предметної сфери її застосування. Холодна, вогнепальна, ядерна зброя застосовується для живої сили і техніки. Інформаційна руйнує (змінює) внутрішній світ людини, переорієнтує систему її управління на виконання чужої волі. Цю



саму картину можна спостерігати і на рівні державних систем, коли, реалізуючи власні інтереси, агресор створює політичних «зомбі», які перебувають на вершині системи державного управління. У цьому разі державу як таку знищувати не треба. Суть у самій вихідній системі, безпеку якої забезпечує ця держава, у народі, його культурі, мистецтві, науці, території. Інформаційна боротьба йде за державу, за контроль над нею. Вона стає інструментом у руках переможця для управління переможеним народом, людиною.

## **10.2. Людина як суб'єкт і об'єкт боротьби**

### **10.2.1. Особливості маніпуляційних та інформаційних впливів на людину**

Людина — істота соціальна. Вона виникає й існує тільки у взаємодії з іншими людьми і під їх впливом. Дитина, вихована дикими тваринами, не є людиною і вижити не може. Біологічна програма поведінки недостатня для того, щоб ми були людьми. Вона доповнюється соціальною програмою, записаною в знаках культури. Поведінка людини будується під впливом інших людей, досить часто маніпуляційним.

Термін «маніпуляція» у словниках європейських мов тлумачиться як поведження з об'єктами з певними намірами, цілями. Мається на увазі спритне поведження з людьми як з об'єктами, речами. Оксфордський словник англійської мови трактує маніпуляцію як «акт впливу на людей або управління ними зі спритністю, особливо зі зневажливим підтекстом, як приховане управління або обробка». Термін «маніпуляція» — як метафора, вживана в переносному значенні: спритність рук у поведженні з речами, перенесена на спритне управління людьми. Розуміння маніпуляції як набору способів управління зі спритністю і прихованими впливами на людину дає змогу виділити головні, родові ознаки маніпуляції:

- 1) як виду духовного, психологічного впливу; мішенню є дух, психічні структури людини;
- 2) як прихованого впливу, факт якого не повинен бути помічений об'єктом маніпуляції. Успіх її гарантований, коли об'єкт впливу вірить

у природність того, що відбувається. Для маніпуляції потрібна фальшива дійсність, наявність якої не буде відчуватися. Приховування інформації — обов'язкова ознака маніпуляції;

3) як впливу, що потребує значної майстерності та знань. Отже, якщо ставляться відповідальні цілі, то до розроблення акції залучаються фахівці та спеціальні знання.

Маніпуляція — частина технології влади, а не вплив на поведінку товариша або партнера. Якщо жінка кохає чоловіка, впливаючи на його психіку і поведінку, то це ритуал любовних відносин, запропонований культурою. Якщо її кохання щире — це не маніпуляція. Якщо вона вирішила обкрутити роззяву в корисливих інтересах, то це маніпуляція. Але розрізнити ці два випадки важко. Не входить в поняття «маніпуляція» й етикет — вплив на поведінку оточення за допомогою інакомовлень і умовчань, мови знаків, зрозумілих тільки для певної культури. Якщо людина розуміє знак, то зміст звернення їй ясний, і намір того, хто впливає на її поведінку, для неї таємниці не становлять. У цьому плані суто маніпуляцією був інформаційний вплив на Черепаху. Проте маніпуляції — не винахід людини, а є результатом боротьби за виживання в процесі еволюції. Розглянемо приклади.

Вірус — утворення граничне між живою і неживою природою, демонструє можливості власного виживання через порушення чужих програм життя. Він пристосувався експлуатувати певний вид живих клітин, вмів їх знаходити і, причепившись до них, проштовхувати усередину всього одну молекулу. У цій молекулі РНК записано команди з «виробництва» вірусів. У результаті у великій системі виникає таємний «уряд», що підкоряє її життєдіяльність своїй волі. Тепер усі ресурси клітини спрямовані на виконання команд, записаних у впровадженій у неї матриці. Складні виробничі системи клітини перебудовуються на породження вірусу, а вона, виснажуючись, гине. Це боротьба за життя, за якої один учасник змушує інших діяти в його інтересах. Причому це не розпізнається жертвами і не викликає у них опору.

Природі відомі випадки, коли паразит своєю «хімічною інформацією» (виділеннями) програмує поведінку експлуатованих ним істот. Прикладом можуть бути жуки Ломехуза, які живуть у мурашниках. Мурахи, певним чином постукуючи одна одну, виражають потребу в їжі, й відразу її одержують. Жуки «освоїли» ці жести і виманюють у мурах їжу. На тілі ненажерливих жуків утворюються виділення, злизуючи які мурахи втрачають усякий здоровий глузд. Цілі загопи мурах переключа-

ються на годівлю паразитів. Вони починають вигодовувати жуків та їхні личинки з такою запопадливістю, що залишають без корму і побратимів, і навіть власні личинки. Полюбивши прибульців, вони згодують жукам свої відкладені яйця, залишаючись без потомства. «Щасливі» мурахи, в разі небезпеки рятують личинки жука, кидаючи свої. Це свідчить про те, що своїми наркотичними виділеннями паразити посилають мурахам сигнал, що блокує програму поведінки, закладену в їхньому організмі. Передана інформація не тільки блокує «нормальну» програму, а й перекодує її на вигідну паразитові.

Прикладом кодування і перекодування досить складних біосистем є ефект «зомбування» людей. Вперше його використання було зафіксовано для поневолення одноплемінників «чаклунами» деяких племен у Гаїті. В основі феномена — особливість людини при застосуванні сильної наркотичної речовини впадати в трансний стан (психоделічний гіпноз) з наступним кодуванням її на бажані дії, поведінку тощо. Чи не впізнаємо ми ситуації, що спостерігаємо в реальному житті? Наведені приклади боротьби у світі нижчих форм життя, а то й у неживій природі служать нам аналогією, спрощеною моделлю того, що відбувається в людському світі.

Наявність особливостей у системі «людина», що дають змогу перепрограмувати її на задану поведінку, зумовила виникнення інформаційної, консієнтальної (спрямованої на знищення свідомості людини), окультної (заснованої на індивідуально-особистісних механізмах і пов'язаних з одержанням знання про структури самосвідомості окремого індивіда) зброї поневолення і підпорядкування.

У живій природі людина не просто соціальна істота, вона — якісно нове явище. Людина має розум, здатний до абстрактного мислення, і мову, але саме через мову, мислення і можна впливати з метою програмування її поведінки. Маючи складну психіку, важливою частиною якої є уява, людина живе одночасно у двох вимірах, у двох «реальностях» — дійсній та уявній. Уявний світ багато в чому визначає поведінку людини. Так, при порівнянні діяльності свідомого «Я» з несвідомим виявляється, що перше має ненадійну пам'ять, розуміє тільки слова, а пам'ять, властива «Я» несвідомому, чудова і непогрішна. Вона зовсім непомітно для нас фіксує всі, навіть незначні, події і факти нашого життя. Щоправда, ця пам'ять надзвичайно легковірна і без будь-якої критики та цензури сприймає усе, що їй кажуть. Несвідоме «Я» впливає на діяльність усіх наших органів. Досить йому уявити, як функціонує певний орган, і цей

орган починає працювати відповідним чином. Несвідоме «Я» «завідує» всіма нашими органами і керує всіма вчинками, незважаючи на їх причину. Уява є двигуном усіх вчинків. Це відбувається навіть у супереч нашій волі, й часто між обома цими силами виникає боротьба, що іноді переходить у конфлікт. Проте, як свідчить практика, найважча річ — керувати своїми думками й уявою.

Результати досліджень, апробовані на практиці, свідчать, що складні інформаційні системи, які самонавчаються, мають властивість самознищення. Свою смерть вони носять у собі. Людина — складна інформаційно-енергетична система, що самонавчається. У кожній людині є програма реалізації смерті («закладка»). В інформаційній боротьбі агресор прагне їх активізувати. Цілеспрямований інформаційний вплив запускає механізм самознищення. Захист від цієї зброї передбачає контроль над виконанням програми самознищення і блокування її роботи. Найбільш небезпечні для себе дії може вчинити людина, якщо в її підсвідомість вкралася психічна «закладка». Щоб вижити, нашому організмові необхідно постійно поновлюватися. Навчання — це спосіб вижити. У мозку людини щодня відмирають і не відроджуються десятки тисяч нейронів. Нейрони народжуються, коли дитина перебуває в утробі матері, й з народженням у процесі навчання починають відмирати. Для того щоб жити, організм повинен «спалювати» себе зсередини.

Отримані знання сприяють формуванню «картини світу». Ця картина — система знань у людини, яка є для неї моделлю, картою світу. Але знання виконують свою функцію, коли їх розуміють. Знання реальні тільки в межах моделі світу. Вони стають картою, що дає змогу орієнтуватися в реальному світі, якщо карту вміють читати, правильно користуватися нею. Модель світу — це інтерпретація реальності у певній мові. Якщо людина не володіє мовою, що дає можливість інтерпретувати певну систему знань про світ, то вона цю сторону не бачить. Тому і кажуть, що людина бачить те, що знає. Чим багатшою є наша мова, тим більш гармонійна, барвіста, інформаційно насичена для нас картина світу. У процесі підготовки людини до життя система освіти покликана сформувати єдину для всіх картину світу. Цим досягається єдине розуміння процесів конкретної соціальної системи. Це не ускладнює розуміння інших культур, народів, що мають іншу картину світу. Виявлення ворожості, образи щодо людини з іншою картою світу дає ґрунт для боротьби і воєн. Отже, організуючи інформаційні процеси у великій інформаційній системі, можна привести матеріальний світ до руйнування.

Для прихованого управління (навчання) у несвідоме людини необхідно впровадити «агента впливу» — програму, «закладку», аналогічну вірусам у комп'ютері. Надалі, використовуючи цих «агентів», можна перепрограмувати людську систему. Ця «закладка» повинна бути впроваджена в частину системи, відповідальну за управління і безпеку. Це орган управління і його «служба безпеки». Як свідчить практика, впровадження агентів здійснюється явно і потай. Наприклад, призначити свого директора, члена уряду. Приховане перепрограмування людини здійснюється в змінених станах її свідомості і з використанням «секретів». Ці «секрети», як показано вище, відомі багатьом гіпнотизерам естради і політикам. Нагадаємо їхні сутність і технологію. Людина усвідомлює тільки те, на що спрямувала фокус уваги. Якщо у відвернути увагу від якогось явища, факту тощо, вона ніби не помічає його, не фіксує свідомістю і не розуміє. Наприклад, увагу молоді на початку 90-х років спрямували на те, що знання не дають грошей і високого становища в суспільстві, і вона перестала вчитися. Проте несвідоме людини будь-яку інформацію «знімає», якщо вона переборолла рецептори органів чуттів. Надалі ця інформація впливає на поведінку і прийняття рішення. Якщо вона «подавалася» за особливою технологією, то людина програмується (кодується) на поведінку і рішення, потрібні власникам інформації. На цих «секретах» працюють реклама, паблік рилейшенз, теорія і практика іміджології.

### 10.2.2. Особливості поведінки людини в масі

Як показано вище, стрижень свідомості, основний спосіб її існування становлять знання, чуттєві та понятійні образи дійсності, в умовах яких живе людина. Свідомості особи властиве не лише відображення внутрішнього і зовнішнього світу, а й осмислення самої себе. Свідомість набуває форми колективної й входить у систему міжособистісних комунікацій у суспільстві. За допомогою засобів масових комунікацій вона опановує дедалі більшу кількість людей, стаючи масовою свідомістю. Феномен маси, натовпу виявився з виникненням великих міст, масових армій. Людині, яка прагне управляти собою у своїх інтересах, необхідно враховувати особливості впливу натовпу. «Маса — це безліч людей без особливих достоїнств... Маса — це середня, пересічна людина» [30]. У масі людина — «варвар, тобто істота інстинктивна» [26].

Основними ознаками перетворення індивіда на людину-масу є: зникнення свідомої особистості; орієнтація думок і почуттів в однаковому напрямі за допомогою вселяння і зараження; тенденція до реалізації викликаних ідей; інтелектуальне і моральне падіння; людина стає одиницею натовпу. У юрбі (масі) панують інстинкт і емоційність.

*Типові ознаки поведінки людини в масі [28]:*

1) знеособленість, тобто індивідуальна манера поведінки відступає під натиском пристрастей, що охопили всіх, і замінюється імпульсивними інстинктивними реакціями;

2) значна перевага почуття над розумом. Звідси виникає надзвичайна схильність мас до сприйняття впливу, при цьому вони, природно, діють, підкоряючись винятково емоціям, а не голосу розуму і розсудливості;

3) втрата інтелекту. Хто хоче заслужити схвалення маси, повинен орієнтуватися на нижчий рівень інтелекту і відмовитися від логічної аргументації, визнаних моральних та інших цінностей;

4) втрата особистої відповідальності. Тією мірою, якою окрема людина здатна відмовитися від контролю над своїми пристрастями, вона втрачає почуття відповідальності й може спонукатися до дій, які б ніколи не вчинила сама, якби не виявилася об'єктом масового впливу.

Масову свідомість можна розглядати як психічне явище, що збігається із сукупністю чуттєвих образів, емоцій, інстинктів, вольових імпульсів, потягів, смаків, настроїв, тобто в цьому разі масова свідомість збігається з психологією мас.

## **10.3. Особливості індивідуальної боротьби**

### **10.3.1. Особливості внутрішньої та зовнішньої боротьби**

Боротьба відіграє ключову роль у системі виховання і підготовки людини до життя. Вміння вести боротьбу дає змогу успішно входити (залучитися) у різні типи буття, діяльнісні системи, створені людиною. Боротьба вимагає самовизначення людини, напруження всіх сил при досягненні нею поставлених цілей. Чим вища ставка цілі, тим сильнішим є

напруження інтелектуальних і фізичних сил. Боротьба формує вольові якості людини, необхідні для самовизначення в різних типах буття і прийняття необхідних рішень. Якщо в боротьбі людина застосовує мислення, то здійснюється усвідомлення того, що відбувається. Воля виховується в людині, і з проявами волі формується її світогляд. Механізм волі пов'язаний з механізмом рефлексії, функціонування якого здійснює виховання і розвиток людини. При цьому навчання сприяє розвиткові, формуванню особистісних якостей. У різних типах буття людина веде внутрішню (із собою) і зовнішню (із супротивниками або конкурентами) боротьбу.

**Внутрішня боротьба.** Борючись з проявами своїх слабкостей, поганими звичками, старими стереотипами тощо, людина повинна знати, що ця боротьба має специфічні особливості. Основна особливість людини полягає в тому, що вона повинна жити в злагоді із собою і навколишнім світом. Усі життєві ситуації, які потребують зміни картини світу, пересамовизначення до життя, цілі, стратегії та боротьби, ми створюємо самі — своїми думками, почуттями, емоціями. Лікарі рекомендують людині возлюбити навіть свою хворобу [37]. Вивчивши природу захворювань, вони дійшли висновку, що причини їх криються не ззовні людини, а усередині її. Кожна людина сама створює собі хворобу неправильним способом життя, ставленням до себе і оточення та ін. Із самого дитинства ми програмуємо наш підсвідомий розум на певне бачення реального світу і потім живемо за цими програмами, створюючи собі масу болю і проблем. Необхідний новий підхід до людини та її боротьбі.

Розуміння особливостей функціонування механізмів психіки, непомітної роботи наших свідомості та самосвідомості багатьом недоступне. Ми сприймаємо тільки прояви їх діяльності і не знаємо, як вони функціонують. Вони є продуктом прояву несвідомої частини нашого «Я», зміненої самосвідомості. Якщо поводитися вільно, не докладаючи вольових зусиль і діяти відповідно до спонукань, що виникають на даний момент, то, можливо, знайдемо в собі якусь силу, що нами керує. Цю силу ми назвемо *звичкою*. Звички утворюють цілісну систему управління, робота якої може відбуватися несвідомо. Якщо наша воля мовчить, то ми діємо як «людина звички». Образи спонукають нас до певної поведінки, і нам непотрібно приймати якесь рішення, управляти собою. Наші звички в кожній ситуації виявляються як ролі, функції, які ми звикли здійснювати в життєдіяльності та діяльності. Ці звички не з'явилися самі собою, а вироблялися протягом тривалого часу.

Самовиховання, реалізоване через боротьбу, полягає в тому, щоб вдосконалити «людину звички», підсилити ті звички, що відповідають життєвим завданням, і послабити або зовсім усунути погані звички. Знання власних звичок дається нелегко. Багато своїх звичок людина не усвідомлює і довідується про них за наслідками цих звичних дій. Наприклад, важкість і біль у правому боці може свідчити про стискання у відповідь на якусь ситуацію жовчовивідної протоки, незалежно від виконання харчової функції.

Звична поведінка відбувається завжди, незалежно від того, усвідомлюємо ми це чи ні, маємо здоровий глузд чи перебуваємо у владі пристрасті, що затьмарює розум, і погано усвідомлюємо те, що міститься за межами нашого афекту. Така поведінка виявляється переважно у станах апатії, нудьги і втоми. Але в житті ми виявляємо в собі риси, що свідчать про здатність активно впливати на «механічну людину звички». У цьому разі ми виявляємо себе як «людину волі». У житті здебільшого ми не даємо повного ходу нашим звичкам, якщо вони суперечать вимогам життя і обставин. Здатність змусити себе робити те, що потрібно, є проявом волі. Сила волі — це культура мислення, здатність управляти своїм розумовим світом. Воля працює не наосліп. Її спрямованість залежить від системи цінностей і належного «Я». Воля сама по собі не становить цінності. Вона набуває морального змісту внаслідок визначення напрямку, в якому здійснюються вольові зусилля. Воля стає моральною або аморальною залежно від цілей, що її збуджують. Життя ставить до кожної людини часом несподівані вимоги, що апелюють до її моральності. Проте існує чимало людей, у яких моральне почуття може бути високим, але бракування волі та самодисципліни не дає їм можливості реалізувати це в житті. Тоді виникає внутрішній конфлікт як результат боротьби, що виявляється в каяттях совісті. Щоб виробити систему управління собою, потрібно мати уявлення про парадигми управління.

*Парадигма насильницького управління.* В основі її формула насильства: за відсутності бажаної поведінки тобі буде погано. Придушення небажаної поведінки триває лише доти, поки існує можливість покарання за виконану дію. Можуть бути такі умови для реалізації насильницької парадигми:

- заперечення волі керованого і можливості його саморегуляції;
- заперечення ідентичності між суб'єктом і об'єктом;
- емоційна, соціальна і духовна незрілість керівника і керованого;
- наявність стереотипу першої парадигми, не пов'язаного з досвідом.



Ці умови взаємопов'язані й визначають одна одну. Використання цієї парадигми в управлінській боротьбі у процесі самовиховання волі призводить до внутріособистісних конфліктів, руйнування психофізіологічних процесів в організмі.

*Парадигма ненасильницького управління.* В основі її — ненасильство використовуваних методів управління. Це може бути навіть маніпуляція, мета якої — досягти блага для людини. Наприклад, якщо дитина загралася і не хоче спати, то не слід її насильно укладати. Потрібно переконати її, що вже пізно, і навіть очі заплющуються в ляльки, якщо її нахилити. Це може бути психотерапія, коли людина «розмовляє» із хворим органом.

**Зовнішня боротьба.** Здійснюється із суперниками на ринзі, супротивниками на полі брані, конкурентами в умовах ринку і у всіх типах буття людини. Багато психологів розглядають типології різних взаємодій учасників у ході комунікації і спілкування. Наприклад, взаємодії людей, які виконують ролі «батько», «дорослий», «дитина», введені Е. Берном [2]. У цьому контексті ділова нарада з'являється як певна позиційна схема типу «батько — дитина», «дорослий — дорослий» тощо. На базі цих схем розглядаються різні позитивні та негативні варіанти, комбінації взаємодії, виходячи із сумісності й несумісності цих ролей. Психологами помічено, що найефективніше, безконфліктне спілкування виникає між людьми у варіанті взаємодії «дорослий — дорослий». Крім того, в психологічних дослідженнях комунікативних процесів велика увага приділяється невербальним засобам спілкування, таким, як мова поз, міміки, жестів тощо. За допомогою невербальних засобів комуніканти передають на несвідомому рівні важливу інформацію про свій психологічний стан, про ставлення до співрозмовника та ін.

Існує безліч спостережень і рекомендацій, як правильно поводитися у спілкуванні з іншими людьми: вітати партнера, посміхатися, не вживати негативних слів (ні, але тощо), підлаштовуватися під інтонації, пози партнера, іншими словами, уподібнюватися йому. Є терміни, які виражають позитивне емоційне спілкування, що в узагальненому вигляді можна розглядати як *емпатію*. К. Роджерс — засновник гуманістичної психології — визначив емпатичне розуміння як «уміння ввійти усередину особистого світу значень іншої людини і побачити, чи правильним є моє розуміння» [35]. Здатність до емпатії (або до ідентифікації) є одним з основних факторів ефективного спілкування. У спілкуванні провідними виступають емоції, чуттєве сприйняття, співпереживання

тощо. Позитивний результат спілкування — емоційна задоволеність, пов'язана з почуттєвим взаєморозумінням суб'єктів спілкування.

Приклад результату приязного спілкування: «Як приємно ми поговорили, які уважні ми одне до одного, як тонко Ви відчуваєте емоційний стан» (увага акцентується на суб'єктах спілкування, на їхній емоційно-почуттєвій стороні). Безперечно, аспект спілкування відіграє в комунікації значну роль. Але існує й інша, *функціональна*, сторона комунікації, що для ділової взаємодії є провідною. Одним із критеріїв відмінності комунікації від спілкування є наявність у комунікації мети. У розвиненому стані в комунікативних взаємодіях наявні норми, що організують процес спільного мислення. Позитивний результат комунікації — узгоджене уявлення щодо заданої теми (погоджене бачення головної проблеми, способу вирішення проблеми та ін.). Результат конструктивної комунікації можна проілюструвати такими словами: «Ми погодили наші уявлення щодо теми розмови» (увага акцентується на об'єкті, змісті розмови). Особливості боротьби в комунікації викладено у посібнику «Організація праці менеджера» [21].

### 10.3.2. Стратегія і тактика боротьби

Успіх у комунікації залежить від уміння ефективно володіти логікою подання інформації, психологією впливу на комунікантів і здатністю виражати словами (мовою) думку. Остання особливо важлива, оскільки вся інформація доноситься до слухача за допомогою мови. Мова, у свою чергу, — система знаків, уживана відповідно до відомих членам певного колективу правил. Під знаком розуміють будь-яке матеріальне вираження (слово, малюнок, речі та ін.), що має значення і таким чином може служити засобом передання змісту. Важливість стратегії і тактики спілкування, комунікації визначається тим, що не завжди в комунікативній боротьбі перемагає той, на чиему боці істина. Найчастіше переможцем стає той, хто вміє швидко і точно аналізувати мову опонента, вчасно реагувати на неї й організувати свою мову, знаходити таку форму вираження, яка була б переконливою саме для співрозмовника. Відомо, що Сократ виголосив чудову промову на свій захист, але не переконав у своїй невинності афінських матросів і торгівців, і вони засудили його до страти.

У кожній стратегічній ситуації спілкування використовується відповідна їй стратегія. Під стратегією в даному разі розуміють усвідом-

лення ситуації в цілому, визначення напрямку і часу розвитку організованого впливу в інтересах досягнення цілі спілкування. Стратегія спілкування реалізується у мовних тактиках — прийомах, що дають змогу досягти поставлених цілей у конкретній ситуації [29]. При цьому в побутовому спілкуванні та діловій сфері діють різні мовні тактики. При переході з одного рівня спілкування на інший мовні тактики повинні трансформуватися. За мовного впливу на різні соціальні групи варто вибирати відповідні мовні тактики, оскільки жодна з них не може бути універсальною й ефективною на всі випадки життя.

Стратегія і тактика впливу на персонал у конкретній ситуації повинні використовувати відповідні форми, зумовлені критеріями логіки і психології. Мовні тактики використовуються переважно в монологічній мові, рідше — в діалогічній, оскільки процес діалогу не може бути запланований заздалегідь у всіх деталях, тому що невідома мовна поведінка співрозмовника на певній стадії розвитку бесіди. Стратегічною метою їх використання може бути не тільки переконання, а й одержання максимуму інформації щодо теми спілкування або про співрозмовника, налагодження контакту з майбутнім клієнтом, мовне тестування, самопрезентація тощо.

Для людини важливим є вміння використовувати мовні тактики у діалогічному спілкуванні. Вступаючи у контакт з різними людьми, ми найчастіше не знаємо ні їхньої системи знань, ні соціального статусу тощо. Для плідного діалогу потрібно вміло використовувати різноманітні та доречні мовні тактики, вміти виділяти мовні тактики співрозмовника і вчасно реагувати на них. Якщо стратегічною метою є одержання максимуму інформації, можна застосувати мовну тактику «перевтілення». Вона характерніша для побутового спілкування і полягає в тому, що людина штучно применшує свої знання, перевтілюючись при цьому в «незнайку», «провінціала», «дилетанта» або навіть дурника.

Сьогодні виділено до 30 тактик (ходів) у побудові мови [4]: припущення, пом'якшення, утрирування, зрушення, перекладання провини на іншого, повторення, наведення прикладу тощо. Експериментально доведено, що ці ходи можуть виконувати кілька функцій одночасно. (Ці тактики наведено в посібнику «Організація праці менеджера» [21].) У системі мовної комунікації може використовуватися безліч мовних тактик. Важливо не тільки ефективно і доречно використовувати тактики, описані в літературних джерелах, а й вміти самому виділяти їх у мові співрозмовника і листах ділового партнера. (Особливості боротьби з використанням мовних тактик розглянуто в роботах [8, 21]).

### 10.3.3. Підготовка до боротьби

Проаналізуємо наведену на початку розділу думку Сунь-цзи: «Непереможність міститься в собі самому, можливість перемоги — в супротивнику». Щоб це зрозуміти, необхідно згадати, що в кожній людині у процесі її історичного розвитку природою створено психофізіологічні резерви організму, які вона несвідомо використовує у разі загрози її життю. Якщо навчитися робити це свідомо, то можна стати надлюдиною. Наведемо фрагмент із роботи академіка В. Кандиби, де він описує досвід підготовки солдатів у гітлерівській Німеччині в період Другої світової війни [16].

«Людина є Дух! А надлюдина — це насамперед стан Духу! Тому, щоб стати надлюдиною, звичайній людині потрібно насамперед прибрати психологічні бар'єри, запрограмовані в кожному з нас спадково і несвідомо, а також усвідомлено або неусвідомлено набуті нами як життєвий досвід, наприклад реакція на вогонь.

Отже, наші реакції можуть бути безумовними (уродженими) або умовними (набутими). Умовні реакції у 2–3 рази, а то і більше, знизили природні можливості кожного організму, зберігаючи величезні приховані резерви лише на особливі екстремальні життєві ситуації, коли цього вимагають надзвичайні обставини, небезпечні для самого життя. Тому, щоб стати надлюдиною, нічого нового здобувати не потрібно, треба лише навчитися зовсім малого — уміння довільно задіяти власні здібності, що у нас уже є, але які ми здатні виявляти лише в надзвичайних біологічних ситуаціях. Наше завдання — навчитися задіяти резерви в будь-який момент, коли нам це потрібно. Отже, величезні природні резерви є в кожного з нас, і ми повинні навчитися ними користуватися завжди, коли цього бажаємо.

У надлюдини немає психологічних, моральних, соціальних, фізичних або ще будь-яких проблем, вигаданих нею самою або такими ж закомплексованими недолюдьми. Надлюдина повинна знати, що життя — це лише мить, розтягнута на роки, мить абсолютно порожня, і ніяким соціально-моральним «сміттям» наповнювати цю мить не можна. Треба знати, що жодна людина не може щось придбати, взагалі нічого не втрапивши, тому, щоб набути здатності надлюдини, ми відмовляємося від усього зайвого, вигаданого «пастухами» для «овець». Будь-яке людське суспільство складається з «пастухів» і «овець» — така фізична природа людей, і з цим нічого не вдієш. Отож, усі закони вигадали «пастухи»,

і вигадали їх винятково для «овець»! Для «пастухів» ніяких законів немає і бути не може — ні юридичних, ні моральних, ніяких інших! Тому що вигадали ці закони у вигляді суб'єктивних заборон і обмежень вони самі, тільки для «овець». У Природі існує тільки один об'єктивний Закон — доцільність для виживання, боротьба за життя — і нічого іншого в Природі немає!

У світі немає Добра і Зла — це вигадані слабкими людьми штучні категорії! Те, що видається вам Добром, може відчуватися іншою людиною як дуже велике Зло, і навпаки — те, що видається комусь Злом, може насправді виявитися справжнім об'єктивним Добром. Тому надлюдина повинна знати, що усе, що вона робить, — це Істина і Життя! Надлюдина — це і є вища з істин! Надлюдина завжди права!

Треба завжди і скрізь, у будь-яких ситуаціях, вірити в себе і завжди твердо й абсолютно впевнено знати, що за глибинною сутністю речей ти завжди правий, абсолютно завжди правий! А все інше вигадали боягузливий «вівці» для самовиправдання і самообману...

Якщо простий солдат непохитно вірить, що він надлюдина, то це обов'язково дійсно стає правдою, тому що головний технічний прийом — знаходження надлюдських здібностей — це Абсолютна Віра! Віра в себе самого і ні в кого більше! Хочеш стати надлюдиною — стань нею! Адже ти це можеш і ніхто тобі не заважає, крім тебе самого — твоїх гнилих «овечих» думок-заборон. Людина — це наші думки! Хочеш себе змінити — зміни свої думки, відмовся від усіх бар'єрів, і ти миттєво станеш надлюдиною! Розв'язок всіх проблем, які здавалися зовнішніми, міститься насправді усередині людини! Усередині! Отже, зміни свій внутрішній стан і ти змінишся, ти перестанеш бути закомплексованою «вівцею», ти станеш надлюдиною — великим і непереможним воїном нової арійської Імперії! Знайди новий активний стан Духу і наша Армія стане непереможною, а ти станеш володарем світу, тому що усі твої вороги відтепер не люди, а прості біологічні об'єкти! Імперії треба вижити! І ніяких інших законів для нас більше немає і бути не може! Священна Земля Предків у небезпеці! І ми мобілізуємо всі наші приховані природні резерви і поставимо їх на службу Великої Імперії! Немає нічого вищого за Імперію, і це головний і дійсний закон виживання! Або ми, або ці недолюдки, ці біологічні об'єкти, що усе в нас підло відібрали й харчуються кров'ю і потом нашого народу! Або ми — або вони, третього не дано і кожному своє!»

Стану надлюдини по книжках не навчитися, вважає академік В. Кандиба, але наводить деякі теоретичні закони, розкриті ним у матеріалах

досліджень німецьких учених, захоплених Радянською армією в 1945 р. Треба знати [16]:

1) головна сила солдата — це стан його психіки, а не його зброя, техніка або ще щось;

2) усіх людей потрібно сприймати тільки як біологічні об'єкти і тільки себе завжди і скрізь вважати єдиною надлюдиною;

3) Людина є Дух, тому треба ставитися до будь-якої справи тільки як до самореалізації Духу, а решта — це ілюзія;

4) так званої «фізичної реальності» не існує! Є лише наш Дух і життя — це лише спосіб існування і реалізації нашого Духу! Ми дякуємо Природі за будь-яку перешкоду або проблему, тому що для нас — це лише кращий з усіх засобів для зміцнення нашого Духу і знаходження Істини і Безсмертя! Імперія — це наша єдина Істина і це наше дійсне Щире Безсмертя;

5) треба позбутися раз і назавжди думки навколишніх боягузливих і підлих «біооб'єктів» про себе, свої дії і вчинки;

6) хто абсолютно впевнений, той ніколи нікому нічого не доводить! Тому надлюдина ніколи не вступає в суперечку і ніколи нікому нічого не доводить;

7) важливий не сам реальний вчинок, а ваше ставлення до нього! Ваше ставлення до чого-небудь, — тільки це для вас і існує, а не самі справи і вчинки ваші або чужі! Ви повинні жити, тільки постійно перебуваючи в Духові! Є тільки ваше «над-Я» і нічого більше! Тільки вашій Волі все підвладно, і тільки вона усе вирішує, і неважливо, робить вона це усвідомлено чи, найчастіше, несвідомо, автоматично і спонтанно;

8) будь-яка робота повинна виконуватися без емоцій! Будь-які переживання для надлюдини неприпустимі та згубні для Волі й Духу;

9) надлюдина ніколи не переймається тим, буде результат чи ні, нас результат не хвилює, тому що для нас важливі лише наші думки і сам розумовий духовний процес, а не якийсь конкретний фізичний результат! Ми живемо тільки в Духові! Повна байдужість до плодів нашої діяльності та результатів;

10) наше тіло — це лише інструмент і знаряддя Духу, тому ми завжди нейтральні до будь-якого процесу діяння, нейтральні й до техніки або технології будь-якого виду нашої діяльності;

11) надлюдина до усього, до будь-якої практичної справи, підходить тільки як до абстрактної ідеї, і тільки критично, і тільки раціонально, і тільки виходячи з інтересів свого «над-Я».

Імовірно, тут розкрито «секрети» роботи психіки людини. Проте ще раніше технологічні особливості застосування психофізіологічних резервів організму людини були відриті одним з наших далеких предків. Наведемо фрагмент із тієї ж книги В. Кандиби, де він описує «Гімн Бодхидхарми» з його коментарями [16]:

«Світловолосий арійський мудрець і воїн, який одержав історичне ім'я “Бодхидхарма”, що перекладається як “Шлях Розуму”, прийшов із Заходу в Китай і став ігуменом Шаолінського монастиря, де вперше у світовій історії почав проповідувати доктрину надлюдини як могутньої вищої духовної істоти, яка не знає меж у своїх досягненнях. Бодхидхарма вперше створив теорію і практику збагнення Абсолютної (або Великої) межі психофізичних здібностей людини. Нас цікавить текст Гімну Бодхидхарми, у якому відображено всю мудрість Сходу. Він змушував усіх своїх учнів вивчити Гімн і по багато разів на день самим собі його читати. Наводимо текст цього геніального самоналаштування і самопідготовки психіки:

*“У мене є Батьківщина — Земля і Небо стали моєю Батьківщиною. Це психотехнічна прив'язка людини до самої себе, яка означає, що сподіватися потрібно завжди тільки на себе самого.*

*У мене є зброя! Непохитний Дух — моя міцність і моя єдина зброя! Це самокодування на непохитність і силу свого Духу.*

*У мене є міцність! Спрямована надволя — от моя міцність і головна зброя! Потрібно раз і назавжди для себе зважитися. Зважитися — от головна сила, що нас автоматично захистить. Головний захист людини, що зважилася — це нова установка, установка на те, що відтепер ти надлюдина! Рішучість породжує надволю, яка автоматично і несвідомо включає резервні сили органів, і людина перетворюється на надлюдину!*

*У мене є Навчання! Моє життя — це і є моє Навчання! Це установка на зняття внутрішніх і зовнішніх теоретичних і будь-яких інших обмежень і рамок. Тут самокодується думка, що головна Істина — це життя власного Духу і нічого іншого, істиннішого або ціннішого, не існує.*

*У мене є Закон! Справедливість — мій Закон! Це установка на те, що ставши сильним, уже непотрібно бути по-дурному агресивним. Істинно сильні не агресивні!*

*У мене є Вчитель! Моє життя — це мій єдиний Вчитель! Це установка на відсутність шанування кого-небудь і чого-небудь, крім життя власного Духу, що вчиться тільки в Дао — цього божественного Поток життя, в якому ми усі перебуваємо.*

*У мене є Володар! Моє “над-Я” — мій володар!* Це установка на ствердження авторитету свого внутрішнього “Я”, своєї абсолютно вільної і все-сильної Волі; установка на неприпустимість підпорядкування свого Духу якій-небудь людині або яким-небудь обставинам і ситуаціям.

*У мене є Чаклунство! Внутрішня Сила — мій головний і єдиний секрет, що дає мені силу всемогутнього чаклуна!* Це установка на несвідоме і постійне зростання у самому собі особливої Внутрішньої Сили, що у будь-яких ситуаціях автоматично перетворює нас на надлюдину.

Я знаходжу великі внутрішні цінності, тільки виключивши всі зовнішні! Я іду від усіх і народжуюся для свого власного Духу! Народжуюся іншим! Народжуюся всесильним і всемогутнім!».

Такий текст Гімну безсмертного Бодхидхарми, який він заповідав нам, своїм нащадкам, крізь століття і морок середньовіччя. Сутність отриманих знань полягає в тому, що кожна людина теоретично і практично може стати надлюдиною, здатною управляти собою в будь-яких ситуаціях, у тому числі екстремальних, а також здійснювати будь-які психологічні та фізичні дії, на кілька порядків перевищуючи можливості звичайної людини.

### **10.3.4. Рекомендації з протидії в інформаційній боротьбі**

У роботі С. Кара-Мурзи «Маніпулювання свідомістю» [19] запропоновано рекомендації з протидії цьому явищу.

*Головне правило* — відчутти й усвідомити, що ми живемо в суспільстві, де за нами (за нашою свідомістю) йде полювання. Треба бути готовим до боротьби у всіх типах людського буття.

*Скорочення контактів.* Треба щонайменше бувати в зоні контакту з потенційним маніпулятором. Необхідна інформація так чи інакше до нас дійде. Краще уникати і спокуси побути у «театрі скандалів», що розгортають перед нами маніпулятори. Не слід уповати на свою стійкість — сигнали телебачення діють у потрібному йому напрямку незалежно від того, як ми до них ставимося в нашій свідомості.

*Уникнення захоплення.* Важливий етап у маніпуляції — захоплення аудиторії, її «приєднання». Існує думка, що успіх маніпуляції неможливий без створення союзника в душевному світі адресата». Поки захоплення не відбулося, йому можна успішно пручатися — тоді й наступні



зусилля маніпулятора виявляться марними. Ефективний такий простий прийом, як переривання контакту, відхід на певний час. Будь-яка операція захоплення має свої сценарій і ритм. Якщо під час сеансу гіпнозу «жертва» раптом скаже: «Я відволікуся ненадовго, а ви поки продовжуйте», — всі зусилля гіпнотизера підуть нанівець. Якщо є можливість, то корисно перервати потік слів маніпулятора питаннями, що різко порушують його сценарій. Питання типу: «Скажіть прямо, куди ви хилите?», змушує маніпулятора переходити до суті справи, не завершивши «приєднання» аудиторії а, отже, не позбавивши її здатності критично сприймати повідомлення. Навіть досвідченого маніпулятора спантеличує людина, яка виглядає нетямуючою і усе перепитує (а може, прикидається дурнем).

*Зміна темпу.* У програмі маніпуляції дуже важливим є темп. Маніпулятор досягає успіху, коли випереджає процес мобілізації психологічних захистів аудиторії. Тому дуже велике значення надається сенсаційності та терміновості. Кавалерійська атака на слухача і глядача! З цього ритму потрібно намагатися маніпулятора збити, нав'язувати ходу маніпуляції рваний і грузлий ритм, одразу відкидати обстановку терміновості, що нагнітається. Насправді терміновість ця завжди буває помилковою, штучно створеною.

*Відсіювання шуму.* Маніпуляція є успішною в умовах «демократії шуму», коли людину бомбардують потоком нікчемних повідомлень, і вона не може зосередитися на тій проблемі, щодо якої повинна виробити власну точку зору. Не може зосередитися — змушена хапатися за «підсунуте» їй трактування. Стійкість проти маніпуляції знижується, якщо водночас з повідомленням, що дає певну ідею, на свідомість людини впливають «перешкодою». Звідси висновок: одержавши повідомлення, в якому може бути прихована ідеологічна «контрабанда», потрібно відфільтрувати «шуми», що є перешкодами при обмірковуванні саме цього повідомлення. Краще на час взагалі вирватися з потоку повідомлень, щоб обміркувати одне з них. Втрата невелика, цей потік не «висохне», і нічого справді важливого нас не мине.

*Непередбачуваність.* Найлегше маніпулювати свідомістю людини, мислення якої відповідає чіткому і строгому алгоритмові. Якщо ж воно «петляє», дотримується незвичайної логіки і приводить до парадоксальних висновків, підібрати до неї ключ важко. Загалом ефективним способом уникнення захоплення і впливу маніпулятора є створення штучної непередбачуваності твоєї реакції (джерел інформації, спо-

собу її перероблення, логіки умовиводів, темпу взаємодії, типу висловлювань тощо). Як зазначав К. Кастанеда, «коли ти непередбачений, ти невразливий».

*Пригнічення емоцій.* Більшість стереотипів, що використовують маніпулятори, значно забарвлені емоційно. «Розхитати» почуття — для маніпулятора половина успіху. Тому загальним правилом можна вважати таке: побачивши, що ідеологи чомусь тиснуть на певне твоє почуття, слід на час свідомо його пригнітити. Сприйняти повідомлення відсторонено, як автомат, а потім на «холодну голову» обміркувати їх наодинці із собою, без підказки. Це може здатися цинізмом, але корисно проблему спершу «програти» взагалі поза моральним контекстом. «Програти», а потім уже залучати моральні обмеження і переваги. Дуже часто на почуттях «грають» для того, щоб переключити емоції, спрямувати їх на абстрактного або спеціально підсунутого «цапа-відбувайла», відвести увагу від головної дійової особи.

*Діалогічність мислення.* Маніпулятори намагаються перетворити нас на споживачів ідей, позбавити відкритого діалогу. Діалог руйнує маніпуляцію. Необхідно робити зусилля, щоб знайти зачіпку для питання навіть у найбільш «круглому» твердженні, й пам'ятати, що властивість нашого розуму — уникати важких запитань, ховати їх «під килим». Тому в багатьох відповідальних професіях при виконанні складної операції потрібно вголос себе запитати — і вголос відповісти, як це буває в пілотів літака. Якщо ми навчимося «говорити самі із собою», то наше мислення, напевно, вийде з колії, передбаченої маніпуляторами, стане непередбаченим. Можливо, ми будемо схожі на божевільних, але божевільними маніпулювати неможливо, їхні умовиводи парадоксальні з погляду заданого алгоритму.

*Створення контекстів.* Оскільки один з головних прийомів маніпуляції — втиснути проблему в штучно побудований контекст, то і захисним засобом є неприйняття запропонованої постановки питання, заміна контексту, що нав'язується, іншими, вибудованими незалежно від потенційного маніпулятора. Так, Захід говорить про права людини, а ми не говорили! Ну і що? Коли Захід про них заговорив? При сенаторі Маккарті? При Муссоліні? При Лютері та Кальвіні? При Міттерані, який залив кров'ю Алжир? Ні, заговорив буквально вчора, при президенті Картері. Ну, так у нас ще був час, у кожної цивілізації свій історичний вік. Ми молодші від Заходу, не треба квапитися, підростемо ще. Поспішати-меш — людей насмішиш».

*Створення альтернатив.* Маніпулятор, припиняючи діалог, подає вигідне йому рішення як таке, що не має альтернативи — інакше починаються міркування, мислення. Назвавши цілком реальні альтернативи, можна припинити маніпуляцію. Якщо не можна назвати їх вголос, то потрібно увявити їх — тоді хоча б ти особисто захистиш себе від маніпулятора.

*Включення здорового глузду.* Це для освіченої людини непросто, але за деякого зусилля доступно. Коли чуєш палкі промови, то краще пропустити повз вуха красиві фрази і виокремити тільки головний довід. Потім припустити, що він правильний, і подумати, чи відповідає здоровому глузду те вирішення проблеми, яке пропонує полум'яний оратор. «А як би зробив я?» — от перше питання. Як не дивно, найчастіше виявляється, що самі б Ви так не зробили.

*Пошук кореня проблеми.* Маніпуляція багато в чому зводиться до того, що людям пропонують таке трактування проблеми (протиріччя), що приховує суть. Люди гомонять, хвилюються, можливо, навіть прибу́ють якогось «стрілочника», але шкоди замовникові маніпуляції не завдадуть. Найкраще, звичайно, щоб помилкове трактування дали «представники» самої постраждалої сторони у протиріччі (наприклад, у разі соціального протиріччя — профспілки). Але якщо це дорого, то обходяться і просто скромними трудівниками телебачення. Утім, профспілкові боси сьогодні, схоже, недорогі. «Ринковим цінам — ринкову зарплату!» — от їхнє трактування робочих бід.

*Включення пам'яті, проєкція в майбутнє.* Пам'ять і передбачення — основа психологічного захисту проти маніпуляції, тому-то вони і є одним з головних об'єктів руйнівних дій. Маніпулятори застосовують численні технології, щоб «витравити» в нас почуття історичного часу, вони поміщають нас у «вічне сьогодні», нав'язують особливий, замкнутий час спектаклю. Вирватися з лап маніпулятора — означає вирватися з цього зачарованого часового кола. Щоразу потрібно робити зусилля і відновлювати пам'ять щодо тієї проблеми, що ставлять перед тобою маніпулятори. Якщо бракує часу, щоб щось прочитати, навести довідки, запитати обізнаних людей, то краще вже не вірити пропонованому тобі міфowi, а спробувати пов'язати ті факти, що ти напевно знаєш. Вириваючись з «вічного сьогодні», з нав'язаного нам спектаклю, ми повинні спиратися на здоровий глузд. «Що посієш, те і пожнеш». «Це поки квіточки — ягідки будуть далі». Мова нагадує нам про зв'язок часів, а телебачення перекопує, що майбутнього немає.

*Зміна мови.* Один з головних принципів захисту від маніпуляції — відмова від мови, якою потенційний маніпулятор викладає проблему. Не приймати його мовлення, його термінологію, його поняття. Переказати те саме, але іншими словами, уникаючи будь-яких ідеологічних категорій. Переказати, нехай грубо і кострубато, але в абсолютних поняттях, які можна перевести у земні, відчутні образи — хліб, тепло, народження і смерть.

Головна порада — думати. І думати посилено, важко, як грабар копає важку глину.

### **КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ:**

1. Охарактеризуйте основні засади теорії та практики персональної боротьби.
2. Назвіть принципи боротьби, наведіть приклади використання їх на практиці.
3. Дайте характеристику праксеологічному підходу до боротьби.
4. З використанням табл. 10.1 виберіть ключові слова визначень і дайте своє розуміння терміна «боротьба».
5. Поясніть взаємозв'язок основних понять теорії боротьби.
6. Охарактеризуйте методи боротьби, наведіть приклади використання їх на практиці.
7. Які Вам відомі форми боротьби? Наведіть приклади використання їх на практиці.
8. Охарактеризуйте людину як суб'єкта та об'єкта боротьби.
9. Які особливості маніпуляційних та інформаційних впливів на людину?
10. Назвіть особливості поведінки людини в масі.
11. Охарактеризуйте особливості індивідуальної боротьби.
12. Проаналізуйте особливості внутрішньої і зовнішньої боротьби.
13. Як побудувати стратегію і тактику боротьби за столом переговорів?
14. Як підготуватися до боротьби?
15. Як Ви розумієте висловлення Е. Хемінгуея: «Людина не для того створена, щоб терпіти поразки. Людину можна знищити, але її не можна перемогти»?
16. Поясніть думку Сунь-цзи: «Непереможність міститься в собі самому, можливість перемоги — в супротивнику».

## ЛІТЕРАТУРА

1. *Анисимов О. С.* Новое управленческое мышление: сущность и пути формирования. — М. : Экономика, 1991.
2. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы: — СПб. : Спец. лит., 1995.
3. *Ван Дейк Т. А.* Язык, познание, коммуникация. — М. : Прогресс, 1989.
4. *Введенская Л. А., Павлова Л. Г.* Культура и искусство речи. — Ростов н/Д : Феникс, 1995.
5. *Власова Н. М.* ...И проснешься боссом. Справочник по психологии управления. — Новосибирск : Экор, 1994. — Кн. 1-3.
6. *Гладышев С.* Борьба бульдогов под ковром: Секреты влияния на людей. — М. : ФАИР-ПРЕСС, 2001.
7. *Гойхман О. Я., Надеина Т. М.* Основы речевой коммуникации — М. : Изд-во МТИ, 1997.
8. *Грешневилов А. Н.* Информационная война. — М. : Рус. миръ; Рыбинск : Рыбин. подворье, 1999.
9. *Егоров В. С.* Социальный реализм. — М. : Изд-во РАГС, 1999.
10. *Жуков В.* Взгляды военного руководства США на ведение информационной войны // ЗВО. — 2001. — № 1.
11. *Зенгер Х. фон.* Стратегемы. — М. : Прогресс, 1996.
12. *Зенгер Х. фон.* Стратегемы. О китайском искусстве жить и выживать : В 2-х т. — М. : Эксмо, 2004.
13. *Зигерт В., Ланг Л.* Руководить без конфликтов. — М. : Экономика, 1990.
14. *Искусство войны:* Антология : В 2-х кн. — СПб. : Амфора, 2000.
15. *Кандыба Д. В.* Тайные возможности человека. — Ростов н/Д : Феникс, 1995.
16. *Кандыба В. М.* Сверхвозможности человека. — СПб. : Макет, 1996.
17. *Кланье В. Л. де.* Размышления и максимы. — М. : АСТ, 2002.
18. *Клирн. Т.* Японское искусство войны. Постижение стратегии / Пер. с англ. Р. В. Котенко. — СПб. : Евразия, 2000.
19. *Кара-Мурза С. Г.* Манипуляция сознанием. — М. : Алгоритм, 2000.
20. *Колтаков В. М.* Методы управления : Учеб. пос. — К. : МАУП, 2002.
21. *Колтаков В. М.* Организация праці менеджера. — К. : МАУП, 2005.
22. *Конрад Н. И.* Синология. — М. : Ладомир, 1995.
23. *Котарбинский Т.* Трактат о хорошей работе. — М. : Экономика, 1975.
24. *Курбатов В. И.* Стратегия делового успеха. — Ростов н /Д : Феникс, 1995.
25. *Ларошфуко Ф. де.* Максимы. Мемуары. — М. : АСТ, 2001.

26. Лебон Г. Психология масс: Хрестоматия. — Самара : Бахрах, 1998.
27. Макиавелли Н. Государь. — М. : Фолио, 1998
28. Массовые информационные процессы в современной России. — М. : РАГС, 2002.
29. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности. — М. : Просвещение, 1991.
30. Ортега-и-Гассет Х. Восстание масс // Вопр. философии. — 1989. — № 3.
31. Основы теории управления войсками / Под ред. П. К. Алтухова. — М. : Воениздат, 1984.
32. Почепцов Г. Г. Информационные войны. — К. : Ваклер, 2000.
33. Пшеловский Т. Принципы совершенной деятельности. — К. : Изд-во Ин-та праксеологии, 1993.
34. Расторгуев С. П. Информационная война. — М. : Радио и связь, 1998.
35. Роджерс К. К науке о личности // История зарубежной психологии. — М. : Изд-во МГУ, 1986.
36. Сацков Н. Я. Методы и приемы деятельности менеджера и бизнесмена. — Белая Церковь, 1993.
37. Синельников В. В. Возлюби болезнь свою. — М. : Центрполиграф, 2004.
38. Тарасов В. К. Искусство управленческой борьбы. — СПб. : Политехника, 1998.
39. Щёкин Г. В. Практическая психология менеджера. — К. : Украина, 1994.
40. Щёкин Г. В. Теория социального управления. — К. : МАУП, 1996.
41. Энкельман Н. Б., Бинкербель М. Преуспевать с радостью. — М. : Экономика, 1993.

МАУП

# ДОДАТОК 1

## МОЖЛИВОСТІ ТЕХНОЛОГІЙ

Назва технології, автор	Функції, які розвиваються	Сутність засобу СМ	Протипоказання	Примітки
1	2	3	4	5
Керований медитативний аутотренінг (В. М. Кандиба, Д. В. Кандиба, 1990)	Саморегулювання; самоорганізації; самомотивації; саморозвитку	Базується на різних системах аутотренінгу з використанням психотехніки і феноменах, одержуваних «робочим тлом» техніки «СК»	Немає	Перші заняття під керівництвом фахівців
Акмеологічний тренінг (А. П. Ситніков, 1996)	Вдосконалення професійної майстерності (комунікативних і аутопсихологічних здібностей професіоналів у сфері управління); саморозвитку; самоуправління	Комплексна, системно організована підготовка фахівців у сфері управління людьми. Робота виконується як послідовність різних форм занять (лекцій, групових занять, ігор, тренінгів, вправ), що забезпечують поступове опанування основних понять психотехнологічної теорії, засвоєння психотехнологій в їх експліцитному описі, володінні ними, відпрацювання й удосконалення отриманих навичок	Немає	Здійснюється групою спеціально підготовлених викладачів протягом 8–10 днів
Метод самоуправління (З. Куз, 1920)	Самоуправління	Базується на самонавіянні на тлі розвиненої за рахунок транс уяви. Психотехніка введення у транс, тобто отримання робочого тла (можна ефективно впливати на підсвідомість) — це вміння відключити свідомість через механізм зосередження і концентрування уваги тільки на одній думці, підсилюючи процес концентрування і нейтралізації свідомості	Немає	Перші заняття під керівництвом фахівців

Продовження додатку 1

1	2	3	4	5
Метод прогресуючої (послідовної) релаксації (Е. Джейкобсон, 1928)	Саморегуляції; психологічної активності	Базується на взаємозалежності різних типів емоційних порушень і напруженні певної м'язової групи. Розслаблюючи м'язи, можна змінювати певні нервові напруження. Досягається послідовним фокусуванням уваги на окремих групах м'язів	Немає	—
Аутогенне тренування (І. Г. Шульц, 1932)	Саморегуляції	Базується на методи З. Куз, давньоіндійській системі йогів, дослідженні відчуттів осіб, які піддаються гіпнотичному вселянню, методи Е. Джейкобсона, роз'яснювальній психотерапії	Немає	Перші заняття під керівництвом фахівців
Медитації (різні психотехніки)	Психоенергетичного управління; психофізіологічних вправ; самопрограмування; саморозвитку	Базується на зміні стану всього мозку й організму, заснований на концентруванні уваги на певному об'єкті або, навпаки, повному «розосередженні» уваги. У цьому разі зупиняються процеси сприйняття і мислення, настає специфічна відчуженість людини від зовнішнього середовища	Немає для простих психотехнік	Складні види медитації, потребують спеціальної підготовки
Аутогіпноз (самогіпноз)	Психофізіологічної саморегуляції; самопрограмування; самозміни	Ґрунтується на особистому сприйнятті людиною своїх переживань. Застосування спеціальних технік досягається стан транс, в якому самонавіяння проходять у підсвідомість і програмують діяльність	Немає	Можна здійснювати самостійно
Індійська техніка «Тратака»	Саморегуляції; контролю над психікою і фізіологією	Полягає у концентруванні уваги на зовнішньому об'єкті (погляд носовий, фронтальний, на блакитне світло). Впливає	Можливий головний біль	—



1	2	3	4	5
		на центральну та периферійну нервові системи через зорові, нюхові нерви за допомогою асоціативних зв'язків, що йдуть від різних нервових клітин до центральної нервової системи		—
«СК» (стан Кандиби) (В. М. Кандиба, Д. В. Кандиба, 1984)	Управління прихованими резервними можливостями людського організму	Базується на психотехніках, що спричиняють домінантно змінений стан психофізіології, енергетичної та інформаційної систем організму, що працює в режимі кодової керуваності й чутливості	Немає	Робота вимагає наставника на початковому етапі
Гімнастика Гермеса (верховний жрець Єгипту IV ст. до н. е.)	Енергетичне зарядження за рахунок «злиття» з космічною енергією	Заснований на медитації, де об'єктом концентрування є власне тіло, що виступає посередником, через який у біосферу планети проникає космічна енергія	Немає	—
Психофізіологічні технології (нейролінгвістичне програмування) (Р. Бендлер, Д. Гріндер, А. Ситніков (1975–1995)	Самопрограмування на зміну особистих якостей; блокування себе від нагромадження негативних емоцій; використання внутрішніх резервів, мотивації на досягнення життєвих цілей	Грунтується на керуваності психікою фізіологічних процесів організму та їх перебудові	Немає	—
Психотехнології (ПТ) впливу на свідомість людини	Саморегуляції	Регуляція рівня технічної активності організму за рахунок інформаційно-енергетичного припливу: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>реакція реагування</i> — посилення рухової та психічної активності, що знімає гостроту подібної реакції;</li> </ul>	—	—

Продовження додатку 1

1	2	3	4	5
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>катарсис</i> — емоційне потрясіння, випробуване людиною під впливом мистецтва, як спосіб звільнення від негативних переживань і думок, стан внутрішнього полегшення;</li> <li>• <i>саморегуляція</i> за допомогою зміни припливу нервової імпульсації, створюваної за рахунок м'язового напруження, що «енергетизує» центральну нервову систему, сприяє поліпшенню роботи органів чуттів. В основі — метод релаксації (Джейкобсона);</li> <li>• <i>ритуальні дії</i>. За участі в ритуалах нормалізується процес роботи нервової системи</li> </ul>		
ПТ самокоригування особистості	—	Зміна себе, особистих цінностей, психологічних установок	Немає	—
ПТ самоорганізації	—	Інтеграційна сукупність природних і соціально набутих властивостей, втілення в усвідомлюваних особливостях волі та інтелекту, мотивах поведінки і реалізована в організації життєдіяльності	—	Розроблені недостатньо
ПТ самоствердження (Н. І. Рейнвальд та ін.)	—	Здійснення життєдіяльності на основі реалізації потреб; самовираження, саморозкриття, залучення енергетичних ресурсів організму й особистої програми (плану)	—	Немає стрункої методики
Психофізіологічний тренінг	Комплекс психофізіологічних	Різноманітні процедури тренування на альфа-хвилі	—	Складні види потребують

1	2	3	4	5
	вправ, що розкривають творчі можливості людини.	і (або) альфа-ритм людського мозку, що сприяє зняттю стресу і підвищенню активності мозку, у т. ч. мотивації творчих здібностей. Допомагає використовувати підсвідомість, вплив якої на поведінку людини практично сприяє застосуванню накопичених знань		спеціальної підготовки
Соціальні технології (СТ) управління життєдіяльністю (зовнішнє середовище)	Створення життєвих умов	Формування сприятливого соціально-психологічного клімату в групах, організаціях; мотивація спільної групової роботи, міжособистісних взаємодій, переговорів	Немає	—
СТ інформації та професійної діяльності	Стратегічного СМ	Структурування «значеневого» простору професії, систематика професійно обумовлених ідеалів, цінностей, цілей та інтересів	Немає	—
Когнітивні інформаційні технології	Розвитку людини	Розвиток творчих здібностей людини й інформаційної підтримки творчих процесів	Немає	—
СТ стратегічного самоуправління	Стратегічного управління життєдіяльністю	Поетапне здійснення: <ul style="list-style-type: none"> <li>• оцінки життєвої ситуації, реального положення на життєвому шляху;</li> <li>• уточнення моделі світу і місії життя;</li> <li>• визначення мети життя й основ задуму її досягнення;</li> <li>• оцінки ситуації та прийняття стратегічних рішень;</li> <li>• вибору стратегії;</li> <li>• планування життя;</li> </ul>		У разі використання трансних технологій для самоорганізації необхідне попереднє навчання у фахівця-психотехнолога

Продовження додатку 1

1	2	3	4	5
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• стратегічної самоорганізації;</li> <li>• стратегічного контролю</li> </ul>		
СТ розвитку особистості	Стратегічного самоуправління	Попереднє навчання і виховання особистості, що забезпечують бачення себе у світі, ціннісну і стратегічну орієнтацію в ньому, усвідомлення своїх здібностей, потреб, інтересів і цілей; формування професійної самосвідомості, цінностей, професійної корпоративної культури; гендерні технології відтворення і відновлення сенсу життя за подолання вікових криз, соціалізація літніх вікових груп	Немає	—
СТ повсякденного СМ	Повсякденної реалізації життєдіяльних функцій	Перетворення повсякденної життєдіяльності на усвідомлену, узгоджену в стратегічному плані; повсякденне реальне самоуправління	Немає за наукового обґрунтування процесу використання	Для трансювних технологій необхідне попереднє навчання
СТ взаємин між людьми та організаційними системами	Взаємодії	Взаємозалежні та взаємобумовлені відносини, взаємодіючи, сприяють досягненню загальних цілей; характеризуються взаємодопомогою, взаєморозумінням, співробітництвом	Невідповідність цілей окремих організаційних систем загальним цілям людства	Найнеобхідніші в реальному світі та науково обґрунтовані взаємовідносини
	Співіснування	Одночасне або спільне існування людей і організаційних систем без втручання у впровадження справи сусідніх систем		Реально діюча система взаємин у світі
	Протидії (боротьби)	Базується на законі єдності та боротьби протилежностей, принципах біологічного існування:	Протипоказані для майбутнього людства	

Закінчення додатку 1

1	2	3	4	5
СТ управління суспільними процесами	СТ і ПТ маніпуляції індивідуальною і суспільною свідомістю	агресії осіб, висновку Гаузе (два види не можуть існувати в тому самому місці), принципі стійкої нерівноваги Бауера (живі системи не можуть жити в рівновазі) тощо. Людьми значною мірою враховуються етичні норми, пануючі в суспільстві, базові цінності у процесі реалізації технологій боротьби Інформаційні технології, використовувані у виробленні соціальних технологій управління суспільними процесами. Базуються на особливості інформаційного впливу на мозок людини	Формуються ідеї, що впливають на суспільні та державні рішення	Найбільш відпрацьовані та випробувані у сфері взаємин  —

## ДОДАТОК 2

### РІВНІ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ<sup>1</sup>

За твердженням Г. Гурджієва основну частину свого життя ми проводимо у стані автоматичних рухів і «мислення» без будь-якої ініціативи або навіть поінформованості про те, що відбувається. Підтримуючи думку скептиків про те, що людина не має свого «Я», автор водночас показує, що можна деякою мірою змінити властивості різних «Я», які постійно змінюються у нашій поінформованості, зрозумівши, що вони перебувають у стані рабства, і почати роботу з власного звільнення. Людина дуже рідко може щось вирішувати самостійно через такі чинники:

- свою нездатність діяти за власною свідомою ініціативою;
- своє підпорядкування раніше сформованим звичкам;
- піддання впливу зовнішнього світу;
- незмінні властивості своєї природи.

Сьогодні практично усі визнають, що людина усвідомлює тільки частину себе, тоді як надзвичайно важливий процес, пов'язаний з її природою, відбувається поза її свідомою поінформованістю. Доктрина «несвідомого» набула статусу ортодоксальної, хоча природу «несвідомого» розуміють сьогодні так само мало, як і сто років тому. Тому, незважаючи на те, що ставлення Г. Гурджієва до людини неприйнятне для сучасної психології, багатьох людей приваблюють його ідеї та методики. Проте варто мати на увазі, що це лише «надводна частина айсберга». Як тільки завершуються аналіз людських недоліків і демонстрація методів боротьби з ними, ми втрачаємося в абсолютно далеку сучасній психології сферу.

Під гармонійним розвитком людини Г. Гурджієв має на увазі процес, внаслідок якого людина одержує можливість звільнитися від обмежень звичайної своєї природи, входити в різні стани свідомості, відкривати нові обрії розуміння й позбуватися обмежень земного існування. Найзручнішим трактуванням гурджієвської концепції розвитку людини є запропонований ним розподіл людської природи на сім категорій. Людина має розумову, почуттєву та інстинктивну природу, але в різних людей вони виражені неоднаковою мірою. У більшості людей переважають

<sup>1</sup> Використано тексти з робіт: Дж. Г. Беннетта та Г. Гурджієва. «Шлях до нового світу», П. Успенського «Четвертий шлях», Г. Гурджієва «Бесіди Вельзевула зі своїм онуком».

фізичне тіло, інстинкти, фізичні звички і секс. Учений називає їх *людьми № 1*. При цьому вони зовсім не обов'язково належать до тих, кого ми зазвичай називаємо людьми «фізичного типу». Така людина може бути досить розумною, цікавитися різними ідеями, але якщо пильно спостерігати за її поведінкою, то виявляється, що вона переважно зумовлена матеріальними чинниками. Така особа не сприймає почуття інших людей, та й стосовно себе не відчуває практично ніяких почуттів. Може здатися, що вона виносить розумні судження, але на перевірку виявляється, що вони ґрунтуються скоріше на кількості, ніж на якості, та на видимому і відчутному, ніж на усвідомленому ставленні до фундаментальних цінностей.

У житті багатьох людей переважають почуття, хоча таких набагато менше, ніж тих, яких можна віднести до першої категорії. Для них емоційний стан значно важливіший від фізичного і розумового. Представників цієї категорії Гурджиев називає *людьми № 2*. Для них характерні сильні почуття, які, незалежно від ступеня розвитку їхнього фізичного тіла, посідають у житті домінуюче місце. У своєму крайньому прояві людина № 2 емоційно екзальтована. Її симпатії та антипатії виражені надзвичайно яскраво, іноді буває важко зрозуміти, чим вона захоплюється, а надії та страхи не пов'язані з фактичною стороною світу. Проте не всі люди № 2 надмірно емоційні; головна відмітна риса їх полягає в тому, що такі люди більше довіряють почуттям, ніж матеріальним передумовам або абстрактним ідеям. Людина № 2 може любити гроші й речі, але в її випадку вони служать скоріше для задоволення самолюбства, ніж матеріального благополуччя. Така людина може поділяти почуття інших, але лише в тому разі, якщо вона сама має до них певне відношення. Хоча люди другої категорії і сприйнятливіші порівняно з людьми першої категорії, вони водночас, як правило, і більш егоцентричні.

У людей третьої категорії, тобто *людей № 3*, переважає розумова сторона. Вони живуть теорією або оцінюють усе з позиції «так» або «ні», згоди або незгоди. Це люди логічного типу, у яких розум переважає над тілом і почуттями. Такі люди становлять найменшу групу, і їх можна впізнати за такими характерними рисами, як, наприклад, відсутність почуттів або інстинктів, тенденція абстрагуватися і прагнення вирішувати проблеми переважно за допомогою слів, а не дій. На думку Гурджиева, у своєму житті ми бачимо навколо себе майже винятково людей цих трьох категорій. Він називає їх «сучасними людьми» або «людьми-машинами». Поки між цими трьома сторонами людської природи не встановлено рівноваги, подальший збалансований розвиток залишається неможливим.

Для людини № 4, навпаки, характерна рівновага між фізичним тілом, почуттями і мисленням, хоча головна її особливість полягає в наявності «постійного центра ваги». Іншими словами, у неї міцно й остаточно сформоване ставлення до життя і є система цінностей, яку вона вважає настільки обґрунтованою, що живе відповідно до неї. Ця система цінностей повинна містити в собі подвійний обов'язок: служити космічній меті та реалізувати свою долю. Г. Гурджієв сформулював принципи, яких повинен дотримуватися кожний, хто прагне бути справжньою людиною. Ці принципи впливають з рішення виконати своє призначення на Землі. Це, у свою чергу, наділяє людину № 4 рішучістю, якої немає в людей перших трьох категорій. Людина № 4 уже зробила перший крок на шляху до подолання власного егоїзму. Вона знає, куди повинен вести її шлях, і готова зазнати необхідних жертв для досягнення своєї мети.

Наступна стадія, яка уособлює людину № 5, виходить за межі існування. На цьому етапі виникають труднощі з адекватним вираженням гурджієвського навчання за допомогою слів. Відповідно до загальноприйнятих уявлень людина № 4 — це і є ідеал людини. Вона врівноважена, має «здорові» судження, дотримується правильної, незмінної системи цінностей; знає, що повинна робити в житті, й повністю присвячує себе цьому. Така людина знає, що необхідно чимось жертвувати, і готова до цього. Зазвичай під поняттям «гарна людина» мають на увазі саме таку людину і не жадають від неї нічого більшого, ніж продовжувати в тому самому дусі. Проте вона ще не має нічого, що б виходило за межі життя. Г. Гурджієв зазначає наявність прихованої внутрішньої трансформації людини, внаслідок якої вона переходить на новий рівень буття, уже не піддається обмеженням існування і в такий спосіб долає певний поріг. Тоді в неї з'являється інше тіло, яке, хоча і відрізняється від фізичного, проте сформоване з існуючих елементів. Для позначення його вчений вводить термін «вмістилище душі». Багато в чому це те саме, що й астральне тіло теософів, за винятком того, що в людей перших трьох категорій, і навіть четвертої, воно наявне лише в зародковому стані.

Саме у цьому і полягає одна з основних відмінних рис антропології Гурджієва: людина споконвічно не має безсмертної душі, хоча і не є при цьому бездушним механізмом. Вона — природна істота з надприродним потенціалом. У неї закладено зерно безсмертя, але ніхто не може гарантувати, що воно проросте. На першій стадії формується тіло особистості відповідно до законів існуючого світу, але незалежно від його обмежень, зокрема обмежень простору і часу. Перейшовши на цей новий рівень,



людина починає відрізнятись від звичайних людей. Людина № 5 живе в рівновазі щодо матеріального і духовного світів. Вона має два тіла, причому друге здатне знайти «об'єктивний розум». Проте до цього вона залишається підпорядкованою обмеженням своєї людської природи. Вона досягла того, що природно і правильно для людини. Далі ж впливає трансформація, що перевершує її власну індивідуальність.

*Людина № 6* — це, напевно, те саме, що великі святі у Християнстві та Ісламі. Така людина більше не дбає про власне благополуччя і присвячує себе порятунку всіх істот. Розуміння людини № 6, ґрунтуючись на нашому звичайному досвіді, може виявитися неправильним. Головне, що людина № 6 уже не прив'язана до існуючого світу. Вона звільнена від обмежень існування. Про це свідчать слова, приписувані пророку Мухаммеду: «Умріть, перш ніж умерти». Зміст цих слів незрозумілий, якщо щонайменше не маєш досвіду звільнення від обмежень існування. У такий спосіб ми приходимо до того пункту вчення Гурджієва, за яким не можемо уявити собі розвиток людини навіть подумки. У людини № 6 є «тіло вищого буття» — оплот об'єктивного розуму, основи безсмертя. Людина № 6 пережила смерть і воскресла трансцендентальним способом.

*Людина № 7*, яка досягла остаточного звільнення, уже не підпорядкована ніяким обмеженням, навіть обмеженню власної індивідуальності. Тут ми стикаємося із ще одними труднощами. Наше мислення не може не розмежовувати однину і множину, один і багато. Ми не можемо уявити собі такий стан речей, коли числа перестають мати будь-яке значення, і вже безглуздо що-небудь вважати, оскільки неможливо визначити які-небудь відмінності. Це — лише одна з особливостей людини № 7.

## ДОДАТОК 3

### МЕТОДИКА ВИЗНАЧЕННЯ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЛЮДИНИ<sup>1</sup>

#### *Інструкція:*

З двох варіантів тверджень виберіть той, який Вам більше подобається або краще узгоджується з Вашими уявленнями, точніше відображає Ваші думки. Тут немає гарних або поганих, правильних або неправильних відповідей, найкращою буде та, яка дається за першим спонуканням.

1. а) Прийде час, коли я заживу по-справжньому, не так, як зараз;  
б) я впевнений, що живу по-справжньому вже зараз.
2. а) Я захоплений своєю професійною роботою;  
б) не можу сказати, що мені подобається моя робота і те, чим я займаюся.
3. а) Якщо незнайома людина надасть мені послугу, я почуваю себе їй зобов'язаним;  
б) приймаючи послугу незнайомої людини, я не відчуваю себе зобов'язаним їй.
4. а) Мені буває важко розібратися у своїх почуттях;  
б) я завжди можу розібратися у власних почуттях.
5. а) Я часто замислююся над тим, чи правильно я поведівся у певній ситуації;  
б) я рідко замислююся над правильністю своєї поведінки.
6. а) Я внутрішньо бентежуся, коли мені говорять компліменти;  
б) я рідко бентежуся, коли мені говорять компліменти.
7. а) Здатність до творчості — природна властивість людини;  
б) далеко не всі люди обдаровані здатністю до творчості.
8. а) У мене не завжди вистачає часу на те, щоб стежити за новинками літератури і мистецтва;  
б) я докладно зусиль, намагаючись стежити за новинками літератури і мистецтва.
9. а) Я часто приймаю ризиковані рішення;  
б) мені важко приймати ризиковані рішення.

<sup>1</sup> Маслоу А. Психологія буття. — М.: Ваклер, 1997.

10. а) Іноді я можу дати співрозмовнику зрозуміти, що він видається мені дурним і нецікавим;  
б) я вважаю неприпустимим дати зрозуміти людині, що вона мені здається дурною і нецікавою.
11. а) Я люблю залишати приємне «на потім»;  
б) я не залишаю приємне «на потім».
12. а) Я вважаю нечемним переривати розмову, якщо вона цікава тільки моєму співрозмовникові;  
б) я можу швидко і невимушено перервати розмову, цікаву тільки одній стороні.
13. а) Я прагну досягнення внутрішньої гармонії;  
б) стан внутрішньої гармонії, швидше за усе, недосяжний.
14. а) Не можу сказати, що я собі подобаюся;  
б) я собі подобаюся.
15. а) Я гадаю, що більшості людей можна довіряти.  
б) Думаю, що без крайньої необхідності людям довіряти не варто.
16. а) Гадаю, що оплачувана робота не може давати задоволення;  
б) цікава, творча робота — саме по собі винагорода.
17. а) Досить часто мені нудно;  
б) мені ніколи не буває нудно.
18. а) Я не стану відступати від своїх принципів навіть заради корисних справ, за які можна було б розраховувати на людську подяку;  
б) я б зміг відступити від своїх принципів заради справ, за які люди були б мені вдячні.
19. а) Іноді мені важко бути щирим;  
б) мені завжди вдається бути щирим.
20. а) Коли я подобаюся собі, мені здається, що я подобаюся і оточенню;  
б) навіть коли я собі подобаюся, я розумію, що є люди, яким я неприємний.
21. а) Я довіряю своїм раптовим бажанням;  
б) свої раптові бажання я завжди намагаюся обміркувати.
22. а) Я повинен домагатися досконалості в усьому, що роблю;  
б) я не надто засмучуюся, якщо мені цього не вдається.
23. а) Егоїзм — природна властивість будь-якої людини;  
б) більшості людей егоїзм не властивий.
24. а) Якщо я не відразу знаходжу відповідь на питання, то можу відкласти його на невизначений час;

- б) я шукатиму відповідь на питання, яке мене цікавить, незважаючи на витрати часу.
25. а) Я люблю перечитувати книжки, що мені сподобалися;  
б) краще прочитати нову книжку, ніж повертатися до вже прочитаного.
26. а) Я намагаюся робити так, як від мене очікують;  
б) я не схильний замислюватися над тим, чого від мене очікують.
27. а) Минуле, сьогодні і майбутнє уявляються мені єдиним цілим;  
б) гадаю, що, моє сьогодні не дуже пов'язане з минулим або майбутнім.
28. а) Багато з того, що я роблю, дає мені задоволення;  
б) лише деякі з моїх занять по-справжньому мене тішать.
29. а) Прагнучи розібратися в характері та почуттях оточення, люди часто бувають безтактними;  
б) прагнення розібратися в людях цілком природне і виправдує деяку безтактність.
30. а) Я добре знаю, які почуття я здатний відчувати, а які ні;  
б) я ще не зрозумів до кінця, які почуття здатний відчувати.
31. а) Я відчуваю каяття совісті, якщо гніваюся на тих, кого люблю;  
б) я не відчуваю каяття совісті, коли гніваюся на тих, кого люблю.
32. а) Людина повинна спокійно ставитися до того, що вона може почувати про себе від інших.  
б) цілком природно образитися, почувши неприємну думку про себе.
33. а) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, коштують того, тому що є корисними;  
б) зусилля, яких вимагає пізнання істини, коштують того, тому що є приємними.
34. а) У складних ситуаціях потрібно діяти випробуваними способами — це гарантує успіх;  
б) у складних ситуаціях потрібно знаходити принципово нові рішення.
35. а) Люди рідко дратують мене;  
б) люди часто мене дратують.
36. а) Якби була можливість повернути минуле, я б там багато чого змінив;  
б) я задоволений своїм минулим і не хочу в ньому нічого змінювати.

37. а) Головне в житті — приносити користь і подобатися людям;  
б) головне в житті — робити добро і служити істині.
38. а) Іноді я побоююся здатися занадто ніжним;  
б) я ніколи не побоююся здатися занадто ніжним.
39. а) Я вважаю, що висловити свої почуття важливіше, ніж обмірковувати ситуацію;  
б) не варто нерозважливо висловлювати свої почуття, не зваживши ситуацію.
40. а) Я вірю в себе, коли відчуваю, що здатний впоратися із завданнями, що стоять переді мною;  
б) я вірю в себе навіть тоді, коли нездатний впоратися зі своїми проблемами.
41. а) Здійснюючи вчинки, люди керуються взаємними інтересами;  
б) за своєю природою люди схильні дбати лише про власні інтереси.
42. а) Мене цікавлять усі нововведення в моїй професійній сфері;  
б) я скептично ставлюся до більшості нововведень у своїй професійній сфері.
43. а) Я гадаю, що творчість повинна приносити користь людям;  
б) я гадаю, що творчість повинна давати людині задоволення.
44. а) Я завжди маю власну точку зору на важливі питання;  
б) формуючи свою точку зору, я схильний прислухатися до думок шановних і авторитетних людей.
45. а) Секс без кохання не є цінністю;  
б) навіть без кохання секс — дуже значуща цінність.
46. а) Я почуваю себе відповідальним за настрої співрозмовника;  
б) я не почуваю себе відповідальним за це.
47. а) Я легко сприймаю свої слабкості;  
б) змиритися зі своїми слабкостями мені нелегко.
48. а) Успіх у спілкуванні залежить від того, наскільки людина здатна розкритися;  
б) успіх у спілкуванні залежить від уміння підкреслити свої достоїнства і приховати недоліки.
49. а) Моє почуття самоповаги залежить від того, чого я досяг;  
б) моя самоповага не залежить від моїх досягнень.
50. а) Більшість людей звикли діяти «за лінією найменшого опору»,  
б) гадаю, що більшість людей до цього не схильні.
51. а) Вузька спеціалізація необхідна для сучасного вченого;  
б) заглиблення у вузьку спеціалізацію робить людину обмеженою.

52. а) Дуже важливим у житті в людини є радість пізнання і творчості;  
б) у житті дуже важливо приносити користь людям.
53. а) Мені подобається брати участь у палких суперечках;  
б) я уникаю суперечок.
54. а) Я цікавлюся пророкуваннями, гороскопами, астрологічними прогнозами;  
б) подібні речі мене не цікавлять.
55. а) Людина повинна працювати для задоволення власних потреб і блага своєї родини;  
б) людина повинна працювати, щоб реалізувати свої здібності та бажання.
56. а) У вирішенні особистих проблем я керуюся загальноприйнятими уявленнями;  
б) свої проблеми я вирішую так, як вважаю за потрібне.
57. а) Воля потрібна для того, щоб стримувати бажання і контролювати почуття;  
б) головне призначення волі — стимулювати зусилля і збільшувати енергію людини.
58. а) Я не соромлюся своїх слабкостей перед друзями;  
б) мені нелегко виявляти свої слабості навіть перед друзями.
59. а) Людині властиво прагнути нового;  
б) люди прагнуть нового лише в разі необхідності.
60. а) Я гадаю, що вираз «Вік живи — вік вчися» є неправильним;  
б) вираз « Вік живи — вік вчися» я вважаю правильним.
61. а) Я гадаю, що сенс життя полягає у творчості;  
б) навряд чи у творчості можна знайти сенс життя.
62. а) Мені буває непросто познайомитися з людиною, яка мені подобається;  
б) я не відчуваю труднощів, знайомлячись з людьми.
63. а) Мене засмучує, що значна частина життя минає вхолосту;  
б) не можу сказати, що якась частина мого життя пройшла марно.
64. а) Обдарованій людині неприпустимо зневажати свої обов'язки;  
б) талант і здібності важать більше, ніж обов'язок.
65. а) Мені добре вдається маніпулювати людьми;  
б) я гадаю, що маніпулювати людьми неетично.
66. а) Я намагаюся уникати засмучень;  
б) я роблю те, що вважаю за потрібне, незважаючи на можливі засмучення.

67. а) У більшості ситуацій я не можу дозволити собі тупіти;  
б) існує безліч ситуацій, де я можу дозволити собі тупіти.
68. а) Критика на мою адресу знижує мою самооцінку;  
б) критика практично не впливає на мою самооцінку.
69. а) Заздрість властива тільки невдахам, які вважають, що їх «обійшли»;  
б) більшість людей заздрісні, хоча і намагаються це приховати.
70. а) Вибираючи для себе заняття, людина повинна враховувати його суспільну значущість;  
б) людина повинна займатися насамперед тим, що їй цікаво.
71. а) Я вважаю, що для творчості необхідні знання в обраній галузі;  
б) я гадаю, що знання для цього зовсім не обов'язкові
72. а) Мабуть, я можу сказати, що живу з відчуттям щастя;  
б) я не можу сказати, що живу з відчуттям щастя.
73. а) Я гадаю, що люди повинні аналізувати себе і своє життя;  
б) я вважаю, що самоаналіз завдає більше шкоди, ніж користі.
74. а) Я намагаюся знайти підстави навіть для тих своїх вчинків, які роблю просто тому, що мені цього хочеться;  
б) я не шукаю підстав для своїх дій і вчинків.
75. а) Я впевнений, що кожна людина може прожити своє життя так, як забажає;  
б) я вважаю, що в людини мало шансів прожити своє життя так, як їй забажається.
76. а) Про людину ніколи не можна сказати з впевненістю, добра вона чи зла;  
б) як правило, оцінити людину дуже легко.
77. а) Для творчості потрібно дуже багато вільного часу;  
б) мені здається, що в житті завжди можна знайти час для творчості.
78. а) Здебільшого мені легко переконати співрозмовника у своїй правоті;  
б) у суперечці я намагаюся зрозуміти точку зору співрозмовника, а не переконати його.
79. а) Якщо я роблю щось тільки для себе, мені буває ніяково;  
б) я не відчуваю ніяковості в такій ситуації.
80. а) Я вважаю себе творцем свого майбутнього;  
б) навряд чи я суттєво впливаю на власне майбутнє.
81. а) Вираз «Добро має бути з кулаками» я вважаю правильним;  
б) вираз «Добро повинне бути з кулаками» не можна вважати правильним.

82. а) По-моєму, недоліки людей набагато помітніші, ніж їхні заслуги;  
б) заслуги людини побачити набагато легше, ніж її недоліки.
83. а) Іноді я боюся бути самим собою.  
б) я ніколи не боюся бути самим собою.
84. а) Я намагаюся не згадувати про свої колишні неприємності;  
б) час від часу я повертаюся до спогадів про минулі невдачі.
85. а) Я вважаю, що метою життя повинне бути щось значне;  
б) Я зовсім не вважаю, що метою життя неодмінно повинне бути щось значне.
86. а) Люди прагнуть розуміти і довіряти один одному;  
б) замикаючись в колі власних інтересів, люди не розуміють оточення.
87. а) Я намагаюся не бути «білою вороною»;  
б) я дозволяю собі бути «білою вороною».
88. а) У довірчій бесіді люди зазвичай щирі;  
б) навіть у довірчій бесіді людині важко бути щирою.
89. а) Буває, що я соромлюся виявляти свої почуття;  
б) я ніколи цього не соромлюся.
90. а) Я можу робити що-небудь для інших, не вимагаючи, щоб вони це оцінили.  
б) я вправі очікувати від людей, що вони оцінять те, що я для них роблю.
91. а) Я виявляю своє ставлення до людини незалежно від того, чи воно взаємне;  
б) я рідко виявляю своє ставлення до людей, не будучи упевненим, що воно взаємне;
92. а) Я вважаю, що у спілкуванні потрібно відкрито виявляти своє невдоволення іншими;  
б) мені здається, що в спілкуванні люди повинні приховувати взаємне невдоволення.
93. а) Я погоджуюся з протиріччями в самому собі;  
б) внутрішні протиріччя знижують мою самооцінку.
94. а) Я прагну відкрито виявляти свої почуття;  
б) гадаю, що у відкритому вираженні почуттів завжди є елемент нестриманості.
95. а) Я впевнений у собі;  
б) не можу сказати, що впевнений у собі.



96. а) Досягнення щастя не може бути головною метою людських стосунків;  
 б) досягнення щастя — головна мета людських стосунків.
97. а) Мене люблять, тому що я цього заслуговую;  
 б) мене люблять, тому що я сам здатний любити.
98. а) Нерозділене кохання здатне зробити життя нестерпним;  
 б) життя без кохання гірше, ніж нерозділене кохання у житті.
99. а) Якщо розмова не вдалася, я намагаюся побудувати її по-іншому;  
 б) здебільшого розмова не складається через неухважність співрозмовника;
100. а) Я намагаюся справляти на людей гарне враження.  
 б) люди бачать мене таким, який я насправді.

### Ключ

*Прагнення до самоактуалізації  
 виражається такими пунктами тесту:*

16	26	516	76a
2a	27a	52a	776
36	28a	53a	786
46	296	546	796
56	30a	556	80a
66	316	566	816
7a	32a	576	826
9a	346	59a	84a
10a	35a	606	85a
11a	366	61a	86a
126	376	626	876
13a	386	636	88a
146	39a	646	896
15a	406	656	90a
166	41a	666	91a
176	42a	676	92a
18a	436	686	93a
196	44a	69a	94a
206	45a	706	95a
21a	466	716	966
226	47a	72a	976

236	48a	73a	986
246	496	746	99a
25a	506	75a	1006

**Окремі шкали представлені такими пунктами:**

- Орієнтація в часі: 16, 11a, 176, 246, 27a, 366, 546, 636, 73a, 80a.
- Цінності: 2a, 166, 18a, 25a, 28a, 376, 45a, 556, 61a, 646, 72a, 816, 85a, 966, 986.
- Погляд на природу людини: 7a, 15a, 236, 41a, 506, 59a, 69a, 76a, 826, 86a.
- Потреба в пізнанні: 86, 246, 296, 336, 42a, 516, 53a, 546, 606, 706.
- Креативність (прагнення до творчості): 9a, 13a, 166, 25a, 28a, 336, 346, 436, 52a, 556, 61a, 646, 706, 716, 776.
- Автономність: 56, 9a, 10a, 266, 316, 32a, 376, 44a, 566, 666, 686, 746, 75a, 876, 92a.
- Спонтанність: 56, 21a, 316, 386, 39a, 48a, 576, 676, 746, 836, 876, 896, 91a, 92a, 94a.
- Саморозуміння: 46, 13a, 206, 30a, 316, 386, 47a, 666, 796, 93a.
- Аутосимпатія: 66, 146, 21a, 226, 32a, 406, 496, 58a, 676, 686, 796, 84a, 896, 95a, 976.
- Контактність: 10a, 296, 35a, 466, 48a, 53a, 626, 786, 90a, 92a.
- Гнучкість у спілкуванні: 36, 10a, 126, 196, 296, 32a, 466, 48a, 656, 99a.

**Примітка:**

Шкали № 1, 3, 4, 8, 10 і 11 містять по 10 пунктів, тоді як інші — по 15. Для одержання порівнянних результатів кількість балів за цими шкалами варто помножити на 1,5. Можна одержати результати у відсотках, розв'язавши таку пропорцію: 15 балів (максимум за кожною шкалою) становлять 100 %, а кількість набраних балів —  $x$  %.

**Опис шкал**

1. *Шкала орієнтації в часі* показує, наскільки людина живе сьогоднішнім, не відкладаючи своє життя на «потім» і не намагаючись знайти притулок у минулому. Високий результат характерний для осіб, які добре розуміють екзистенціальну цінність життя «тут і тепер», здатних насолоджуватися актуальним моментом, не порівнюючи його з минулою радістю і не знецінюючи передчуттям прийдешніх успіхів. Низький результат притаманний людям, невротично зануреним у минулі пережи-

вання, із завищеним прагненням досягнень, недовірливим і невпевненим у собі.

2. *Шкала цінностей*. Високий бал за цією шкалою свідчить, що людина, яка самоактуалізувалася, поділяє такі особистості цінності (за А. Маслоу): істина, добро, краса, цілісність, відсутність роздвоєння особистості, життєвість, унікальність, досконалість, справедливість, порядок, простота, легкість без зусилля, гра, самодостатність. Переважання їх свідчить про прагнення гармонійного буття і здорових стосунків з людьми, далеких від бажання маніпулювати ними у своїх інтересах.

3. *Погляд на природу людини* може бути позитивним (висока оцінка) або негативним (низька). Ця шкала описує віру в людей, у могутність людських можливостей. Високий показник може інтерпретуватися як стійка підстава для щирих і гармонійних міжособистісних відносин, природна симпатія і довіра до людей, чесність, неупередженість, доброзичливість.

4. *Висока потреба в пізнанні* характерна для особистості, яка самоактуалізувалася, завжди відкритої новим враженням. Ця шкала описує здатність до буттєвого пізнання — безкорислива жага нового, інтерес до об'єктів, не пов'язаний прямо із задоволенням яких-небудь потреб. Таке пізнання, вважає Маслоу, є точнішим та ефективнішим, оскільки його процес не спотворюється бажаннями і потягами, людина при цьому не схильна робити висновки, оцінювати і порівнювати. Вона просто бачить те, що є, і цінує це.

5. *Прагнення до творчості (креативність)* — неодмінний атрибут самоактуалізації, який можна назвати творчим ставленням до життя.

6. *Автономність*, на думку більшості гуманістичних психологів, є головним критерієм психічного здоров'я особистості, її цілісності та повноти. Це поняття тяжіє до таких рис, як життєвість (*aliveness*) і самопідтримка (*self-support*) у Ф. Перлза, спрямованість зсередини (*inner-directed*) у Д. Рісмена, зрілість (*ripeness*) у К. Роджерса. Особистість, яка самоактуалізувалася, є автономною, незалежною і вільною, але це не означає відчуження і самотності. У термінах Е. Фромма автономність — це позитивна «свобода для ...» на відміну від негативної «свободи від ...».

7. *Спонтанність* — якість, що впливає із впевненості у собі та довіри до навколишнього світу, властивих людям, які самоактуалізувалися. Високий показник за шкалою спонтанності свідчить про те, що самоактуалізація стала способом життя, а не є мрією або прагненням. Здатність до спонтанної поведінки фруструється культурними нор-

мами, у природному вигляді її можна спостерігати хіба що в маленьких дітей. Спонтанність співвідноситься з такими цінностями, як воля, природність, гра, легкість без зусилля.

8. *Саморозуміння*. Високий показник за цією шкалою свідчить про чутливість, сенситивність людини до своїх бажань і потреб. Такі люди вільні від психологічного захисту, що відокремлює особистість від власної сутності, не схильні підмінювати власні смаки й оцінки зовнішніми соціальними стандартами. Показники за шкалами саморозуміння, спонтанності та аутосимпатії, як правило, пов'язані між собою. Низький бал за шкалою саморозуміння властивий людям, невпевненим у собі, які орієнтуються на думку оточення. Д. Рісмен називав таких «орієнтованими ззовні» на відміну від «орієнтованих зсередини».

9. *Аутосимпатія* — природна основа психічного здоров'я та цілісності особистості. Низькі показники мають люди невротичні, тривожні, невпевнені в собі. Аутосимпатія зовсім не означає тупого самовдоволення або некритичного самосприйняття, це просто добре усвідомлювана позитивна «Я-концепція», що служить джерелом стійкої адекватної самооцінки.

10. *Шкала контактності* вимірює товарицькість особистості, її здатність до формування міцних і доброзичливих стосунків з оточенням. Контактність розуміється не як рівень комунікативних здібностей особи або навички ефективного спілкування, а як загальна схильність до взаємно корисних і приємних контактів з іншими людьми, необхідна основа синергійної (див. вище) установки особистості.

11. *Шкала гнучкості* у спілкуванні співвідноситься з наявністю або відсутністю соціальних стереотипів, здатністю до адекватного самовираження у спілкуванні. Високі показники свідчать про автентичну взаємодію з оточенням, здатність до саморозкриття. Люди з високою оцінкою за цією шкалою орієнтовані на особистісне спілкування, не схильні до фальші або маніпуляцій, не змішують саморозкриття особистості із самопред'явленням — стратегією і тактикою управління виробленим враженням. Низькі показники характерні для людей ригідних, невпевнених у своїй привабливості.

## ДОДАТОК 4

### ОНТОЛОГІЧНІ ПРИНЦИПИ РОЗВИТКУ ОРГАНІЗАЦІЙНИХ СИСТЕМ

Управління на макрорівні характеризується реалізацією абстрактних норм — стратегій (проектів, планів тощо), вимагає послідовного абстрагування від конкретної, повсякденної дійсності.

При сприйнятті об'єкта на конкретному рівні (в абстрактному розумінні — «щось») увага акцентується на тому, що в різний час і в різних умовах спостереження керівник має щодо об'єкта різні уявлення, зумовлені точкою зору в певній ситуації. Для з'ясування сутності мінливого об'єкта необхідно пов'язати воедино текст-опис об'єктних інтерпретацій, а це вимагає виходу за межі споглядального підходу. Необхідні конструкторсько-теоретичний або концептуальний описи наявності в об'єкта різних станів, але він при цьому залишається тим самим об'єктом. Конструкторсько-теоретичне обґрунтування особливостей розвитку об'єкта можна здійснити з урахуванням онтологічних принципів розвитку.

Онтологія — наука про суще, яке пізнається спеціально утвореним мисленням, а не почуттям. Вважається, що людина внаслідок суб'єктивності сприйняття світу не може одержувати знання про реальність. Вона має лише думку. Сутність у людини фіксується в абстракціях з допомогою, наприклад, мови схем. Абстракцію розуміють як підсумок узагальнення результатів споглядання, спостереження. Прикладом абстракцій можуть бути концепції, теорії, поняття, категорії, значення.

Онтологічні принципи розвитку свідчать про взаємозалежність форми і змісту процесу розвитку.

*Перший онтологічний принцип* — форма і морфологія в статичному «щось» окремо не існують. Проте у проявах, реагуванні на впливи створюється буття, коли морфологічне «розототожнюється» з формою, отримує за рахунок своєї відносної самостійності власну «траєкторію» буття (схема 1).

*Другий онтологічний принцип* — форма не може довго існувати без морфології, вона створює напругу, поле, до якого чутлива морфологія, яка певною мірою відповідає формі (схема 2).

*Третій онтологічний принцип* — морфологія не може цілком відповідати формі, тому, маючи відносну самостійність, може спричинити не

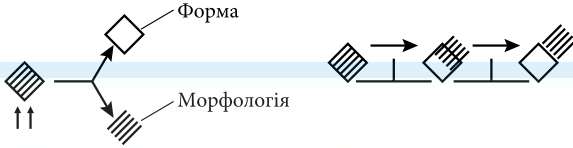


Схема 1. Прояв першого онтологічного принципу розвитку

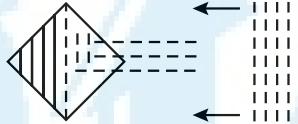


Схема 2. Прояв другого онтологічного принципу розвитку



Схема 3. Прояв третього онтологічного принципу розвитку

тільки позитивну «напругу» притягання, а й негативну «напругу» відштовхування (схема 3).

Форма ніби захищається від невідповідної морфології. Вона повинна або зробити морфологію відповідною в ході трансформування, або витиснути її та продовжити «втягування» відповіднішої морфології. Якщо форма залишається постійною, то морфології необхідно або адаптуватися до форми, або поступитися місцем більш відповідній. Якщо ж сама форма здатна змінюватися, морфологія стає стимулятором формних трансформацій залежно від ступеня адаптивності самої морфології. Ускладнення форми змінює умови взаємодії з морфологією і відповідає розвитку, спрощення — деградації.

У взаємодії може складатися будь-яка ситуація залежно від чутливості морфології та форми кожного «щось». У разі зростання чутливості до розвитку навіть морфно орієнтовані впливи спричиняють формні реакції. Проте реагування розвиваючого типу або актуалізація потенціалу ймовірніші, якщо у співвідношенні чутливості до реагування переважає формне реагування.

Крім того, можна виділити типи залежно від обсягу проявів як зберігаючого, так і трансформуючого характеру. Нечутливість, здатність трансформуватися або зберігатися у повному прояві є малоїмовірними онтологічно. Потрібно також виділити типи, пов'язані зі зміною способу реагування, що відповідає або переходу до внутрішніх трансформацій від зберігаючої рівноваги, або до зберігаючого прояву від прояву трансформуючого.

Отже, розвитком «чогось» будемо вважати трансформацію його базового абстрактно вираженого буття, його сутності, форми в напрямі більшого ускладнення і більшої абстрактності. Розвиток пов'язаний із трансформацією форми, а в силу цього для управління розвитком керівник повинен вводити відповідну форму тобто оформляти процес відповідного розвитку.

Таким чином виявляється на онтологічному рівні закономірність залежності кінцевого результату від процесу організації його досягнення. Вищі результати розвитку людини реалізуються через оволодіння нею досконаліших форм.

## Термінологічний словник

**Абстракція** — підсумок узагальнення результатів споглядання, спостереження, первинних описів об'єкта вивчення.

**Альтернатива** — наявність варіантів висловлень або дій, що виключають один одного.

**Аналіз** (розкладання, розчленування) — логічний прийом, метод дослідження, суть якого полягає в тому, що досліджуваний предмет думкою розчленується на складені елементи, кожен з яких потім вивчається окремо як частина розчленованого цілого, для того щоб виділені в ході аналізу елементи з'єднати за допомогою іншого логічного прийому — синтезу в ціле, збагачене новими знаннями.

**Антипатія** (грецьк. *antipatheia* — протиставлення) — почуття ворожості, неприхильності до кого-небудь або чогось.

**Антропоцентризм** — система поглядів, згідно з якою людина є центром існуючого світу. Цей підхід до місця людини у світобудові був відкинутий у силу розвитку природознавства, але він відродився у ХХ ст. завдяки позиції французького палеонтолога і теолога П. Тейяра де Шардена.

**Артефакт** (лат. — штучно зроблене) — процес (або утворення), не властивий досліджуваному об'єктові в нормі, який виникає у процесі його дослідження. Може бути фактом, створеним штучно внаслідок недостатнього осмислення. До артефактів відносять паранормальні явища.

**Архетип** — у психоаналізі споконвічні образи, навколо яких організується зміст несвідомого

**Асоціативне мислення** — характеристика мислення, особливістю якого є перехід від одного уявлення до іншого за випадковими ознаками залежно від індивідуального стану.

**Афіліація** (англ. *affiliate* — приєднувати, приєднуватися) — прагнення людини перебувати в суспільстві, потреба у формуванні дружніх зв'язків, емоціональному визнанні своєї особистості іншими; виявляється іноді у вигляді синівських або дочірніх почуттів до сторонніх людей.

**Біфуркація** (лат. — роздвоєння) — критична гранична точка, в якій відбувається якісна зміна поведінки об'єкта. Точка розгалуження траєкторії руху (зміни) нерівноважної системи в момент її структурної перебудови. У точках біфуркації система перебуває одночасно у двох станах і передбачити її детерміновану поведінку неможливо.



**Буття** — сукупність усього істотного, світ у цілому; динаміка існування, зумовлена устроєм «чогось», циклом його трансформацій у процесі дозрівання, «дорослого» існування і зів'янення.

**Витіснення** — один з видів психологічного захисту, — процес, у результаті якого неприйнятні для індивіда думки, спогади, переживання «витісняються» зі свідомості та переводяться у сферу несвідомого.

**Виховання** — процес освоєння людиною правил поведінки і системи соціальних цінностей, прийнятих у певному суспільстві.

**Віртуальна реальність** — можлива, але уявна (не виявлена) реальність, що може виявитися у певних умовах; штучне середовище, створене комп'ютерними засобами.

**Віртуальність** — у загальному значенні можливість існування (віртуальні світи, віртуальні частки, віртуальні переміщення — нескінченно малі переміщення часток без порушення зв'язків у системі).

**Віртуальні форми суспільного буття** — створена інформація про можливі за певних умов форми суспільного буття і пов'язані з ними коди суспільної поведінки. Їх доцільно використовувати для вирішення кардинальних проблем безпеки особистості взагалі та проблем правового регулювання зокрема. Небезпечні в соціальному плані, оскільки можуть спричинити входження людини у світ віртуальної реальності.

**Віртуальні технології** — сукупність методів і процесів створення віртуальної реальності. Дають можливість людині порівняно легко відновлювати давні адаптивні-генетичні програми, які «працюють», наприклад, при переселенні людини з однієї місцевості в іншу, або пробудити нереалізовані здібності, нерозкритий талант.

**Влада** — панування однієї людини над іншою або іншими, коли виконуються її розпорядження. «Влада є присвоєння чужої волі» (Г. Гегель). Владу, як правило, не віддають, її втрачають. Відомі моделі влади (французького вченого М. Фуко): 1) абсолютно-деспотична (право над життям і смертю) і 2) дисциплінарного (буржуазного) суспільства (системи контролю, норм, іспитів, вправ).

**Воля** — 1) духовний акт, завдяки якому підтверджується деяка цінність; 2) механізм психіки, що забезпечує рух до поставленої мети; 3) здатність людини, що виявляється в самодетермінації та саморегуляції своєї діяльності й різних психічних процесів.

**Гармонія** (грецьк. *harmonia* — зв'язок, стрункість, пропорційність) — пропорційність частин, злиття різних компонентів, явищ, процесів у єдине органічне ціле з певним співвідношенням їх частин.

**Геном** — сукупність генів в одинарному наборі хромосом певної рослини або тваринної клітини.

**Генотип** — сукупність усіх генів організму, локалізованих у його хромосомах.

**Гіпноз** (грецьк. *hypnos* — сон) — психофізіологічний стан, близький до сну (штучно нав'язаний сон). Спричинений вселянням, переважно словесним, супроводжується підпорядкуванням волі сплячого волі того, хто усипляє.

**Гіпотеза** (грецьк. *hypothesis*) — наукове припущення, яке висувається для пояснення якогось явища і потребує перевірки на практиці та теоретичного обґрунтування для того, щоб стати достовірною науковою теорією.

**Голографічна модель пізнання** — моделювання пізнавальних процесів на основі принципу хвильового кодування людиною об'єктів зовнішнього світу. Хвильова мова дає змогу адекватніше відобразити особливості різних об'єктів, ніж дискретна (алфавітна) мова. Самі об'єкти в їхніх просторових особливостях можна розглядати як деякі системи хвильових характеристик, розподіл амплітуд. Оскільки людина — породження Всесвіту, що є гігантською голографічною системою і має квантово-механічну природу, функціонування психіки людини повинне ґрунтуватися на голографічних і квантово-механічних принципах.

**Група референтна** (лат. *referens* — той, хто повідомляє) — реальна або умовна соціальна спільнота, з якою індивід співвідносить себе як з еталоном норм і цінностей, на які він орієнтується у своїй поведінці.

**Групова динаміка** (грецьк. *dynamis* — сила) — сукупність внутрігрупових соціально-психологічних процесів і явищ, що характеризують весь цикл життєдіяльності малої групи і його етапи: освіта, розвиток, прогрес, стагнацію, тобто застій (лат. *stagnum* — стояча вода), регрес (лат. *regressus* — рух назад), розпад.

**Девіантна поведінка** (лат. *deviatio* відхилення) — поведінка, що суперечить правовим і моральним нормам.

**Депресія** (лат. *depressio* — пригніченість) — тимчасове зниження емоційно-вольової, інтелектуальної та поведінкової активності, яке супроводжується низькою самооцінкою, тяжкими, болісними відчуттями безпорадності та безперспективності — «анулювання майбутнього».

**Деструкція** (лат. *destructio* — руйнування) — порушення, руйнування нормальної структури чогось.

**Детермінізм** (лат. *determinare* — визначати) — вчення про об'єктивну закономірність взаємозв'язку і причинну обумовленість всіх явищ природи і суспільства.

**Детермінований хаос (динамічний хаос)** — стан відкритої нелінійної системи, коли можлива поява стану біфуркації, в якому еволюція системи має імовірнісний характер.

**Діяльність** — механізмично здійснюваний процес реалізації норми (мети, плану, програм тощо), в основі якого — перетворення «матеріалу» на «продукт», яке не може відбутися «природним» чином і передбачає використання відповідних засобів.

**Домінанта** (лат. *dominans* — панівний) — тимчасово панівна рефлексаторна система, що зумовлює функціонування нервових центрів на даний момент і тим самим надає поведінці певної спрямованості.

**Душа** — поняття, система поглядів на психіку і внутрішній світ людини що історично змінилися. Нематеріальна субстанція, незалежна від тіла.

**Зараження** — процес передання емоційного стану від одного індивіда до іншого на психофізіологічному рівні контакту, крім власне змістовного впливу або додатково до нього.

**Захист психологічний** — сукупність несвідомих психічних процесів, покликаних захистити «Я» від загрози з боку реальності, спеціальні захисні механізми.

**Еволюція** (лат. *evolutio* — розгортання) — процес безперервного розвитку, зміни в живій і неживій природі та соціумі, їх спрямованості й закономірності. У біології визначається спадковістю, мінливістю і природним добром. У класичній фізиці еволюція — прагнення до рівноваги.

**Егоцентризм** — здатність індивіда, зосереджуючись на власних інтересах, змінити вихідну пізнавальну позицію стосовно деякого об'єкта або уявлення.

**Ейдетика** (грецьк. *eidōs* — образ, форма, сутність) — вчення про сутність.

**Ейдос** — душа, образ, форма, сутність, поняття, ідея.

**Езотеричний** (грецьк. *exōterikos* — внутрішній) — таємний, призначений тільки для посвячених (на противагу екзотеричному).

**Екогенез** — процес розвитку відносин між організмами і середовищем їх існування протягом тривалого існування.

**Екстраверсія** — (лат. *extra* — поза, *verxiti* — повертати, звертати) — характеристика індивідуальних психологічних розбіжностей людини, крайні полюси якої відповідають переважній спрямованості особистості

на світ зовнішніх об'єктів (на відміну від інтраверсії, за якої переважає спрямованість на явища власного суб'єктивного світу людини).

**Емпатія** (грецьк. *empathieia* — співпереживання) — збагнення емоційного стану, проникнення у почуття і почування іншої людини.

**Ендотеричний** (грецьк. *endoterikos* внутрішній, таємний) — потаємний, призначений винятково для посвячених.

**Етика** (лат. *ethica* — звичай, характер) — філософське вчення про мораль (моральність), її природу, сутність, структуру і функції.

**Етіологія** (грецьк. *aitia* — причина і *logos* — поняття, вчення) — вчення про причини, пояснення походження.

**Етногенез** (грецьк. *ethnos* — плем'я, народ і *genesis* — народження) — процес розвитку етносу від виникнення до зникнення його під впливом ентропійного процесу втрати пасіонарності. У загальному значенні — походження народів.

**Життєдіяльність** — цикл процесів, що забезпечує задоволення індивідуальної потреби.

**Завдання** — нормативне уявлення про спосіб досягнення розумової або діяльної мети, що передбачає перехід до реалізації змісту, способу.

**Зміст** — образ, що виникає у свідомості при сприйнятті зовнішніх явищ або внутрішніх потреб (інформаційна складова) і має суб'єктивну значущість (енергетична складова). Зміст, як правило, індивідуальний, одиничний, неоформлений, динамічний. Протилежним за сутністю до змісту є значення, що має загальність, надіндивідуальність, оформленість і статичність.

**Ідентифікація** (лат. *identification* — ототожнення) — уподібнення, ототожнення з ким-небудь, чим-небудь; впізнання чого-небудь, кого-небудь.

**Імідж** (англ. *image* — образ) — сформований у масовій свідомості емоційно забарвлений образ кого-небудь або чого-небудь, який має характер стереотипу.

**Інтеріоризація** (лат. *interior* — внутрішній) — формування внутрішніх структур людської психіки завдяки засвоєнню структур зовнішньої соціальної діяльності.

**Інфантильність особистісна** (лат. *infantilis* — дитячий) — збереження в психіці та поведінці дорослого особливостей, властивих дитячому вікові.

**Інформаційна боротьба** — комплекс заходів інформаційного забезпечення, інформаційної протидії та інформаційного захисту, вжитих

за єдиним задумом і планом з метою захоплення й утримання інформаційної переваги над супротивником (конкурентом) при підготовці й реалізації дій з досягнення мети.

**Інформаційна зброя** — засоби знищення, перекручення або розкращання інформаційних масивів, добування з них необхідної інформації після подолання систем захисту, обмеження або заборони доступу до них законних користувачів; дезорганізація роботи технічних засобів, виведення з ладу телекомунікаційних мереж, комп'ютерних систем, усього високотехнологічного забезпечення життя суспільства і функціонування держави. За своєю результативністю інформаційна зброя порівнянна зі зброєю масового знищення.

Засоби впливу на психіку людини визначаються цілями психологічної війни. Це можуть бути: перекручування одержуваної людиною інформації і нав'язування їй помилкової або беззмістовної інформації, що позбавляє можливості правильно сприймати події та поточну обстановку і приймати правильні рішення; психологічна обробка; ідеологічні диверсії та дезінформація; підтримання сприятливої суспільної думки; організація масових демонстрацій під помилковими гаслами; пропаганда і поширення помилкових чуток; зміна і управління індивідуальною і колективною поведінкою.

**Інформаційно-психологічна безпека** — стан захищеності психіки людини від деструктивного інформаційного впливу (впровадження деструктивної інформації у свідомість і (або) підсвідомість людини, що призводить до неадекватного сприйняття нею дійсності.

Основними загрозами є: блокування на неусвідомлюваному рівні волевиявлення людини, штучне прищеплювання їй синдрому залежності; розробка, створення і застосування спеціальних технічних і програмних засобів для деструктивного впливу на психіку людини; маніпуляція суспільною свідомістю з використанням спеціальних засобів впливу; деструктивний вплив на психіку людини геопатогенних і антропогенних зон; руйнування єдиного інформаційного і духовного простору країни, традиційних підвалин суспільства і суспільної моралі.

**Інформаційна війна** (на думку фахівців США) — дії, спрямовані на досягнення інформаційної переваги в підтримці національної військової стратегії за допомогою впливу на інформацію та інформаційні системи супротивника, за одночасного збереження безпеки і захисту власної інформації та інформаційних систем.

**Інформація** — зміст повідомлення (усного, письмового), що у процесі розуміння оцінюється як частково або повністю «нове» і корисне для вирішення певного можливого або актуального завдання.

**Карма** (одне з центральних понять індійської філософії) — загальна сума здійснених будь-якою живою істотою вчинків та їх наслідків, що визначають характер її нового народження, подальшого існування.

**Катарсис** (грецьк. *katharsis* — очищення) — розрядка, реагування у стані афекту, спричиненого внутрішнім конфліктом. Це очищення відновлює баланс позитивного ставлення до інших людей, світу, себе (як інваріанту цього світу).

**Керований саморозвиток** (у навчанні) — коригування процесу самозміни людини в чомусь, що забезпечує якісний приріст здібностей в того, кого навчають (*див.* самозміна). Керована самозміна є одиницею будь-якого навчального процесу і містить такі стадії роботи педагога: створення (посилення) мотивації учня на виконання навчальної дії; допомога у виявленні утруднення учня у вирішенні поставленого учбово-практичного завдання; стимулювання переходу учня до рефлексії (аналізу) свого утруднення; управління діями учня стосовно ситуації, в якій виникло утруднення; допомога у виявленні причини утруднення за відсутності в учня здатності для вирішення навчального завдання без утруднень; управління процесом проектування учнем дій з набуття відсутньої здатності; надання допомоги в підвищенні адекватності самовизначення учня до набуття потрібної здатності; управління (контроль і корекція) процесом реалізації учнем проекту із набуття відсутньої здатності; діагностична фіксація набуття учнем необхідної здатності; організація переходу учня до вирішення колишнього (або навіть складнішого) учбово-практичного завдання; контроль і корекція процесу вирішення учнем учбово-практичного завдання; фіксація досягнення учнем навчальної цілі та забезпечення «виведення» його із простору навчальної діяльності.

**Конформізм** (лат. *conformis* — подібний, відповідний) — піддатливість людини реальному або уявному тиску групи, що виявляється в зміні її поведінки й установок відповідно до позиції більшості, яку спершу не поділяла.

**Критерій** — засіб оцінки правильності або відповідності буття чогось тому, що використовується як еталон, норма тощо.

**Лідер** (як групова роль) — член групи, який виявляє активність у межах фіксованої програми. Він або індивідуалізує активний вплив на

досягнення значущих цілей за принципом «роби, як я», або виявляє активність у залученні партнерів до реалізації ідеї, програми, проекту і в їх співорганізації (формуванні «команди»). У різних фазах життя команди функцію лідера можуть тимчасово виконувати члени групи, які реалізують такі типові ролі: «генератор ідей», «знавець», «теоретик», «душа компанії» та ін.

**Лідерство** — відносини домінування і підпорядкування в системі міжособистісних стосунків у групі.

**Локус контролю** — (лат. *locus* — місце розташування, франц. *controls* — перевірка) — якість, що характеризує схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам, або власним здібностям і зусиллям.

**Людина** — найскладніша жива психофізична відкрита система, що самоорганізується, і керується своїми цілями, методами, можливостями, забезпечує своє фізичне, творче існування. Здійснює вибір принципів, міжособистісних і соціальних контактів.

**Людський фактор** — сукупність ділових, моральних, політичних, фізичних, психологічних та інших якостей людини, що виявляються в її діяльності в системі економічних, соціальних, науково-технічних, організаційно-управлінських відносин.

**Магія** — чаклунство, чарівництво; обряди, покликані неприродним шляхом впливати на світ (явища природи, людей).

**Мантра** — в індійській релігійній традиції магічна формула заклинання богів, яка часто передавалася від учителя до учня.

**Медитативне збагнення світу** — акт духовного споглядання, що виявляється в чуттєво-емоційній формі. Інтерес до медитативних практик східних традицій зумовлений прагненням досягти феномен творчості, в основі якого — інтуїція, що перебуває у сфері несвідомого і становить собою злиття наукових та естетичних начал. У механізмі інтуїції, «втягування» інформації з глибин несвідомої психіки на рівень свідомості значну роль разом з метафоричним мисленням відіграє і медитація.

**Медитативний досвід у творчості** — єдність умінь і знань медитативного збагнення світу, що дає можливість спонукати творчий потенціал людини.

**Медитація** (лат. *meditatio* — міркування) — інтенсивне, проникаюче всередину міркування, занурення розумом у предмет, ідею тощо, яке досягається шляхом зосередження на одному об'єкті й усунення усіх

факторів, що розсіюють увагу. Прийом зосередження на власних фізіологічних процесах, внаслідок чого відбувається перехід свідомості зі звичайного, повсякденного стану активного сприйняття цих процесів в інший стан свідомості та сприйняття.

**Менталітет** — світосприйняття, умонастрій. Менталітет — це не біологічно обумовлена домінанта, а, скоріше, еволюційно й історично сформована структура, що визначає характер думок, почуттів і поведінки, формуюча система цінностей і норм індивіда або соціальної групи. Передбачає наявність цілісного погляду на світ і визначає світовідчуття, характер світогляду його носія. Він не зводиться тільки до логічних конструкцій і органічно охоплює етнічні, культурні, образно-емоційні компоненти.

**Методи управління** — організація прийомів і способів управлінського впливу на виконавські структури.

**Механізм управління** — цілісність форм, методів, засобів, принципів і важелів забезпечення діяльності виконавських структур.

**Мислення логічне** — мислення, підпорядковане необхідності виражати логічний, формно-розумовий зміст.

**Мислення методологічне** — тип мислення, підпорядкований функції критеріального забезпечення й обґрунтування траєкторії і форм рефлексивного аналізу.

**Мислення мовне** — мислення, здійснюване на основі оперування мовними засобами в межах правил мови і логічних форм.

**Мислення онтичне** — тип мислення, особливістю якого є повна підпорядкованість онтологічній схемі, змісту, що виражається нею, з досягненням ефекту ідентифікованості, з вираженням «об'єктним» змістом і витісненням усіх характерних для мислення механізмичних особливостей.

**Мислення рефлексивне** — тип мислення, підпорядкований особливостям рефлексивної функції.

**Мова** — історично сформована система звукових, словникових і граматичних засобів, що виконує функції пізнання і спілкування в процесі людської діяльності; система знаків, що несуть інформацію.

**Модель** — результат перетворення зразка реальності за певним критерієм зі спрямованістю на акцентування властивостей і якостей, важливих для пізнання у світі діяльності та мислення.

**Нав'язливі стани** — мимовільні стани, що раптово з'являються у свідомості, тяжкі думки, уявлення або спонування до дії, які сприймаються людиною як далекі, емоційно неприємні.



**Невербальний знак** — будь-який знак, крім письмової й усної мови, використовуваний у невербальній комунікації (спілкуванні не словом, а жестом, поглядом, тоном тощо).

**Нейролінгвістичне програмування (НЛП)** — вплив слова на людину, що дає змогу програмувати і перепрограмувати себе, реалізувати приховані ресурси за допомогою слова.

**Окультизм** — загальна назва вчень, що визнають існування прихованих сил у людині та космосі, недоступних для загального людського досвіду, але доступних для людей, які пройшли через особливу посвяту і спеціальне психічне тренування.

**Онтологія** — вчення про буття; сутнісний погляд на буття в цілому, що дає змогу здійснювати об'єктно-каузальний аналіз (реконструкція, прогнозування тощо) у межах розв'язуваних завдань і проблем.

**Парадигма** (грецьк. *paradeigma* — приклад, зразок) — 1) у мовознавстві: парадигми лексичні (видозміни одного слова, наприклад, за закінченнями); морфологічні (зразки зміни морфем); синтаксичні (зразки форм пропозицій); 2) у науковій і соціально-політичній мові — будь-яка обмежена заданими умовами система вторинних утворень з єдиною концептуальною підставою.

**Передбачення** — 1) припущення, бачення заздалегідь того, що повинно відбутися; вгадування; 2) пророкування (однозначне твердження про майбутній стан); 3) прогноз (найбільш можливий стан); припущення (опис варіантів, гіпотез).

**Почуття прекрасного** — естетична сприйнятливність гармонії світу, детермінована біологічно, соціально й історично, що певною мірою пояснює різноманіття естетичних смаків і уявлень, зазначених в історії людства. Різноманіття форм втілення прекрасного, різні естетичні уявлення і смаки зумовлені загальними біологічними коренями, численними внутрішніми потенціями.

**Презентація** (англ. *presentation* — представлення, піднесення) — більш-менш усвідомлюваний спосіб «подання себе» оточенню вербально (мовою) або невербально (за допомогою жестів, манер, косметики, дотримання моди в одязі, статусної символіки, використання ароматичних засобів — парфумів, дезодорантів тощо).

**Прийняття рішення** — процес виявлення варіантів і віддання переваги тому розпорядженню, яке б максимально забезпечувало з нормативного боку досягнення фіксованої мети або реалізацію фіксованої установки на перетворювальний чи інший соціотехнічний вплив.

**Природне** — буття поза організуючими межами соціокультурного і діяльнісного типів.

**Природно-штучне** — результат внесення в природне деформацій, визначених задумом, введеними вимогами, при збереженні провідної ролі «природного».

**Проекція** (лат. *projectio* — кидання вперед) — процес і результат збагнення і породження значень, що полягає в усвідомленому або несвідомому перенесенні суб'єктом власних властивостей, станів на зовнішні об'єкти.

**Психотехнологія** — технологія управління психикою.

**Рапорт** (франц. *rapport* — зв'язок, ставлення) — 1) близькі міжособистісні стосунки, засновані на високому ступені спільності думок, інтересів, почуттів; доброзичлива атмосфера, що складається в умовах психологічного експерименту між дослідником і випробуванним; 2) зв'язок, що встановлюється між гіпнотизером і тим, кого гіпнотизують під час сеансу.

**Раціоналізація** — захисний механізм, функцією якого є маскування, приховання від свідомості самого суб'єкта щирих мотивів його дій, думок і почуттів для забезпечення стану внутрішнього комфорту.

**Ретроспективне самоспостереження** — пригадування своїх внутрішніх станів, що супроводжують яку-небудь ситуацію в минулому з повторним їхнім переживанням або переоцінкою.

**Референтність** (лат. *referens* — той, що повідомляє) — відносини значимості, що пов'язує суб'єкта з іншою людиною або групою осіб.

**Ригідність** (лат. *rigitus* — жорсткий, твердий, ) — нездатність коригувати програму діяльності відповідно до вимог ситуації.

**Ризик** — ситуативна характеристика діяльності, що полягає в невідомості її результату і можливих несприятливих наслідків у разі неуспіху.

**Рівень професіоналізму** — якісна характеристика ступеня відповідності реальних проявів людини в діяльності пропонованим до неї вимогам. Розрізняють дилетантський, рутинний та інноваційний рівні професіоналізму.

**Розумова діяльність** — синтез «дій», «комунікації» і «чистого мислення» у єдності розвиваючого переходу.

**Роль** (франц. *role*) — соціальна функція особистості; спосіб поведінки людей, відповідний прийнятим нормам залежно від їхнього статусу або позиції в суспільстві, у системі міжособистісних відносин.

**Самоактуалізація** (лат. *actualis* — дійсний) — прагнення людини до можливо повнішого виявлення і розвитку своїх особистісних можливостей.

**Самовизначення** — співвіднесення двох типів образів «Я», один з яких зберігає динаміку прагнень зсередини, а інший виступає результатом виявлення змісту зовнішньої вимоги («потребуюче Я»). Самовизначення завершується вибором значимості та переваги певного «Я», до якого пристосовується, підлашчується образ іншого «Я».

**Самовладання** — здатність людини здійснювати діяльність у дезорганізуючих її ситуаціях.

**Самоконтроль** — усвідомлення й оцінка суб'єктом власних дій, психічних процесів і станів.

**Самонавіяння (автосугестія)** — процес вселяння, адресований самому собі, за якого суб'єкт і об'єкт впливу, що вселяє, збігаються.

**Самоорганізація** — свідомий, підсвідомий, несвідомий природний спосіб саморегулювання системи.

**Самооцінка** — оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей.

**Саморегулювання** — здатність системи самостійно, без впливу ззовні реагувати на зовнішні впливи, що порушують її нормальне функціонування. Саморегулювання досягається за допомогою зворотного зв'язку та здійснюється у формі самонастроювання і самоорганізації.

**Самоспостереження (інтроспекція)** — спостереження людини за внутрішнім планом власного психічного життя, що дає змогу фіксувати її прояви (переживання, думки, почуття тощо). Виникає в процесі спілкування з іншими людьми, засвоєння соціального досвіду і засобів його осмислення.

**Самоуправління** — самостійність соціальних організацій, що полягає в реальній можливості та праві самостійно, під власну відповідальність вирішувати важливі питання своєї життєдіяльності і приймати управлінські рішення для досягнення кінцевих результатів. Самоуправління пов'язане зі зміною співвідношення централізації та децентралізації в системі управління.

**Соціальне кодування** — вироблені суспільством способи нагромадження, збереження і передання соціально значущої інформації в суспільстві, нерозривно пов'язані із соціальною пам'яттю. Має особисто-іменний, професійно-іменний та універсально-понятійний соціокоди. Особисто-іменний — тип соціокоду для передання соціально необхідного знання, властивий «первісним» суспільствам, який харак-

теризує поглинання «Я» колективом, його обмежену самостійність і самотність. Професійно-іменний — тип соціокоду, коли соціально необхідні знання надані не індивіду, а групі єдиних за соціальною функцією людей (ремесло професія, каста), які трансформують групове знання — мистецтво. Універсально-понятійна схема кодування пов'язана зі значною виокремленістю «Я», особистості й індивідуальності зі спільності. Залучає людину до соціальної діяльності за допомогою абстрактних понять, зафіксованих у структурах мови. Завдяки цьому соціокоду вироблено такі абстракції, як «людина взагалі» і «людство», «воля» тощо, які зумовлюють «долю» людини, що розвиває свої творчі потенції безвідносно до задалегідь заданих схем.

**Соціально-економічний генотип** — інформаційний механізм соціального спадкування і соціальних змін, що забезпечує відтворення структури, принципів функціонування, процесів регламентації і навчання (добору, запам'ятовування і поширення позитивного досвіду) в певній суспільній системі.

**Спадковість** — властивість організмів повторювати в багатьох поколіннях подібні типи обміну речовин та індивідуального розвитку в цілому.

**Стратег** — керівник, який розробляє і реалізує стратегії, а також коригує змісти стратегії за оцінки утруднень, які виникають у реалізації фіксованої стратегії.

**Стратегія** — абстрактно-нормативне уявлення про спосіб досягнення перспективної цілі людини (у межах її місії), що враховує зовнішні та внутрішні умови її існування і відображає шляхи досягнення цілі.

Для «виживання» (збереження) і розвитку людині необхідно вписуватися в навколишнє природне і соціокультурне середовище. При цьому зовнішнє призначення підприємства повинне гармонізувати з його внутрішнім устроєм («механізмом»). Проте людина повинна прагнути не до виживання «як доведеться», а до реалізації своєї основної місії, що охоплює довгострокові межі її існування. Приводом для створення або корекції стратегії є зовнішні та внутрішні проблеми (існуючі або прогнозовані). Стратегія при цьому повинна відображати не тільки макроцільове (місіональне) уявлення, а й спосіб досягнення макроцілі, тобто переходу від одного етапу до іншого, аж до кінцевої мети. У стратегії «кінцева мета» і «шлях» виражаються в найбільш загальній формі (неконкретно), що дає можливість гнучко реагувати на виникаючі на шляху конкретні умови через конкретизацію стратегічних установок, які враховують тип ситуації. Таким чином, за реалізації стратегії в «турбулентному» зовнішньому се-

редовищі вдається витримувати конкретно-нормативну «рухливість» зі збереженням загальних нормативно-абстрактних вимог стратегії. Розроблення стратегії повинне супроводжуватися критичною оцінкою позитивних і негативних сторін діяльності людини, із прогнозуванням її зовнішніх і внутрішніх проблем, а також із прорахуванням безлічі можливих варіантів розвитку подій (принцип варіативності стратегії).

**Сугестивність** — ступінь сприйнятливості до вселяння, зумовлений суб'єктивною готовністю піддатися і підкоритися впливові, що вселяє.

**Суїцид** (англ. *suicide* — самогубство) — акт самогубства, позбавлення себе життя під впливом гострих ситуацій, за яких власне життя як вища цінність втрачає для людини зміст.

**Уселяння, сугестія** (лат. *suuggestio*) — процес впливу на психічну сферу людини, пов'язаний зі зниженням її свідомості та критичності при сприйнятті та реалізації змісту, що вселяється

**Трансперсональний досвід** — переживання людиною виходу за межі свого «Я», простору і часу, повернення в культурне й історичне минуле людства і світу.

**«Тут і тепер»** — просторово-тимчасова віднесеність психологічної події до сьогодення (на протигагу «там і колись» — віднесеність до минулого або майбутнього).

**Узгодження** — процес досягнення між двома і більше суб'єктами домовленості, що враховує інтереси всіх сторін (взаємне врахування).

Передумовою узгодження є протидія (конфлікт) інтересів. Сутність узгоджувального підходу — у згоді на зміну своєї поведінки кожної сторони для врахування чужих інтересів. Схематично узгоджувальний процес можна відобразити в такий спосіб: 1) наявність протидії інтересів (конфлікт); 2) усвідомлення необхідності учасниками протидії виходу в узгоджувальний простір; 3) вихід в узгоджувальний простір (варіанти «розбігу», маніпулювання і насильства протидіючих сторін тут не розглядаються, оскільки вони є лише передумовою до узгодження позицій); 4) узгодження способів взаємодії вербальними (мовними) засобами спілкування; 5) у разі утруднення на попередньому (четвертому) етапі впливає ідентифікація однієї сторони з іншою, тобто входження кожної зі сторін у запозичену позицію; 6) вихід із запозиченої позиції кожної зі сторін з утриманням істотності у вимогах іншої; 7) узгодження за допомогою вербальної комунікації взаємоприйнятих норм зі збереженням власної значущості й врахуванням істотності іншого; 8) самовизначення кожної зі сторін до вироблених способів співіснування; 9) входження в

простір реалізації погоджених норм взаємодії, тобто вихід із процесу узгодження в процес погодженої взаємодії.

**Уява** — універсальна здатність людини уявляти собі те, чого не існує, що недоступно її органам чуттів; виявляється не стільки у сфері власне свідомості, скільки у сфері несвідомого. Це психічний процес, що виявляється: 1) у побудові образу засобів і результату діяльності суб'єкта; 2) у створенні програми поведінки, коли проблемна ситуація невизначена; 3) у продукуванні образів, що не програмують, а заміняють діяльність; 4) у створенні образів, що відповідають опису об'єкта.

**Фаталізм** (лат. *fatalis* — невідворотний) — світогляд, що розглядає кожен подію і кожен людський вчинок як реалізацію споконвічного приречення, що виключає вільний вибір або випадковість.

**Феномен** — незвичайний, винятковий факт; явище, яке можна спостерігати; філософське поняття, що означає явище, дане нам у досвіді, почуттєвому пізнанні.

**Фенотип** — сукупність всіх ознак і властивостей організму, що сформувалися в процесі його індивідуального розвитку; складається в результаті взаємодії генотипу і навколишнього середовища.

**Фрустрація** (лат. *frustratio* — обман, розлад, руйнування планів) — психічний стан людини, спричинений об'єктивно нездоланими (або такими, що суб'єктивно так сприймаються) труднощами, які виникають на шляху до досягнення мети або вирішення завдання; переживання проблеми, невдачі.

**Цінності** — абстрактні уявлення про потреби людини, групи, суспільства, що виникають у процесі вироблення ставлення до змісту абстрактного уявлення про «світ» (універсум).

**Цивілізація** — рівень суспільного розвитку матеріальної та духовної культури.

**Цикл** — сукупність взаємозалежних процесів, робіт, явищ, що становлять регулярний кругообіг протягом певного проміжку часу. У широкому значенні — повторюваність процесів.

**Час** — поняття, що описує послідовність зміни явищ і станів матерії, тривалість процесів. Форма існування (разом із простором) матерії. Існує об'єктивно і пов'язаний з рухом матерії.

## ЗМІСТ

<i>Передмова</i> .....	3
<b>Розділ 1. Основні засади теорії самоменеджменту</b> .....	9
1.1. Загальні положення .....	9
1.1.1. Основні поняття .....	9
1.1.2. Предмет, закони, принципи теорії самоменеджменту .....	23
1.1.3. Сутність самоуправління в життєдіяльності та діяльності .....	36
1.2. Філософські та методичні засади розвитку теорії самоменеджменту .....	39
1.2.1. Принципи взаємозв'язку, взаємодії, розвитку .....	39
1.2.2. Етапи розвитку самоменеджменту. Зв'язок з іншими науками .....	43
1.3. Загальна характеристика концепцій самоменеджменту .....	46
1.3.1. Концепції самоменеджменту в західній культурі .....	46
1.3.2. Східна концепція самоменеджменту .....	55
1.3.3. Загальні риси інтегральної моделі самоменеджменту .....	58
<b>Розділ 2. Закони, принципи, синергетична парадигма самоуправління</b> .....	63
2.1. Закони, принципи самоуправління .....	63
2.1.2. Специфічні закони управління .....	68
2.1.3. Основні принципи управління .....	70
2.2. Закони, принципи управління духовним розвитком .....	73
2.2.1. Поняття «дух», «душа», «духовність» .....	73
2.2.2. Заповіді та закономірності духовного розвитку .....	78
2.3. Синергетичний підхід до управління функціонуванням і розвитком людини .....	81

2.3.1.	Синергетична парадигма .....	81
2.3.2.	Моделі самоуправління розвитком людини .....	86
2.3.3.	Самоуправління розвитком людини .....	91
2.3.4.	Життєва криза як рушійна сила розвитку .....	102
<b>Розділ 3.</b>	<b>Феноменологія самоменеджменту .....</b>	<b>108</b>
3.1.	Людина як феномен .....	108
3.1.1.	Обґрунтування необхідності феноменології людини .....	108
3.1.2.	Сутність людини та її місце у світі .....	111
3.1.3.	Феномен місця і ролі людини у світі .....	119
3.2.	Людина як феноменальна система .....	129
3.2.1.	Поняття «система». Функціональна система людини .....	129
3.2.2.	Рефлексія як феномен, властивий людині .....	134
3.3.	Соціоприродний феномен людини — самоуправління .....	137
3.3.1.	Сутність самоуправління .....	137
3.3.2.	Особливості людини в самоуправлінні .....	142
3.4.	Феномен проблеми самоменеджменту .....	146
<b>Розділ 4.</b>	<b>Людина як об'єкт самоуправління .....</b>	<b>156</b>
4.1.	Людський організм як об'єкт самоуправління .....	156
4.1.1.	Будова людського тіла .....	156
4.1.2.	Організація нервової системи .....	162
4.2.	Саморегуляція організму .....	166
4.2.1.	Система саморегуляції. Гомеостаз .....	166
4.2.2.	Саморегуляція на основі відчуття і сприйняття .....	169
4.2.3.	Формування моделі світу .....	173
4.3.	Самоуправління людини з урахуванням біоритмів .....	178
4.4.	Акмеологічні та валеологічні засади самоменеджменту .....	183
4.4.1.	Акмеологічні засади самоменеджменту .....	183
4.4.2.	Валеологічний аспект .....	189
<b>Розділ 5.</b>	<b>Людина як суб'єкт самоуправління .....</b>	<b>204</b>
5.1.	Мозок людини як керуюча система .....	204
5.1.1.	Структурно-функціональні особливості мозку .....	204
5.1.2.	Моделльні особливості мозку .....	209



5.1.3.	Порівняльні концептуальні характеристики свідомості людини.....	213
5.1.4.	Особливості вищої нервової діяльності, врахування їх у самоуправлінні.....	216
5.2.	Основи психофізіології мозку.....	218
5.2.1.	Основні закономірності психофізіології мозку.....	218
5.2.2.	Головний мозок — орган управлінської діяльності організму.....	222
5.2.3.	Змінені стани свідомості.....	242
5.2.4.	Психологічний захист.....	254
<b>Розділ 6.</b>	<b>Самовизначення людини.....</b>	<b>260</b>
6.1.	Самовизначення людини як стратегічна функція.....	260
6.1.1.	Поняття і типи самовизначення.....	260
6.1.2.	Особливості самовизначення людини.....	269
6.2.	Діагностика людини і рекомендації з розроблення проекту життя.....	277
6.2.1.	Концепція базових інстинктів у прояві природи людини.....	278
6.2.2.	Методи, прийоми, методики діагностики людини.....	286
6.3.	Самовизначення до сенсу людського життя.....	293
6.3.1.	Сутність поняття «сенса життя».....	293
6.3.2.	Самовизначення до сенсу свого життя.....	297
<b>Розділ 7.</b>	<b>Теоретико-практичні засади самоменеджменту людини в різних типах буття.....</b>	<b>303</b>
7.1.	Основи теорії та практики самоменеджменту.....	303
7.1.1.	Загальна характеристика типів буття людини.....	303
7.1.2.	Використання схем у керуванні діяльними системами.....	305
7.1.3.	Самоуправління в різних типах буття людини.....	309
7.2.	Теоретико-діяльнісні засади самоменеджменту людини.....	316
7.2.1.	Основні положення психологічної теорії діяльності.....	316
7.2.2.	Основи теорії самоуправлінської діяльності людини.....	320

7.2.3	Загальне уявлення про систему діяльності людини .....	323
7.2.4.	Специфічні особливості організації діяльності людини .....	338
<b>Розділ 8.</b>	<b>Технологічний самоменеджмент .....</b>	<b>352</b>
8.1.	Використання засобів самоуправління за реалізації основних функцій самоменеджменту .....	353
8.1.1.	Організація інформаційного забезпечення.....	353
8.1.2.	Особливості використання засобів самоуправління.....	355
8.2.	Характеристика засобів самоуправління, розроблених у західній культурі.....	359
8.2.1.	Саморегуляція в самоуправлінні .....	359
8.2.2.	Технології самовиховання і взаєморозуміння.....	371
8.2.3.	Соціокультурні технології.....	376
8.2.4.	Психофізіологічні технології самоуправління.....	383
8.3.	Загальна характеристика засобів самоуправління у східній культурі.....	384
<b>Розділ 9.</b>	<b>Теоретико-методичні засади стратегічного самоменеджменту .....</b>	<b>391</b>
9.1.	Становлення і сутність стратегічного самоменеджменту .....	391
9.1.1.	Розуміння стратегії, стратегічного управління.....	391
9.1.2.	Організація стратегічного самоменеджменту.....	399
9.2.	Стратегічне мислення в самоменеджменті.....	404
9.3.	Місія і стратегічне цілепокладання в самоменеджменті.....	414
9.4.	Теоретичні засади реалізації стратегічного самоменеджменту.....	420
9.4.1.	Стратегічне планування в самоменеджменті.....	420
9.4.2.	Особливості етапів стратегічного самоменеджменту .....	426
<b>Розділ 10.</b>	<b>Боротьба в самоменеджменті.....</b>	<b>443</b>
10.1.	Теоретичні засади боротьби .....	443
10.1.1.	Сутність поняття «боротьба» .....	443

10.1.2.	Принципи боротьби.....	448
10.1.3.	Методи і форми боротьби.....	452
10.1.4.	Особливості інформаційної боротьби.....	454
10.2.	Людина як суб'єкт і об'єкт боротьби.....	457
10.2.1.	Особливості маніпуляційних та інформаційних впливів на людину.....	457
10.2.2.	Особливості поведінки людини в масі.....	461
10.3.	Особливості індивідуальної боротьби.....	462
10.3.1.	Особливості внутрішньої та зовнішньої боротьби.....	462
10.3.2.	Стратегія і тактика боротьби.....	466
10.3.3.	Підготовка до боротьби.....	468
10.3.4.	Рекомендації з протидії в інформаційній боротьбі.....	472
<i>Додаток 1. Можливості технологій.....</i>		<i>479</i>
<i>Додаток 2. Рівні розвитку людини.....</i>		<i>486</i>
<i>Додаток 3. Методика визначення самоактуалізації людини....</i>		<i>490</i>
<i>Додаток 4. Онтологічні принципи розвитку організаційних систем.....</i>		<i>501</i>
<i>Термінологічний словник.....</i>		<i>504</i>

Theoretical-methodological principles of self-government of vital functions and activity of man are expounded in the manual, the variants of strategic, everyday self-government are offered. The approved facilities of realization of self management functions are recommended. The order of decision of the most actual of all times problem is considered: how to live to be oneself, to succeed.

For young people who enters in a life period, when it is necessary to carry out the vital, professional, strategic self-determination and to realize actively vital projects in the real condition of reality.

Навчальне видання  
**Колпаков Віктор Михайлович**  
**САМОМЕНЕДЖМЕНТ**

*Навчальний посібник*

Education Edition

**Колпаков, Victor M.**  
**SELF MANAGEMENT**

*Manual*

Відповідальний редактор *В. Д. Бондар*  
Редактор *Т. Д. Станішевська*  
Коректор *Т. М. Федосенко*  
Комп'ютерне верстання *Ю. А. Станішевський*  
Оформлення обкладинки *О. О. Стеценко*

Підп. до друку 02.04.07. Формат 60×84/16. Папір офсетний. Друк офсетний.  
Ум.-друк. арк. 30,69. Обл.-вид. арк. 34,5. Наклад 3000 пр. Зам. № 8-55

Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП)  
03039 Київ-39, вул. Фрометівська, 2, МАУП

ДП «Видавничий дім «Персонал»  
03039 Київ-39, просп. Червонозоряний, 119, літ. XX

*Свідоцтво про внесення до Державного реєстру  
суб'єктів видавничої справи ДК № 8 від 23.02.2000*

ВАТ «Білоцерківська книжкова фабрика»  
09117 Біла Церква-17, вул. Леся Курбаса, 4