
ИЗ РАБОЧЕЙ ТЕТРАДИ
ИССЛЕДОВАТЕЛЯ

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА
СЕНСОМОТОРНОГО ПСИХОСИНТЕЗА

© 2019 г. В.Ф. Петренко^{1,2*}, В.В. Кучеренко¹

¹Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Москва, Россия

²Федеральный исследовательский центр "Информатика и управление"

Российской академии наук, Москва, Россия

*E-mail: victor-petrenko@mail.ru

Поступила в редакцию 05.06.2018 г.

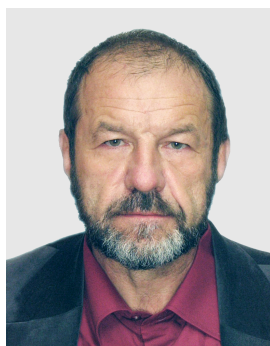
Поступила после доработки 27.07.2018 г.

Принята к публикации 19.10.2018 г.

В статье рассказывается о теории и практике применения суггестивной техники (техники внушения) сенсомоторного психосинтеза, которая позволяет вводить пациента в изменённые состояния сознания. Между врачом (суггестером) и пациентом образуется то, что в квантовой физике называется "перепутанными состояниями", а в психологии выступает как состояние эмпатии. Основная особенность метода сенсомоторного психосинтеза и одновременно его отличие от директивного гипноза – поддержание активного диалога суггестера с пациентом. Авторы описывают динамику трансформации в ходе психотерапии картины мира (или менталитета) ряда пациентов. Эта трансформация происходит благодаря использованию одного из основных методов психосемантики в изучении личности – построению семантических пространств, когда каждый пациент в изменённом состоянии сознания создаёт собственную, отвечающую его устремлениям и мотивам реальность и существует в ней. Обсуждаются области применения метода в психотерапии, спорте, следственной практике.

Ключевые слова: сенсомоторный психосинтез, эмпатия, гипнотерапия, трансовые состояния, психосемантика, сознание, бессознательное, синхрония, личность.

DOI: <https://doi.org/10.31857/S0869-5873892147-156>



ПЕТРЕНКО Виктор Фёдорович – член-корреспондент РАН, заведующий лабораторией психологии общения и психосемантики факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова, главный научный сотрудник Института системного анализа ФИЦ ИУ РАН. КУЧЕРЕНКО Владимир Вилетарьевич – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории психологии общения и психосемантики факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова.

Психосемантический подход к исследованию сознания и процессов бессознательного возник в рамках психологической школы Выготского–Леонтьева–Лурии, опираясь на использование и дальнейшее развитие методического инструментария Ч. Осгуда и Дж. Келли. Этот подход значительно расширил проблематику исследований и обогатил их теоретическую составляющую, вобрав в себя: методологические принципы неклассической (В.А. Лекторский) и постнеклассической (В.С. Стёпин) рациональности и философии конструктивизма (Дж. Келли, А.Г. Асмолов, В.Ф. Петренко); проблематику семиотики (Ю.М. Лотман, В.В. Налимов) применительно к языкам осознания; представления о диалогичности сознания (М.М. Бахтин, А.А. Брудный); проблематику изменённых состояний сознания и трансперсональной психологии (Р. Фрейджер, С. Гроф, А. Минделл, В.В. Козлов). Сопоставление методологии коллективного бессознательного и квантовой физики, инициированное в начале прошлого века

совместными трудами психолога К. Юнга и физика В. Паули, привело к трактовке сознания как процесса пространственно-временной предметной категоризации, осуществляемой с помощью языка (в самом широком его понимании), а *коллективно-бессознательного* — как системной целостности (нелокального бытия), существующей вне категорий "пространство" и "время" [1]. Бессознательное, таким образом, рассматривается как психическое состояние в его докатегориальной означенности. Если для описания структуры и содержания значений наиболее адекватной формой выступают семантические пространства, построенные в евклидовой метрике (в более общем случае в метрике Г. Минковского), то для описания беспредметных состояний бессознательного наиболее адекватен язык гильбертовых пространств. Феноменологическая общность феноменов ЭПР (парадокс А. Эйнштейна, Б. Подольского, Н. Розена), известных также как квантовая телепортация [2], и феноменов синхронии, описанных К. Юнгом [3], позволяет выстраивать методологические аналогии между принципами квантовой физики и психологией коллективного бессознательного.

В рамках психосемантического подхода развились наши исследования изменённых состояний сознания, индивидуального и коллективного бессознательного [4]. В лаборатории психологии общения и психосемантики факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова с применением техники гипноза проводились исследования влияния эмоций на процессы категоризации [5], взаимосвязи эмоциональных состояний и цветовых предпочтений [6], феномена "семантического слепого пятна" — выпадения целых семантических областей из осознания при гипнотическом запрете видеть запрещённый объект [7], процесса медитации [8]. Кроме того, изучалась динамика трансформации личности пациента в ходе лечения больных алкоголизмом [9]. Благодаря этим многолетним изысканиям был разработан ряд суггестивных психотехник (методов внушения), делающих возможным широкий диапазон работы с бессознательным.

Психотехника сенсомоторного психосинтеза представляет собой метод введения человека в трансное состояние и формирование на его фоне целостных интермодальных образов, задающих эмоциональные состояния пациента и направляющих процессы его воображения и поведения. Метод включает элементы шаманских и медитативных практик, недирективного гипноза М. Эриксона [10] и нейролингвистического программирования [11] и предполагает последовательное подключение в ходе формирования целостного интермодального образа ситуации, в которую погружается пациент с помощью суггестора (психотерапевта, исследователя, тренера), новых сенсорных модальностей

(зрительных, звуковых, тактильных, вкусовых, обонятельных) и моторных действий.

Приведём пример суггестивного текста, работающего на начальном этапе погружения пациента в трансное состояние.

Принимаем удобное положение. Настроение как в картинной галерее. Посмотрите на картины — работы известных художников. Выбрали что-то красивое, чудесное, прекрасное. Раз — и вы внутри! Можно оглядеться, рассмотреть всё самое приятное. Обратите внимание на звуки, которые вас окружают. Обратите внимание, там прохладно или тепло, ветер дует или нет? Какие запахи, какие ощущения? Что вызывает приятные ощущения? Итак, перед вами картины. Вот "Утро в сосновом лесу". Стволы сосен, красота! Утренняя дымка, и вот это ощущение, ощущение утренней свежести, утренней прохлады. Чудесный воздух, великолепное настроение на природе. Сосны вокруг. Золотистые стволы уходят в небо. Можно потрогать ствол сосны. Он тёплый или прохладный, сухой или влажный? Посмотрите, как выглядит капелька смолы. Она уже застыла или ещё мягкая, клейкая? Пахнет приятно? Зелёные кроны над головой. Смотрите, как ветер покачивает верхушки деревьев. Ветерок тёплый или прохладный? Как хорошо дышится! Приятно осмотреться, оглядеться. Обратите внимание на утреннюю тишину. Такая радостная, хорошая тишина. Ветка хрустит под ногой, как хорошо слышно! Шорохи леса, шелест листьев. Птицы понемножку начинают просыпаться. Дятел стучит далеко или близко? Где он, в какой стороне? Просыпается утренний лес. Какие краски, звуки вокруг! Попробуйте самостоятельно прочувствовать, поддержать внимание на ощущениях. Лучше всего внимание держится на самом приятном. А какие тут медвежата замечательные! Тёплые, пушистые. Носы мокрые, глаза любопытные. Хорошо! Просыпается лес. И понемножку-понемножку светлеет. Небо становится всё ярче и ярче. Потоки солнечных лучей пробиваются сквозь кроны деревьев. Опавшая хвоя, шишки под ногами, запахи соснового леса, звуки, ощущения. Здорово! Тут ягоды. Шумит лесная речка. Подержите это настроение, состояние, которое бывает, когда гуляешь в лесу, когда радуется то, что видишь, то, что слышишь, то, что чувствуешь.

Как видно из представленного текста, испытуемый постоянно информирует суггестора о том, что оказывается в фокусе его внимания, что он видит, слышит, ощущает. Глядя на то, как течёт ручеёк, пациент может слышать журчание ручья, глядя на то, как трепещет листва на ветру, он может слышать шелест листьев, шум ветра, почувствовать, тёплый это ветер или холодный. Ответы испытуемого на задаваемые суггестором вопросы позволяют регулировать зрительные, слуховые и кинестетические компоненты формируемых посредством внушения образов, а опора на синестезии — создавать мультимодальные образы. Поддержание активного диалога суггестора с пациентом — основная особенность метода сенсомоторного психосинтеза и его отличие от дирек-

тивного гипноза, а также самогипноза и других монологичных техник. Каждый пациент в изменённом состоянии сознания создаёт свою, отвечающую его устремлениям и мотивам реальность, существует в ней. Поэтому для понимания того, что происходит с пациентом, нужен диалог с ним, тогда как в рамках классического гипноза гипнотизёр, как правило, реализует монологическое внушение. На основе диалогического общения, дающего обратную связь, суггестор направляет воображение пациента в нужное русло, исходя из стоящей исследовательской или терапевтической задачи. Это могут быть и погружения в воображаемую ситуацию, например, полёта на космическом корабле, и воспоминания о пережитых событиях, например, раннего детства, и даже ирреальные переживания себя в облике могучего животного, призванные активировать иммунную систему организма и создать благоприятный эмоциональный фон для противодействия болезни.

Принципиально важным является вхождение в *трансовое состояние*, на фоне которого и осуществляется направленное воображение и в котором находится не только пациент, но и сам психотерапевт. Трансовое состояние суггестора можно определить как контролируемый транс, индуцирующий пациента. Речь идёт об эмпатийных процессах эмоционального заражения, описанных ещё А. Бергсоном [12], когда переживание одного живого существа непосредственно ощущается другим существом. Эти процессы по-прежнему остаются малоизученными, но именно они определяют смысловую стержень метода сенсомоторного психосинтеза. Суггестор чувствует психоэмоциональное состояние пациента и совместно с ним конструирует у него заданные переживания. Ситуация подобна феномену спутанных (перепутанных) состояний в квантовой физике [13, 14], когда состояние одного элемента синхронически определяет состояние другого.

Животные и люди способны не только определять состояния других существ по внешним проявлениям, но и непосредственно ощущать их, идентифицируя себя с носителями этих состояний. Яркий пример такой эмпатии психического состояния приводит историк психологии С.С. Степанов, рассказывая о случае из практики основателя психометрии Ф. Гальтона: «Однажды сэра Фрэнсиса решил на своеобразный эксперимент. Прежде чем отправиться на ежедневную прогулку по улицам Лондона, он внушил себе: "Я очень отвратительный человек, которого в Англии ненавидят все!" После этого он несколько минут концентрировался на этом убеждении, что было равносильно самогипнозу, и отправился, как обычно, на прогулку. Впрочем, это только казалось, что всё шло как обычно. В действительности произошло

следующее. На каждом шагу Фрэнсис ловил на себе презрительные и брезгливые взгляды прохожих. Многие отворачивались от него, и несколько раз в его адрес прозвучала грубая брань. В порту один из грузчиков, когда Гальтон проходил мимо него, так саданул учёного локтем, что тот плюхнулся в грязь. Казалось, что враждебное отношение передалось даже животным. Когда он проходил мимо запряжённого жеребца, тот лягнул учёного в бедро так, что он опять повалился на землю. Гальтон пытался вызвать сочувствие у очевидцев, но, к своему изумлению, услышал, что люди принялись защищать животное. Гальтон поспешил домой, не дожидаясь, пока его мысленный эксперимент приведёт к более серьёзным последствиям. Эта достоверная история описана во многих учебниках психологии. Из неё можно сделать два важных вывода. Человек представляет собой то, что он о себе думает. Нет необходимости сообщать окружающим о своей самооценке и душевном состоянии. Они и так почувствуют» [15, с. 15].

Описанный Ф. Гальтоном феномен переживал любой человек, общавшийся с животными. Попробуйте протянуть руку к собаке, чтобы её погладить, испытывая при этом страх, что она укусит, и собака явно почувствует ваше состояние и зарычит. Человек, по-видимому, за счёт индивидуализации в значительной мере утрачивает природную способность эмпатического вчувствования (хотя в детстве она ещё выражена) и ориентируется при понимании другого на собственное сознание. Тем не менее и среди взрослых встречаются люди, обладающие этой способностью, позволяющей, в частности, мгновенно ставить диагноз и рекомендовать то или иное лечение. У некоторых она присутствует от рождения, другие обретают её, пережив клиническую смерть, так называемую шаманскую болезнь или какое-нибудь сильное физическое воздействие (например, прямое попадание молнии). Мы провели ряд этнопсихологических экспедиций в Бурятию, Туву, на Чукотку, общались с тамошними шаманами и получили ценный опыт, позволяющий утверждать, что в период шаманской болезни (обязательной для обретения статуса шамана) у человека сдвигаются эмпатийные барьеры чувствительности. У обычного человека, очевидно, имеются некие защитные пороги (как в психофизиологии пороги ощущений), не будь которых человек непрерывно ощущал бы страдания и переживания множества других людей, да и животных, что было бы слишком тяжёлой и эволюционно неадаптивной ношей (свидетельством тяжести бремени эмпата служит тот факт, что несколько сильных шаманов, которых мы знали, умерли в достаточно молодом возрасте). В результате перенесённых экстремальных психофизических состояний эти пороги, вероятно, могут понижаться, вследствие чего люди

становятся более восприимчивыми к эмоциям других людей.

Термин "транс" происходит от латинского глагола "transire" (переходить границы) и описывает целый ряд различных *изменённых состояний сознания* (ИСС), связанных с переносом внимания с восприятия и осознания внешнего мира на собственные внутренние состояния. В психологической науке многообразие трансовых состояний до сих пор не получило должной типологизации. К трансовым состояниям относят и погружение в фантазийные грёзы, и ИСС при гипнотическом внушении, и вдохновенный порыв творческого экстаза творца (художника, поэта, музыканта, учёного), и религиозный экстаз, сопровождающийся единением с божественным, и болезненные состояния сознания, вызванные высокой температурой или отравлением, потреблением алкоголя или наркотиков. Несмотря на многообразие трансовых состояний, их, очевидно, можно идентифицировать как минимум по двум основаниям. Первое – степень распрямления образа мира, снятия его интенциональности, что выражается в переходе от пространственно-временных предметных форм категоризации к внутренним психическим состояниям, для которых характерно отсутствие субъект-объектного противопоставления. Второе основание – способность человека выходить за рамки индивидуального эго, поднимаясь на трансцендентальные уровни мировосприятия, уровни божественного или космического сознания. Иногда это состояние называют божественным вдохновением или "нахождением в потоке". В буддистской литературе распрямление бытия обозначают как чувство "недвойственности" или единения с миром. Понятно, что алкогольное опьянение и религиозный (духовный) транс – вещи разного порядка. Алкоголь и наркотики могут стимулировать переход в ИСС, что отмечалось многими творческими людьми, однако, как правило, это происходит за счёт использования энерготехнических резервов организма и является формой саморазрушения, создающего на время иллюзию самореализации.

Для ИСС можно выделить комплекс основных признаков, позволяющих объединить их в единый феномен. На основе работ О.В. Овчинниковой, Е.Е. Насиновской, Н.Г. Иткина [16], А.А. Гостева [17], Л.П. Гримака [18], С. Грофа [19], А. Людвига [20, 21], В.В. Козлова и Ю.А. Бубеева [22] можно указать следующие особенности, в той или иной мере характерные для ИСС.

- *Изменения эмоциональной окраски психических процессов* с преобладанием как позитивных эмоций (эйфория, ощущение переполняющей радости, глубокое чувство покоя, оживлённое, приподнятое настроение), так и отрицательных (печаль, меланхолия, агрессивные чувства, отчаяние).

- *Изменения восприятия пространства и времени*: может меняться последовательность происходящих событий, возникать дезориентация во времени, время может восприниматься как бесконечное или быстротечное и не поддающееся измерению, а также меняться качественно, например, полностью остановиться или потерять дифференциацию на прошлое, настоящее и будущее, может возникнуть регрессия в различные периоды индивидуальной истории; пространство может восприниматься как сжатое или разреженное, может отсутствовать перспектива, расстояния могут казаться большими или меньшими по сравнению с тем, какими они представляются в обычном состоянии сознания.

- *Изменения в мышлении*, такие как субъективные нарушения концентрации внимания, памяти и суждений, ускорение или замедление мыслительных процессов, переход от социально-нормированных, вербально-логических, понятийных форм категориальных структур к их отражению в наглядно-чувственных образах, некритичное мышление, нечувствительность к противоречиям и, как следствие, возможное ослабление способности к осознанию реальности. Субъект может потерять способность различать объективную реальность и своё субъективное восприятие, идентифицировать причины и следствия и их зависимости, начать одновременно придерживаться противоположных мнений относительно одного и того же объекта, обнаруживать изменения процессов самопознания и рефлексии.

- *Потеря контроля*, что может как приветствоваться испытуемым, так и вызывать страх и активное сопротивление ИСС (особенно при контроле происходящего со стороны другого человека, например, при гипнозе или при анестезии).

- *Изменение образа тела*: человек может испытывать такие ощущения, как увеличение/уменьшение частей тела, отделение их от тела, чувство потери веса или, наоборот, тяжести, оцепенения, потери чувствительности и др. Распространённым является чувство деперсонализации, отделения души от тела. Иногда люди, пребывавшие в ИСС, рассказывают об испытанных чувствах полёта, изменении плотности тела, ощущении проваливания под землю, выворачивания наизнанку, придавленности или раздутости, вибрации в частях тела.

- *Искажения восприятия*, включая галлюцинации, преувеличенную визуальную образность, разнообразные иллюзии, содержание которых обуславливается культурными, индивидуальными или нейрофизиологическими особенностями. Возможны проявления синестезии, когда формы сенсорных ощущений переходят в другие модальности. Упоминаются восприятия цветowych пятен, различных геометрических фигур, бегущих огней или более сложных образов.

- *Изменения смысла или значения*, когда субъективные переживания обретают повышенный смысл, в некоторых случаях возникает чувство обострённого понимания, озарения, инсайта.

- *Чувство уникальности переживаемого опыта*, а значит, и его невыразимости, — религиозные и мистические переживания, переживания смерти, рождения, отсутствия выхода.

- *Чувство возрождения, обновлённости или перерождения* — переживание, характерное для этапа выхода из глубоких ИСС.

- *Ощущение единения* — со Вселенной или Богом, ощущение размытия границ между собой и другими людьми, собой и окружающим миром, отождествление себя с другими людьми, животными или растениями, а также переживание "прошлых воплощений" — восприятие иных Я как своей личности.

- *Гипервнушаемость* — усиление предрасположенности людей некритично принимать высказывания или команды другого человека (например, гипнотизёра).

Итак, сенсомоторный синтез направлен на интеграцию активности сенсорных систем и двигательной активности субъекта в соответствии со структурой и логикой конструируемого образа и моделируемой действительности. Например, формирование у испытуемого образа иллюстрированного журнала может начинаться с тактильных ощущений: фактуры глянцевого бумажного листа, тяжести в руках, прохлады. Далее активизируется перцептивная система, позволяющая дополнить образ компонентами зрительной модальности. В структуру образа могут быть включены ощущения запаха типографской краски и шелеста перелистываемых страниц. Динамика состояния сознания в процессе сенсомоторного психосинтеза сопровождается такими изменениями функционирования механизмов рефлексии, при которых партнёр по взаимодействию (психолог) воспринимается субъектом только как собеседник во внутреннем диалоге, как часть собственного Я, а речевые инструкции — как собственные мысли, ощущения, переживания. Поскольку процесс сенсомоторного психосинтеза не требует "гипнотического торможения мозга" и не сопровождается состоянием гипнотического сна, субъект находится в более активном состоянии, чем при классической гипнотизации. В противоположность гипнозу, эксплуатирующему гипнабельность индивида (способность погружаться в ИСС), техника сенсомоторного психосинтеза не зависит от этой особенности и позволяет добиваться даже у малогипнабельных индивидов таких же эффектов, как и при глубоком гипнозе. Важной особенностью метода сенсомоторного психосинтеза является жёсткая связь его специальных приёмов с функционированием механизмов регуляции психической активности.

Метод может использоваться как в практической, так и в экспериментальной психологии, в психокоррекционной работе и в психотерапии, позволяет в условиях психологического эксперимента моделировать поведение человека в различных жизненных ситуациях, он применим и для формирования гипнабельности у негипнабельных людей.

Использование психотехники сенсомоторного психосинтеза в медицинской психологии позволяет устранить навязчивые состояния или вредные привычки, в частности алкоголизм и наркоманию, вывести организм на форсированный режим при подготовке к спортивным соревнованиям или просто улучшить эмоциональное состояние пациента и активизировать его иммунитет. В московской наркологической больнице № 17 на базе сенсомоторного психосинтеза были разработаны и применялись методики психосоматической коррекции для работы с больными алкоголизмом и наркоманией, пациентами с логоневрозом.

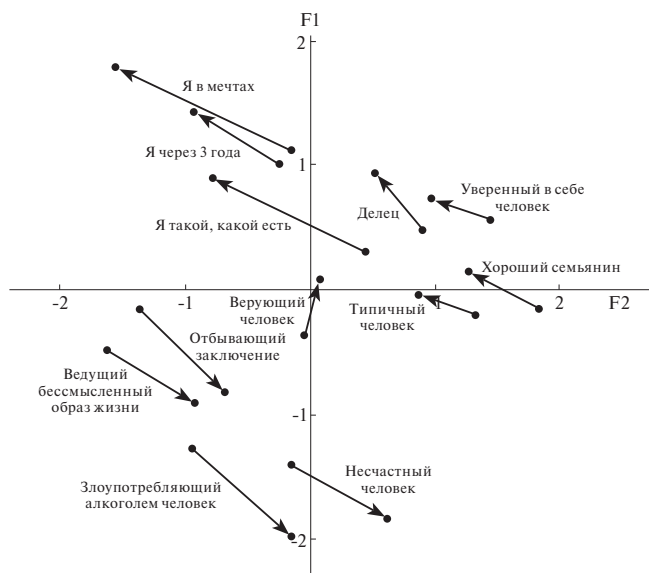
Отличительная особенность сенсомоторного психосинтеза при работе в сфере психосоматики — чередование релаксационных и каталептических состояний. В классическом медицинском гипнозе, базирующемся на представлении о гипнотическом сне, основой выступают релаксационные состояния. Активные формы гипнотических состояний используются в эстрадном гипнозе. Для плодотворной работы с соматическими пациентами необходимы и те и другие трансовые состояния, именно стратегия чередования состояний показала наибольшую эффективность в клинике.

К одному из соавторов настоящей статьи В.В. Кучеренко приходят люди с самыми разными заболеваниями. Он работает параллельно с лечащими врачами, формируя у пациентов благоприятный эмоциональный фон, на основе которого организм более успешно противостоит болезни. Именно для создания такого фона необходима активная эмпатия, большая или меньшая идентификация с больным, прочувствование его симптоматики и в результате работы со вторичными образами-представлениями (в терминах ананьевской школы психологии [23]) трансформация исходного эмоционального состояния пациента, вывод его организма в более благоприятный энерго-информационный режим функционирования.

Специфика лечения больных алкоголизмом, разработанного В.В. Кучеренко и А.П. Вяльбой, заключается в том, что у пациентов не только вырабатываются мощные негативные переживания в ответ на потребление алкоголя (как в методе Довженко), но и даются в ходе трансовых гипнотических сеансов положительные переживания (пациенты летали в космос, созерцали Землю, купались в волнах эфира, оказывались в прекрасных природных заповедных местах).

Для исследования динамики самосознания пациентов мы использовали психосемантический метод "множественных идентификаций" [9, 24], позволяющий строить семантические пространства до и после 10 гипнотерапевтических сеансов. Испытуемых просили оценить по градуальной шкале вероятность (меру естественности) каждого из списка нескольких десятков поступков по отношению к ролевым позициям как связанным с образом Я (Я сам, Я в мечтах, Я через три года, мой идеал) и образом себя с учётом различных социальных ролей (бизнесмен, хронический алкоголик, несчастный человек, хороший семьянин). На основе полученной матрицы данных с помощью факторного анализа было построено групповое семантическое пространство и выделены четыре значимых фактора, объясняющих 56, 15, 14 и 4% общей дисперсии. На рисунке показана трансформация картины мира группового ("алкогольного") субъекта по первым двум факторам: фактору общего благополучия (F1) и фактору стабильности бытия — готовности к изменениям (F2). Третий и четвёртый факторы были интерпретированы как толерантность — нетерпимость (F3) и движение к осмысленности бытия (F4).

Как видно из рисунка, в ходе гипнотерапии позиция "Я сам" перемещается в семантическом пространстве вверх по фактору общего благополучия и почти совпадает с ролевой позицией "Я в мечтах" (до гипнотерапии). Позиция "Я в мечтах" после гипнотерапии также поднимается в семантическом пространстве, открывая новые горизонты реализации мотивов и потребностей. Все позитивные ролевые позиции после гипнотерапии переме-



Семантическое пространство динамики ролевых позиций в ходе гипнотерапии у пациентов наркологической клиники по факторам F1 и F2 (фрагмент четырехмерного пространства)

щаются по фактору общего благополучия в более позитивные зоны, а негативные начинают оцениваться как ещё более негативные и несчастные. По фактору стабильности бытия позитивные роли перемещаются в сторону нестабильности, демонстрируя стремление к переменам, в то время как негативно оцениваемые ролевые позиции сдвигаются к полюсу фактора стабильности (постоянства). Этот феномен в случае хронических алкоголиков, очевидно, связан с тем, что до лечения с помощью гипнотерапии они имели проблемы и в семье, и на работе, где от них, как правило, пытаются избавиться. Поэтому до гипнотерапии такие пациенты стремятся к постоянству. Пройдя курс лечения, они чувствуют себя гораздо увереннее и уже задумываются об изменении образа жизни, смене работы или переменам в семейной жизни. Приведённый на рисунке график показывает, что изменения координат ролевых позиций в ходе гипнотерапии происходят не хаотично, а закономерно. Президент Ассоциации искусственного интеллекта Д.А. Поспелов предположил в связи с этим, что смещение ролевых позиций имеет характер аффинных преобразований. Семантическое пространство как резиновое растягивается/сжимается по ведущим осям, в качестве которых выступают выделенные нами четыре фактора.

Психосемантическая модель трансформации картины мира несколько напоминает другие модели психического, но если гештальтисты полагали, что исследуют некую психологическую реальность, а В. Кёлер на старости лет даже искал физические поля и градиенты напряжённости непосредственно в мозговом субстрате, то мы трактуем семантические пространства с позиции философии конструктивизма — как удобный язык описания психологической феноменологии и как одну из возможных эвристических моделей. Отметим в связи с этим работу сотрудника нашей лаборатории А.П. Супруна [25], показавшего, что преобразования Лоренца, лежащие в основании общей теории относительности А. Эйнштейна (ОТО), справедливы и для релятивистских моделей семантических пространств, которые включают характеристики, близкие к предельным параметрам. Если в ОТО в роли предельного параметра выступает скорость света, то в нашем случае — экстремальные эмоциональные состояния.

Другая область практического приложения метода сенсомоторного психосинтеза — спорт. В.В. Кучеренко имеет опыт работы в тренерском штабе олимпийской сборной по бобслею. Члены сборной входили в трансное состояние и мысленно проходили трассу, а затем на международных соревнованиях, снова погружаясь в транс, мобилизовались без всякого допинга, безошибочно проходили трассу и добивались высоких результатов.

Ещё одна сфера, в которой сенсомоторный психосинтез может быть полезен, — работа с памятью в следственной практике. Из литературы известно о феномене суперпамяти при гипнотических воздействиях (гипермнезия в ИСС). Приведём пример активизации памяти при гипнозе. Нашу лабораторию посещал студент, который участвовал в исследовании по влиянию эмоций на процессы категоризации. Однажды он пришёл в лабораторию в подавленном состоянии, потому что уже дважды провалил экзамен по математике, и на следующий день ему предстояла последняя решающая переэкзаменовка. Чтобы снять неуверенность молодого человека перед экзаменом, В.Ф. Петренко ввёл его в гипнотическое состояние и внушил, что он — выдающийся, всеми признанный математик, которого попросили рассказать о том времени, когда он открыл для себя свои чрезвычайные способности. Студент с удовольствием рассказывал о своей юности и вышел из гипноза в прекрасном расположении духа. В.В. Кучеренко повторно ввёл пациента в гипноз, дав задание просматривать страницы учебника. Затем мы активизировали слуховую память, и студент услышал голос преподавателя, читавшего лекции. Поскольку в ИСС время может сжиматься так, что длительные периоды жизни переживаются в считанные минуты, полный курс лекций и семинарских занятий наш испытуемый "прослушал" быстро. Через день он счастливый пришёл в лабораторию и рассказал, как проходил экзамен. На вопросы экзаменационного билета он не знал ответов, но через небольшой промежуток времени у него перед глазами начали всплывать образы формул по тематике экзаменационного билета, которые он стал записывать. Экзаменаторы, увидев правильные формулы, отнесли неудовлетворительный устный ответ на счёт волнения и поставили студенту оценку "хорошо". Конечно, о научении посредством гипноза в описанном случае речи не идёт — понимание предмета требует внутренней работы, а не просто запечатления и последующего воспроизведения, активизации в памяти внешних стимулов (в рассмотренном примере образов математических формул). Как и в случае с Шерешевским, описанным в книге А.Р. Лурии [26], можно говорить об активизации следов оперативной памяти.

В психосемантике сознание исследуется как система множественных уровней репрезентации объектов (содержаний психики) субъекту. Методы психосемантики позволяют изучать различные уровни репрезентации, в том числе и глубинные, которые в психоанализе традиционно относят к сфере бессознательного. На глубинных уровнях репрезентации образ представляет собой вневременную амодальную структуру. А.Н. Леонтьев [27] отмечал, что в процессе зарождения образ первоначально является симультанным (от лат. *simul* — в одно и то же

время — термин общей психологии, означающий практическую одновременность протекания каких-либо психических процессов) и только в ходе последующего развития, включающего наращивание чувственной ткани на амодальную структуру образа, становится сукцессивным (от лат. *successive* — осуществляющийся во временной развёртке). Так, образ ещё не написанной симфонии возникает у композитора как голограмма, объединяющая сразу и начало, и конец, и середину произведения, тогда как законченная последовательность музыкальных фраз требует долгой работы над исходным замыслом, подбора нужных звуков, ритмических переходов и т. д. Та же картина экспликации знаний, последовательной их детализации, развёртки в сознании наблюдалась и у нашего испытуемого студента при ответах на экзамене.

Активизация памяти у потенциального свидетеля преступления позволяет получить информацию даже о специфических деталях происшедших событий. В ходе одного из расследований требовалось установить номер и особые приметы машины преступников. Следователи нашли водителя грузовика, который в день совершения преступления мог видеть на дороге искомый автомобиль. Погружая этого потенциального свидетеля во всё более глубокий транс, В.В. Кучеренко просил его вспомнить всё, что было связано с ситуацией поездки на машине в тот день. Итак, водитель грузовика переживает прошлую ситуацию: ощущает себя в кабине, отвечает на вопросы о погоде, о том, тепло ли было в кабине, работала ли печка, играла ли музыка (эти воспоминания можно сопоставить со временем происшедшего). Затем водитель видит, как его обгоняет машина. Из-за наступивших сумерек номер машины разглядеть нелегко, и чтобы он возник перед глазами как чёткий образ, водителя просят неоднократно "прокрутить" этот момент в памяти с условием, что каждый раз, просматривая эпизод, он будет замечать новые детали, а уже замеченные ранее будут проступать всё более отчётливо. В момент обгона номер видится в оптимальном ракурсе, поэтому испытуемого просят сделать стоп-кадр, затем "прокрутить" кадры как при замедленном воспроизведении — чуть вперёд, потом чуть назад, и, наконец, держать получившуюся "фотографию" перед глазами, уточняя все буквы и цифры номера. В результате применения метода сенсомоторного психосинтеза свидетель смог рассмотреть несколько цифр номера машины преступников, оказавшегося в поле его зрения, и эти сведения помогли найти автомобиль и арестовать злоумышленников.

Метод сенсомоторного психосинтеза оказался продуктивным в психотерапии при лечении случаев, не связанных непосредственно с соматическим здоровьем. Так, однажды, когда задача психокоррекции непосредственно не ставилась, её неожиданный

эффект вызвал глубокие изменения в личной жизни пациента. В нашем эксперименте по исследованию влияния эмоций на процессы категоризации участвовал некто А. — студент технического вуза. В одной из экспериментальных серий ему было предложено самому выбрать ситуацию успеха. Парень увлекался любительской игрой на синтезаторе, и ему было внушено, что он играет в составе известного рок-ансамбля перед громадной аудиторией. Вся его поза, мимика, жестикуляция свидетельствовали о переживании огромного наслаждения от творческого успеха. После сеанса он с упоением рассказывал об игре на японском синтезаторе известной марки — такие синтезаторы в то время были крайне редки и весьма дороги в нашей стране. Последствия эксперимента были неожиданными: А. бросил учёбу в вузе и добился профессионального успеха, став известным и востребованным аранжировщиком. Вполне возможно, что именно творческий успех, пережитый в ходе гипнотического сеанса, послужил для А. спусковым крючком при принятии решения о своей дальнейшей судьбе.

Другой случай из нашей практики можно трактовать как свидетельство обратного эффекта. Художнику-любителю К. было внушено, что он очутился в собственном будущем (приём "возрастной прогрессии"¹), на выставке его — к тому времени известного и признанного художника — работ. К. должен был комментировать свои картины, давая пояснения журналистам. Ситуация интервью позволяла через описание автора увидеть сюжеты и манеру его письма. Когда К. после сеанса рассказали о содержании и стиле его виртуальных картин, он с негодованием отверг самим же им описанную манеру письма, заявив, что никогда до такого не опустится. В дальнейшем К. так и остался художником-любителем.

Если поисковые работы В.В. Кучеренко связаны с экстраполяцией личностного будущего, то исследования В.В. Нурковой и Д.А. Василенко направлены на возможность трансформации образов прошлого и демонстрируют перспективность метода сенсомоторного психосинтеза для коррекции автобиографической памяти [29]. В блестяще защищённой кандидатской диссертации Д.А. Василенко [30], написанной под руководством В.В. Нурковой [31], для введения в транс и работы с образами прошлого использовались психотехники В.В. Кучеренко. Диссертация имеет как бы два основания. Одно из них связано с автобиографической памятью, другое — с методом сенсомоторного

психосинтеза. Д.А. Василенко проходила обучение методу непосредственно у В.В. Кучеренко и успешно применяла его как в следственной практике, так и при работе с образными воспоминаниями автобиографической памяти.

В своей диссертации Д.А. Василенко пишет, что "согласно формулируемому нами принципу позитивной конструктивности, мотивирующая стратегия АП (автобиографической памяти) должна проявляться в модификации воспоминаний о своём опыте в направлении, во-первых, субъективного повышения вклада собственной активности в результат деятельности и, во-вторых, в позитивной эмоциональной переоценке прошлых событий" [30, с. 7]. В.В. Нуркова и Д.А. Василенко рассмотрели большое количество зарубежных исследований по внедрению (инкапсуляции) ложных воспоминаний в индивидуальную автобиографическую память [30, 31]. В качестве средства внедрения ложных воспоминаний зарубежными психологами использовались интервью, создававшие при помощи наводящих вопросов ложные включения в воспоминания [32], а также демонстрации сфальсифицированных фотографий, которые включали новых персонажей [33]. Помимо проведения аналитического обзора и теоретического анализа проблем автобиографической памяти, нашими коллегами ставилась задача с помощью суггестивного диалога в условиях ИСС уменьшить рассогласования Я-идеального и Я-реального для снижения личностной тревожности по актуально значимому для субъекта психологическому качеству. Д.А. Василенко доказала, что инкапсуляция в автобиографическую память пациентов корректирующих (более приятных для пациента) переживаний даёт такой эффект. Вместе с тем Василенко не признаёт факта вмешательства в память пациента, на котором настаивают зарубежные исследователи, утверждая, что в памяти её пациентов сохраняется как внушённое событие, так и реально свершившееся в прошлом. Это важный этический момент, поскольку если при лечении пациента с навязчивыми состояниями или психотерапии пациентки, пережившей сексуальное насилие, коррекция автобиографической памяти идёт во благо, то человек, совершивший тяжкое преступление, получает тем самым своего рода индульгенцию, отпущение грехов посредством гипнотерапии автобиографической памяти.

Использование метода сенсомоторного психосинтеза в области автобиографической памяти даёт мощное средство для воздействия на личность и трансформацию воспоминаний. Масштаб возможных последствий делает уместной метафорическую аналогию между ядерным оружием и его ракетоносителем, с одной стороны, и автобиографической памятью и методом сенсомоторного психосинтеза — с другой. Практика переписывания

¹ В психологической литературе чаще описываются примеры возрастной регрессии [28], когда пациентам внушалось, что они вернулись в детский возраст, и они демонстрировали детское поведение; исследований "возрастного прогресса" с помощью гипноза практически не проводилось.

истории вряд ли остановится на уровне отдельной личности, и тогда утопии в духе всевидящего ока Большого Брата Дж. Оруэлла покажутся детским лепетом. В силу кооперации и конкуренции мы не можем позволить себе законсервировать исследования каких-то содержательных областей науки из-за этических рисков. Реалии сегодняшнего дня таковы, что как физика с развитием атомной физики и появлением ядерного оружия и атомных электростанций или биология с возникновением генетики и геной инженерии, так и психология по мере становления психотехнологий превращается из науки только описывающей и объясняющей в науку, ещё и активно изменяющую свою предметную область, находящуюся на острие человеческой эволюции, обещающую как обеспечить гуманизацию человечества, так и способную подорвать само человеческое существование, вернее, его человеческую сущность. Не только метод "сенсомоторного психосинтеза" В.В. Кучеренко, но и эриксоновский гипноз, различные исследования в области автобиографической памяти и коллективного бессознательного, практики работы с ИСС трансперсональной психологии (С. Гроф, А. Минделл, Р. Фрейджер, К. Уилбер и другие), тренинги в духе К. Роджерса [34] и А.Е. Алексейчика [35] дают мощные средства воздействия на человеческую личность. Здесь необходимо минимизировать риски, и, как представляется, этому может способствовать реализация предложенного А.П. Назаретяном принципа техно-гуманитарного баланса [36]: развитие технологий должно неизбежно контролироваться или ограничиваться (нет более подходящего термина) становлением новых форм этики и морали. Тогда можно надеяться, что метод сенсомоторного психосинтеза останется ещё одним мощным средством для позитивной работы с человеческой психикой.

ИСТОЧНИК ФИНАНСИРОВАНИЯ

Исследования проводятся при поддержке Российского научного фонда, грант № 17-18-01610 "Психосемантический анализ сознания и бессознательного (на материале общей психологии, политической психологии, психологии искусства)".

ЛИТЕРАТУРА

1. *Петренко В.Ф., Супрун А.П.* Методологический манифест психосемантики // Психологический журнал. 2016. № 3. С. 5–14.
2. *Белокуров В.В., Тимофеевская О.Д., Хрусталёв О.А.* Квантовая телепортация — обыкновенное чудо. Ижевск: Регулярная и хаотическая динамика, 2000.
3. *Юнг К.Г.* Психология бессознательного. М.: Когито-Центр, 2010.
4. *Петренко В.Ф., Кучеренко В.В., Россохин А.В.* Изменённые состояния сознания как психологическая реальность // Журнал практикующего психолога. 1998. № 4. С. 81–93.
5. *Петренко В.Ф., Кучеренко В.В., Нистратов А.А.* Влияние аффекта на семантическую организацию значений // Текст как психологическая реальность. М.: Институт языкознания АН СССР, 1982. С. 60–80.
6. *Петренко В.Ф., Кучеренко В.В.* Взаимосвязь эмоции и цвета // Вестник Московского университета. Сер. 14. 1988. № 6. С. 70–72.
7. *Петренко В.Ф.* К проблеме психологии сознания // Вопросы философии. 2010. № 11. С. 57–74.
8. *Петренко В.Ф., Кучеренко В.В.* Медитация как форма непосредственного познания // Вопросы философии. 2008. № 8. С. 83–101.
9. *Петренко В.Ф., Кучеренко В.В., Вяльба А.П.* Психосемантика изменённых состояний сознания (на материале гипнотерапии алкоголизма) // Психологический журнал. 2006. № 5. С. 16–27.
10. *Эриксон М.* Гипнотические реальности: наведение клинического гипноза и формы косвенного внушения / Пер. с англ. М.А. Якушиной. Под ред. М.Р. Гинзбурга. М.: Класс, 2000.
11. *Бендлер Р., Гриндер Дж.* Из лягушек — в принцы. Нейролингвистическое программирование. СПб.: Корвет, 2010.
12. *Бергсон А.* Творческая эволюция. М.: Кучково поле, 2006.
13. *Petrenko V.F., Suprun A.P.* Methodology of psychosemantics in the context of the philosophy of postnonclassical rationality and quantum physics // Herald of the Russian Academy of Sciences. 2015. № 5. P. 434–442; *Петренко В.Ф., Супрун А.П.* Методология психосемантики в контексте философии постнеклассической рациональности и квантовой физики // Вестник РАН. 2015. № 10. С. 896–905.
14. *Петренко В.Ф., Супрун А.П.* Классическая и квантовая физика на языке сознания и бессознательного — постнеклассическая рациональность // Вопросы философии. 2014. № 9. С. 76–90.
15. *Степанов С.С.* Психология в лицах. М.: Эксмо-Пресс, 2001.
16. *Овчинникова О.В., Насиновская Е.Е., Иткин Н.Г.* Гипноз в экспериментальном исследовании личности. М.: Изд-во МГУ, 1989.
17. *Гостев А.А.* Психология вторичного образа. М.: Институт психологии РАН, 2007.
18. *Гримак Л.П.* Резервы человеческой психики. М.: Политиздат, 1989.
19. *Гроф С.* Психология будущего. Уроки современных исследований сознания. М.: АСТ, 2002.
20. *Тарт Ч.* Изменённые состояния сознания. М.: Эксмо, 2003.
21. *Dittrich A.* Standardized Psychometric Assessment of Altered States of Consciousness (ASCs) in Humans

- // Pharmacopsychiatry. 1998. V. 31. Suppl. 2. № 7. P. 80–84.
22. Козлов В.В., Бубеев Ю.А. Изменённые состояния сознания: Психология и физиология. М.: Наука, 1997.
 23. Ананьев Б.Г. Психология чувственного познания. М.: Наука, 2001.
 24. Петренко В.Ф. Основы психосемантики. М.: Изд-во МГУ, 2010.
 25. Петренко В.Ф., Супрун А.П. Методологические пересечения психосемантики сознания и квантовой физики. М., СПб.: Нестор-История, 2017.
 26. Лурия А.Р. Маленькая книжка о большой памяти. М.: Изд-во МГУ, 1968.
 27. Леонтьев А.Н. Психология образа // Вестник МГУ. Психология. 1979. № 2. С. 3–12.
 28. Тихомиров О.К., Райков В.Л., Березанская Н.А. Об одном подходе к исследованию мышления как деятельности личности // Психологические исследования творческой деятельности. М.: Наука, 1975. С.140–205.
 29. Нуркова В.В., Василенко Д.А. Формирование вариативного репертуара самоопределяющих воспоминаний как средство развития самоидентичности // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. 2013. № 18 (119). С. 11–30.
 30. Василенко Д.А. Автобиографическая память как конструктивный процесс. Дис. ... канд. психол. наук. М.: МГУ, 2017.
 31. Нуркова В.В. Доверчивая память: как информация включается в систему автобиографических знаний // Когнитивные исследования: сборник научных трудов. Т. 2 / Под ред. В.Д. Соловьёва и Т.В. Черниговской. М.: Институт психологии РАН, 2008. С. 87–102.
 32. Human I.E., Husband T.H., Billings F.J. False memories of childhood experiences // Applied Cognitive Psychology. 1995. V. 9 (3). P. 181–197.
 33. Wade K.A., Sharman S.J., Garry M. et al. False claims about false memory research // Conscious and Cognition. 2007. V. 16 (1). P. 8–28.
 34. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Издательская группа "Прогресс", "Универс", 1994.
 35. Алексейчик А.Е. Психотерапия жизнью. Вильнюс: Институт гуманистической и экзистенциальной психологии, 2008.
 36. Назаретян А.П. Нелинейное будущее. М.: Изд-во "МБА", 2013.

THEORY AND PRACTICE OF SENSORIMOTOR PSYCHOSYNTHESIS

© 2019 V.F. Petrenko*, V.V. Kucherenko

M.V. Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia

**E-mail: victor-petrenko@mail.ru*

Received: 05.06.2018

Revised version received: 27.07.2018

Accepted: 19.10.2018

The article describes the theory and practice of applying suggestive techniques of sensory-motor psychosynthesis, which enables the patient to be introduced into altered states of consciousness through the formation of a special relationship between patient and physician (suggestor). This relationship is analogous to the "entangled state" described in quantum physics, and in psychology it acts as a state of empathy. The main feature of the sensory-motor psychosynthesis method, which distinguishes it from directive hypnosis, is the maintenance of the active suggestor's dialog with the patient.

The authors describe the dynamics of transformation of the picture of the world (or mentality) of a number of patients in the course of psychotherapy. This transformation occurs through the use of one of the primary methods of psychosemantics in the study of personality, namely the construction of semantic spaces, during which the patient in an altered state of consciousness creates and exists in a reality that corresponds to his/her personal aspirations and motives. The authors discuss applications of this approach in psychotherapy, sports, and criminalistic practice.

Keywords: sensory-motor psychosynthesis, empathy, hypnotherapy, trance states, psychosemantics, consciousness, unconscious, synchrony, personality.